Helsedirektoratet   Statens legemiddelverk   DSA Direktoratet for strålevern og atomsikkerhet

அயோடின் மாத்திரைகளுடன் இந்த தகவல் தாளை சேமித்து வைக்கவும்

உட்கரு விபத்துகளின் நிகழ்விற்கான அயோடின் மாத்திரைகள்

நீங்கள் 40 வயதிற்குட்பட்டவரா, கர்ப்பிணியா, பாலூட்டும் தாய்மாரா அல்லது வீட்டில் குழந்தைகள் இருக்கின்றார்களா? ஆம் என்றால் அயோடின் மாத்திரைகளை நீங்கள் வீட்டில் வைத்துக் கொள்ள வேண்டுமென்று நாங்கள் உங்களுக்கு பரிந்துரைக்கிறோம். உட்கரு விபத்துகளின் நிகழ்வின் போது ஏற்படும் கதிரியக்க அயோடினுக்கு எதிரான பாதுகாப்பினை இந்த மாத்திரைகள் தருகிறது மேலும் இதை மருத்துவர்களின் ஆலோசனையின் பேரில் மட்டுமே உட்கொள்ள வேண்டும்.

அயோடின் மாத்திரைகளை ஏன் உட்கொள்ள வேண்டும்?

உட்கரு விபத்துகளின் நிகழ்வின் போது, கதிரியக்க அயோடினானது காற்றின் மூலமாக பரவும் மேலும் மாசடைந்த காற்றை சுவாசிப்பதால் மற்றும்/அல்லது மாசடைந்த உணவு அல்லது குளிர்பானங்களை சாப்பிடுவதாலும் இந்த கதிரியக்க அயோடினானது தைராய்டு சுரப்பியால் உறிஞ்சப்படுகிறது. அயோடின் மாத்திரைகள் தையராய்டு நாளம் கதிரியக்க அயோடினை உறுஞ்சுவதை தடுக்கிறதுது. மேலும் புற்றுநோய் ஏற்படுவதற்கான ஆபத்தினையும் குறைக்கின்றது. அயோடின் மாத்திரைகள் கதிரியக்க அயோடினிலிருந்து மட்டுமே பாதுகாக்கும் மற்றும் பிற கதிரியக்க பொருள்களில் இருந்து பாதுகாக்காது.

மாத்திரைகளை எடுத்துக் கொள்வதற்கான வழிமுறைகளுக்கு இந்த வழிமுறைகளுக்கு ஏற்றவாறு நீங்கள் 2 நாட்களுக்கு வீட்டிலேயே இருக்க வேண்டி வரும். அதனால்தான் வீட்டில் எப்போதும் அயோடின் மாத்திரைகளை சேமித்து வைப்பது மிகவும் முக்கியமாகும்.

இந்த மாத்திரைகளை ஏன் எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்?

இந்த மாத்திரைகளை தகுதியுடைய மருத்துவர்களின் ஆலோசனையின் பேரில் **மட்டுமே** எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். ஒரு உட்கரு விபத்தின் நிகழ்வின் போது, ஊடகம் மூலம் இதற்குரிய அதிகாரிகள் மற்றும் www.dsa.no மூலமாக ஆலோசனை வழங்கப்படும்.

இந்த மாத்திரைகளை யாரெல்லாம் எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும்?

18 வயதிற்கு உட்பட்ட குழந்தைகள் மற்றும் இளம் வயதினரும், கர்ப்பிணி பெண்கள் மற்றும் தாய்ப்பால் கொடுப்பவர்களும் இந்த மாத்திரைகளை எடுத்துக்கொள்வது மிகவும் முக்கியம், ஏனென்றால் கதிரியக்க அயோடைனின் வெளிப்பாட்டின் காரணமாக தைராய்டு புற்றுநோயானது அதிகமாக ஏற்படுவதற்கான ஆபத்து உள்ளது. சிறப்பு சூழ்நிலைகளிலும் கூட இதற்கு தொடர்பான 18 முதல் 40 வயதிற்குள் இருக்கும் இளம் வயதினரும் இந்த மாத்திரைகளை எடுத்துக் கொள்ள வேணும். 40 வயதிற்கு மேற்பட்டவர்களுக்கு தைராய்டு புற்றுநோய் ஏற்படுவதற்கான வாய்ப்பு மிகவும் குறைவு மேலும் இந்த மாத்திரைகளை இவர்கள் எடுத்துக்கொள்ள தேவையும் இல்லை. அறுவை சிகிச்சை மூலமாக தைராய்டு சுரப்பியினை அகற்றியவர்கள் இந்த அயோடின் மாத்திரைகளை எடுத்துக் கொள்ள வேண்டிய அவசியமில்லை.

