

Wszystko co musisz wiedzieć o

Akcji Jodowej

Jodek Potasu TZF

65 mg
Kalii iodidum

30 tabletek

Podanie doustne.

Stowarzyszenie Dobra informacja

geekmedia

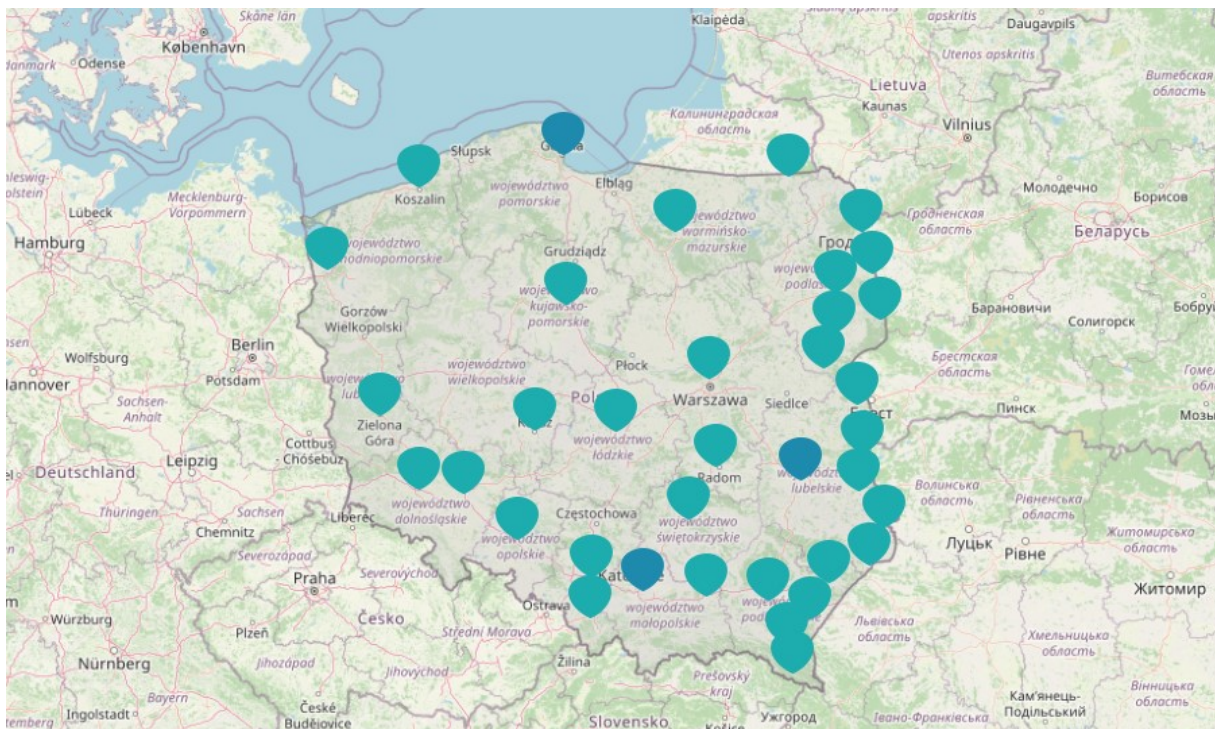
Dobra  informacja

SPIIS TREŚCI

1. Wstęp
2. Podstawa prawna Akcji Jodowej
3. Akcja Jodowa w praktyce
 - 3.1. Dawkowanie
 - 3.2. Jak działa jodek potasu w przypadku zagrożenia radiacyjnego
 - 3.3. Jaki jodek potasu zostanie zastosowany w przypadku ogłoszenia zagrożenia
4. Źródła

Wstęp

Na terenie Polski nie ma obecnie żadnego zagrożenia radiacyjnego. Sytuację w tym zakresie na bieżąco monitoruje Państwowa Agencja Atomistyki (PAA). Poziom odczytów aparatury pomiarowej śledzić można na stronie internetowej Agencji i jest to jedyne rzetelne źródło informacji o aktualnej sytuacji radiacyjnej w kraju.



