

Пам'ятка: йодна профілактика у разі радіаційної аварії

МОЗ України

1. Яку небезпеку несуть аварії на атомних станціях?

У разі аварії на ядерних установках атомної станції може відбутися викид радіоіотопів йоду, цезію, стронцію та інших радіонуклідів. В результаті викиду може утворитися радіаційна хмара, яка по своїй протяжності може забруднювати ґрунт, поверхні, їжу та воду. Крім того, опади з хмари можуть осідати на шкірі та одязі людини. Так виникає зовнішнє опромінення, а при споживанні забруднених харчових продуктів – внутрішнє. Значна частина викидів містить радіактивний йод, або так звані радіоактивні ізотопи йоду («поганий йод»). Якщо не вживати заходів захисту, то в такому разі радіоактивний йод дуже легко і швидко поглинається щитоподібною залозою (особливо у дітей) і може призвести до її захворювань.

Значний ризик для здоров'я має внутрішнє опромінення, – коли радіоізотопи потрапляють в організм людини через вдихання повітря чи споживання забруднених продуктів.

2. Що таке йодна профілактика?

Щоби зменшити негативний вплив радіоактивного йоду на щитоподібну залозу, використовується калій йодид. Такий захід називають йодною профілактикою. Після прийому препарату відбувається блокування щитоподібної залози, що перешкоджає накопиченню в ній радіоіотопів йоду.

3. Прийом калій йодиду – офіційне оповіщення

Приймати профілактичну дозу йодиду калію потрібно тільки після офіційного оповіщення про загрозу викиду та необхідність проведення йодної профілактики! Таке оповіщення проводиться місцевими органами виконавчої влади всіма доступними засобами масової інформації.

Оптимальний ефект йодної профілактики досягається при завчасному прийомі препарату за 6 і менше годин до надходження радіоактивної хмари. Прийом препарату залишається ефективним одночасно з надходженням «хмари» та через 6 годин після. Не рекомендуємо прийом препарату через 24 годин після надходження хмари.

Якщо аварія вже сталася, категорично не рекомендовано залишати місце укриття до офіційних повідомлень місцевої влади. Так можна наразитися на ще більшу небезпеку. У будь-якому випадку варто чекати сповіщень від місцевої влади.

4. Кому і в яких дозах потрібно приймати йодиду калію?

діти до 1 місяця (немовлята й діти, які перебувають на грудному вигодовуванні) – 16 мг,

діти від 1 місяця до 3 років – 32 мг,

діти від 3 до 12 років – 62,5 мг,

підлітки від 13 до 18 років, дорослі до 40 років, вагітні та матері, які годують грудьми – 125 мг.

Людам старшим за 40 років калій йод не призначають!

5. Які наслідки прийому йодиду калію?

Тимчасова блокада функції щитоподібної залози та одноразове введення йодовмісних препаратів практично не позначається на стані здоров'я дітей та дорослих. Але якщо приймати такі препарати протягом тривалого часу і у неправильному дозуванні, підвищується ризик зниження функції щитоподібної залози. Отже, приймати йодовмісні препарати для профілактики не варто.

Використання спиртового розчину йоду чи розчину Люголя є неефективним та завдасть лише шкоду!

Пам'ятайте також про [інші заходи захисту](#) у разі радіаційної аварії: перейдіть в укриття, щільно закрийте вікна і двері (не здійснюйте провітрювання), упакуйте харчові продукти або помістіть їх в закриті ємності, накопичте запас чистої води.

Йодна профілактика у разі радіаційної аварії

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ

Йодну профілактику проводять тільки після офіційного оповіщення! Для цього приймають йодид калію.

Коли оптимально приймати препарат?

- за 6 і менше годин до надходження радіоактивної хмари.
- одночасно з надходженням хмари та через 6 годин після.

ⓘ Приймати препарат через 24 години після надходження хмари – НЕ рекомендовано.

Кому і в яких дозах потрібно приймати йодид калію?

Йодид калію приймають одноразово:

- діти до 1 місяця – 16 мг,
- діти від 1 місяця до 3 років – 32 мг,
- діти від 3 до 12 років – 62,5 мг,
- підлітки від 13 до 18 років, дорослі до 40 років, вагітні та матері, які годують грудьми – 125 мг.

ⓘ Людам старшим за 40 років калій йод не призначають.
Використання спиртового розчину йоду чи розчину Люголя є неефективним та шкідливим!

