



## آماده بودن یعنی ایمن ماندن.

پتاسیم یدید) که از طریق پست ارسال می‌شوند باشید) KI منتظر قرص‌های

www.preparetobesafe.ca برای کسب اطلاعات بیشتر، به این صفحه مراجعه کنید



## ایمنی

### به آمادگی نیاز دارد.

در شرایط بسیار بعید بروز حادثه هسته‌ای، یک قرص پتاسیم یدید (KI)، مولفه‌ای اصلی برای حفظ امنیت شما و خانواده‌تان به حساب می‌آید. هیچوقت نمیتوان بیش از حد آماده بود.

#### پتاسیم یدید (KI) چیست؟

KI (نام شیمیایی یدید پتاسیم) نمکی از ید پایدار (و نه رادیواکتیو) است. این یک ماده مغذی ضروری است که مقادیر اندک آن برای عملکرد صحیح غده تیروئید مورد نیاز است. KI به شکل قرص عرضه شده و به راحتی قابل بلع است.

#### چرا هم اکنون این قرص را دریافت می‌کنم؟

کمیسیون ایمنی هسته‌ای کانادا (CNSC)، یک آژانس فدرال است که بر عملکرد ایمن مراکز هسته‌ای نظارت می‌کند. این کمیسیون، هم اکنون کلیه خانه‌های مسکونی و کسب و کارهایی را که در شعاع 10 کیلومتری از یک مرکز هسته‌ای قرار دارند ملزم کرده تا ذخیره قرص‌های KI را دریافت کنند.

#### این قرص چه می‌کند؟

اثر بخشی KI به عنوان ماده ویژه مانع از جذب ید رادیواکتیو در تیروئید کاملاً اثبات شده است. وقتی KI به اندازه توصیه شده و در زمان مناسب مصرف شود، نقش موثری در کاهش خطر ابتلا به سرطان تیروئید در افراد یا گروه‌های در معرض استنشاق یا جذب خوراکی ید رادیواکتیو ایفا خواهد کرد. KI تیروئید را با ید غیر رادیواکتیو پر می‌کند و به همین طریق از جذب مولکول‌های رادیواکتیو جلوگیری خواهد کرد. KI محافظتی در برابر سایر انواع تشعشعات ایجاد نمی‌کند.

#### چه وقت باید آن را مصرف کنم؟

در موارد بسیار نادر بروز شرایط اضطراری ناشی از انتشار تشعشعات به صورت عمومی، رئیس ارشد پزشکی نهاد بهداشت انتاریو دستورالعمل‌هایی را از طریق رادیو، تلویزیون، اینترنت و سایر کانال‌های موجود در مورد مکان، زمان، نحوه مصرف KI و افرادی که باید آن را مصرف کنند ارائه خواهد داد. مهم است که منتظر این اعلان باشید.

قرص‌ها را مصرف نکنید، مگر اینکه به شما دستور داده شود. شما نیاز دارید که این قرص‌ها را فقط طی یک بازه زمانی کوتاه احتمالاً 1 تا 2 روزه، مصرف کنید.

#### چند قرص باید مصرف کنم؟

زنان باردار یا در حال شیردهی	2 قرص (فقط یک تک دوز)
بزرگسالان بالای 18 سال	2 قرص هر 24 ساعت
کودکان 3 تا 18 ساله	1 قرص هر 24 ساعت
کودکان 1 ماهه تا 3 ساله	2/1 قرص روزانه، به صورت خرد شده در غذا یا مایعات
کودکان زیر 1 ماه	4/1 قرص حل شده در مایعات (فقط یک تک دوز)

در صورت لزوم، و برای کودکان کم سن و سال‌تر، قرص‌ها را می‌توان در غذا خرد، یا در مایعات حل کرد.

در صورت مصرف بیش از حد، بلافاصله کمک پزشکی دریافت کنید یا با مرکز کنترل مسمومیت تماس بگیرید. شماره تلفن 9017-

416-813-5900 یا 268-800-1

## آیا عوارض جانبی وجود دارد؟

خطر عوارض جانبی ناشی از مصرف یک دوز KI برای تمام گروه‌های سنی که دارای عملکرد طبیعی تیروئید هستند، بسیار کم است. مزایای کلی مصرف این دارو در زمان بروز شرایط اضطراری هسته‌ای، بیش از خطر عوارض جانبی آن است.

خطر عوارض جانبی در افراد مبتلا به اختلالات تیروئید، به عنوان مثال، تیروئیدیت خودایمنی، بیماری گریوز، کمبود ید و گواتر ندولار افزایش می‌یابد. این اختلالات بیشتر در بزرگسالان و افراد مسن دیده می‌شود و در کودکان نادر است.

امکان بروز عوارض جانبی نادر در سایر قسمت‌های بدن، مانند تأثیرات گوارشی یا واکنش بیش‌حساسیتی وجود دارد، اما به طور کلی خفیف است.

