



Être préparé, c'est rester en sécurité.

Vous recevrez des comprimés de KI par la poste.
Pour de plus amples renseignements,
veuillez visiter le www.preparetobesafe.ca





LA SÉCURITÉ NÉCESSITE DE LA PRÉPARATION.

Dans le cas très improbable d'un accident nucléaire, un comprimé d'iodure de potassium (KI) représente un élément essentiel pour vous garder, ainsi que votre famille, en sécurité. On ne peut jamais être trop bien préparé.

Qu'est-ce que l'iodure de potassium (KI)?

Le KI (appellation chimique de l'iodure de potassium) est un sel d'iode stable (non radioactif). Il constitue un nutriment essentiel nécessaire en petites quantités pour le fonctionnement adéquat de la thyroïde. Le KI existe sous forme de comprimés faciles à avaler.

Pourquoi est-ce que j'en reçois maintenant?

La Commission canadienne de sûreté nucléaire (CCSN) est l'organisme fédéral qui surveille l'exploitation sécuritaire des centrales nucléaires. Maintenant, elle exige que toutes les maisons et entreprises dans les 10 km d'une centrale nucléaire reçoivent un approvisionnement de comprimés de KI.

Comment fonctionne le KI?

L'efficacité du KI en tant que bloqueur spécifique de l'absorption d'iodes radioactifs par la thyroïde est bien établie. Lorsqu'on le prend en respectant la dose recommandée et au bon moment, le KI est efficace pour ce qui est de réduire le risque de cancer thyroïdien chez les personnes ou populations qui pourraient inhaler ou ingérer des iodes radioactifs. Le KI remplit la thyroïde d'iodes non radioactifs et empêche l'absorption des molécules radioactives. Le KI n'offre pas de protection contre les autres types de radiation.

Quand faut-il le prendre?

Dans le cas improbable d'une urgence, le médecin hygiéniste en chef pour l'Ontario communiquera des directives au moyen de la radio, la télévision, l'Internet et d'autres voies accessibles concernant où, quand, comment et par qui le KI doit être pris. Il est important d'attendre cet avis.

Ne prenez pas ces comprimés avant qu'on ne vous ait dit de le faire. Vous n'aurez qu'à prendre les comprimés pendant une courte période, probablement un à deux jours.

Combien dois-je en prendre?

Femmes enceintes et qui allaitent	2 comprimés (1 dose unique seulement)
Adultes de 18 ans et plus	2 comprimés toutes les 24 heures
Enfants de 3 à 18 ans	1 comprimé toutes les 24 heures
Enfants de 1 mois à 3 ans	1/2 comprimé par jour broyé dans des aliments ou du liquide
Enfants de moins de 1 mois	1/4 de comprimé dissout dans du liquide (1 dose unique seulement)

Au besoin, et pour les jeunes enfants, on peut broyer les comprimés dans des aliments ou les dissoudre dans du liquide.

En cas de surdose, veuillez consulter un médecin ou appeler un centre antipoison immédiatement. Téléphone : **1 800 268-9017** ou **416 813-5900**.

Y a-t-il des effets secondaires?

Le risque d'effet secondaire découlant de la prise d'une dose de KI est extrêmement faible pour les personnes de tous les groupes d'âge présentant une fonction thyroïdienne normale. Les bienfaits généraux en cas d'urgence nucléaire l'emportent sur le risque d'effets secondaires.

Les personnes atteintes de troubles de la thyroïde, c'est-à-dire thyroïdite auto-immune, maladie de Graves, carence en iode et goitre nodulaire présentent un risque accru d'effets secondaires. Ces troubles sont plus communs chez les adultes et les aînés, et plus rares chez les enfants.

Des effets secondaires rares dans d'autres parties du corps, comme des effets gastro-intestinaux ou une réaction d'hypersensibilité, peuvent se produire, mais en général, ils sont légers.

Les personnes sensibles à l'iode, qui souffrent présentement ou qui ont déjà souffert d'un trouble de la thyroïde ou qui ont toute autre inquiétude doivent consulter leur médecin ou leur infirmière praticienne avant de prendre du KI.

Que comprend ma trousse de comprimés de KI?

La trousse comprendra 20 comprimés de KI, soit une quantité suffisante pour cinq adultes ou dix enfants, ou toute autre combinaison, pendant deux jours. Il s'agit d'une période plus que suffisante pour la durée d'une exposition à un événement nucléaire peu probable. La trousse contiendra également un livret d'information sur les comprimés de KI et leur utilisation. Si vous avez besoin de comprimés supplémentaires, des directives pour les commandes seront incluses.

Où dois-je les ranger?

Lorsqu'ils sont conservés dans un endroit sec entre 15 et 30 degrés Celsius, les comprimés KI sont efficaces pour une durée allant jusqu'à 12 ans.

Si la quantité n'est pas suffisante pour ma famille ou mon entreprise, où puis-je en commander davantage?

Veillez utiliser notre **formulaire de commande** en ligne pour commander davantage de comprimés de KI.

Combien de comprimés dois-je avoir à ma disposition?

On doit disposer de quatre comprimés pour chaque adulte du foyer et de deux comprimés pour chaque enfant. Cette quantité est suffisante pour un approvisionnement de deux jours.

En cas d'urgence, à quel autre endroit puis-je me procurer des comprimés de KI?

Les comprimés de KI sont disponibles pour les enfants dans les écoles de la zone des 10 km et dans certains établissements de cette même zone, comme les établissements de soins de santé. Des comprimés de KI seront également disponibles pour le public dans les centres d'accueil en cas d'évacuation et dans d'autres lieux désignés par les responsables des services d'urgence.

Comment serai-je avisé en cas d'urgence nucléaire?

Au moyen de sirènes, de la radio, de la télévision, de l'Internet, d'appels téléphoniques automatisés et des médias sociaux.

Que dois-je faire?

1. Allez à l'intérieur et allumez votre radio ou votre télévision pour écouter les consignes.
2. Écoutez ce que disent les médias.
3. Suivez les directives fournies par les représentants du gouvernement.
4. Suivez les instructions en ce qui concerne l'évacuation, la mise à l'abri sur place, la prise de comprimés de KI, se présenter à un centre d'accueil aux fins de surveillance.

Un accident nucléaire ne se déroulerait-il pas trop vite pour réagir?

Non. Dans le cas très improbable d'une émission radioactive, il faudrait plusieurs heures et plusieurs jours pour que cela se produise. On disposerait du temps nécessaire pour réagir aux consignes d'urgence.

Puis-je donner des comprimés de KI à mon animal de compagnie en cas d'urgence nucléaire?

Il n'y a pas d'exigence concernant l'administration de comprimés KI aux animaux domestiques.

Où puis-je en apprendre davantage?

Si vous avez des questions ou préoccupations, veuillez visiter le www.preparetobesafe.ca. Pour en savoir davantage sur le programme de distribution de KI dans la région de Durham, veuillez composer le **1 800 841-2729**; à Toronto, vous pouvez composer le **311**.

Pour toute question de santé concernant les comprimés de KI, veuillez discuter avec votre fournisseur de soins de santé. Vous pouvez également prendre contact avec Télésanté Ontario au **1 866 797-0000**.

Pour obtenir davantage de renseignements, veuillez visiter :

- **Le site Web de la Commission canadienne de sûreté nucléaire.**
- **Le site Web du ministère de la Santé/ministère des Soins de longue durée.**