Bieżąca sytuacja radiacyjna na mapie Państwowej Agencji Atomistyki

System monitorowania poziomu promieniowania PAA składa się z ponad 70 przyrządów pomiarowych, w tym z 40 stacji wczesnego wykrywania skażeń promieniotwórczych PAA. Są to stacje PMS (Permanent Monitoring Station). System monitorowania PAA rozwijany jest od 6 lat, a zakupione w ostatnim czasie stacje zostaną zainstalowane w nowych lokalizacjach oraz wzdłuż wschodniej granicy.

Na skróty: **Skąd będzie wiadomo, że jest zagrożenie?** Obecnie ilość czujników wykrywających zagrożenie radiacyjne na całym świecie jest tak duża, że informacja o potencjalnym zagrożeniu ukaże się błyskawicznie.

Procedury tzw. **Akcji Jodowej**, na wypadek wystąpienia zdarzenia radiacyjnego, istniały od wielu lat i były oraz są cyklicznie aktualizowane. Obecnie, w związku z wydarzeniami na Ukrainie, podjęto decyzję, że zapas tabletek jodku potasu zostanie przewieziony z magazynu centralnego w teren. Obecnie tabletki składowane są w gminach i powiatach w tzw. **punktach wydawania lub miejskich punktach dystrybucji**. W razie wystąpienia zagrożenia trafią one bezpośrednio do lokalnej ludności. To jedyna różnica pomiędzy istniejącymi od lat a nowymi procedurami w tym zakresie.

Podstawa prawna Akcji Jodowej

Działania interwencyjne prowadzone w razie zagrożenia radiacyjnego w zakresie podawania preparatów ze stabilnym jodem umocowane są przepisami ustawy z dnia 29 listopada 2000 r. Prawo atomowe (tj. Dz. U. z 2021 poz. 1941). W szczególności art. 86v, art. 89 ust. 1 i art. 90 pkt. 3 oraz w par. 1 pkt. 3 rozporządzenia Rady Ministrów z dnia 27 kwietnia 2004 r. w sprawie wartości poziomów interwencyjnych dla poszczególnych rodzajów działań interwencyjnych oraz kryteriów odwołania tych działań.

Na skróty: Dlaczego nagle uruchomiono Akcję Jodową? Nie uruchomiono w tej chwili Akcji Jodowej. Procedury dotyczące ewentualnego uruchomienia istnieją od lat. Obecnie, ze względu na sytuację międzynarodową, zaktualizowano procedury tak, aby tabletki z jodkiem potasu, w przypadku zaistnienia zagrożenia, jak najszybciej trafiły do ludności. Powstały wokół tego szum medialny ma za zadanie uświadomienie społeczeństwa o istniejących tego typu procedurach oraz ewentualnym zagrożeniu.

Akcja Jodowa w praktyce

Aktualizacja procedur **Akcji Jodowej** rozpoczęła się w lipcu tego roku. W pierwszej fazie aktualizacji procedur, na wypadek wystąpienia zdarzenia radiacyjnego, tabletki jodku potasu zostały wydane z magazynu centralnego jednostkom Państwowej Straży Pożarnej na terenie kraju. Następnie tabletki te, w liczbie potrzebnej do zaopatrzenia każdego uprawnionego mieszkańca, zdeponowane zostały przez Państwową Straż Pożarną do wyznaczonych przez samorządy magazynów powiatowych, miejskich i gminnych. Stąd trafiły do tzw. punktów wydawania, skąd każdy mieszkaniec będzie mógł pobrać przynależną ilość tabletek, ale **dopiero w momencie ogłoszenia akcji, czyli w chwili wystąpienia zagrożenia radiacyjnego na terenie naszego kraju.**

O lokalizacji punktów wydawania tabletek jodku potasu **decydują lokalne samorządy**, dlatego też w niektórych gminach powstały one na bazie szkół, w innych na bazie przychodni lekarskich, a w jeszcze innych na bazie dostępnych budynków i instytucji gminnych lub miejskich. Według wytycznych rządu dobrą praktyką jest, aby jeden punkt wydawania tabletek jodku potasu przypadał na 5 tysięcy mieszkańców.