افراد دارای حساسیت به ید، کسانی که در حال حاضر یا قبلاً به اختلال تیروئید مبتلا بوده یا هستند، یا کسانی که هرگونه نگرانی دیگری دارند، باید پیش از مصرف قرص KI با پزشک یا پرستار متخصص خود مشورت کنند.

## چه چیزی در بسته قرص KI من وجود دارد؟

این بسته حاوی 20 قرص KI است که برای نیاز دو روز پنج بزرگسال یا 10 کودک، یا هر ترکیبی از این دو کفایت می‌کند. این مدت خیلی بیش از زمان مورد نیاز در صورت بروز وضعیت نادر قرار گرفتن در معرض تشعشعات هسته‌ای خواهد بود. این بسته همچنین حاوی یک کتابچه راهنما حاوی اطلاعات مربوط به قرص KI و مصرف آن خواهد بود. اگر به بیش از 20 قرص نیاز دارید، دستورالعمل‌هایی برای نحوه سفارش بیشتر وجود خواهد داشت.

## این قرص‌ها را باید کجا نگهداری کنم؟

وقتی قرص‌های KI در جای خشک و در دمایی بین 15 تا 30 درجه سانتیگراد نگهداری شوند، تأثیر خود را تا سقف 12 ماه حفظ خواهند کرد.

اگر این مقدار برای خانواده یا کسب و کار من کافی نباشد، از کجا می‌توانم قرص بیشتری سفارش دهم؟

برای سفارش تعداد بیشتری قرص KI، لطفاً از [فرم سفارش آنلاین](#) ما استفاده کنید.

## چند قرص باید در دسترس داشته باشم؟

هر فرد بزرگسال در خانه باید چهار قرص در دسترس داشته باشد، و هر کودک باید دو قرص در دسترس داشته باشد. این مقدار برای تأمین نیاز دو روز کافی است.

## در مواقع اضطراری، از چه محل دیگری می‌توان قرص KI تهیه کرد؟

قرص‌های KI برای کودکان از طریق مدارس که در محدوده 10 کیلومتری مراکز هسته‌ای قرار دارند، و همچنین برای موسسات منتخب که در محدوده 10 کیلومتری مراکز هسته‌ای قرار دارند، موجود است. قرص‌های KI همچنین در مراکز پذیرش تخلیه اضطراری و سایر مکان‌های تعیین شده توسط مسئولان اقدامات اضطراری در دسترس عموم قرار خواهد گرفت.

## در صورت بروز واقعه اضطراری هسته‌ای چگونه به من اطلاع داده خواهد شد؟

آزیرها، رادیو، تلویزیون، اینترنت، تماس تلفنی خودکار و رسانه های اجتماعی.

## چه کار باید بکنم؟

1. به فضای داخلی بروید و رادیو یا تلویزیون خود را برای دریافت راهنمایی روشن کنید
2. به گزارشات رسانه‌ای گوش دهید
3. دستورالعمل‌های ارائه شده توسط مقامات دولتی را دنبال کنید
4. این دستورالعمل‌ها را اجرا کنید: تخلیه، پناه گرفتن در محل، مصرف قرص KI، گزارش به یک مرکز پذیرش برای اجرای روند نظارت

آیا سرعت وقوع حادثه هسته‌ای خیلی بیشتر از چیزی نیست که بتوان واکنش نشان داد؟

خیر. در اتفاق بسیار نادر و بعید انتشار تشعشعات رادیواکتیو، گسترش آن ساعت‌ها و روزها طول می‌کشد. زمان برای واکنش و اجرای دستورالعمل‌های اضطراری وجود خواهد داشت.

آیا در شرایط اضطراری هسته‌ای، می‌توانم به حیوان خانگی خود قرص KI بدهم؟

نیازی به دادن قرص KI به حیوانات خانگی وجود ندارد.

از کجا می‌توانم اطلاعات بیشتری کسب کنم؟

اگر هرگونه سوال یا دغدغه‌ای دارید، لطفاً به این صفحه مراجعه کنید. [www.preparetobesafe.ca](http://www.preparetobesafe.ca) اگر می‌خواهید اطلاعات بیشتری در مورد این برنامه توزیع KI در منطقه دورهام کسب کنید، لطفاً با شماره 1-800-841-2729 تماس بگیرید؛ در تورنتو می‌توانید با شماره 311 تماس بگیرید.

اگر در ارتباط با قرص‌های KI هرگونه سوالی دارید، لطفاً آن را با ارائه دهنده خدمات بهداشتی و درمانی خود در میان بگذارید، یا اینکه می‌توانید با Telehealth Ontario به شماره 1-866-797-0000 تماس بگیرید.

برای کسب اطلاعات بیشتر، لطفاً به اینجا مراجعه کنید:

- [وب سایت کمیسیون ایمنی هسته‌ای کانادا](#)
- [وب سایت وزارت بهداشت/وزارت مراقبت طولانی مدت انتاریو](#)