



Oslo kommune
Helseetaten

Folkehelse- og omsorgsavdelingen

Informasjon til foresatte om bruk av jodtabletter under en atomhendelse
Kvittering for utlevering av jodtabletter fra barnehage, skole eller institusjon

Søk råd (for eksempel råd om innendørs opphold) og hold deg orientert via internett, tv og radio.

Aktuelle nettsteder

Kommunens nettside <https://www.oslo.kommune.no/> eller Direktoratet for strålevern og atomsikkerhet sin nettside: <https://www.dsa.no/atomberedskap>

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 eller en terroraksjon.

Opptak av radioaktivt jod øker risikoen for å få kreft i skjoldbruskkjertelen. Dersom det blir et utslipp av radioaktivt jod, kan jodtabletter blokkere opptaket av radioaktivt jod, og kan være ett av flere beskyttende tiltak som Kriseutvalget for atomberedskap anbefaler. Anbefaling om inntak av jod vil sannsynligvis gis sammen med råd om innendørsopphold.

Jodtabletter beskytter bare mot radioaktivt jod, og ikke mot andre radioaktive stoffer. Jodtabletter skal inntas så raskt som mulig etter at anbefaling er gitt fra Kriseutvalget for atomberedskap, og innen 4 timer etter eksponering for radioaktivt jod i luft, mat og/eller drikke.

Oslo kommune sørger for utlevering til barn/elever som oppholder seg på skolen, i barnehagen, BFE-institusjoner og andre institusjoner etter forhåndsgodkjenning fra foresatte, og varsler foresatte. Barna/elevne inntar da tablettene de får utlevert.

Forhåndssamtykke fra foresatte er nødvendig for at barn skal få utdelt jodtabletter der de oppholder seg (skole, barnehage eller institusjon).

Jodtabletter er nå også tilgjengelig for hjemmelagring (reseptfritt salg på apotek) og det anbefales at familier kjøper inn til alle under 40 år, gravide og ammende.

Dosering (NB styrken på tablettene som utleveres av kommunen er forskjellig fra styrken på tablettene kjøpt på apotek til hjemmelagring.):

Kaliumjodid tabletter 65 mg.

Tablettene svelges med vann, kan deles, og kan hvis nødvendig løses opp i vann.

- Nyfødte < 1 mnd.: 1/4 tablett (spesielle forsiktighetsregler gjelder, forhør deg med helsepersonell)
- 1 mnd - 2 år: 1/2 tablett
- 3 år - 11 år: 1 tablett
- 12 år - 18 år og **alle** elever i videregående skole: 2 tabletter
- 19 år - 40 år (avhengig av nasjonalt råd): 2 tabletter
- Gravide: 2 tabletter
- Ammende: 2 tabletter

Jodtabletter skal i utgangspunktet bare tas én gang, men i spesielle situasjoner kan det bli aktuelt med en ny dosering etter 24 timer. **Beskjed om slik utvidet dosering gis av Kriseutvalget for atomberedskap.**

Unntak: Nyfødte (< 1 måned), gravide og ammende kvinner skal **IKKE** ta jodtabletter mer enn 1 gang.

Bivirkninger

Se pakningsvedlegg for nærmere informasjon.

Advarsler og forsiktighetsregler:

- Risikoen for bivirkninger ved bruk av jodtabletter er svært liten for barn og unge.
- Gravide og ammende skal unngå høyere doseringer enn anbefalt
- Ved tilførsel av jod til nyfødte (første levemåned) gjelder spesielle forsiktighetsregler
- Personer som har betennelse i skjoldbruskkjertelen (thyreoiditt), forstyrrelser i skjoldbruskkjertelfunksjonen eller dermatitis herpetiformis (Duhrings sykdom) skal ikke ta jodtabletter.
- Personer som er allergisk overfor kaliumjodid eller noen av innholdsstoffene i legemiddelet skal ikke ta jodtabletter.
- Personer som har operert bort skjoldbruskkjertelen trenger ikke ta jodtabletter.

Kvittering for utlevering av jodtabletter fra barnehage/skole/institusjon ved en atomhendelse

Navn på den som har fått utlevert jodtabletter:

Utlevert ved (navn på barnehage/skole/institusjon):

Utlevert dato/klokkeslett: _____ **Antall** jodtabletter 65 mg: _____

Signatur: _____