**Vedlegg 1  
Informasjonsskriv og kvittering for utlevering av jodtabletter ved en atomhendelse**

## Jodtabletter ved en atomhendelse

Jodtabletter er aktuelt ved atomhendelser med utslipp av radioaktivt jod. Årsaker til en atomhendelse kan være utslipp fra et av Europas kjernekraftverk, utslipp fra reaktordrevne fartøy langs norskekysten, en terroraksjon eller annet.

Søk råd   
Søk råd, for eksempel om innendørs opphold, og hold deg orientert via internett, tv og radio.   
Aktuelle nettsteder er:

* Kommunens nettside [www.nordrefollo.kommune.no](http://www.nordrefollo.kommune.no)
* Direktoratet for strålevern og atomsikkerhet: <https://www.dsa.no/atomberedskap>

## Hvem trenger jodtabletter?

Målgruppen for jodtabletter er barn og unge under 18 år, gravide og ammende. Disse gruppene har størst opptak av jod og vil derfor ha mest nytte av tablettene. Tilskudd av jod blokkerer opptaket av radioaktivt jod og reduserer risikoen for å få kreft i skjoldbruskkjertelen. Jodtabletter beskytter bare mot radioaktivt jod, ikke mot andre radioaktive stoffer.

## Vent på anbefaling fra Kriseutvalget for atomberedskap

Ved en atomhendelse vil Det nasjonale Kriseutvalget for atomberedskap\* anbefale jodtabletter hvis de mener dette er nødvendig, sannsynligvis sammen med råd om å holde seg innendørs. De kan også gi råd om jodtabletter til voksne under 40 år. Jodtabletter skal tas så raskt som mulig etter anbefalingen.

Skolene og barnehagene i Nordre Follo kommune sørger for å gi jodtabletter til barn/elever som oppholder seg i barnehagen/på skolen etter forhåndsgodkjenning fra foresatte og gir foresatte beskjed om dette. Ved en atomhendelse vil kommunen også levere ut jodtabletter på helsestasjoner, legevakten, fastlegesentre og sykehjem.

Jodtabletter er tilgjengelig for hjemmelagring og selges reseptfritt på apotek. Det er anbefalt at familier kjøper inn tabletter til alle under 40 år, gravide og ammende.

## Dosering

**NB! Styrken på tablettene kommunen utleverer er ikke den samme som styrken på tablettene du kan kjøpe på apoteket.**

Dosering *(Kaliumjodid tabletter* ***65 mg****)*:

* f.o.m. 1 mnd. t.o.m. 2 år: ½ tablett
* f.o.m. 3 år t.o.m. 11 år: 1 tablett
* over 12 år, gravide og ammende: 2 tabletter

*(Nyfødte under 1 mnd.: 1/4 tablett. Spesielle forsiktighetsregler gjelder, så snakk med helsepersonell.)*

Tablettene svelges med rikelig drikke. De kan deles, og tygges eller blandes ut i vann ved behov.

## Advarsler og forsiktighetsregler

* Risikoen for bivirkninger ved bruk av jodtabletter er svært liten for barn og unge.
* Gravide og ammende skal unngå høyere dosering enn anbefalt.
* Ved tilførsel av jod til nyfødte (første levemåned) gjelder spesielle forsiktighetsregler.   
  Ta kontakt med helsepersonell.
* Personer med betennelse i skjoldbruskkjertelen (thyreoiditt), forstyrrelser i skjoldbruskkjertelfunksjonen eller dermatitis herpetiformis (Duhrings syksdom) skal ikke ta jodtabletter.
* Personer som er allergiske overfor kaliumjodid eller noen av de andre innholdsstoffene i legemiddelet (listet opp i pakningsvedlegget) skal ikke ta jodtabletter.
* Personer som har operert bort skjoldbruskkjertelen trenger ikke å ta jodtabletter.

Informasjon om jodtabletter på flere språk:

<https://dsa.no/atomberedskap/distribusjon-av-jodtabletter-til-kommunene>

**Samtykke til at mitt barn får utdelt jodtabletter ved en atomhendelse**

Barnehager og skoler innhenter samtykke til å gi jodtabletter ved en atomhendelse ved oppstart i

barnehage eller skole.

**Utlevering av jodtabletter ved en atomhendelse**  
(Denne informasjonen skal sendes med barnet/eleven hjem ved en atomhendelse):

Du/ditt barn har i dag fått utlevert jodtablett(er) (skriv navn på barnet): \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_­­­­­­\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Utlevert ved (navn på skole/barnehage/virksomhet):­ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Navn på den som har utlevert jodtabletten: ­\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_­

Utlevert dato/klokkeslett: ­\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_­

Antall jodtabletter 65 mg: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Signatur: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**\*Kriseutvalget for atomberedskap** er ansvarlig for, og har fullmakt til å iverksette konsekvensreduserende tiltak ved atomhendelser. Direktoratet for strålevern og atomsikkerhet er leder og sekretariat for Kriseutvalget. Kriseutvalget er sammensatt av representanter fra Direktoratet for strålevern og atomsikkerhet, Forsvaret, Helsedirektoratet, Mattilsynet, Politidirektoratet, Utenriksdepartementet, Kystverket og Direktoratet for samfunnssikkerhet- og beredskap. Statsforvalteren er Kriseutvalgets regionale ledd. Kommunene blir varslet fra Kriseutvalget for atomberedskap via Statsforvalteren.