

Йодная профилактика

Йодная профилактика начинается немедленно при угрозе загрязнения воздуха и территории в результате аварии ядерных реакторов, утечки или выбросов промышленными предприятиями в атмосферу продуктов, содержащих радиоизотопы йода.

После изучения радиационной обстановки специально созданной комиссией принимается решение о начале, продолжении или отмене йодной профилактики, которое доводится до населения через территориальную систему оповещения (телерадиотрансляционную сеть, уличные громкоговорители).

При проведении йодной профилактики используются таблетки йодистого калия в следующих дозах:

- взрослым и детям от 2-х лет и старше – по одной таблетке в день (0,125 г.) после еды в течение 7 дней;
- детям до 2-х лет – четверть таблетки в день (0,04 г.) после еды в течение 7 дней;
- беременным женщинам – по одной таблетке в день (0,125 г.) с одновременным приёмом перхлората калия 0, 75 г. (3 таблетки по 0,25 г.).

При отсутствии таблеток йодистого калия применяется 5%-я йодная настойка:

- взрослым и подросткам старше 14 лет – после еды по 44 капли на ½ стакана молока или воды один раз в день в течение 7 дней;
- детям от 5 до 14 лет – настойка йода применяется в два раза меньшем количестве, чем взрослым, т.е. 22 капли;
- детям до 5 лет настойку йода внутрь не назначают.

Настойка йода может применяться путём её нанесения на кожу тампоном в виде полос на предплечье, голени, при этом способе защитный эффект сопоставим с приёмом внутрь в тех же дозах:

- детям до 2 лет – из расчёта 10-11 капель в день;
- детям от 2 до 5 лет – из расчёта 20-22 капли в день.

В условиях повышенной радиации необходимо хорошее питание: витамин Р, В, аскорбиновая кислота с глюкозой (3 раза в день), активированный уголь (1-2 таблетки перед едой), хрен, чеснок, а также продукты с антирадиоактивным действием (морковь, растительное масло, творог).