

Fylkesmannen i Oppland
Postboks 987
2626 LILLEHAMMER

Deres ref.:
Vår ref.: 14/5051-70
Saksbehandler: Kirsten Hjelle
Dato: 19.10.2018

Reseptfritt salg av jodtabletter i norske apotek

Viser til brev om distribusjon av jodtabletter til landets kommuner som ble sendt fylkesmennene 1. desember 2017.

Store deler av Helsedirektoratets lager av jodtabletter er nå distribuert til kommunene. Målgruppen er barn og unge under 18 år, gravide og ammende kvinner. Tabletten inneholder 65 mg kaliumjodid. I denne sammenheng presiseres det at jodtablettene som er sendt kommunene er beregnet for oppbevaring i kommunene eller der hvor barn og unge oppholder seg på dagtid. Disse tablettene skal ikke sendes til oppbevaring i den enkelte husstand, da datostemplingen er overskredet. Årlig testing hos Statens legemiddelverk viser at kvaliteten ikke er redusert.

Helsedirektoratet har i tillegg anbefalt en løsning med salg fra apotek for hjemmelagring hos den enkelte husstand. Jodtabletter vil være i reseptfritt salg i apotek fra 1. november 2018. Vi presiserer at disse tablettene inneholder 130 mg kaliumjodid, og dette er en annen styrke enn tablettene som er distribuert til kommunene.

Se vedlagte informasjonsark til publikum og til helsepersonell om jodtabletter. Fylkesmennene bes herved om at denne informasjonen distribueres til kommunene og videre til helsestasjonene og fastlegene.

For hjemmelagring anbefales det at voksne under 40 år, gravide, ammende og de med hjemmeboende barn skal ha jodtabletter hjemme. Det er spesielt viktig at barn og unge under 18 år, samt gravide og ammende kvinner tar tablettene fordi de har størst risiko for å få kreft i skjoldbruskkjertelen etter å ha blitt utsatt for radioaktivt jod. Det kan i helt spesielle situasjoner også være aktuelt med tabletter for voksne mellom 18 og 40 år.

Myndighetene vil gi nærmere råd om hvilke grupper av befolkningen som skal ta jodtabletter ved en atomulykke.

Vennlig hilsen

Geir Stene-Larsen e.f.
direktør

Morten Græsli
avdelingsdirektør

Helsedirektoratet

Avdeling retningslinjer og fagutvikling

Kirsten Hjelle, tlf.:

Postboks 220 Skøyen, 0213 OSLO • Besøksadresse: Vitaminveien 4, Oslo • Tlf.: 810 20 050

Faks: 24 16 30 01 • Org.nr.: 983 544 622 • postmottak@helsedir.no • www.helsedirektoratet.no

Dokumentet er godkjent elektronisk

Jodtabletter ved atomulykker

Er du under 40 år, gravid, ammende eller har hjemmeboende barn? Da anbefaler vi deg å ha jodtabletter hjemme. Tablettene kan gi beskyttelse mot radioaktivt jod ved atomulykker, og skal bare tas etter råd fra myndighetene.

Oppbevar
infoarket
sammen med
jodtablettene

Hvorfor ta jodtabletter?

Ved en atomulykke kan radioaktivt jod bli spredd via luften og tas opp i skjoldbruskkjertelen når man puster inn forurenset luft og/eller inntar forurenset mat og drikke. Tilskudd av naturlig jod blokkerer opptaket av radioaktivt jod i skjoldbruskkjertelen og reduserer risikoen for å få kreft i skjoldbruskkjertelen. Jodtabletter beskytter bare mot radioaktivt jod, og ikke mot andre radioaktive stoffer.

Råd om å ta tablettene vil ofte bli gitt sammen med et råd om å oppholde seg innendørs i opptil 2 døgn. Det er derfor viktig å ha tablettene lagret hjemme.

Når skal tablettene tas?

De skal bare tas etter råd fra myndighetene. I tilfelle en atomulykke, vil råd bli gitt gjennom mediene, relevante myndigheter og www.stralevernet.no (ny adresse fra 1.1.2019: www.dsa.no) og www.helsenorge.no.

Hvem skal ta jodtabletter?

Det er spesielt viktig at barn og unge under 18 år, gravide og ammende tar tablettene fordi de har størst risiko for å få kreft i skjoldbruskkjertelen etter å ha blitt utsatt for radioaktivt jod. 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, og trenger ikke ta jodtabletter. Personer som har operert bort skjoldbruskkjertelen trenger ikke ta jodtabletter.

Myndighetene vil gi nærmere råd om hvilke grupper av befolkningen som skal ta tablettene ved en atomulykke.

Hvor mye skal man ta?

Følg doseringen på pakningen og i pakningsvedlegget, og følg råd fra myndighetene.

