

Jodtablettar ved atomulykker

Er du under 40 år, gravid, ammande eller har heimebuande barn? Då råder vi deg til å ha jodtablettar heime. Tablettane kan gi vern mot radioaktivt jod ved atomulykker, og skal berre takast etter råd frå myndigheitene.

Oppbevar
infoarket
saman med
jodtablettane

Kvifor ta jodtablettar?

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. Tilskot av naturleg jod blokkerer opptaket av radioaktivt jod i skjoldbruskkjertelen og reduserer risikoen for å få kreft i skjoldbruskkjertelen. Jodtablettar beskyttar berre mot radioaktivt jod, og ikkje mot andre radioaktive stoff.

Råd om å ta tablettane vil ofte bli gitt saman med råd om å opphalde seg innandørs i opptil 2 døgn. Det er derfor viktig å ha tablettane lagra heime.

Når skal ein ta tablettane?

Tablettane skal berre takast etter råd frå myndigheitene. I tilfelle ei atomulykke vil råd bli gitt gjennom media, relevante myndigheiter og www.stralevernet.no (ny adresse frå 1.1.2019: www.dsa.no) og www.helsenorge.no.

Kven skal ta jodtablettar?

Det er spesielt viktig at barn og unge under 18 år, gravide og ammande tar 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. Dei over 40 år har svært liten risiko for å få kreft i skjoldbruskkjertelen, og treng ikkje ta jodtablettar. Personar som har operert bort skjoldbruskkjertelen, treng ikkje å ta jodtablettar.

Myndigheitene vil gi meir råd om kva for grupper av befolkninga som skal ta tablettane ved ei atomulykke.

Kor mykje skal ein ta?

Følg doseringa på pakninga og i pakningsvedlegget, og følg råd frå myndigheitene.

Barn under 3 år følgjer denne doseringa:

1. Legg 1 tablett i eit drikkeglas.
2. Tilsett 20 ml vatn eller mjølk i glaset. Bruk sprøyte til å måle opp væska. Rør rundt til tablettan har løyst seg opp.

For barn under 1 måned: Trekk ut 2,5 ml av løysinga med sprøyte og gi til barnet (svarer til 1/8 tablett (16,25 mg).

For barn 1 måned–3 år: Trekk ut 5 ml av løysinga med sprøyte og gi til barnet (svarer til ¼ tablett (32,5 mg).

3. For å sikre at barnet har fått i seg heile legemiddelmengda, bør ein i etterkant skylje sprøyta med nytt vatn eller ny mjølk. Gi vatnet eller mjølka som har skylt sprøyta, til barnet.
4. Gi barnet rikeleg med drikke etterpå.

Nødvendig utstyr: Doseringssprøyter kjøpast på apotek.

Viktig: Nyfødde (0–1 måned) som får jod og/eller blir amma av ei kvinne som har tatt jod, skal følgjast opp av fastlege i samråd med barnelege. Det skal takast blodprøver av babyen 7–10 dagar etter inntak. Ta derfor kontakt med barnet sin fastlege så snart som råd.

Bruk *ikkje* jodtablettar:

- dersom du er allergisk overfor kaliumjodid eller nokon av dei andre innholdsstoffa i legemiddelet (lista opp i pakningsvedlegget)
- dersom du har betennelse i skjoldbruskkjertelen (thyreoiditt)
- dersom du har forstyrringar i skjoldbruskkjertelfunksjonen
- dersom du har dermatitis herpetiformis (Duhrings sjukdom)



Har du spørsmål om jodtablettar? Ring Helsenorge på 815 55 015



Du finn også meir informasjon om jodtablettar på www.stralevernet.no (ny adresse frå 1.1.2019: www.dsa.no) og www.helsenorge.no

Dette infoarket finn du på ulike språk på Strålevernet sine nettsider.