



Kalio jodido (KI) tablečių vartojimas įvykus branduolinei avarijai

1. Kalio jodido (KI) tabletės skydliaukės apsaugai **vartojamos tik tada, kai aplinkoje pasklinda radioaktyviojo jodo ir tik tada, kai jas vartoti rekomenduoja Sveikatos apsaugos ministerija.**
2. Kalio jodido (KI) tabletes rekomenduojama vartoti likus **mažiau nei 24 valandoms** iki galimo radioaktyviojo jodo įkvėpimo ar patekimo su maistu. Blokuoti skydliaukę kalio jodidu (KI) dar yra veiksminga **praėjus 2 valandoms** nuo radioaktyviojo jodo įkvėpimo ar patekimo su maistu, bet ne vėliau, **nei praėjus 8 valandoms**. Naudoti kalio jodido (KI) tabletes kitu, nei nurodyta, laiku gali būti žalinga.
3. Kalio jodido (KI) tablečių po 65 mg vienkartinė dozė įvairioms žmonių amžiaus grupėms:

Amžius	Kalio jodido (KI) vienkartinė dozė, mg
Naujagimiai iki 1 mėn.	16 (ketvirtis tabletės)
Kūdikiams nuo 1 mėn. iki 3 metų	32 (pusė tabletės)
Vaikai nuo 3 iki 12 metų	65 (viena tabletė)
Vaikai nuo 12 metų, suaugusieji, nėščiosios ir krūtimi maitinančios moterys	130 (dvi tabletės)

Pastaba: žmonėms, kuriems skydliaukė yra pašalinta, kalio jodido (KI) tablečių vartoti nereikia.

4. Vienkartinė kalio jodido (KI) dozė **apsaugo skydliaukę nuo radioaktyviojo jodo poveikio 24 valandas.**
5. Naujagimiams iki 1 mėnesio amžiaus, nėščioms ir krūtimi maitinančioms moterims bei vyresniems nei 60 metų amžiaus žmonėms galima vartoti **tik vieną** kalio jodido (KI) dozę. Kitoms gyventojų grupėms, esant nepalankiai avarinei situacijai (užsitęsęs radioaktyviųjų medžiagų išmetimui į aplinką, nėra galimybių saugiai evakuoti žmones, kt.), gali būti rekomenduojama vartoti **dar vieną dozę.**
6. Tabletes galima sukramtyti arba nuryti nesukramtytas. Tabletes galima sutrinti į miltelius arba ištirpinti vandenyje, sirupe arba panašiam skystyje, kad vaikams būtų lengviau vartoti tinkamą dozę. Ištirpintos tabletės vartojamos nedelsiant, nes greitai suskyla veiklioji medžiaga.
7. Pašalinis kalio jodido (KI) tablečių poveikis pasireiškia retai, apie tai yra informacijos kalio jodido (KI) tablečių pakuotėje esančiame vartojimo lapelyje.
8. Skydliaukės apsaugai branduolinės avarijos metu **netinka vartoti** vaistinėse parduodamų spiritinių ar vandeninių jodo tirpalų, purškalų su jodu, maisto papildų su jodu, nes jie neapsaugotų skydliaukės nuo žalingo radioaktyviojo jodo poveikio dėl juose esančio mažo stabiliojo jodo kiekio. Spiritinis jodo tirpalas yra skirtas tik išoriniam vartojimui – tepti ant odos. Jo veiklioji medžiaga yra ne kalio jodidas (KI), o tiesiog jodas, kuris yra stipriai oksiduojančiai ir toksiškai veikianti medžiaga, galinti sukelti cheminių audinių nudegimų ir apsinuodijimą, todėl jokiais būdais jo negalima gerti, net ir skiedžiant vandeniu.