Barn under 3 år følger denne doseringen:

1. Legg 1 tablett i et drikkeglass.
2. Tilsett 20 ml vann eller melk i glasset. Bruk sprøyte til å måle opp væsken. Rør rundt til tablettene har løst seg opp.

For barn under 1 måned: Trekk ut 2,5 ml av løsningen med sprøyte og gi til barnet (tilsvarer 1/8 tablett = 16,25 mg).

For barn 1 måned-3 år: Trekk ut 5 ml av løsningen med sprøyte og gi til barnet (tilsvarer ¼ tablett = 32,5 mg).

3. For å sikre at barnet har fått i seg hele legemiddelmengden bør man i etterkant skylle sprøyten med nytt vann eller ny melk. Vannet eller melken som har skylt sprøyten gis til barnet.
4. Gi barnet rikelig med drikke etterpå.

Nødvendig utstyr: Doseringssprøyter kjøpes på apotek.

Viktig: Nyfødte (0–1 måned) som får jod og/eller ammes av en kvinne som har tatt jod, skal følges opp av fastlege i samråd med barnelege. Det skal tas blodprøver av babyen 7–10 dager etter inntak. Ta derfor kontakt med barnets fastlege så snart som mulig.

Bruk *ikke* jodtabletter:

- dersom du er allergisk overfor kaliumjodid eller noen av de andre innholdsstoffene i legemidlet (listet opp i pakningsvedlegget)
- hvis du har betennelse i skjoldbruskkjertelen (thyreoiditt)
- hvis du har forstyrrelser i skjoldbruskkjertelfunksjonen
- hvis du har dermatitis herpetiformis (Dührings sykdom)



Har du spørsmål om jodtabletter? Ring Helsenorge på 815 55 015



Du finner også mer informasjon om jodtabletter på www.stralevernet.no (ny adresse fra 1.1.2019: www.dsa.no) og www.helsenorge.no

Dette infoarket finner du på ulike språk på Strålevernets nettsider.



Jodtabletter ved atomhendelser

Medisinsk informasjon til helsepersonell

Dagens trusselbilde tilsier at jodtabletter kan bli aktuelt som tiltak ved atomhendelser over hele landet. Europas kjernekraftverk eldes og risikoen for alvorlige ulykker øker. Ferdselen med reaktordrevne fartøy langs norskekysten er sterkt økende og en ulykke med et slikt fartøy kan gi radioaktive utslipp som rammer Norge. Sannsynligheten for terroraksjoner har også økt. Dersom det blir et utslipp av radioaktivt jod, kan jodtabletter være ett av de beskyttende tiltak som Kriseutvalget for atomberedskap anbefaler.

Hvorfor ta jodtabletter?

Ved en atomulykke kan radioaktivt jod bli spredd via luften, og tas opp i skjoldbruskkjertelen når man puster inn forurenset luft og/eller inntar forurenset mat og drikke. Tilskudd av naturlig jod blokkerer opptaket av radioaktivt jod i skjoldbruskkjertelen og reduserer risikoen for å få kreft i skjoldbruskkjertelen. Jodtabletter beskytter bare mot radioaktivt jod, og ikke mot andre radioaktive stoffer.

Råd om å ta tablettene vil ofte bli gitt sammen med et råd om å oppholde seg innendørs opptil 2 døgn. Det er derfor viktig å ha de lagret hjemme.

Når skal tablettene tas?

De skal **bare** tas etter råd fra myndighetene. I tilfelle en atomulykke, vil råd bli gitt gjennom mediene, relevante myndigheter og www.stralevernet.no (ny adresse fra 1.1.2019: www.dsa.no) og www.helsenorge.no.

Hvem skal ta jodtabletter?

Det er spesielt viktig at barn og unge under 18 år, gravide og ammende tar tablettene fordi de har størst risiko for å få kreft i skjoldbruskkjertelen etter å ha blitt utsatt for radioaktivt jod. Det kan i helt spesielle situasjoner også være aktuelt med tabletter for voksne mellom 18 og 40 år. De over 40 år har svært liten risiko for å få kreft i skjoldbruskkjertelen, og trenger ikke ta jodtabletter. Personer som har operert bort skjoldbruskkjertelen trenger ikke ta jodtabletter.

Myndighetene vil gi nærmere råd om hvilke grupper av befolkningen som skal ta tablettene ved en atomulykke.

Dosering og administrasjon

Jodtabletter skal i utgangspunktet bare tas én gang, men i spesielle situasjoner kan det bli aktuelt med en ny dosering etter 24 timer. Beskjed om slik utvidet dosering gis av Kriseutvalget for atombereidskap. **Unntak:** Nyfødte (< 1 måned), gravide og ammende kvinner skal **IKKE** ta jodtabletter mer enn 1 gang.

