



Zażywanie tabletek 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 tabletek 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.

