

Jooditabletid tuumaõnnetuste korral

Kas olete alla 40-aastane, rase, imetate või teil on kodus elavad lapsed? Siis soovitame teil hoida kodus jooditablette. Tabletid võivad pakkuda kaitset radioaktiivse joodi eest tuumaõnnetuste korral ning neid tuleks võtta ainult ametiasutuste soovitusel.

**Hoidke teabelehte
koos Jodixi
tablettidega**

Miks võtta jooditablette?

Tuumaavarii korral võib radioaktiivne jood levida õhu kaudu ja imenduda kilpnäärmesse, kui hingatakse saastunud õhku ja/või tarvitatakse saastunud toitu ja jooki. Jooditabletid blokeerivad radioaktiivse joodi omastamise kilpnäärmes ja vähendavad kilpnäärmevähi tekke riski. Jooditabletid kaitsevad ainult radioaktiivse joodi eest, mitte teiste radioaktiivsete ainete eest.

Sageli antakse nõu tablettide võtmise kohta koos soovitusel viibida siseruumides kuni 2 päeva. Seetõttu on oluline, et tablette hoitaks kodus.

Millal tuleks tablette võtta?

Neid tuleks võtta ainult ametiasutuste soovitusel. Tuumaavarii korral antakse nõu meedia, asjaomaste asutuste ja www.dsa.no kaudu.

Kes peaks võtma jooditablette?

Eriti oluline on, et alla 18-aastased lapsed ja noorukid, ning rasedad ja imetavad emad, võtaksid tablette, sest neil on suurim risk peale radioaktiivse joodiga kokkupuutumist kilpnäärmevähi tekkeks. Väga erilistes olukordades võivad olla asjakohane, et ka 18–40-aastased täiskasvanud võtaksid antud tablette, samas kui üle 40-aastastel on kilpnäärmevähi risk väga väike ja nad ei pea võtma jooditablette. Inimesed, kellel on kilpnääre kirurgiliselt eemaldatud, ei pea jooditablette võtma.

Ametiasutused annavad täiendavat nõu selle kohta, millised elanikkonna rühmad peaksid tuumaavarii korral antud tablette võtma.

Ärge kasutage jooditablette:

- kui olete kaaliumjodiidi või ravimi mõne muu koostisosa (loetletud pakendi infolehel) suhtes allergiline;
- kui teil on kilpnäärme põletik (türeoidiit);
- kui teil on kilpnäärme talitluse häired;
- kui teil on herpetiformne dermatiit (Dühringi tõbi).

NB! Jooditablette tuumaõnnetuste korral (Jodix) ei tohi segi ajada joodi sisaldavate toidulisanditega. Kui vajate igapäevaselt joodi sisaldavaid toidulisandeid, nt raseduse ajal, pidage nõu oma apteekriga.

Kui palju Jodixi võtta (130 mg)?

Üle 12-aastased, rasedad ja imetavad emad: 1 tablett (= 130 mg). Tablett neelatakse alla rohke vee või muu joogiga.

3-12-aastased lapsed: 1/2 tabletti (= 65 mg). Jagage Jodixi tablett pooleks. Andke lapsele üks 1/2 osa. Tablett neelatakse alla rohke vee või muu joogiga. Vajadusel võib seda närida või vees lahustada. Andke pärast palju juua.

1 kuu vanused kuni 3-aastased lapsed: 1/4 tabletti (= 32,5 mg). Jagage Jodixi tablett neljaks. Üks 1/4 osa näritakse või purustatakse ja antakse lusikatäie jogurti, moosi või muu pooltahke toiduga või lahustatakse vees. Vees lahustamisel: Pange üks 1/4 osa klaasi, lisage veidi vett ja segage umbes 2 minutit. Laske lapsel annus ära juua. Andke pärast palju juua.

Alla 1 kuu vanused lapsed: 1/8 tabletti (= 16,25 mg), lahustatud joogis

1. Jagage Jodixi tablett neljaks.
2. Asetage üks neljandik tabletist klaasi sisse.
3. Lisage klaasi 5 ml vett. Kasutage mõõtmiseks süstalt (kui teil ei ole süstalt, lisage 2 tl vett). Segage umbes 2 minutit, tablett ei lahustu täielikult, kuid see on normaalne.
4. Lapsele tuleks anda ainult pool 5-st milliliitrist: Tõmmake süstlaga 2,5 ml lahust välja (kui teil ei ole süstalt, täitke lahusega 1 tl) ja andke ainult see lapsele. Visake ülejäänu minema.
5. Andke lapsele pärast palju juua. Vajalik varustus: Doseerimissüstlaid saab osta apteekidest, vajadusel kasutage selle asemel teelusikat.

Lastele manustatakse sama annus, olenemata sellest, kas last toidetakse rinnaga või mitte. Tavaliselt ei ole pärast joodi andmist vaja, et arst lapse üle vaataks, kuid kui teil on kahtlusi lapse tervisliku seisundi suhtes, peaksite minema perearsti visiidile. Seda seetõttu, et jooditablette saanud vastündinutel (0-1 kuu) on madala ainevahetuse taseme risk veidi suurenenud.

Kas teil on küsimusi jooditablettide kohta? Vaadake www.dsa.no. Siit leiate ka teavet erinevates keeltes.