NB: Det er to typer jodtabletter som er tilgjengelige i Norge. Jodix er i reseptfritt salg via apotek, mens Kaliumjodid Recip er distribuert til de fleste kommunene.

Se www.legemiddelsok.no for gjeldende pakningsvedlegg.

Jodix

Jodix inneholder 130 mg kaliumjodid og er i pakninger à 10 eller 100 tabletter.

Dosering til voksne og barn over 12 år: 1 tablett. For barn 3-12 år: ½ tablett. For dosering til voksne og barn over 3 år, se pakningen og pakningsvedlegget.

Barn under 3 år følger denne doseringen:

1. Legg 1 tablett i et drikkeglass.
2. Tilsett 20 ml vann eller melk i glasset. Bruk sprøyte til å måle opp væsken. Rør rundt til tablettene har løst seg opp.

For barn under 1 måned: Trekk ut 2,5 ml av løsningen med sprøyte og gi til barnet (tilsvarende 1/8 tablett (16,25 mg)).

For barn 1 måned-3 år: Trekk ut 5 ml av løsningen med sprøyte og gi til barnet (tilsvarende ¼ tablett (32,5 mg)).

3. For å sikre at barnet har fått i seg hele legemiddelmengden bør man i etterkant skylle sprøyten med nytt vann eller ny melk. Vannet eller melken som har skylt sprøyten gis til barnet.
4. Gi barnet rikelig med drikke etterpå.

Kaliumjodid Recip

Kaliumjodid Recip inneholder 65 mg kaliumjodid og er i pakninger à 10 tabletter.

Dosering for voksne og barn over 12 år: 2 tabletter. For barn 3-12 år: 1 tablett. For barn fra 1 måned til 3 år: 1/2 tablett. For spedbarn opptil 1 måned: 1/4 tablett og kun under oppsyn av helsepersonell. For dosering se pakningen og pakningsvedlegget.

Tablettene har delekors. De kan knuses og blandes/røres ut i vann. Vær oppmerksom på at tablettene ikke alltid vil løse seg fullstendig opp i vann (dvs. løsningen blir «uklar»). For å sørge for at man har fått i seg hele legemiddelmengden, bør man i etterkant skylle glasset/holderen med vann og drikke dette. Tablettene kan om nødvendig blandes/røres ut i juice, syltetøy eller melk.

Opptak, utskillelse og effekt av jod i kroppen

Radioaktivt jod påvises i skjoldbruskkjertelen allerede tre minutter etter inntak hos en fastende person. Opptak fra lungene skjer umiddelbart etter inhalasjon. Jodopptaket i skjoldbruskkjertelen er avhengig av plasmakonsentrasjonen av jod; opptaket er høyere hos barn enn hos voksne. Jod tas opp i cellene i skjoldbruskkjertelen ved aktiv transport. Inne i cellene binder jod seg til thyreoglobulin.

Jod skilles ut gjennom nyrene. Urinutskillelsen er økt hos gravide, og i tillegg vil en del av jodlageret hos gravide bli overført til fosteret gjennom placenta. Gravide har derfor et økt jodopptak.

Studier av friske frivillige forsøkspersoner har vist at inntak av 100 mg kaliumjodid på samme tidspunkt som tilførsel av radioaktivt jod minsket opptaket av radioaktivt jod i skjoldbruskkjertelen med ca. 95 %. Økning av kaliumjodid-dosen førte ikke til ytterligere reduksjon av opptaket. Når kaliumjodid gis 3 timer etter radioaktivt jod synker den hemmende effekten til ca. 60 %. Hvis kaliumjodid gis på et enda senere tidspunkt avtar den blokkerende effekten raskt.

Kaliumjodid tabletter gitt 24 timer før eksponering for radioaktivt jod gir en reduksjon av opptaket på over 80 %. Den blokkerende effekten av kaliumjodid reduseres med tiden. Tre dager etter inntak av tabletter er effekten redusert til 50 % og etter en uke er den helt borte. Blokkeringen kan vedlikeholdes med et daglig tilskudd av 15 mg kaliumjodid.

Advarsler og forsiktighetsregler

Ved tilførsel av jod til nyfødte (første levemåned) gjelder spesielle forsiktighetsregler. Se under.

Pasienter skal ikke ta jodtabletter dersom:

- de er allergiske overfor kaliumjodid eller noen av de andre innholdsstoffene i legemidlet (listet opp i pakningsvedlegget).
- hvis de har betennelse i skjoldbruskkjertelen (thyreoiditt)
- hvis de har forstyrrelser i skjoldbruskkjertelfunksjonen
- hvis de har dermatitis herpetiformis (Dührings sykdom)

Anbefalinger for gravide, ammende kvinner og barn

Gravide kvinner: Under svangerskapet øker skjoldbruskkjertelens aktivitet samtidig som en del opplagret jod i kroppen vil gå over til fosteret. Gravide vil derfor ha en spesielt stor evne til å ta opp radioaktivt jod. Den tilførte mengden stabilt jod til gravide kvinner ved en atomhendelse bør likevel holdes på så lavt nivå som mulig for å hindre et for stort opptak i fosterets skjoldbruskkjertel. Gravide skal ikke ta jodtabletter med enn én gang.

