

INFORMASJON TIL FØRESETTE OM UTDDELTE JODTABLETTAR

Namnet til barnet: _____

Klasse/barnehageavdeling: _____

Type tablett og dosering: _____

Tabletten skal takast, dato: _____, **klokkeslett:** _____

Barnet ditt har i dag fått med en dose jod heim fordi myndigheitene har anbefalt inntak av jod-tablettar. Innhaldet i posen skal takast på tidspunktet som står øvst på dette arket.

Tre typar jodtablettar er tilgjengeleg i Noreg: "Kaliumjodid Recip 65 mg", «Kaliumjodid SERB 65 mg» og "Jodix 130 mg". Kva type barnet ditt har fått står på posen tabletten ligg i, og dosen er tilpassa alderen på barnet ditt. Det oppstår veldig sjeldan biverknadar ved eingongsinntak av jod.

Kaliumjodid Recip og Kaliumjodid SERB tablettar – dosering:

- **Alle over 12 år, gravide og ammande: 2 tablettar (= 130 mg)**
Tablettane skal svelgast med rikeleg vatn eller anna drikke. Ved behov kan tabletten tyggast, delast eller knusast og blandast ut i fruktjuice, syltetøy, mjølk eller liknande.
- **Barn 3–12 år: 1 tablett (= 65 mg)**
Tabletten skal svelgast med rikeleg vatn eller anna drikke. Ved behov kan den tyggast, delast eller knusast slik at ein kan gi det på ei skei med yoghurt, syltetøy eller annan halvfast mat, eller blandast ut i vatn.
Ved utblanding i vatn: legg tabletten i eit glas, tilsett litt vatn (ei mengde som barnet greier å drikke). Rør rundt i ca. 2 minutt. Tabletten løyser seg ikkje heilt, men det er greitt. Gi dosen til barnet. Gi rikeleg med drikke etterpå.
- **Barn 1 måned–3 år: 1/2 tablett (= 32,5 mg)**
Del tabletten i to. Gi barnet den eine ½-delen. Den kan tyggast, delast eller knusast slik at ein kan gi det på ei skei med yoghurt, syltetøy eller annan halvfast mat, eller blandast ut i vatn.
Ved utblanding i vatn: legg den eine ½-delen i eit glas, tilsett litt vatn (ei mengde som barnet greier å drikke). Rør rundt i ca. 2 minutt, tabletten løyser seg ikkje heilt, men det er greitt. Gi dosen til barnet. Gi rikeleg med drikke etterpå.
- **Barn under 1 måned: 1/4 tablett (= 16,25 mg)**
Del tabletten i fire. Legg den eine ¼-delen i eit glas, tilsett litt vatn (ca. 2 – 2,5

ml eller ei teskei vatn vil vere nok). Rør rundt i ca. 2 minutt, tablettene løyser seg ikkje heilt, men det er greitt. Gi dosen til barnet ved å bruke sprøyte eller skei. Gi rikeleg med drikke etterpå.

Til barn gir ein den same dosen uavhengig om barnet blir amma eller ikkje.

Jodix tablettar – dosering:

- **Alle over 12 år, gravide og ammande: 1 tablett (= 130 mg)**
Tabletten skal svelgast med rikeleg vatn eller anna drikke.
- **Barn 3–12 år: ½ tablett (= 65 mg)**
Del Jodix-tabletten i to. Gi barnet den eine halvdel. Skal svelgast med rikeleg vatn eller anna drikke. Ved behov kan tablettene tyggast eller blandast ut i vatn. Gi rikeleg med drikke etterpå.
- **Barn 1 måned–3 år: ¼ tablett (= 32,5 mg)**
Del Jodix-tabletten i fire. Den eine fjerdedelen skal tyggast eller knusast og slik at ein kan gi det på ei skei med yoghurt, syltetøy eller annan halvfast mat, eller skal blandast ut i vatn. Ved utblanding i vatn: Legg den eine fjerdedelen i eit glas, tilsett litt vatn og rør rundt i ca. 2 minutt. La barnet drikke dosen. Gi rikeleg med drikke etterpå.
- **Barn under 1 måned: 1/8 tablett (= 16,25 mg) oppløyst i drikke**
 1. Del Jodix-tabletten i fire.
 2. Legg den ene fjerdedelen i eit glas.
 3. Tilsett 5 ml vatn i glaset. Bruk sprøyte til å måle opp (viss du ikkje har sprøyte, tilsett 2 teskeier med vatn). Rør rundt i ca. 2 minutt, tablettene løyser seg ikkje heilt, men det er greitt.
 4. Barnet skal berre ha halvparten av 5 ml: Trekk ut 2,5 ml av løysinga med sprøyte (viss du ikkje har sprøyte, fyll 1 teskei med løysinga) og gi berre dette til barnet. Kast resten.
 5. Gi barnet rikeleg med drikke etterpå.

