

# Atomberedskap og utdeling av jodtabletter

## Informasjon til foresatte og ansatte i skoler, barnehager og institusjoner der barn oppholder seg på dagtid

Ved atomhendelser med utslipp av radioaktivt jod, er jodtabletter et tiltak. Årsaker til en atomhendelse kan være utslipp fra et av Europas kjernekraftverk, utslipp fra reaktordrevne fartøy langs norskekysten eller en terroraksjon. Jodtabletter kan beskytte mot kreft i skjoldbruskkjertelen.

Jodtabletter skal ikke tas før det er gitt beskjed om det fra myndighetene.

Det nasjonale Kriseutvalget for atomberedskap vil ved en atomhendelse om nødvendig gi en anbefaling om inntak av jodtabletter, sannsynligvis sammen med råd om innendørs opphold. Jodtabletter skal inntas så raskt som mulig etter at anbefaling er gitt fra Kriseutvalget for atomberedskap.

Som ledd i atomberedskapen i Bærum kommune er jodtabletter lagret i alle offentlige og private skoler, barnehager og andre institusjoner der barn oppholder seg på dagtid. Ved en atomhendelse vil barn få utdelt jodtabletter der de oppholder seg.

Alle elever under 18 år som oppholder seg i videregående skole ved en atomhendelse vil få utdelt jodtabletter.

Jodtabletter selges reseptfritt på apotekene. Det anbefales at alle under 40 år, gravide, ammende og de med hjemmeboende barn har jodtabletter hjemme som en del av egenberedskapen.

Jodtablettene som er lagret i skoler, barnehager og institusjoner testes årlig hos Statens legemiddelverk. Tablettene er trygge å bruke og er virksomme, selv om de er utgått på dato.

### Hvem bør ta jodtabletter?

Målgruppen for bruk av jodtabletter er barn og unge under 18 år, gravide og ammende. Disse gruppene har størst opptak av jod, og vil ha mest nytte av tablettene. Det kan bli gitt råd om inntak av jodtabletter i spesielle tilfeller til voksne mellom 18 og 40 år.

Voksne over 40 år har liten risiko for å få kreft i skjoldbruskkjertelen pga radioaktivt jod og man har ikke sett noen reduksjon av kreftrisiko for denne aldersgruppen ved å ta jodtabletter. Derfor anbefaler myndighetene ikke jodtabletter til denne gruppen.

### Samtykke

Forhåndssamtykke fra foresatte er nødvendig for at barn skal få utdelt jodtabletter der de oppholder seg (skole, barnehage eller institusjon). Forhåndssamtykke innhentes av skoler, barnehager og institusjoner hvor barn oppholder seg på dagtid.

### Bruk av jodtabletter

Opptak av radioaktivt jod øker risikoen for å få kreft i skjoldbruskkjertelen. Dersom det blir et utslipp av radioaktivt jod, kan jodtabletter blokkere opptaket av radioaktivt jod, og kan være ett av flere beskyttende tiltak som Kriseutvalget for atomberedskap anbefaler.

Jodtabletter beskytter bare mot radioaktivt jod, og ikke mot andre radioaktive stoffer. Jodtabletter skal inntas så raskt som mulig etter at anbefaling er gitt fra Kriseutvalget for atomberedskap, og innen 4 timer etter eksponering for radioaktivt jod i luft, mat og/eller drikke. Effekt oppnås også dersom tablettene inntas innen 8 timer.

Jodtablettene kommunen har på lager er av typen **Kaliumjodid Recip**. (Apotekene fører et annet medikament; Jodix 130 mg.)

**Kaliumjodid Recip** inneholder 65 mg kaliumjodid og kommer i pakninger à 10 tabletter.

- Dosering for voksne og barn over 12 år: 2 tabletter.
- For barn 3-12 år: 1 tablett.
- For barn fra 1 måned til 3 år: 1/2 tablett.
- For spedbarn opptil 1 måned: 1/4 tablett og kun under oppsyn av helsepersonell.

*Tablettene har delekurs. De kan knuses og blandes/røres ut i vann. Vær oppmerksom på at tablettene ikke alltid vil løse seg fullstendig opp i vann (dvs. løsningen blir «uklar»). For å sørge for at man har fått i seg hele legemiddelmengden, bør man i etterkant skylle glasset/holderen med vann og drikke dette. Tablettene kan om nødvendig blandes/røres ut i juice, syltetøy eller melk. Følg pakningsvedlegget.*

## Egenberedskap

Jodtabletter selges reseptfritt på apotek. Det anbefales at familier kjøper inn jodtabletter til barn og unge under 18 år, gravide, ammende og husstandsmedlemmer under 40 år.

## Samtykke

Jodtabletter deles ut med foresattes forhåndssamtykke. Forhåndssamtykke innhentes av skoler, barnehager og institusjoner hvor barn oppholder seg på dagtid.

## Advarsler og forsiktighetsregler

- Risikoen for bivirkninger ved bruk av jodtabletter er svært liten for barn og unge
- Gravide og ammende skal unngå høyere doseringer enn anbefalt
- Ved tilførsel av jod til nyfødte (første levemåned) gjelder spesielle forsiktighetsregler
- Personer som har betennelse i skjoldbruskkjertelen (thyreoiditt), forstyrrelser i skjoldbruskkjertelfunksjonen eller dermatitis herpetiformis (Dührings sykdom) skal ikke ta jodtabletter
- Personer som er allergisk overfor kaliumjodid eller noen av innholdsstoffene i legemiddelet skal ikke ta jodtabletter
- Personer som har operert bort skjoldbruskkjertelen trenger ikke ta jodtabletter

## Ved en atomhendelse

Søk råd om innendørsopphold og inntak av jodtabletter, hold deg orientert via internett, tv og radio. Jodtabletter skal bare inntas når det er blitt gitt anbefaling om det.

Aktuelle nettsteder:

- Kommunens nettside [www.baerum.kommune.no/beredskap](http://www.baerum.kommune.no/beredskap)
- Direktoratet for strålevern og atomsikkerhet sin nettside [www.dsa.no/atomberedskap](http://www.dsa.no/atomberedskap)