Ammende kvinner bør gis stabilt jod både for egen beskyttelse, men også for å redusere innhold av radioaktivt jod i morsmelk. En fjerdedel av tilført stabilt jod går over i morsmelk. Så lenge ammende kun får tilført en enkeltdose kaliumjodid (130 mg), vurderes risikoen for hypotyreose hos barnet som liten og krever derfor ikke kontroll av stoffskifteprøver unntatt for nyfødte < 1 måneds alder, se tekst nedenfor.

Spedbarn, småbarn og tenåringer har høy risiko for å utvikle kreft i skjoldbruskkjertelen etter eksponering for radioaktivt jod. I denne gruppen er risikoen for bivirkninger ved bruk av jodtabletter svært liten. Man bør derfor være meget aktiv med å gi stabilt jod til denne gruppen.

Nyfødte (0 – 1 måneds alder): Disse barna utgjør en spesielt sensitiv gruppe når det gjelder bruk av jodtabletter. Etter fødselen stiger aktiviteten i skjoldbruskkjertelen raskt og kapasiteten til å ta opp radioaktivt jod vil være økt. I denne perioden er imidlertid skjoldbruskkjertelen spesielt følsom for toksisk virkning av stabilt jod. En overdosering av kaliumjodid kan føre til undertrykkelse av skjoldbruskkjertelens funksjon (hypothyreose), noe som kan føre til nevropsykologiske utviklingshemninger hvis barnet ikke får behandling for hypothyreose. Nyfødte skal derfor ikke gis jodtablett mer enn én gang.

Viktige retningslinjer for nyfødte:

1. Hvis det anbefales jodtabletter, skal det kun gis én dose kaliumjodid til nyfødte, selv ved langvarig eller gjentatt eksponering for radioaktivt jod.
2. Samme dose gis til barn som ammes og barn som ikke ammes, uavhengig av om mor også tar jodtabletter.
3. Anbefalt dosering av kaliumjodid til nyfødte er 16 mg. Ved dosering tas det ikke hensyn til barnets vekt.
4. Alle nyfødte (0 – 1 måneds alder) som får kaliumjodid og/eller som ammes av en kvinne som tar kaliumjodid, skal følges opp av fastlege i samråd med barnelege. Det skal tas blodprøver for kontroll av TSH og T4 mellom 7 – 10 dager etter inntak av kaliumjodid. Når prøvesvaret foreligger, skal det konfereres med barnelege med endokrinologisk kompetanse ved nærmeste sykehus. Tolkning av stoffskifteprøver hos nyfødte er en spesialistoppgave.

Bivirkninger ved bruk av jodtabletter

Det oppstår sjelden bivirkninger ved engangsinntak av kaliumjodid dersom advarslene og forsiktighetsreglene som er gitt ovenfor følges. Bivirkningsfrekvensen er svært lav i alle aldre. Forstyrrelser av stoffskiftet (hyper- eller hypothyroidisme) og allergiske reaksjoner forekommer

Risikoen for bivirkninger er størst hos personer som på forhånd har sykdom i skjoldbruskkjertelen, slik som Graves sykdom eller autoimmun thyreoiditt. Dette er tilstander som er uvanlige hos barn.

Spørsmål fra helsepersonell

Doseringsanbefalingene ovenfor er utarbeidet av Nasjonal behandlingstjeneste for CBRNE-medisin (CBRNE-senteret) i samråd med Norsk barnelegeforening, Nasjonalt kompetansenettverk for legemidler til barn og Statens strålevern, basert på gjeldende retningslinjer fra Verdens helseorganisasjon (WHO).

Ved konkrete spørsmål i en akuttsituasjon kan helsepersonell kontakte CBRNE-senteret ved Oslo universitetssykehus på tlf. 22 11 73 50.

Referanser

World Health Organization. Iodine thyroid blocking: guidelines for use in planning for and responding to radiological and nuclear emergencies. World Health Organization, 2017.

Protective Measures in Early and Intermediate Phases of a nuclear or Radiological Emergency. Nordic Guidelines and Recommendations. 2014.

Summary of Product Characteristics (SPC) for Kaliumjodid G.L. Pharma 65 mg tabletter, revidert 23.03.2016, hentet fra <https://lakemedelsverket.se/>

Preparatomtale Jodix 130 mg tabletter. https://www.legemiddelsok.no/_layouts/15/Preparatomtaler/Spc/18-12442.pdf (17.10.2018)