



## INFORMASJON TIL FORESATTE OM JODTABLETTER

Barnets navn: \_\_\_\_\_

Klasse/barnehageavdeling: \_\_\_\_\_

Dosering av **Kaliumjodid Recip 65mg**: \_\_\_\_\_ tablett/-er (*oppgi antall*)

Tabletten er inntatt/skal tas, dato: \_\_\_\_\_, klokkeslett: \_\_\_\_\_

### Ditt barn har i dag:

- fått en dose med jod til angitt klokkeslett over, fordi myndighetene har anbefalt inntak av jodtabletter.
- fått med hjem en dose jod. Innholdet i posen skal inntas på tidspunktet som står øverst på dette arket, fordi myndighetene har anbefalt inntak av jodtabletter.

### Hvilke jodtabletter finnes?

Flere typer jodtabletter er tilgjengelige i Norge. Disse har ulik styrke og dermed forskjellig dosering. Stavanger kommunes beredskapslager inneholder **Kaliumjodid Recip 65 mg**.

### Doseringsangivelser for Kaliumjodid Recip 65mg:

Aldersgruppe	Dosering
<b>Alle over 12 år, gravide og ammende</b>	<b>2 tabletter (= 130 mg)</b> Tablettene svelges med rikelig vann (½-1 glass) eller annen drikke. Ved behov kan tablettene tygges, deles eller knuses og blandes ut i fruktjuice, syltetøy, melk eller lignende.
<b>Barn 3-12 år</b>	<b>1 tablett (= 65 mg)</b> Tabletten svelges med rikelig vann (½-1 glass) eller annen drikke. Ved behov kan den tygges, deles eller knuses og gis på en skje med yoghurt, syltetøy eller annen halvfast mat, eller blandes ut i vann. Ved utblanding i vann: Legg tablettene i et glass, tilsett litt vann (en mengde som barnet klarer å drikke). Rør rundt i ca. 2 minutter, tablettene løser seg ikke helt, men det er greit. Gi dosen til barnet. Gi rikelig (½-1 glass) med drikke etterpå.
<b>Barn 1 måned – 3 år</b>	<b>½ tablett (= 32,5 mg)</b> Del tablettene i to. Gi barnet den ene ½-delen. Den kan tygges, eller knuses og gis på en skje med yoghurt, syltetøy eller annen halvfast mat, eller blandes ut i vann. Gi rikelig (½-1 glass) med drikke etterpå. Ved utblanding i vann: Legg den ene ½-delen i et glass, tilsett litt vann (en mengde som barnet klarer å drikke). Rør rundt i ca. 2 minutter, tablettene løser seg ikke helt, men det er greit. Gi dosen til barnet. Bruk sprøyte eller skje dersom barnet ikke kan drikke av glass. Gi rikelig (½-1 glass) med drikke etterpå.
<b>Barn under 1 måned</b>	<b>¼ tablett (= 16,25 mg)</b> Del tablettene i fire. Legg den ene ¼-delen i et glass, tilsett litt vann (ca 2-2,5 ml eller en teskje vann vil være nok). Rør rundt i ca. 2 minutter, tablettene løser seg ikke helt, men det er greit. Gi dosen til barnet ved å bruke sprøyte eller skje. Gi rikelig med drikke etterpå.

Til barn gis samme dose uavhengig av om barnet ammes eller ikke.



## Utfyllende informasjon om jodtabletter ved atomulykker

### Hvorfor ta jodtabletter?

Fordi radioaktivt jod kan bli spredt via luften og tas opp i skjoldbruskkjertelen når forurenset luft pustes inn eller inntas gjennom forurenset mat og drikke. Jodtabletter blokkerer opptaket av radioaktivt jod i skjoldbruskkjertelen og reduserer risikoen for kreft. Jodtabletter beskytter bare mot radioaktivt jod, og ikke mot andre radioaktive stoffer.

Råd om å ta jodtabletter vil ofte bli gitt sammen med et råd om å oppholde seg innendørs i opptil to døgn. Det er derfor viktig å lagre tablettene hjemme eller der man oppholder seg på dagtid.

### Når skal jodtablettene tas?

Ikke før Kriseutvalget for atomberedskap bestemmer at de skal tas. Ved en atomulykke vil informasjon om når tablettene skal inntas bli gitt gjennom mediene, relevante myndigheter og på [www.dsa.no](http://www.dsa.no). Kriseutvalget vil gi nærmere informasjon om hvilke grupper av befolkningen som skal ta jodtabletter.

### Hvem skal ta jodtabletter?

Barn og unge under 18 år, gravide og ammende skal ta jodtabletter fordi de har størst risiko for å få kreft i skjoldbruskkjertelen etter å ha blitt utsatt for radioaktivt jod. Personer som har operert bort skjoldbruskkjertelen trenger ikke ta jodtabletter. I helt spesielle situasjoner kan det være aktuelt med tabletter for voksne mellom 18 og 40 år. De over 40 år har svært liten risiko for å få kreft i skjoldbruskkjertelen som følge av radioaktivt jod, og trenger ikke ta jodtabletter.

### Hvem skal ikke ta jodtabletter?

De som er allergiske overfor kaliumjodid eller andre innholdsstoffer i legemidlet. Innholdstoffene er oppgitt i pakningsvedlegg for Kaliumjodid SERB tabletter (Kaliumjodid Recip har samme innholdsstoffer.) Pakningsvedlegget finnes på [www.felleskatalogen.no/medisin/pasienter/](http://www.felleskatalogen.no/medisin/pasienter/)

Følgende skal ta jodtabletter, men må følges opp av behandlende lege i ettertid:

- De som har stoffskiftesykdom bør kontrollere stoffskifteprøver 6-12 uker etter inntaket.
- Gravide som har stoffskiftesykdom må følges opp i svangerskapet av lege, første gang 2 uker etter inntak av jodtablett.
- Personer med dermatitis herpetiformis (Duhrings sykdom) kan få en forverring av hudsykdommen i tiden etter inntak av jodtablett, og behandlende lege vil da vurdere om behandlingen bør justeres.

### Hva med bivirkninger?

Det oppstår meget sjelden bivirkninger ved engangsinntak av jod.

### Trenger du mer informasjon?

- Nasjonal atomberedskap og bruk av jodtabletter, inkludert informasjon på ulike språk: [www.dsa.no](http://www.dsa.no).
- Kommunens jodberedskap: [www.stavanger.kommune.no](http://www.stavanger.kommune.no)
- Egenberedskap: [www.stavanger72.no](http://www.stavanger72.no)