**Rodzice i opiekunowie prawni!**

**KILKA INFORMACJI O ZASADACH STOSOWANIA JODKU POTASU PODCZAS SKAŻENIA:**

1. [Płyn Lugola](https://www.i-apteka.pl/product-pol-57359-Plyn-Lugola-roztwor-wodny-40ml.html) to jodek potasu w postaci płynnej. Jednak nie jest on zalecany do stosowania doustnego. Po pierwsze w odróżnieniu od jodku potasu w tabletkach szybko traci ważność (data ważności tabletek wynosi 5 lat, dlatego w takiej postaci lek będzie rozdawany). Po drugie ze względu na płynną formę trudniej obliczyć właściwą dawkę. Jeśli chodzi o tabletki z jodkiem potasu, nie ma konieczności połykania ich w całości, można je rozkruszyć i dodać do wody, mleka lub jedzenia, co ułatwia ich stosowanie.
2. Obecne działania rządu (dystrybucja tabletek z jodkiem potasu) są zgodne z przewidzianym w prawie postępowaniem na wypadek skażenia radiacyjnego. Obowiązkiem władz jest ochrona ludności, w tym przypadku ochrona polega na blokowaniu jodochwytności tarczycy w razie wzrostu ryzyka promieniowania.
3. Ramy czasowe na zastosowanie jodku potasu są jasno określone – najwyższa skuteczność jest notowana, gdy lek zostanie przyjęty w okresie 24 godzin przed i do 2 godzin po skażeniu radiacyjnym.
4. Wg WHO podawanie jodku potasu podczas skażenia przynosi korzyść osobom do 40. roku życia. U osób po 60. roku życia stosowanie jodku potasu jest kwestionowane ze względu na wyższe ryzyko działań niepożądanych w stosunku do potencjalnych korzyści. Podanie jodku potasu jest obowiązkowe w przypadku dzieci, gdyż ryzyko rozwoju raka tarczycy jest największe po napromieniowaniu w dzieciństwie.
5. Ustalone przez WHO dawkowanie jodku potasu dla dorosłych (w tym dla kobiet w ciąży i karmiących piersią) oraz młodzieży po 12. roku życia wynosi 100mg, dla dzieci od 3. do 12. roku życia wynosi 50mg, dla dzieci od 1. miesiąca życia do 3. roku życia wynosi 25mg, dla noworodków – 12,5mg.
6. Jodek potasu chroni przed rakiem tarczycy wywołanym promieniowaniem, ale może również wywoływać stałe zaburzenia funkcji tarczycy oraz reakcje alergiczne, dlatego nie wolno przyjmować go profilaktycznie! Dystrybucja tabletek nastąpi w momencie, gdy ryzyko napromieniowania będzie realne. O tym, kiedy należy je przyjąć, ludność zostanie poinformowana specjalnymi komunikatami, które będą puszczane m.in. w telewizji i w radiu.
7. Trzeba pamiętać, że jodek potasu chroni tylko i wyłącznie przed radioaktywnym jodem! W chmurze radiacyjnej znajduje się o wiele więcej niebezpiecznych pierwiastków, które mogą powodować różne nowotwory (np. cez). Dlatego po ogłoszeniu alarmu należy pozostać w domu, trzeba też zabezpieczyć drzwi i okna w taki sposób, aby zahamować napływ powietrza z zewnątrz, należy też wyłączyć klimatyzację i zamknąć otwory wentylacyjne.
8. Sytuacja radiologiczna jest stale monitorowana przez odpowiednie służby, można jednak samemu ją śledzić, promieniowanie można odczytywać z liczników na powszechnie dostępnych mapach: <https://remap.jrc.ec.europa.eu/Simple.aspx>, <https://www.saveecobot.com/en/radiation-maps>, <http://radioactiveathome.org/map/>.