Na skróty: Gdzie mogę pobrać tabletki jodku potasu? W tej chwili nigdzie. Tabletki jodku potasu zostaną rozdane ludności tylko w przypadku wystąpienia zagrożenia radiacyjnego w naszym kraju. Wydawane one będą wtedy w tzw. punktach wydawania o lokalizacji których zdecydował lokalny samorząd. Aby dowiedzieć się gdzie w chwili zagrożenia udać się po jodek potasu należy pytać w lokalnych urzędach. Ich lokalizacja powinna zostać podana również na stronach internetowych miast i gmin.

Dawkowanie

W przypadku ogłoszenia zagrożenia na terytorium Polski osobom od 12 roku życia wzwyż wydane zostaną 2 tabletki, dzieciom od 3 do 12 roku życia po 1 tabletkę. Dzieci od 3 miesiąca życia do lat 3 przyjąć powinny pół tabletki, a noworodkom podać należy ćwierć tabletki. Dzieci będą mogły przyjąć preparat rozpuszczony w wodzie.

Na skróty: Kto będzie mógł pobrać tabletki jodku potasu? Tabletki jodku potasu w punkcie wydawania pobrać będą mogli osoby dorosłe.

Aby zapewnić odpowiednią ochronę lek należy przyjąć doustnie niezwłocznie **po otrzymaniu komunikatu od właściwych służb o wystąpieniu skażenia radiacyjnego** (najlepiej w ciągu dwóch godzin). Przyjęcie tabletek w ciągu 8 godzin od ekspozycji na działanie promieniowania nadal pozostaje korzystne.

Na skróty: Dlaczego jodek potasu należy przyjąć najlepiej w ciągu dwóch godzin od wystąpienia radiacyjnego? Czynnikiem czasu jest ważny, aby nie dopuścić do wchłonięcia radioaktywnego jodu przez tarczycę. Dwie godziny dotyczą czasu od momentu wystąpienia skażenia na danym terenie. Jednak od ewentualnego zdarzenia wywołującego niebezpieczeństwo, np. na terenie Ukrainy, do czasu ewentualnego skażenia na terenie Polski minie, co najmniej, kilka godzin. W tym czasie należy śledzić komunikaty służb we wszystkich środkach masowego przekazu.

Jedna tabletkę dostarcza do organizmu 50 mg stabilnego jodu. Tabletki wydawane w punktach nie będą dzielone na połówki i ćwiartki. Dawki odpowiednie dla dzieci wydzieli osobiście rodzice.

Grupa ryzyka	Ilość stabilnego jodu	Liczba podawanych tabletek
Noworodki (do 1 miesiąca życia)	12,5 mg jodu	¼ tabletki
Niemowlęta od 1 miesiąca i dzieci do 3 roku życia	25 mg jodu	½ tabletki
Dzieci od 3 do 12 roku życia	50 mg jodu	1 tabletki
Dorośli do 60 roku życia (w tym kobiety w ciąży i karmiące piersią) i dzieci powyżej 12 lat	100 mg jodu	2 tabletki

Dawkowanie tabletek jodku potasu ze względu na wiek

Wydawanie tabletek jodku potasu nie będzie podlegało rejonizacji, tabletki jodku potasu powinni otrzymać wszyscy, którzy zgłoszą się do danego punktu, bez względu na swoje miejsce zameldowania, zamieszkania czy aktualnego miejsca przebywania. Również bez względu na narodowość.

Na skróty: Ile będzie można pobrać tabletek jodku potasu? W punktach wydawania prowadzona będzie ewidencja ilościowa. Tabletki będzie można pobrać na użytek własny i najbliższej rodziny.

