

## KALIO JODIDO VARTOJIMO ĮVYKUS BRANDUOLINEI AR RADIOLOGINEI AVARIJAI REKOMENDACIJOS

1. Kalio jodido tabletes rekomenduojama vartoti **likus mažiau nei 24 val.** iki galimo radioaktyviojo jodo įkvėpimo ar patekimo su maistu. Blokuoti skydliaukę kalio jodidu **dar yra veiksminga praėjus 2 valandoms** nuo radioaktyviojo jodo įkvėpimo ar patekimo su maistu, **bet ne vėliau nei praėjus 8 valandoms.** Naudoti kalio jodido tabletes kitu nei nurodyta laiku gali būti žalinga.

2. Kalio jodido tablečių po 65 mg vienkartinė paros dozė įvairioms žmonių amžiaus grupėms:

Amžius	Kalio jodido tablečių vienkartinė paros 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 ir suaugusieji	130 (dvi tabletės)

3. Vienkartinė kalio jodido tablečių paros dozė **apsaugo** skydliaukę nuo radioaktyviojo jodo poveikio **24 valandas.**

4. Naujagimiams iki 1 mėnesio amžiaus, nėščioms ir krūtimi maitinančioms moterims bei vyresniems nei 60 metų amžiaus žmonėms rekomenduojama vartoti tik vieną kalio jodido tablečių paros 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 paros dozę.**

5. Patartina kalio jodido tabletes gerti po valgio. Tabletes galima ištirpinti vandenyje ar skystuose vaikų maisto produktuose. Ištirpintos tabletės vartojamos nedelsiant, nes greitai suskyla veiklioji medžiaga.

6. Pašalinis kalio jodido tablečių poveikis pasireiškia retai, apie tai pateikiama informacija kalio jodido tablečių pakuotėje esančiame vartojimo lapelyje.

7. Skydliaukės apsaugai branduolinės ar radiologinės avarijos metu **netinka vartoti vaistinėse parduodamų spiritinių ar vandeninių jodo tirpalų, purškalų su jodu, maisto papildų su jodu, nes jie neapsaugotų skydliaukės nuo radioaktyviojo jodo žalingo 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, o tiesiog jodas, kuris yra stipriai oksiduojamai ir toksiškai veikianti medžiaga, galinti sukelti cheminių audinių nudegimų ir apsinuodijimą, todėl jokiais būdais jo negalima gerti, net ir skiedžiant vandeniu.