

## Jodix (130 mg)

### Jodo tabletės branduolinės nelaimės atveju

Jeigu jums dar nėra 40 metų, esate nėščia, maitinate krūtimi arba turite kartu gyvenančių vaikų, rekomenduojame namie turėti jodo tablečių. Šios tabletės gali apsaugoti nuo radioaktyviojo jodo poveikio branduolinės nelaimės atveju. Jas vartokite tik pagal atsakingų institucijų rekomendacijas.



### Kodėl reikia vartoti jodo tabletes?

Branduolinės nelaimės atveju radioaktyvusis jodas gali pasklisti ore ir patekti į skydliaukę, kvėpuojant užterštu oru ir (arba) vartojant užterštą maistą bei gėrimus. Jodo tabletės blokuoja radioaktyvaus jodo įsisavinimą skydliaukėje ir sumažina riziką susirgti skydliaukės vėžiu. Šios tabletės apsaugo tik nuo radioaktyviojo jodo, tačiau jos neapsaugo nuo kitų radioaktyviųjų medžiagų.

Patarimas vartoti jodo tabletes paprastai teikiamas kartu su rekomendacija iki 2 dienų neiti į lauką. Todėl svarbu, kad tabletės būtų laikomos namuose.

### Kada vartoti tabletes?

Jas reikia vartoti tik pagal atsakingų institucijų rekomendacijas. Įvykus branduolinei nelaimei, jas paskelbs žiniasklaidos priemonės, atsakingos valdžios institucijos ir [www.dsa.no](http://www.dsa.no).

### Kas turi vartoti jodo tabletes?

Ypač svarbu, kad tabletes vartotų vaikai ir paaugliai iki 18 metų, taip pat nėščiosios ir žindyvės, nes jiems didžiausia rizika susirgti skydliaukės vėžiu dėl radioaktyviojo jodo poveikio. Labai ypatingais atvejais tabletes gali tekti vartoti ir suaugusiems asmenims nuo 18 iki 40 metų amžiaus. Vyresniems nei 40 metų asmenims rizika susirgti skydliaukės vėžiu labai menka, tad jiems nereikia vartoti jodo tablečių. Be to, šių tablečių nereikia vartoti asmenims, kuriems išoperuota skydliaukė.

Įvykus branduolinei nelaimei, atsakingos institucijos pateiks išsamesnes rekomendacijas kurioms gyventojų grupėms reikia vartoti jodo tabletes.

Dėmesio! Jodo tablečių, kurios skirtos apsaugai branduolinės nelaimės atveju, nesupainiokite su maisto papildais, turinčiais jodo. Jeigu jums reikia kasdienių maisto papildų su jodu, pvz. nėštumo metu, teiraukitės vaistinėje.

### **Kiek Jodix tablečių (130 mg) vartoti?**

**Asmenims, vyresniems nei 12 metų, nėščiosioms ir žindyvėms:** 1 tabletė (= 130 mg), užgeriant dideliu kiekiu vandens ar kito gėrimo.

**Vaikams nuo 3 iki 12 metų:** ½ tabletės (= 65 mg). Jodix tabletę padalinkite pusiau. Vaikui duokite vieną puselę. Reikia užgerti dideliu kiekiu vandens ar kito gėrimo. Esant poreikiui ją galima sukramtyti arba sumaišyti su vandeniu. Paskui duokite daug gerti.

**Vaikams nuo 1 mėnesio iki 3 metų:** ¼ tabletės (= 32,5 mg). Jodix tabletę padalinkite į keturias dalis. Vieną ketvirtadalį sukramtykite arba sutrinkite ir sumaitinkite su šaukšteliu jogurto, uogienės ar kito pusiau kieto maisto. Arba galite sumaišyti su vandeniu. Skiedžiant vandeniu: įdėkite vieną ketvirtadalį į stiklinę, įpilkite šiek tiek vandens ir maišykite apie 2 minutes. Sugirdykite vaikui dozę. Paskui duokite daug gerti.

**Vaikams iki 1 mėnesio:** 1/8 tabletės (= 16,25 mg), ištirpintos gėrime.

1. Padalinkite Jodix tabletę į keturias dalis.
2. Įdėkite vieną ketvirtadalį į stiklinę.
3. Įpilkite į stiklinę 5 ml vandens. Vandens kiekį atmatuokite švirškštu (jei neturite švirškšto, įpilkite 2 arbatinius šaukštelius vandens). Maišykite apie 2 minutes. Tabletė visiškai neištirs, bet tai ir nebūtina.
4. Vaikui duokite tik pusę iš 5 ml: Švirškštu įtraukite 2,5 ml tirpalo (jei neturite švirškšto, pasemkite 1 arbatinį šaukštelį tirpalo) ir tik tai duokite vaikui. Likutį išpilkite.
5. Paskui vaikui duokite daug gerti.

Reikmenys: dozavimo švirškštų galite įsigyti vaistinėje. Jei neturite, naudokite šaukštelį.

Vaikams skiriama ta pati dozė, neatsižvelgiant į tai, ar vaikas žindomas, ar ne. Davus vaikui jodo, gydytojo apžiūra paprastai nereikalinga. Tačiau kilus abejonių dėl vaiko sveikatos būklės, reikėtų apsilankyti pas šeimos gydytoją. Jodo gavusiems naujagimiams (0–1 mėnesio) šiek tiek padidėja medžiagų apykaitos sulėtėjimo rizika.

### **Jodo tablečių nevartokite, jei:**

- esate alergiškas kalio jodidui ar bet kuriai kitai sudėtinei šio vaisto medžiagai (nurodyta pakuotės lapelyje);

### **Jodo tabletes vartoti turite, bet po to jus turi stebėti gydantis gydytojas:**

- jei sergate metaboline liga, praėjus 6–12 savaičių po suvartotos dozės jums reikėtų atlikti medžiagų apykaitos tyrimus;
- jei esate nėščia ir sergate metaboline liga, nėštumo laikotarpiu būtina stebėti medžiagų apykaitą, pirmą tyrimą atliekant po 2 savaičių;
- jei sergate Diuringo pūsleliniu dermatitu, išgėrus jodo tabletę jums gali paūmėti odos liga; gydantis gydytojas gali pakoreguoti jūsų gydymą.

Turite klausimų apie jodo tabletes? Žiūrėkite tinklapį [www.dsa.no](http://www.dsa.no). Čia galima rasti informaciją taip pat ir kitomis kalbomis.