Tabletki jodku potasu będą wydawane osobom do 60 roku życia. Jest to zasada, która mówi, że przyjęcie jodku potasu w sytuacji koniecznej również obarczone jest pewnym ryzykiem. W przypadku osób starszych, a granicę wieku ustalono tu właśnie na 60 lat, wystąpienia powikłań jest

znacznie większe niż zachorowalność na nowotwór tarczycy w długim okresie czasu (cytat z prof. Leszek Królicki, kierownik Zakładu Medycyny Nuklearnej WUM).

Jednak osoby powyżej 60 roku życia, które zgłoszą się do punktów wydawania również będą mogły tabletki jodku potasu pobrać, jeśli wyrażą taką chęć, zapewniają Wojewodowie. Administracja rządowa zapewnia również, że ilość tabletek jodku potasu zdeponowana w dalszym ciągu w magazynach wojewódzkich przewyższa ewentualny popyt (w województwie śląskim, dla przykładu, są to stany magazynowe na poziomie dodatkowego 1,5 miliona sztuk tabletek).

Na skróty: Dlaczego osoby starsze nie otrzymają tabletek jodku potasu?

W przypadku osób powyżej 60 roku życia wystąpienia powikłań jest znacznie większe niż zachorowalność na nowotwór tarczycy w długim okresie czasu, dlatego takie osoby nie powinny go przyjmować. Jodek potasu zostanie jednak wydany każdemu dorosłemu, który o niego w punkcie wydawania, w trakcie akcji wydawania, poprosi.

Jak działa jodek potasu w przypadku zagrożenia radiacyjnego

W **sytuacji zagrożenia radiacyjnego** przyjęcie jodku potasu jest niezwykle ważne. Nasycona jodkiem potasu tarczyca nie przyjmie radioaktywnego jodu, co oznacza, że nie dojdzie do jej uszkodzenia. Nie należy jednak przyjmować jodku potasu „na zapas”, ponieważ może się to wiązać z poważnymi konsekwencjami zdrowotnymi. Nie należy również spożywać żadnych substytutów, np. w postaci soli kuchennej, ponieważ nie zawierają one na tyle dużej dawki jodu, aby zablokować tarczycę przed wchłanianiem radioaktywnego jodu.

Na skróty: [Czy mogę zażywać inne suplementy zawierające jod?](#) Nie należy spożywać na własną rękę żadnych suplementów, które mają swoim działaniem zastąpić tabletki jodku potasu. Należy, w przypadku zagrożenia, zażyć jedynie te preparaty, które sugerują lekarze w trakcie trwania powszechnej akcji.

JAK DZIAŁA JODEK POTASU

JAK DZIAŁA JODEK POTASU (KI)?

Twoja tarczyca nie rozróżnia jodu radioaktywnego od nieradioaktywnego

Jodek potasu utrzymuje radioaktywny jod poza tarczycą, żeby nie doprowadzić do jej uszkodzenia. Przyjmując jodek potasu uniemożliwiasz, poprzez jej nasycenie, wchłonięcie jodu radioaktywnego przez kolejne 24h.

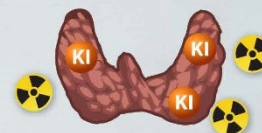
Jodek potasu w formie płynu lub tabletek może być użyty jedynie w sytuacji zagrożenia radiacyjnego. Preparaty jodku potasu zawierają nieradioaktywny jod, który powstrzymuje tarczycę przed wchłanianiem radioaktywnego jodu.



BEZ JODKU POTASU



Z JODKIEM POTASU



Jodek potasu nie zadziała i nie powstrzyma radioaktywnego jodu przed wchłonięciem przez tarczycę, jeśli gruczoł ten jest uszkodzony.



Nie zażywaj soli kuchennej, jako substytutu jodku potasu. Ani sól, ani inne potrawy zawierające jod, nie zawierają go na tyle, żeby zablokować tarczycę przed wchłanianiem się jodu radioaktywnego.



Nie zażywaj suplementów zawierających jod, zamiast jodku potasu. W przypadku zagrożenia zażyj jedynie te preparaty, które sugerują lekarze w trakcie powszechnej akcji.



