

## **JODA PROFILAKSE**

### **praktiskie ieteikumi iedzīvotājiem**

- ***Kāds ir joda profilakses ieviešanas mērķis?***

Kodolavārijas gadījumos, kad iespējama radioaktīvā joda izplatīšanās vidē, jāapsver iespēja pielietot joda profilaksi (kālija jodīda preparātu lietošanu). Radioaktīvais jods var izplatīties mākoņa veidā, piesārņojot apkārtējo vidi un radot ārējo radiācijas piesārņojumu. Tomēr pastāv arī iekšējā piesārņojuma risks, kas rodas, radioaktīvo jodu ieelpojot vai uzņemot to ar pārtiku, tādējādi radioaktīvais jods var uzkrāties vairogdziedzerī un veicināt vēža rašanās risku.

Lai pasargātu iedzīvotājus no radioaktīvā joda nonākšanas vairogdziedzerī, tiek uzņemta kālija jodīda deva, kas piesātina vairogdziedzeri ar stabilo jodu, neļaujot dziedzerī uzkrāties radioaktīvajam jodam.

Svarīgi atcerēties, ka joda profilakse nepasargā no citiem radionuklīdiem vai vielām (piemēram, radioaktīvā cēzija), radiācijas ārējās ietekmes, kā arī pilnībā neaizkavē radioaktīvā joda iekļūšanu ķermenī (joda profilakse samazina tikai vairogdziedzerī uzkrātā radioaktīvā joda apjomu).

**Saskaņā ar Starptautiskās atomenerģijas aģentūras izstrādātajām vadlīnijām<sup>1</sup> joda profilakse jāpiemēro ilgtermiņa aizsardzības pasākumu plānošanas zonā (t.i. 30 km rādiusā ap atomelektrostaciju (AES)). Tā kā Latvijai tuvākā aktīvā AES atradīsies 110 kilometru attālumā no Latvijas robežas, Latvijas teritorijā nav paredzēts izmantot joda profilaksi.**

- ***Kad ir nepieciešams izmantot joda profilaksi?***

Joda profilaksi nepieciešams uzsākt laika periodā no 10 stundām pirms līdz 2 stundām pēc radioaktīvā joda koncentrācijas palielināšanās gaisā. Taču joda profilaksi ieteicams izmantot arī tad, ja nokavēts šis sākuma periods kopš kodolavārijas brīža, jo pat vēlāka tablešu uzņemšana samazina radioaktīvā joda uzkrāšanos vairogdziedzerī.

- ***Kā izmantot joda profilaksi?***

Stabilā joda lietošanas instrukcija:

- 1) Uzņemt tikai vienu kālija jodīda tabletes devu, ja nav sniegti citi norādījumi;
- 2) Uz klausīt norādījumus, saņemot vai iegādājoties kālija jodīda preparātus profilaksei;
- 3) Joda profilaksi veikt ne ilgāk kā 7 dienas!

Neizmantot joda profilaksi, ja personai ir paaugstināta jutība pret jodu. Pastāv citi profilakses veidi, tomēr par to izvēli nepieciešams konsultēties ar savu ārstu, jo arī citi aizsardzības veidi var radīt blakusefektus.

### **ATCERĪETIES: JODA PROFILAKSE NAV “ZĀLES PRET RADIĀCIJU”**

Nekad nelietojiet kālija jodīdu (KI) un nedodiet to citiem, ja to darīt nav ieteicis veselības aprūpes dienests, ārkārtas situāciju vadība vai ārsts. Kālija jodīdu liek lietot tikai situācijās, kad vidē ir nokļuvis radioaktīvais jods, un preparāts aizsargā tikai vairogdziedzeri. Kālija jodīds piesātina lietotāja vairogdziedzeri ar neradioaktīvo jodu, neļaujot dziedzerim absorbēt vidē esošo radioaktīvo jodu un samazinot vairogdziedzera vēža risku nākotnē.

Kālija jodīds jālieto tikai un vienīgi gadījumā, ja to darīt norāda veselības aprūpes dienests, ārkārtas situāciju vadība vai ārsts. **Kālija jodīds nav „zāles pret radiāciju”.**

---

<sup>1</sup> Starptautiskās atomenerģijas aģentūras drošības standarts GSR Part 7: Preparedness and Response for a Nuclear or Radiological Emergency