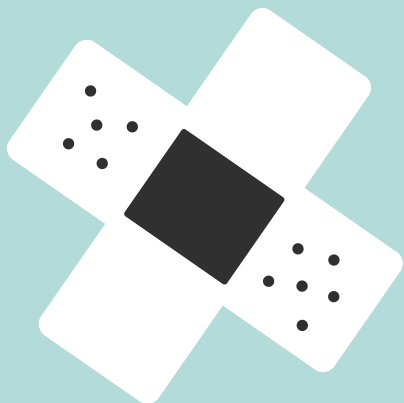




Radiacinės
saugos
centras



KALIO JODIDO (KI) TABLEČIŲ VARTOJIMAS ĮVYKUS BRANDUOLINEI AVARIJAI





Radiacinės
saugos
centras

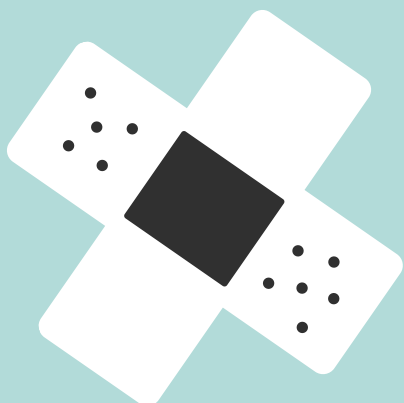


[LT] KALIO JODIDO (KI) TABLEČIŲ VARTOJIMAS ĮVYKUS BRANDUOLINEI AVARIJAI

[EN] USAGE OF POTASSIUM IODIDE (KI) TABLETS IN THE CASE OF NUCLEAR EMERGENCY

[PL] ZAŻYCIE TABLETKI JODKU POTASU (KI) W WYPADKU AWARII JĄDROWEJ

[RU] ПРИМЕНЕНИЕ ТАБЛЕТОК ЙОДИДА КАЛИЯ (KI) В СЛУЧАЕ ЯДЕРНОЙ АВАРИИ





Kalio jodido (KI) tablečių vartojimas įvykus branduolinei avarijai

1. Kalio jodido (KI) tabletės skydliaukės apsaugai **vartojamos tik tada, kai aplinkoje pasklinda radioaktyviojo jodo ir tik tada, kai jas vartoti rekomenduoja Sveikatos apsaugos ministerija.**
2. Kalio jodido (KI) tabletes rekomenduojama vartoti likus **mažiau nei 24 valandoms** iki galimo radioaktyviojo jodo įkvėpimo ar patekimo su maistu. Blokuoti skydliaukę kalio jodidu (KI) dar yra veiksminga **praėjus 2 valandoms** nuo radioaktyviojo jodo įkvėpimo ar patekimo su maistu, bet ne vėliau, **nei praėjus 8 valandoms**. Naudoti kalio jodido (KI) tabletes kitu, nei nurodyta, laiku gali būti žalinga.
3. **Kalio jodido (KI) tablečių po 65 mg vienkartinė dozė įvairioms žmonių amžiaus grupėms:**

Amžius	Kalio jodido (KI) vienkartinė dozė, mg
Naujagimiai iki 1 mėn.	16 (ketvirtis tabletės)
Kūdikiai nuo 1 mėn. iki 3 metų	32 (pusė tabletės)
Vaikai nuo 3 iki 12 metų	65 (viena tabletė)
Vaikai nuo 12 metų, suaugusieji, nėščiosios ir krūtimi maitinančios moterys	130 (dvi tabletės)

Pastaba: žmonėms, kuriems skydliaukė yra pašalinta, kalio jodido (KI) tablečių vartoti nereikia.

4. Vienkartinė kalio jodido (KI) dozė **apsaugo skydliaukę nuo radioaktyviojo jodo poveikio 24 valandas.**
5. Naujagimiams iki 1 mėnesio amžiaus, nėščioms ir krūtimi maitinančioms moterims bei vyresniems nei 60 metų amžiaus žmonėms galima vartoti **tik vieną** kalio jodido (KI) dozę. Kitoms gyventojų grupėms, esant nepalankiai avarinei situacijai (užsitęsęs radioaktyviųjų medžiagų išmetimui į aplinką, nėra galimybių saugiai evakuoti žmones, kt.), gali būti rekomenduojama vartoti **dar vieną dozę.**
6. Tabletes galima sukramtyti arba nuryti nesukramtytas. Tabletes galima sutrinti į miltelius arba ištirpinti vandenyje, sirupe arba panašiam skystyje, kad vaikams būtų lengviau vartoti tinkamą dozę. Ištirpintos tabletės vartojamos nedelsiant, nes greitai suskyla veiklioji medžiaga.
7. Pašalinis kalio jodido (KI) tablečių poveikis pasireiškia retai, apie tai yra informacijos kalio jodido (KI) tablečių pakuotėje esančiame vartojimo lapelyje.
8. Skydliaukės apsaugai branduolinės avarijos metu **netinka vartoti** vaistinėse parduodamų spiritinių ar vandeninių jodo tirpalų, purškalo su jodu, maisto papildų su jodu, nes jie neapsaugotų skydliaukės nuo žalingo radioaktyviojo jodo poveikio dėl juose esančio mažo stabiliojo jodo kiekio. Spiritinis jodo tirpalas yra skirtas tik išoriniam vartojimui – tepti ant odos. Jo veiklioji medžiaga yra ne kalio jodidas (KI), o tiesiog jodas, kuris yra stipriai oksiduojančiai ir toksiškai veikianti medžiaga, galinti sukelti cheminių audinių nudegimų ir apsinuodijimą, todėl jokiais būdais jo negalima gerti, net ir skiedžiant vandeniu.