உட்கரு விபத்தின் போது, எந்தக் குழு மக்கள் இந்த மாத்திரைகள் எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும் என்பதற்கான கூடுதல் வழிமுறைகள் இதற்கென்று இருக்கும் அதிகாரிகள் வழங்குவார்கள்.

குறிப்பு! உட்கரு விபத்துகளில் காணப்படும் அயோடின் மாத்திரைகளை (ஜோடிக்ஸ்) அயோடின் கொண்டுள்ள உணவுசார்ந்த சப்ளிமெண்ட்களுடன் குழப்பிக்கொள்ளக் கூடாது. உங்களுக்கு அயோடின் கொண்டுள்ள தினசரி சப்ளிமெண்ட்கள் தேவைப்பட்டால், எ.கா. கருத்தரிப்பின் போது, உங்கள் மருந்தாளுநரை (ஃபார்மசிஸ்ட்) கேட்கவும்.

நீங்கள் எத்தனை ஜோடிக்ஸ் (130 மிகி) மாத்திரைகளை எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்?

12 வயதுக்கு மேற்பட்ட அனைவருக்கும், கர்ப்பிணி மற்றும் பாலூட்டும் பெண்கள் உட்பட: 1 மாத்திரை (= 130 மிகி)
மாத்திரை நிறைய தண்ணீர் அல்லது மற்ற பானத்துடன் விழுங்கப்பட வேண்டும்.
3-12 வயதுள்ள குழந்தைகள்: **½** மாத்திரை (= 65 மிகி)
ஜோடிக்ஸ் மாத்திரையை பாதியாக பிரிக்கவும். குழந்தைக்கு ஒரு பாதியை கொடுங்கள். ஏராளமான தண்ணீர் அல்லது பிற பானங்களுடன் விழுங்கப்பட வேண்டும். தேவைப்பட்டால்,

அதை மெல்லப்படலாம் அல்லது தண்ணீரில் கரைக்கப்படலாம். பிறகு நிறைய பானம் கொடுக்கவும்.

1 மாதம் - 3 வயதுள்ள குழந்தைகள்: ¼ மாத்திரை (= 32.5 மிகி)
ஜோடிக்ஸ் மாத்திரையை நான்காக பிரிக்கவும். நான்கில் ஒரு பகுதியை மென்று அல்லது நொறுக்கி, ஒரு ஸ்பூன் தயிர், ஜாம் அல்லது பிற பாதி திட (செமி-சாலிட்) உணவு மூலம் வழங்கப்படலாம் அல்லது தண்ணீரில் கரைக்கப்படலாம். தண்ணீரில் கலக்கப்படும் போது: ஒரு கிளாஸில் நான்கில் ஒரு பகுதியை வைக்கவும், கொஞ்சம் தண்ணீரை சேர்க்கவும், தோராயமாக 2 நிமிடங்களுக்கு கலக்கவும். குழந்தையை மருந்தைக் குடிக்க வைக்க வேண்டும். பிறகு நிறைய பானம் கொடுங்கள்.

1மாதத்திற்கும் குறைவான வயதுள்ள குழந்தைகள்: 1/8 மாத்திரை (= 16.25 மிகி) நீரில் கரைக்கப்படும்.

1. ஜோடிக்ஸ் மாத்திரையை நான்காக பிரிக்கவும்.

2. நான்கில் ஒரு பகுதியை ஒரு கிளாஸில் வைக்கவும்.

3. கிளாஸில் 5 மிலி நீரை சேர்க்கவும். அளவிட சிரிஞ்சை பயன்படுத்தவும் (உங்களிடம் சிரிஞ்ச் இல்லாவிட்டால், 2 தேக்கரண்டி தண்ணீரை சேர்க்கவும்). தோராயமாக 2 நிமிடங்கள் கலக்கவும். மாத்திரை முழுவதுமாக கரையாவிட்டால், பரவாயில்லை.

4. குழந்தை 5 மிலியில் ஒரு பாதி மட்டுமே எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும்: சிரிஞ்சில் 2.5 மிலி கரைசலை எடுத்துக்கொள்ளவும். (உங்களிடம் சிரிஞ்ச் இல்லாவிட்டால், ஒரு தேக்கரண்டி தண்ணீரை சேர்க்கவும்). குழந்தைக்கு இதை மட்டுமே தர வேண்டும். மீதியை தூக்கியெறியவும்.

