

INFORMASJON TIL FORESATTE OM UTDELTE JODTABLETTER

Barnets navn: _____

Klasse/barnehageavdeling: _____

Type tablett og dosering: _____

Tabletten skal tas, dato: _____, klokkeslett: _____

Ditt barn har i dag fått med en dose jod hjem fordi myndighetene har anbefalt inntak av jod-tabletter. Innholdet i posen skal inntas på tidspunktet som står øverst på dette arket.

Tre typer jodtabletter er tilgjengelig i Norge: "Kaliumjodid Recip 65 mg", «Kaliumjodid SERB 65 mg» og "Jodix 130 mg". Hvilken type ditt barn har fått står på posen tabletten ligger i og dosen er tilpasset alderen på ditt barn. Det oppstår meget sjelden bivirkninger ved engangsinntak av jod.

Kaliumjodid Recip og Kaliumjodid SERB tabletter – dosering:

- **Alle over 12 år, gravide og ammende: 2 tabletter (= 130 mg)**
Tablettene svelges med rikelig vann eller annen drikke. Ved behov kan tabletten tygges, deles eller knuses og blandes ut i fruktjuice, syltetøy, melk eller lignende.
- **Barn 3-12 år: 1 tablett (= 65 mg)**
Tabletten svelges med rikelig vann 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 tabletten i et glass, tilsett litt vann (en mengde som barnet klarer å drikke). Rør rundt i ca. 2 minutter, tabletten løser seg ikke helt, men det er greit. Gi dosen til barnet. Gi rikelig med drikke etterpå.
- **Barn 1 måned – 3 år: ½ tablett (= 32,5 mg)**
Del tabletten 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. 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, tabletten 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 med drikke etterpå.
- **Barn under 1 måned: ¼ tablett (= 16,25 mg)**
Del tabletten 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, tabletten løser seg ikke helt, men det er greit. Gi dosen til barnet ved å bruke sprøyte eller skje. Gi rikelig med drikke etterpå.

Det gis samme dose uavhengig av om barnet ammes eller ikke.

Jodix tabletter – dosering:

- **Alle over 12 år, gravide og ammende: 1 tablett (= 130 mg)**
Jodix-tabletten svelges med rikelig vann eller annen drikke. Ved behov kan den tygges, eller knuses og gis på en skje med yoghurt, syltetøy eller annen halvfast mat, eller blandes ut i vann.
- **Barn 3–12 år: ½ tablett (= 65 mg)**
Del Jodix-tabletten i to. Gi barnet den ene ½-delen. Svelges med rikelig vann eller annen drikke. Ved behov kan den tygges, eller knuses og gis på en skje med yoghurt, syltetøy eller annen halvfast mat, eller blandes ut i vann.
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, tabletten løser seg ikke helt, men det er greit. Gi dosen til barnet. Gi rikelig med drikke etterpå.
- **Barn 1 måned – 3 år: ¼ tablett (= 32,5 mg)**
Del Jodix-tabletten i fire. Gi barnet den ene ¼-delen. Den kan tygges, eller knuses og gis på en skje med yoghurt, syltetøy eller annen halvfast mat, eller blandes ut i vann.
Ved utblanding i vann: Legg den ene ¼-delen i et glass, tilsett litt vann (en mengde som barnet klarer å drikke). Rør rundt i ca. 2 minutter, tabletten 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 med drikke etterpå.
- **Barn under 1 måned: 1/8 tablett (= 16,25 mg) oppløst i drikke**
 1. Del Jodix-tabletten i fire.
 2. Legg den ene ¼-delen i et glass.
 3. Tilsett 5 ml vann i glasset. Bruk sprøyte til å måle opp (hvis du ikke har sprøyte, tilsett 2 teskjeer med vann). Rør rundt i ca. 2 minutter, tabletten løser seg ikke helt, men det er greit.
 4. Barnet skal kun ha halvparten av 5 ml: Trekk ut 2,5 ml av løsningen med sprøyte (hvis du ikke har sprøyte, fyll 1 teskje med løsningen) og gi kun dette til barnet. Kast resten.
 5. Gi barnet rikelig med drikke etterpå.

Det gis samme dose uavhengig av om barnet ammes eller ikke.

Utfyllende informasjon om jodtabletter ved atomulykker

Hvorfor ta jodtabletter?

Ved en atomulykke kan radioaktivt jod bli spredd via luften og tas opp i skjoldbruskkjertelen når man puster inn forurenset luft eller inntar forurenset mat og drikke. Jodtabletter blokkerer opptaket av radioaktivt jod i skjoldbruskkjertelen og reduserer risikoen for å få kreft i denne. 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 2 døgn. Det er derfor viktig å ha de lagret hjemme eller der man oppholder seg på dagtid.

Når skal jodtablettene tas?

De skal ikke tas før Kriseutvalget for atomberedskap ([Atomberedskap i Norge - DSA](#)) bestemmer at de skal tas. I tilfelle en atomulykke, vil informasjon om tidspunkt for inntak av tabletter bli gitt gjennom mediene, relevante myndigheter og på www.dsa.no.

Hvem skal ta jodtabletter?

Det er spesielt viktig at barn og unge under 18 år, gravide og ammende tar jodtabletter ved en atomhendelse 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. Det kan i helt spesielle situasjoner også være aktuelt med tabletter for voksne mellom 18 og 40 år, mens de over 40 år har svært liten risiko for å få kreft i skjoldbruskkjertelen som følge av radioaktivt jod, og trenger ikke ta jodtabletter.

Kriseutvalget for atomberedskap vil gi nærmere informasjon om hvilke grupper av befolkningen som skal ta tabletter ved en atomulykke.

Hvem skal ikke ta jodtabletter:

De som er allergiske overfor kaliumjodid eller noen av de andre innholdsstoffene i legemidlet (se opplisting i pakningsvedlegget).

Hvem 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 (Duhings sykdom) kan få en forverring av hudsykdommen i tiden etter inntak av jodtablett, og behandlende lege vil da vurdere om behandlingen bør justeres.

Pakningsvedlegg for Kaliumjodid SERB tabletter, se <https://www.felleskatalogen.no/medisin/pasienter/pas-kaliumjodid-serb-713109> (Kaliumjodid recip har samme innholdsstoffer.)

Pakningsvedlegg for Jodix tabletter, se <https://www.felleskatalogen.no/ir/medisin/pasienter/pil-jodix-orion-655680>

Kriseutvalget for atomberedskap er ansvarlige for, og har fullmakt til, å iverksette tiltak for å redusere konsekvensene etter en atomulykke. Kriseutvalget består av representanter fra Direktoratet for strålevern og atomsikkerhet (DSA), Forsvaret, Helsedirektoratet, Mattilsynet, Politidirektoratet, Utenriksdepartementet, Kystverket og Direktoratet for samfunnssikkerhet og beredskap (DSB). Kriseutvalgets mandat er gitt i Kgl. Res. av 23.08.13 ([StrålevernHefte 31 KglRes.pdf \(dsa.no\)](#)).

Har du spørsmål om jodtabletter? Se www.dsa.no. Her finner du også informasjon på ulike språk.