Til barn gir ein den same dosen uavhengig om barnet blir amma eller ikkje.

Utfyllande informasjon om jodtabletter ved atomulykker

Kvifor ta jodtabletter?

Ved ei atomulykke kan radioaktivt jod bli spreidd via lufta og bli tatt opp i skjoldbruskkjertelen når ein pustar inn forureina luft eller tar til seg forureina mat og drikke. Jodtabletter blokkerer opptaket av radioaktivt jod i skjoldbruskkjertelen og reduserer risikoen for å få kreft i denne. Jodtabletter beskyttar berre mot radioaktivt jod, og ikkje mot andre radioaktive stoff.

Råd om å ta tablettane vil ofte bli gitt saman med råd om å opphalde seg innandørs i opptil 2 døgn. Det er derfor viktig å ha tablettane lagra heime, eller der ein oppheld seg på dagtid.

Når skal jodtablettene takast?

Dei skal ikkje takast før Kriseutvalet for atomberedskap ([Atomberedskap i Norge - DSA](#)) bestemmer at dei skal takast. I tilfelle ei atomulykke, vil informasjon om tidspunkt for kva tid ein skal ta tablettane bli gitt gjennom media, relevante myndigheiter og på www.dsa.no.

Kven skal ta jodtabletter?

Det er spesielt viktig at barn og unge under 18 år, gravide og ammande tar tablettane fordi dei har størst risiko for å få kreft i skjoldbruskkjertelen etter å ha blitt utsette for radioaktivt jod. Personar som har operert bort skjoldbruskkjertelen treng ikkje ta jodtabletter. Det kan i heilt særskilde situasjonar også vere aktuelt med tabletter for vaksne mellom 18 og 40 år, medan dei over 40 år har svært liten risiko for å få kreft i skjoldbruskkjertelen som følgje av radioaktivt jod, og treng ikkje ta jodtabletter.

Kriseutvalet for atomberedskap vil gi ytterlegare informasjon om kva for grupper av befolkninga som skal ta tabletter ved ei atomulykke.

Kven skal ikkje ta jodtabletter:

- dei som er allergisk overfor kaliumjodid eller nokon av dei andre innhaldsstoffa i legemiddelet (lista opp i pakningsvedlegget)

Kven skal ta jodtabletter, men må følgast opp av behandlande lege i ettertid:

- dersom du har stoffskiftesjukdom bør du kontrollere stoffskifteprøver 6-12 veker etter inntaket.
- dersom du er gravid og har stoffskiftesjukdom må stoffskiftet følgast i svangerskapet, første gong etter to veker.
- dersom du har dermatitis herpetiformis (Dührings sjukdom) kan du få forverring av hudsjukdomen i tida etter.

Pakningsvedlegg for Kaliumjodid SERB tabletter, sjå <https://www.felleskatalogen.no/medisin/pasienter/pas-kaliumjodid-serb-713109> (Kaliumjodid recip har same innhaldsstoff)

Pakningsvedlegg for Jodix tabletter, sjå <https://www.felleskatalogen.no/ir/medisin/pasienter/pil-jodix-orion-655680>

Kriseutvalet for atomberedskap er ansvarlege for, og har fullmakt til, å iverksetje tiltak for å redusere konsekvensane etter ei atomulykke. Kriseutvalet består av representantar frå Direktoratet for strålevern og atomtryggleik (DSA), Forsvaret, Helsedirektoratet, Mattilsynet, Politidirektoratet, Utanriksdepartementet, Kystverket og Direktoratet for samfunnstryggleik og beredskap. Mandatet til Kriseutvalet er gitt i Kgl. Res. av 23.08.13 ([StrålevernHefte 31 KglRes.pdf \(dsa.no\)](#)).

Har du spørsmål om jodtabletter? Sjå www.dsa.no. Her finn du også informasjon på ulike språk.