



Til foreldre og føresette i skule og barnehage

Informasjon kring utdeling og bruk av jodtablettar

Med bakgrunn i situasjonen i Ukraina, er kommunane i Noreg bedne om å oppdatere sine planar og rutinar for utdeling av jodtablettar i tilfelle ei atomulykke.

Kommunen skal ha jodtablettar nok til å forsyne prioriterte grupper som eit aktuelt beskyttande tiltak ved atomhendingar med utslepp av radioaktivt jod. Det er Kriseutvalet for atomberedskap som vil bestemme om det er behov for å ta jodtablett.

Ved ei atomulykke kan radioaktivt jod bli spreidd via lufta og bli tatt opp i skjoldbruskkjertelen når ein pustar inn forureina luft og/eller tar til seg forureina mat og drikke. Jodtablettar blokkerer opptaket av radioaktivt jod i skjoldbruskkjertelen og reduserer risikoen for å få kreft i skjoldbruskkjertelen. Jodtablettar bør takast med ein gong etter eksponering, og beskyttar då omkring 95-98%. Jodtablettar tatt 24 timar før eksponering beskyttar ca. 70%, medan jodtablettar tatt 24 timar etter eksponering ikkje beskyttar i det heile.

Jodtablettar er i seg sjølv ufarlege. Allergiske reaksjonar eller lett påverknad på stoffskiftet kan førekomme, men risikoen for biverknader er låg. Personar som har sjukdom i skjoldbruskkjertelen, samt visse sjeldne lidingar skal ikkje ta jod.

Prioriterte grupper

Det er spesielt viktig at barn og unge under 18 år, gravide og ammande, tek tablettane fordi dei har størst risiko for å få kreft i skjoldbruskkjertelen etter å ha blitt utsette for radioaktivt jod. Det kan i heilt særskilde situasjonar også vere aktuelt med tablettar for vaksne mellom 18 og 40 år. Det er ingen eller svært liten effekt av jodtilskot til vaksne over 40 år.

Utdeling av jodtablettar

Jodtablettar vil bli delt ut i skule og barnehage, dersom situasjonen skulle oppstå. I nasjonale planar er det lagt opp til at det skal vera fire timar frå det blir gjeven beskjed om å ta tablett, til den skal vera tatt.

I barnehagane vil vi be alle foreldre hente barna sine, og alle vil få tilbod om å få med seg jodtablett til å gje heime.

I skule vil vi også i så stor grad som råd be om at barna blir henta og foreldre vil få tilbod om å få med seg jodtablett til å gje heime. Men dersom situasjonen ikkje skulle tillate dette, ber vi om samtykke til å gje ditt barn jodtablett på skulen. Du vil bli beden om å samtykke til dette i Visma.

Dosering

Det finst to typar jodtablettar tilgjengeleg i Noreg, og desse har forskjellig dosering. Kommunane har fått tildelt jodtablettar av typen Kaliumjodid Recip. Jodtablettar som ein kan få kjøpt på apoteket vil kunne ha ein annan dosering. Les alltid pakningsvedlegg nøye. På baksida ser du oversikt over dosering i høve alder.

Med helsing

Beredskapsleiinga i Kviteseid kommune



Kaliumjodid Recip 65 mg

Alder	Kaliumjodid Recip 65 mg	Administrering
Alle over 12 år, gravide og ammande:	2 tabletter (= 130 mg)	Tablettane skal svelgast med rikeleg vatn eller annan drikke.
Barn 3 – 12 år:	1 tablett (=65 mg)	Tablettane skal svelgast med rikeleg vatn eller annan drikke. Ved behov kan den tyggast eller blandast ut i vatn. Gje rikeleg med drikke etterpå.
Barn 1 måned – 3 år:	½ tablett (=32,5 mg)	Del tablett i to. Den eine halvdel kan tyggast, eller den kan knusast og bli gitt på ei skei saman med yoghurt, syltetøy eller annan halvfast mat, eller blandast ut i vatn. Ved utblanding i vatn: legg den eine halvdel i eit glas, tilsett litt vatn og rør rundt i 2 minutt. La barnet drikke dosen. Gi rikeleg med drikke etterpå.
Barn under 1 måned:	¼ tablett (= 16.25 mg).	Del tablett i fire. Legg den eine ¼-delen i eit glas, tilsett litt vatn og rør rundt i 2 minutt. La barnet drikke dosen. Gi rikeleg med drikke etterpå.