Usage of potassium iodide (KI) tablets in the case of nuclear emergency

1. Potassium iodide (KI) tablets for protection of the thyroid must **only be taken when radioactive iodine is released into the environment**. Potassium iodide (KI) tablets must **only be taken when instructed to do so by the Ministry of Health**.
2. The optimum time to take potassium iodide (KI) tablets is less than **24 hours** before expected onset of exposure to radioactive iodine. Iodine thyroid blocking with potassium iodide (KI) is still effective **2 hours after** exposure to radioactive iodine, but not later than after **8 hours**. Taking potassium iodide (KI) tablets at other time can be harmful.
3. **Recommended single dosage of potassium iodide (KI) 65 mg tablets according to age group:**

Age	Potassium iodide (KI) dose, mg
Newborns (<1 month)	16 (quarter of tablet)
Infants (1 month – 3 years)	32 (half of tablet)
Children (3 to 12 years)	65 (one tablet)
Adults and adolescents (over 12 years), pregnant and breastfeeding women	130 (two tablets)

Note: People who have had their thyroid gland removed do not have to take potassium iodide (KI) tablets.

4. A single dose of potassium iodide (KI) **protects the thyroid from exposure to radioactive iodine for 24 hours**.
5. Neonates (less than 1 month), pregnant and breastfeeding women and older adults (over 60 years), should **take only one single dose** of potassium iodide (KI) and not repeat dosages. Members of other age groups, if directed by the Ministry of Health, can repeat a dosage once.
6. Tablets may be chewed or swallowed whole. To make it easier for children to take the correct dose, tablets can be crushed into a powder or dissolved in water, syrup, or a similar liquid. Dissolved tablets have to be used immediately due to the rapid disintegration of the active substance.
7. Side effects of potassium iodide (KI) are rare. For more information, read a package insert.
8. It is not recommended to use alcoholic or aqueous iodine solutions, iodine sprays or food supplements containing iodine that are sold in pharmacies for the protection of the thyroid during a nuclear emergency. Alcoholic iodine solution is for external use only – to apply on the skin. Its active ingredient is not potassium iodide, but simply iodine, which is a highly oxidizing and toxic substance that can cause chemical tissue burns and poisoning, and under no circumstances should be taken, even when diluted with water.





Zażywanie tabletki jodku potasu (KI) w wypadku awarii jądrowej

1. Tabletki jodku potasu (KI) **zażywa się** dla ochrony tarczycy tylko wtedy, **kiedy w środowisku rozprzestrzenia się radioaktywny jod**. Tabletki jodku potasu (KI) **należy zażywać tylko po zaleceniu Ministerstwa Zdrowia**.
2. Tabletki jodku potasu (KI) najlepiej jest zażyć nie wcześniej niż **24 godziny** przed możliwym wdychaniem lub spożyciem pokarmów z radioaktywnym jodem. Zażywanie tabletki jodku potasu (KI) jest skuteczne jeszcze po upływie **2 godzin** po rozpoczęciu wdychania lub spożycia z pokarmem radioaktywnego jodu, lecz **nie później niż 8 godzin**. Zażywanie tabletek jodku potasu (KI) w innym, niż wskazanym czasie może być szkodliwe.
3. **Tabletki jodku potasu (KI) po 65 mg pojedyncza dawka dzienna dla różnych grup wiekowych:**

Grupa wiekowa	Pojedyncza dawka jodku potasu (KI), mg
Noworodki do 1 miesiąca życia	16 (ćwiartka tabletki)
Niemowlęta powyżej 1 miesiąca życia do 3 roku życia	32 (pół tabletki)
Dzieci powyżej 3 roku życia – do 12 lat	65 (jedna tabletki)
Dzieci powyżej 12 lat i dorośli, kobiety w ciąży i karmiące piersią	130 (dwie tabletki)

Uwaga: osoby, które mają usuniętą tarczycę, nie muszą przyjmować tabletek jodku potasu (KI).

