

Veiledning om inntak av jodtabletter for innsatspersonell – Råd fra DSA og CBRNE-senteret

Hvorfor ta jodtabletter?

Ved en atomhendelse kan radioaktivt jod bli spredd via luften og tatt opp i skjoldbruskkjertelen når man puster inn forurenset luft. Jodtabletter inneholder naturlig jod og blokkerer opptaket av radioaktivt jod i skjoldbruskkjertelen. Dette reduserer risikoen for akutte skader på skjoldbruskkjertelen samt kreft i skjoldbruskkjertelen på lengre sikt. Jodtabletter beskytter bare mot radioaktivt jod og ikke mot andre radioaktive stoffer.

Eksempel på situasjoner hvor det slippes ut radioaktivt jod ved skadested i Norge er: hendelser på atomdrevne fartøy, hendelser på reaktorene i Halden og Kjeller og ved bruk av kjernevåpen. I slike situasjoner er det anbefalt at innsatspersonell, uavhengig av alder, inntar jodtabletter før innsats på skadested.

Hvem er innsatspersonell i denne sammenheng?

Innsatspersonell i denne sammenheng er personell som skal yte innsats i hot og warm zone. Innsatspersonell bør ta jodtabletter ved arbeid i hot zone og warm zone i situasjoner med et lokalt utslipp av radioaktivt jod. I hot zone er doseraten høyere enn 100 $\mu\text{Sv}/\text{time}$. Se [Nasjonal faglig retningslinje for håndtering av CBRNE-hendelser med personskade](#).

Beslutning om råd om inntak

Beslutningen tas av den aktuelle etatens innsatsleder som del av forberedelse til innsats, enten på selvstendig grunnlag eller etter råd fra Kriseutvalget for atomberedskap eller DSA. Råd om inntak av jodtabletter for innsatspersonell gjelder alle aldre, også de over 40 år grunnet faren for akutte skader på skjoldbruskkjertelen. Fordi det er svært lite bivirkninger knyttet til jod, anbefales jodtabletter også ved **mistanke** om radioaktivt utslipp. Gravide/ammende skal **ikke** gå inn på skadested ved mistanke om radioaktivt utslipp. Beslutning om råd om inntak kan underbygges av doseratemåling, men dette er ikke et krav.

Når skal innsatspersonell ta jodtablett?

Innsatspersonell skal helst innta jodtabletter som del av forberedelsene til innsats i hot/warm zone. Jodtabletter bør tas **før** man ankommer området med radioaktivt utslipp eller innen det har gått fire timer fra første eksponering, for å få den ønskede beskyttende effekt. Man skal ikke ta jodtabletter hvis det har gått mer enn 24 timer etter eksponering, dette fordi for sent inntak av jodtabletter vil forsinke naturlig utskillelse av radioaktivt jod fra skjoldbruskkjertelen og dermed føre til høyere stråleeksponering enn uten inntak av jodtabletter.

Mer informasjon om jodtabletter på DSAs sine sider:
<https://dsa.no/atomberedskap/jodtabletter>.

Dosering Kaliumjodid SERB (65 mg)

Dosering til voksne er 130 mg kaliumjodid som tilsvarer 2 tabletter Kaliumjodid SERB 65 mg.

Dosering Jodix (130 mg)

Dosering til voksne er 130 mg kaliumjodid som tilsvarer 1 tablett Jodix 130 mg.

Én dose gir beskyttelse i 24 timer. I de fleste tilfeller er det nok med én dose. I sjeldne situasjoner med langvarig utslipp av radioaktivt jod anbefales det å bytte ut bemanning, hvis det ikke er mulig kan det være behov for å ta en ekstra dose etter 24 timer.

Bruk *ikke* jodtabletter: Dersom du er allergisk overfor kaliumjodid eller noen av de andre innholdsstoffene i legemidlet (listet opp i pakningsvedlegget).

Forsiktighetsregler hos spesielle grupper: Hvis du har betennelse i skjoldbruskkjertelen (tyreoiditt) eller har forstyrrelser i skjoldbruskkjertelfunksjonen anbefales det å kontrollere stoffskifteprøver hos lege 6-12 uker etter inntak. Hvis du har dermatitis herpetiformis (Dührings sykdom) kan du få en forverrelse av sykdommen etter inntak og bør da bestille time til kontroll.

Pakningsvedlegg Kaliumjodid SERB 65 mg:

<https://www.felleskatalogen.no/medisin/pasienter/pas-kaliumjodid-serb-713109>

Pakningsvedlegg Jodix 130 mg: <https://www.felleskatalogen.no/ir/medisin/pasienter/pil-jodix-orion-655680>