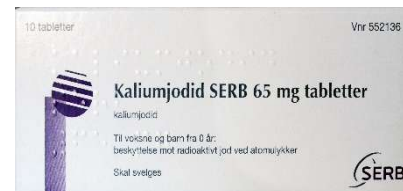


Kaliumjodid SERB (65 mg)

Joda tabletes kodolavārijas gadījumā

Vai jūs esat jaunāks par 40 gadiem, grūtniece, barojat bērnu ar krūti vai jūsu mājsaimniecībā dzīvo bērni? Tādā gadījumā mēs iesakām jums mājās lietot joda tabletes. Tabletes var nodrošināt aizsardzību pret radioaktīvo jodu kodolavārijas gadījumā, un tās jālieto tikai saskaņā ar attiecīgo iestāžu norādījumiem.



Kāpēc jālieto joda tabletes?

Kodolavārijas gadījumā radioaktīvais jods var izplatīties pa gaisu un uzsūkties vairogdziedzērī, ieelpojot piesārņotu gaisu un/vai norijot piesārņotu pārtiku un dzērienus. Joda tabletes bloķē radioaktīvā joda uzsūkšanos vairogdziedzērī un samazina vairogdziedzera vēža risku. Joda tabletes aizsargā tikai no radioaktīvā joda, bet ne citām radioaktīvām vielām.

Nereti norādes tablešu lietošanai papildina ieteikums uzturēties iekštelpās līdz 2 diennaktīm. Tāpēc ir svarīgi uzglabāt tabletes mājās.

Kādos gadījumos jālieto tabletes?

Tās jālieto tikai pēc attiecīgo iestāžu norādījumiem. Kodolavārijas gadījumā informācija tiek sniegta plašsaziņas līdzekļos, attiecīgajās iestādēs un www.dsa.no.

Kam jālieto joda tabletes?

Īpaši svarīgi ir tas, lai bērni un pusaudži, kas jaunāki par 18 gadiem, grūtnieces un sievietes bērna zīdīšanas posmā lietotu tabletes, jo pēc radioaktīvā joda iedarbības tieši viņiem ir vislielākais risks saslimt ar vairogdziedzera vēzi. Ļoti īpašās situācijās tablešu lietošana var būt aktuāla arī pieaugušajiem vecumā no 18 līdz 40 gadiem, savukārt tiem, kas vecāki par 40 gadiem, ir ļoti mazs risks saslimt ar vairogdziedzera vēzi un nav nepieciešams lietot joda tabletes. Personām, kurām vairogdziedzēris ir izoperēts, joda tabletes nav jālieto. Iestādes sniegs papildu informāciju, kurām iedzīvotāju grupām jālieto tabletes kodolavārijas gadījumā.

Uzmanību! Joda tabletes kodolavārijas gadījumā nedrīkst jaukt ar uztura bagātinātājiem ar jodu. Ja jums ir nepieciešams ikdienas uztura bagātinātājs ar jodu, piemēram, grūtniecības laikā, vaicājiet to farmaceitam.

Kādās devās lietot Kaliumjodid SERB (65 mg)?

- **Ikvienam, kas sasniedzis vismaz 12 gadu vecumu, grūtniecēm un sievietēm bērna zīdīšanas posmā: 2 tabletes (= 130 mg)**

Tabletes norij, uzdzerot lielu daudzumu ūdens vai cita dzēriena. Ja nepieciešams, tableti var sakošļāt, sadalīt vai sasmalcināt un iemaisīt augļu sulā, ievārījumā, pienā vai tamlīdzīgi.

- **Bērni vecumā no 3 līdz 12 gadiem: 1 tablete (= 65 mg)**

Tableti norij, uzdzerot lielu daudzumu ūdens vai cita dzēriena. Ja nepieciešams, tableti var sakošļāt, sadalīt vai sasmalcināt un pasniegt ar karoti jogurta, ievārījuma vai citas puscietas pārtikas vai izšķīdināt ūdenī.

Izšķīdinot ūdenī: iemetiet tableti glāzē, pievienojiet nedaudz ūdens (tik, cik bērns spēj izdzert). Maisiet apmēram divas minūtes – tablete pilnībā neizšķīdīs, taču tam nav nozīmes. Pasniedziet devu bērnam. Pēc tam ļaujiet uzdzert lielu daudzumu šķidruma.

- **Bērni vecumā no 1 mēneša līdz 3 gadiem: 0,5 tablete (= 32,5 mg)**

Sadaliet tableti uz pusēm. Dodiet bērnam vienu pusi. To var sakošļāt vai sasmalcināt un pasniegt ar karoti jogurta, ievārījuma vai citas puscietas pārtikas vai izšķīdināt ūdenī.

Izšķīdinot ūdenī: iemetiet pusi tabletes glāzē, pievienojiet nedaudz ūdens (tik, cik bērns spēj izdzert). Maisiet apmēram divas minūtes – tablete pilnībā neizšķīdīs, taču tam nav nozīmes. Pasniedziet devu bērnam. Izmantojiet šļirci vai karoti, ja bērns nespēj dzert no glāzes. Pēc tam ļaujiet uzdzert lielu daudzumu šķidruma.

- **Bērniem līdz 1 mēneša vecumam: 0,25 tablete (= 16,25 mg)**

Sadaliet tableti četrās daļās. Iemetiet vienu ceturto daļu tabletes glāzē, pievienojiet nedaudz ūdens (2–2,5 ml vai tējkarote ūdens ir pietiekami). Maisiet apmēram divas minūtes – tablete pilnībā neizšķīdīs, taču tam nav nozīmes. Pasniedziet bērnam devu, izmantojot šļirci vai karoti. Pēc tam ļaujiet uzdzert lielu daudzumu šķidruma.

Tiek dota vienāda deva neatkarīgi no tā, vai bērns tiek barots ar krūti.

Nepieciešamais aprīkojums: dozēšanas šļirces, kuras var iegādāties aptiekās; alternatīvi var izmantot tējkaroti.

Parasti pēc joda lietošanas bērnam nav jāpārbaudās pie ārsta, taču, ja jums ir šaubas par bērna veselības stāvokli, sazinieties ar ģimenes ārstu. Jaundzimušajiem (0–1 mēnesis), kuri saņēmuši joda tabletes, ir nedaudz palielināts zema metabolisma risks. Priekšlaikus dzimušiem bērniem joda tabletes parasti nav ieteicamas, pirms sasniegtas grūtniecības 37. nedēļas.

Nelietojiet joda tabletes šādos gadījumos!

- Ja jums ir alerģija pret kālija jodīdu vai kādu citu zāļu sastāvdaļu (uzskaitītas lietošanas instrukcijā).

Šādām personām ir jālieto joda tabletes, taču pēc tam vajadzīga ārstējošā ārsta uzraudzība.

- Ja jums ir vielmaiņas traucējumi, veiciet vielmaiņas testus 6-12 nedēļas pēc tablešu uzņemšanas.
- Ja jums ir iestājusies grūtniecība un ir vielmaiņas traucējumi, metabolisms jānovēro grūtniecības laikā, pirmo reizi pēc divām nedēļām.

- Ja jums ir herpētiskais dermatīts (Dīringa slimība), ādas slimība var saasināties pēc joda tabletes uzņemšanas, un ārstējošais ārsts var veikt korekcijas ārstēšanas kursā.

Vai jums ir jautājumi par joda tabletēm? Skatīt vietni www.dsa.no. Šeit jūs atradīsiet arī informāciju dažādās valodās.