மென்று அல்லது நொறுக்கி, ஒரு ஸ்பூன் தயிர், ஜாம் அல்லது பிற பாதி திட (செமி-சாலிட்) உணவு மூலம் வழங்கப்படலாம் அல்லது தண்ணீரில் கரைக்கப்படலாம். தண்ணீரில் கலக்கப்படும் போது: ஒரு கிளாஸில் நான்கில் ஒரு பகுதியை வைக்கவும், கொஞ்சம் தண்ணீரை சேர்க்கவும், தோராயமாக 2 நிமிடங்களுக்கு கலக்கவும். குழந்தையை மருந்தைக் குடிக்க வைக்க வேண்டும். பிறகு நிறைய பானம் கொடுங்கள்.

5. இந்த மருந்தை கொடுத்த பிறகு குழந்தைக்கு நிறைய திரவத்தினை கொடுக்கவும்.

தேவையான உபகரணங்கள்: ஊசி மருந்து மருந்து கடைகளில் வாங்கப்படலாம். நீங்கள் ஒரு தேக்கரண்டியையும் பயன்படுத்தலாம்.

முக்கியமானது: அயோடினை எடுத்துக்கொள்ளும் புதிதாகப் பிறந்த குழந்தைகள் (0-1 மாதம்) மற்றும்/அல்லது அயோடினை எடுத்துக்கொள்ளும் பாலூட்டும் தாய்மார்கள் தங்களுடைய பொது மருத்துவர் மற்றும் குழந்தைகள் நல மருத்துவரிடம் கலந்தாலோசித்த பிறகே இதை பயன்படுத்த வேண்டும். ஊசி போட்டு 7-10 நாட்களுக்குப் பிறகு குழந்தைகளுக்கு கட்டாயம் இரத்தப் பரிசோதனையை எடுக்க வேண்டும். எனவே இதற்கு பிறகு எவ்வளவு சீக்கிரம் முடியுமோ அவ்வளவு சீக்கிரம் குழந்தையின் குழந்தை நல மருத்துவரை சென்று பார்க்க வேண்டும்.

குழந்தைகளுக்கு, குழந்தை பாலூட்டப்பட்டுக்கொண்டு இருந்தாலும் அல்லது இல்லாவிட்டாலும், அதே அளவு மருந்து தரப்பட வேண்டும். வழக்கமாக அயோடினை வழங்கிய பிறகு ஒரு மருத்துவரால் குழந்தை பரிசோதிக்கப்பட வேண்டிய அவசியமில்லை, ஆனால் குழந்தையின் உடல்நிலை குறித்து உங்களுக்கு சந்தேகங்கள் இருந்தால், நீங்கள் உங்கள் குடும்ப மருத்துவரை ஆலோசிக்க வேண்டும். இதற்கு காரணம் அயோடின் மாத்திரை பெற்றுள்ள கைக்குழந்தைகளில் (0-1 மாதம்) லேசாக அதிகரித்துள்ள குறை வளர்சிதைமாற்ற அபாயம் உள்ளது.

அயோடின் மாத்திரைகளை பயன்படுத்த வேண்டாம்:

உங்களுக்கு பொட்டாசியம் அயோடைடு மருந்துகள் அலர்ஜியாகும் என்றாலோ அல்லது இந்த மருந்தில் இருக்கும் இதர மருந்து பொருட்களினால் அலர்ஜியாகும் (மருந்துகளின் பட்டியல் மருந்தின் பாக்கெட்டில் இணைக்கப்பட்டிருக்கும்) என்றால் இதைப் பயன்படுத்த வேண்டாம்.

- உங்களுக்கு தைராய்டு சுரப்பி வீக்கம் இருந்தால் (தைராய்டிட்டீஸ்) இதை பயன்படுத்த வேண்டாம்
- தைராய்டு சுரப்பி தொடர்பான பிரச்சினைகள் இருந்தால் இதைப் பயன்படுத்த வேண்டாம்
- உங்களுக்கு டெர்மடிடிஸ் ஹெர்படிஃபார்மிஸ் (டஹ்ரிங் நோய்) இருந்தால் இதைப் பயன்படுத்த வேண்டாம்.

இந்த அயோடின் மாத்திரைகள் தொடர்பாக உங்களுக்கு இன்னும் ஏதேனும் கேள்விகள் இருக்கிறதா? www.dsa.no-ஐ பார்வையிடவும்.
இந்த தகவல்களை நீங்கள் பல்வேறு மொழிகளிலும் காணலாம்.