4. Pojedyncza dawka jodku potasu (KI) **chroni tarczycę przed skutkami radioaktywnego jodu przez 24 godziny**.
5. **Pojedyncza dawka jodku potasu (KI)** jest zalecana dla noworodków do 1 miesiąca życia, kobiet w ciąży i karmiących piersią oraz osób powyżej 60 lat życia. Innym grupom ludzi, z powodu trudnej sytuacji awaryjnej (w środowisku trwające rozprzestrzenienie się radioaktywnego jodu, nie ma możliwości zapewnić bezpieczną ewakuację ludzi itd.), może być zalecana powtórna pojedyncza dawka.
6. Tabletki można rozgryzać albo połykać w całości. Tabletki można rozkruszyć na proszek lub rozpuścić je w wodzie, syropie lub innym płynie, co ułatwi dziecku przyjęcie odpowiedniej dawki. Rozpuszczone tabletki zażywa się natychmiast ze względu na szybki rozkład substancji czynnej.
7. Skutki uboczne tabletek jodku potasu (KI) pojawiają się rzadko, więcej informacji na ten temat można znaleźć na ulotce dołączonej do opakowania tabletek jodku potasu (KI).
8. W wypadku awarii jądrowej do ochrony tarczycy **nie zaleca się stosować** sprzedawanych w aptekach spirytusowych lub wodnych roztworów z jodem, aerozoli z jodem oraz suplementów diety z jodem, ponieważ nie chronią tarczycę przed skutkami radioaktywnego jodu, gdyż zawierają niewielką ilość stabilnego jodu. Spirytusowy roztwór z jodem przeznaczony jest tylko do stosowania zewnętrznego – na powierzchnię skóry. Jego substancją czynną jest jod, nie jodek potasu, który jest mocno utleniającą i toksyczną substancją, może powodować chemiczne oparzenia tkanek i zatrucie, dlatego pod żadnym pozorem nie należy go zażywać, nawet po rozcieńczeniu wodą.





Применение таблеток йодида калия (KI) в случае ядерной аварии

1. Таблетки йодида калия (KI) для защиты щитовидной железы следует принимать только **в присутствии радиоактивного йода в окружающей среде** и только по рекомендации **Министерства здравоохранения**.
2. Таблетки йодида калия (KI) желателно принимать менее чем за **24 часа** до ожидаемого поступления радиоактивного йода в организм дыхательным путём или с продуктами питания. Блокирование щитовидной железы йодидом калия (KI) все еще будет эффективным через **2 часа** после поступления радиоактивного йода в организм дыхательным путём или с продуктами питания, но не позднее, чем **по истечении 8 часов**. При несвоевременном приёме йодида калия (KI) может наблюдаться негативный эффект.
3. **Суточная дозировка йодида калия (65 мг) для лиц разных возрастных групп:**

Возраст	Суточная доза йодида калия (KI), мг
Новорожденные до 1 месяца	16 (четверть таблетки)
Дети от 1 месяца до 3 лет	32 (пол таблетки)
Дети от 3 до 12 лет	65 (одна таблетка)
Дети старше 12 лет, взрослые, беременные и кормящие грудью женщины	130 (две таблетки)

Примечание: Люди, у которых полностью удалена щитовидная железа, таблетки йодида калия (KI) принимать не надо.

4. Однократная доза йодида калия (KI) **обеспечивает защиту щитовидной железы от воздействия радиоактивного йода в течение 24 часов**.
5. Новорожденным в возрасте до 1 месяца, беременным и кормящим грудью женщинам, а также лицам старше 60 лет рекомендуется только однократная доза йодида калия (KI). Другим группам населения, в случае неблагоприятного развития аварийной ситуации (затяжной выброс радиоактивных веществ в атмосферу, невозможность безопасно эвакуировать людей и т.д.) может быть рекомендовано применение **ещё одной** однократной дозы йодида калия (KI).
6. Таблетки можно разжевать или проглотить целиком. Чтобы детям было легче принять правильную дозу, таблетки можно растолочь в порошок или растворить в воде, сиропе или подобной жидкости. Растворенные таблетки применяются незамедлительно из-за быстрого распада активного вещества.
7. Побочные действия препарата йодида калия (KI) встречаются редко, а подробная информация об этом представлена в прилагаемой к упаковке препарата йодида калия (KI) инструкции по его применению.
8. Продаваемые в аптеках спиртовые или водные растворы йода, йодсодержащие аэрозоли и пищевые добавки **не подходят** для применения в случае ядерной аварии, поскольку не обеспечивают надлежащей защиты щитовидной железы от вредного воздействия радиоактивного йода из-за низкого содержания в них стабильного йода. Спиртовой раствор йода предназначен только для наружного применения т.е. нанесения на кожу. Его активным компонентом является не йодид калия (KI), а элементарный йод, обладающий сильно токсичными и окисляющими свойствами, способными вызывать отравления и химические ожоги тканей, поэтому спиртовой раствор йода не должен приниматься вовнутрь ни при каких обстоятельствах даже в разбавленном виде.

