

Oppdaterte retningslinjer for utlevering av jodtabletter ved en atomhendelse.

Grunnet dagens situasjon har kommunen oppdatert prosedyren for jodberedskap. Jodtablettene vil fra dags dato bli lagret og distribuert fra kommunens barnehager og skoler, og ved Lierne legekantor. Jod vil være aktuelt ved en atomhendelse med utslipp av radioaktivt stoff. Årsaker til en slik hendelse kan være utslipp fra et av Europas kjernekraftverk, utslipp fra reaktordrevne fartøy langs norskekysten, en terroraksjon eller annet.

Hvorfor jod?

Radioaktivt jod spres via luft og tas opp i skjoldbruskkjertelen når en puster inn forurenset luft og/ eller inntar forurenset mat og drikke. Jod blokkerer opptaket av radioaktivt jod i skjoldbruskkjertelen og reduserer risikoen for kreft.

Målgruppe:

Målgruppen er barn og unge under 18 år, gravide og ammende. Disse gruppene har størst opptak av radioaktivt jod og vil derfor ha mest nytte av tablettene. Det kan i spesielle tilfeller være aktuelt med tabletter for voksne mellom 18 og 40 år.

Myndighetene vil gi nærmere råd om hvilke grupper av befolkningen som skal ta tabletter ved en atomulykke.

Utlevering av jodtabletter:

Lierne kommune har i dag jodtabletter til alle innbyggere under 18 år, samt til gravide og ammende etter anbefaling fra myndighetene. Videre er det anbefalt at tablettene skal oppbevares der barn og unge oppholder seg. Av den grunn er det skolene og barnehagene som sørger for utlevering til barn og unge. Barnehagen og skolen innhenter derfor forhåndssamtykke fra foresatte slik at deres barn kan få utlevert jodtabletter ved en eventuell hendelse. Tablettene inntas så snart de er utlevert.

Ved en hendelse vil det også bli utlevering fra Lierne helsestasjon og Lierne legekantor.

Det nasjonale Kriseutvalget for atomberedskap* vil, ved en atomhendelse, om nødvendig gi en anbefaling om inntak av jodtabletter, sannsynligvis sammen med et råd om å oppholde seg innendørs. Derfor anbefales det at familier kjøper inn til alle under 40 år, gravide og ammende. Tablettene fås kjøpt reseptfritt på apotek.

Dosering, administrasjon og forsiktighetsregler:

Jodtabletter skal i utgangspunktet bare tas en gang, men i spesielle tilfeller kan det bli aktuelt med ny dosering etter 24 timer. Beskjed om en slik utvidet dosering gis av kriseutvalget for atomberedskap. *Vær obs på ulik dosering hos barn under 12 år og voksne.

UNNTAK: Nyfødte (<1 mnd), gravide og ammende kvinner skal ikke ta jodtabletter mer en 1-gang.

Tablettene skal KUN tas etter anbefaling fra myndighetene.

Advarsler og forsiktighetsregler ved bruk av jod-tabletter (Jodix tabletter 130 mg):

- Gravide og ammende skal unngå høyere dosering enn anbefalt.
- Ved tilførsel av jod til nyfødte (første levestund) gjelder spesielle forsiktighetsregler. Jod-tabletter til nyfødte utleveres ikke i skoler/barnehager
- Personer som har betennelse i skjoldbruskkjertelen (thyreoditt), forstyrrelser i skjoldbruskkjertelfunksjonen eller dermatitis herpetiformis (Duhrings sykdom) skal ikke ta jod-tabletter.
- Personer som er allergiske overfor kaliumjodid eller noen av de andre innholdsstoffene i legemidlet (listet opp i pakningsvedlegget) skal ikke ta jod-tabletter.
- Personer som har operert bort skjoldbruskkjertelen trenger ikke ta jod-tabletter.

Ved en atomhendelse:

Søk råd (f.eks. råd om innendørs opphold) og hold deg orientert via internett, tv og radio.

Aktuelle nettsider:

Kommunens nettside: www.Lierne.kommune.no

Direktoratet for strålevern og atomsikkerhet sin nettside: www.dsa.no/atomberedskap

* Kriseutvalget for atomberedskap er ansvarlig for, og har fullmakt til, å iverksette konsekvensreducerende tiltak ved atomhendelser. Direktoratet for strålevern og atomsikkerhet er leder og sekretariat for kriseutvalget. Kriseutvalget er sammensatt med representanter fra: Direktoratet for strålevern og atomsikkerhet, forsvaret, helsedirektoratet, mattilsynet, politidirektoratet, utenriksdepartementet, kystverket og Direktoratet for samfunnssikkerhet- og beredskap.

Statsforvalteren er Kriseutvalgets regionale ledd. Kommunen mottar varsling fra kriseutvalget for atomberedskap via Statsforvalteren.

Hvor mye skal man ta av Jodix (130 mg)?

Alle over 12 år, gravide og ammende: 1 tablett (= 130 mg)

Tabletten svelges med rikelig vann eller annen drikke.

Barn 3–12 år: ½ tablett (= 65 mg)

Del Jodix-tabletten i to. Gi barnet den ene ½-delen. Svelges med rikelig vann eller annen drikke. Ved behov kan den tygges eller blandes ut i vann. Gi rikelig med drikke etterpå.

Barn 1 måned–3 år: ¼ tablett (= 32,5 mg)

Del Jodix-tabletten i fire. Den ene ¼-delen tygges eller knuses og gis på en skje med yoghurt, syltetøy eller annen halvfast mat, eller blandes ut i vann.

Ved utblanding i vann: Legg den ene ¼-delen i et glass, tilsett litt vann og rør rundt i ca. 2 minutter. La barnet drikke dosen. Gi rikelig med drikke etterpå.

Barn under 1 måned: 1/8 tablett (= 16,25 mg) oppløst i drikke

1. Del Jodix-tabletten i fire.

2. Legg den ene ¼-delen i et glass.

3. Tilsett 5 ml vann i glasset. Bruk sprøyte til å måle opp (hvis du ikke har sprøyte, tilsett 2 teskjeer med vann). Rør rundt i ca. 2 minutter, tabletten løser seg ikke helt, men det er greit.

4. Barnet skal kun ha halvparten av 5 ml: Trekk ut 2,5 ml av løsningen med sprøyte (hvis du ikke har sprøyte, fyll 1 teskje med løsningen) og gi kun dette til barnet. Kast resten.

5. Gi barnet rikelig med drikke etterpå.

