**Informasjon til foreldre til barn 0-18 år, gravide og ammende om Jod-beredskap.**

Ved en atomulykke vil vi kunne bli utsatt for radioaktivt nedfall. I nedfallet finnes radioaktivt jod som gir økt risiko for kreft i skjoldbruskkjertelen (kjertel som produserer stoffskiftehormon). Vi kan beskytte oss mot dette ved å ta en jodtablett. Målgruppen er barn, ungdom gravide og ammende.

Skolene og barnehagene har et lokalt lager av jod som skal deles ut dersom nedfallet når oss på dagtid. Helsedirektoratet anbefaler jod til alle barn i tilfelle ulykke. Sjansen for bivirkning av tabletten er minimal, én av ti millioner. Dersom du likevel ikke ønsker at ditt barn skal få Jod tablett i tilfelle atomulykke er det viktig at du gir beskjed til skolen/barnehagen.

Statens strålevern anbefaler at man i tillegg har jodtabletter hjemme. Det skal tilrettelegges for salg via apotek, men dette er ikke i orden enda. I mellomtiden kan du hente tablett til ditt barn gratis på servicetorget.

**Hvorfor skal jeg ha jodtablett hjemme til mitt barn?**Beskytter barnet mot kreft i skjoldbruskkjertelen etter en eventuell atomulykke. Kort tidsfrist fra advarsel om nedfall til tabletten bør tas, derfor er det lurt å ha den hjemme.

**Hvor henter jeg jodtablett til mitt barn?**Tablettene er gratis og kan hentes på servicetorget fom. 15.06.2018.   
Tabletter til de minste deles ut på 6 ukers kontrollen på helsestasjonen. Foreldre med barn <2 år som ikke har fått tablett på 6 ukers kontrollen kan hente dette på helsestasjonen. Gravide og ammende kan få tablett på helsestasjonen eller servicetorget.

**Hvor skal jeg oppbevare tabletten?**Tabletten skal oppbevares tørt i romtemperatur, dvs. i et helt vanlig skap eller skuff.

**Når skal barnet få tablett?**For å ha effekt må jodtabletten tas inntil 48 timer før og senest 4 timer etter, vi blir utsatt for radioaktivt nedfall. Da blir skjoldbruskkjertelen mettet med normalt jod, og det radioaktive jodet blir ikke tatt opp. Jodtablettene skal tas når det kommer råd fra det nasjonale Kriseutvalget for atomberedskap. Du vil altså få beskjed om når du eventuelt skal gi barnet tabletten. Ved en atomulykke, vil oppmerksomheten fra nasjonalt hold være stort. Informasjon til virksomhetene og befolkningen vil i tillegg bli gitt via beredskapsteamet i kommunen.

**Hvor stor skal dosen være og hvordan gis den?**

|  |  |
| --- | --- |
| **Gravide, ammende og barn >12 år** | **2 tbl** |
| **Barn 3-12 år** | 1 tbl |
| **Barn 1-2 år** | ½ tbl |
| **Barn <1 år  Barn <1mnd** | ¼ tbl  ¼ tbl under oppsyn av helsepersonell |

Tabletten kan tas hel eller løses opp i væske og drikkes. Engangsdosering.

**Hvem skal ikke ha tablett?**Barn med Hypokomplementemisk urtikariell vaskulitt og Dermatitis herpetiformis skal ikke ta jodtabletter. Dette er svært sjeldne sykdommer hos barn. Inntak av jod gir forverring av sykdommen hos de som har det og anbefales derfor ikke.