Informasjonsbrev vedrørende Jod beredskap og distribusjonsplan i Vestre Toten kommune.   
Målgruppe: foreldre, foresatt og personell i barnehager og skoler i Vestre Toten kommune.

**Ved en atomhendelse der det blir varslet om risiko for eksponering av radioaktivt nedfall , som inneholder radioaktiv Jod, så er sårbare grupper (se under) anbefalt å innta én tilpasset dose Jod snarest mulig i det tidsrom staten bestemmer.  
For å sikre rask ekspedering, så vil Kommunen tilby jod-dosen til disse på skoler og barnehager, også utenom åpningstidene, da de fleste i målgruppen går der. (se mer under mht oppmøte)**

**For de som av ulike årsaker ikke kan få det på «sin» skole eller barnehage, så vil jod-dosen kunne fås på Helsestasjonen på Raufoss.**

**Jod er anbefalt å ha i hjemmets beredskapskasse, og kan brukes under forutsetning av at dosen tilpasses alder (se tabellen), og at den gis kun i det tidsrommet myndighetene anbefaler.**Mrk : På markedet er to typer, med ulik styrke. Recip 65 mg ® som kommunen bruker, og Jodix 130 mg ® som kjøpes på apotek.

Passivt samtykke

**Forebyggende Jod dose er en sterk anbefaling, men ikke noe krav . Den medisinske begrunnelsen er imidlertid så tydelig, og tidsfaktoren så viktig, at kommunen har besluttet at barna får sin anbefalte dose der de er, MED MINDRE det foreligger en aktiv skriftlig reservasjon fra foresatte. (reservasjonsskjema vedlagt, og bes returnert til leder snarest mulig) .**

### Hvorfor:Sårbare grupper i denne sammenhengen er **barn og unge under 18 år**, **gravide og ammende.** Fordi de har størst risiko for å få kreft i skjoldbruskkjertelen i voksen alder etter å ha blitt utsatt for radioaktivt jod, er de anbefalt inntak av en tilpasset dose jod . ***Personer mellom 18 og 40*** anbefales også inntak av jod ved en slik situasjon, selv om risikoen er vesentlig mindre. *Kommunen har imidlertid IKKE ansvar for å forsyne denne gruppen!.* **De over 40 år** har svært liten risiko for å utvikle kreft i skjoldbruskkjertelen som følge av radioaktivt jod, og trenger ikke ta jodtabletter. Hvordan:

Jod-dosen blokkerer opptaket av radioaktivt jod i skjoldbruskkjertelen i inntil 2 døgn etter inntaket. Dermed reduseres betydelig risikoen for stråleskader på kjertelen.

Varighet:Beskyttelsen varer kun i ca 48 timer etter inntak, før det skilles naturlig ut. Jod må derfor IKKE inntas før Staten v/ Kriseutvalget for atomberedskap anbefaler det.

Beredskap og Kommunens ansvar

Kommunen er pålagt å legge til rette for at èn alderstilpasset dose Jod, skal være tilgjengelig for de sårbare gruppene snarest mulig etter at det nasjonal Kriseutvalget for Atom beredskap har varslet om behovet.   
 I samsvar med de nasjonale anbefalinger , er kommunens lager altså fordelt på kommunens skoler og barnehager, samt på helsestasjon.

### Utdeling.

1. **Dersom varselet kommer i skole/barnehagetiden.**
   1. Utdeling klassevis/avdelingsvis fra kommunens jod-lagre nå fordelt på skoene og barnehagene i det antall svarende til antall barn. Alderstilpasset dose er oppgitt i boksene.
2. **Dersom varslet kommer utenom skole/barnehagetiden** ( kveld, helg, helligdager)
   1. Skoler og barnehager som man hører til, vil være oppmøtested for de som ikke har tilgang på jod på annet vis. Oppmøte tid vil bli varslet over skolenes/barnehagenes egne kommunikasjonskanaler. Personell vil da være tilstede
   2. Jodtabletter kan tas hjemme dersom man har Jod i anbefalt beredskapskasse hjemme. Følg nøye dosen tilpasset barnets alder .   
      Mrk: Om mulig kan dele med andre i nærområde som oppfyller kriteriene!
3. **Andre i målgruppen som ikke omfattes av skole/barnehage, eller av andre grunner ikke kan få på skole/barnehage.**
   1. Utdeling skjer på Helsestasjon Raufoss (varsles særskilt på hjemmesiden ).

### Reservasjon / kontraindikasjoner

Det finnes noen sjeldne tilstander der Jod ikke skal brukes, (påvist allergi, dermatitis herpetiformis ) men disse vil normalt være kjent på forhånd. Snakk med fastlegen , om du er i tvil om barnet kan få jod.

### Registrering

Når barnet har fått sin dose, så vil det bli registrert på utdelingsstedet.   
Det er derfor viktig å få gitt beskjed til skolen / barnehagen, om barnet har fått fra husstandens lager, eller fra annet sted..

### Ytterligere Informasjon

HelseNorge ( <https://www.helsenorge.no/forstehjelp/jodtabletter-ved-atomulykker/> )   
 eller   
DSA Direktoratet for Strålevern og atomsikkerhet.  
( <https://dsa.no/atomberedskap/jodtabletter> )   
.   
Spørsmål vedrørende dette tiltak og informasjonsbrevet, kan rettes til Kommuneoverlege   
Jens A. Mørch - [jens.moerch@vestre-toten.kommune.no](mailto:jens.moerch@vestre-toten.kommune.no) eller på SMS til 91375403.  
  
 Raufoss Mai 2025 Jens A. Mørch kommuneoverlege

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Alder*** | ***Jod Dose*** | ***Recip® 65 mg (kommune- lager)*** | ***Jodix® 130 mg Apotekvare*** |
| Alle over 12, Gravide og ammende | 130 mg | 2 to tbl | 1– en hel tablett |
| Barn 3 år - 12 år | 65 mg | 1 en hel tablett | 1/2- halv tablett |
| Barn 1 mnd—3 år | 32.5 mg | 1/2—halv tablett | 1/4 kvart tablett |
| Barn under 1 mnd | 16.25 mg | Dose svarende til en 1/4 kvart tablettNB: Etter oppløsning skal HELE oppøsningen gis | Dose svarende til 1/8 åttendel tablett .  NB: Tabletten kan kun deles i 4. Når tabletten er løst opp i vann GIS HALVPARTEN av oppløsningen. |

### Doseringskjema for Jod somgis forebyggende ved eksponering for al