



**Навчально-методичний центр цивільного захисту та  
безпеки життєдіяльності  
Кіровоградської області**

Пам'ятка населенню

**ПИТИ ЧИ НЕ ПИТИ ЙОД**



м. Кропивницький



**Навчально-методичний центр цивільного захисту та  
безпеки життєдіяльності  
Кіровоградської області**

Пам'ятка населенню

**ПИТИ ЧИ НЕ ПИТИ ЙОД**



м. Кропивницький

При радіаційній небезпеці (аварія на АЕС або застосування ядерної зброї) не треба пити йод у вигляді антисептика. Що може бути помічним — так це калію йодид, який варто прийняти лише після офіційного оповіщення органів влади. Тобто пити профілактично цей препарат НЕ потрібно.

МОЗ рекомендує приймати такі дози йодиду калію:

- діти до 1 місяця (немовлята й діти, які перебувають на грудному вигодовуванні) — 16 мг;
- діти від 1 місяця до 3 років — 62,5 мг;
- підлітки від 13 до 18 років, дорослі до 40 років, вагітні та матері, які годують грудьми — 125 мг.

Людям старше 40 років калію йодид не призначають.

У рідкісних випадках можуть поради повторне приймання. Але це потрібно робити, тільки якщо вийдуть такі поради для вашого регіону. Якщо у вас є проблеми зі щитоподібною залозою, слід обговорити дозування зі своїм (-єю) ендокринологом(-инею).

При радіаційній небезпеці (аварія на АЕС або застосування ядерної зброї) не треба пити йод у вигляді антисептика. Що може бути помічним — так це калію йодид, який варто прийняти лише після офіційного оповіщення органів влади. Тобто пити профілактично цей препарат НЕ потрібно.

МОЗ рекомендує приймати такі дози йодиду калію:

- діти до 1 місяця (немовлята й діти, які перебувають на грудному вигодовуванні) — 16 мг;
- діти від 1 місяця до 3 років — 62,5 мг;
- підлітки від 13 до 18 років, дорослі до 40 років, вагітні та матері, які годують грудьми — 125 мг.

Людям старше 40 років калію йодид не призначають.

У рідкісних випадках можуть поради повторне приймання. Але це потрібно робити, тільки якщо вийдуть такі поради для вашого регіону. Якщо у вас є проблеми зі щитоподібною залозою, слід обговорити дозування зі своїм (-єю) ендокринологом(-инею).