Zażywaj jodek potasu tylko pod kontrolą i na zalecenie lekarza, w trakcie istnienia zagrożenia o którym poinformują władze publiczne i komórki ds. zarządzania kryzysowego. Przyjmowanie jodu na własną rękę, kiedy nie jest to absolutnie konieczne, może być groźne dla zdrowia.

Jaki jodek potasu zostanie zastosowany w przypadku ogłoszenia zagrożenia

W przypadku ogłoszenia zagrożenia użyty do dystrybucji zapas tabletek jodku potasu w Polsce pochodzi z produkcji TZF Polfa oraz G.L. Pharma. Substancją czynną produktu jest 65 mg potasu jodek, co odpowiada 50 mg jodu. Pozostałe składniki produktu to celuloza mikrokrystaliczna, krzemionka koloidalna, stearynian magnezu.



Jednym z producentów jodku potasu użytego w ewentualnej Akcji jodowej jest TZF Polfa

Na skróty: Cierpię na jakąś chorobę, skąd mam wiedzieć czy mogę przyjąć jodek potasu? W przypadku wątpliwości ze względu na stan zdrowia przyjęcie jodku potasu należy skonsultować z lekarzem.

Nie powinno się stosować jodku potasu, jeśli pacjent ma uczulenie na potasu jodek lub którykolwiek z pozostałych składników tego produktu, jeśli u pacjenta występują choroby autoimmunologiczne połączone ze świądem i pęcherzami na skórze (opryszczkowate zapalenie skóry Duhringa) lub jeśli u pacjenta występuje nadczynność tarczycy, objawiająca się wytwarzaniem zbyt dużej ilości hormonów tarczycy, albo jeśli u pacjenta występuje zaburzenie naczyń krwionośnych (zapalenie naczyń z hipokomplementemią). Informacje te pochodzą z oficjalnej charakterystyki produktu Jodek Potasu TZF Polfa.

Źródła

Zasady dystrybucji tabletek jodku potasu w sytuacji wystąpienia zdarzenia radiacyjnego, <https://samorzad.gov.pl/web/gmina-zabrodzie/zasady-dystrybucji-tabletek-jodku-potasu-w-sytuacji-wystapienia-zdarzenia-radiacyjnego>

Potassium Iodide (KI), <https://www.cdc.gov/nceh/radiation/emergencies/ki.htm>

Informacja o produkcie Jodek Potasu TZF, https://www.polfa-tarchomin.com.pl/wp-content/uploads/2022/10/Jodek-Potasu_materia%C5%82-informacyjny.pdf

Dystrybucja jodku potasu - konferencja z udziałem wiceministra Błażeja Pobożego, <https://www.gov.pl/web/mswia/dystrybucja-jodku-potasu---konferencja-z-udzialem-wiceministra-blazeja-pobozego>

Foliarze mają nowy cel. Rządy, ich zdaniem, będą teraz depopulować jodkiem potasu, <https://geekweb.pl/magazyn-dobrych-tresci/item/2950-jodek-potasu-depopulacja-fake-news-dezinformacja-akcja-jodowa>

Leszek Królicki: Jodek potasu nie jest parasolem ochronnym, <https://www.termedia.pl/poz/Leszek-Krolicki-Jodek-potasu-nie-jest-parasolem-ochronnym,48759.html>

Poradnik **Wszystko co musisz wiedzieć o Akcji Jodowej** powstał na podstawie ogólnodostępnych źródeł wiedzy z zachowaniem należytej staranności, co do zawartych w nim treści. Opisywane procedury **mogą nieznacznie różnić** się w zależności od przyjętych w danej gminie czy powiecie rozwiązań.

Autorzy: Stowarzyszenie Dobra Informacja (Ruda Śląska)
Stowarzyszenie **Dobra informacja** jest wydawcą, m.in. portalu Geekweb.pl
oraz facebookowego profilu **zarządzanie kryzysowe**.