



## Ang pagiging handa ay pananatiling ligtas.

Abangan ang iyong KI pills sa iyong mail.  
Para sa karagdagang impormasyon bisitahin  
ang [www.preparetobesafe.ca](http://www.preparetobesafe.ca)



# Ang kaligtasan ang nangangailangan ng paghahanda.

Sa maliit na posibilidad ng pangngyayaring aksidenteng nukleyar, ang potassium iodide (KI) pill ay isang pangunahing susi upang mapanatiling ligtas ka at ang iyong pamilya. walang katotohanan sa pagiging sobrang paghahanda.

## Ano ang potassium iodide (KI)?

KI (ang kemikal na pangalan para sa potassium iodide) ay asin na isteybol (hindi radyoaktibo) na iodine. Ito ay isang mahalagang nutriyent na kinakailangan sa kaunting dami para gumana nang maayos ang thyroid gland. Ang KI ay tableta at madaling malunok.

## Bakit ko ito matatanggap ngayon?

Ang Canadian Nuclear Safety Commission (CNSC) ay ang pederal na ahensiya na nangangasiwa sa kaligtasan ng operasyon ng mga istasyong nukleyar. Ngayon ay kinakailangan na ang mga bahay at negosyo sa loob ng radius na sampung kilometro ay makatanggap o masuplayan ng KI Pills.

## Ano ang ginagawa nito?

Ang pagiging mabisa ng KI bilang pang harang sa thyroid radioiodine ay matibay. Kapag ininom sa inirekomendang dosis at sa tamang oras, mabisa ang KI sa pagpapaliit ng tyansang magkaroon ng thyroid kanser ang mga indibidwal o populasyong nanganganiib na makalanhap o makalunok ng radioiodines. Pinupuno ng KI ang thyroid ng hindi radyoaktibong iodine at pinipigil nito ang pagpasok ng mga molekulang radyoaktibo. Ang KI ay hindi proteksyon sa iba pang klase ng radyasyon.

## Kailan ko ito dapat inumin?

Sa maliit na pagkakataon ng sakunang resulta ng pagpapakawala sa publiko ng radyasyon, ang Chief Medical Officer of Health ng Ontario ay magbibigay ng mga tagubilin sa pamamagitan ng radyo, telebisyon, internet at iba pang uri ng komunikasyon patungkol sa kailan, saan, paano at kung sino ang dapat tumanggap ng KI. Mahalaga ng maghintay sa abisong ito.

Huwag inumin ang gamot maliban kung sinabihang gawin ito. Kailangan mo lamang inumin ang pills sa mabilis na panahon, malamang sa isa hanggang dalawang araw.

## Gaano karami ang dapat kong inumin?

Buntis o nagpapasusong mga ina	2 tabletas (1 dosis lamang)
Mga taong may edad na 18 pataas	2 tabletas kada 24 na oras
Mga bata edad 3 hanggang 18	1 tabletas kada 24 na oras
Mga bata isang buwan hanggang tatlong taon	kalahating tabletas araw-araw na dinurog at inihalo sa pagkain o inumin

Mga sanggol isang buwan pababa

1/4 tabletas na tinunaw sa inumin (1 dosis kada araw)

Kung kinakailangan, at para sa mga mas nakababata, ang mga tabletas ay maaring durugin sa pagkain o tunawin sa inumin

Sa pagkakataong masobrahan sa dosis, humanap ng tulong medikal o tumawag sa Poison Control Centre sa lalong madaling panahon. Tumawag sa 1-800-268-9017 o 416-813-5900

### **Mayroon ba itong masasamang epekto?**

Lubhang napakaliit ng panganib mula sa masamang epekto sa paginom ng dosis ng KI para sa lahat ng edad na mayroong normal na thyroid. Mas mabigat ang kabuoang benepisyo nito kumpara sa panganib ng masamang epekto sa gitna ng sakunang nukleyar

May mas mataas na panganib mula sa masamang epekto para sa mga taong may karamdaman sa thyroid tulad ng auto-immune thyroiditis, Graves' disease, iodine deficiency at nodular goiter. Ang mga karamdamang ito ay mas pangkaraniwan sa mga nakatatanda, at bihira sa mga bata

May bihirang masamang epekto ito sa ibang parte ng katawan tulad ng epekto sa gastrointestinal o hypersensitivity na reaksiyon, ito ay maaring mangyari ngunit banayad lamang.

Ang mga taong sensitibo sa iodine, mayroon at nagkaroon ng sakit sa thyroid o may iba pang pag-aalala, ay dapat munang kumonsulta sa doktor o nars bago inumin ang KI.

### **Anong kasama sa aking KI pill package?**

Ang package ay may kasamang 20 KI pills, sapat sa limang matanda o sampung bata o kombinasyon nito para sa dalawang araw. Ito ay sobra pa sa kinakailangan para sa tagal ng kung ano mang pagkalantad mula sa maliit na tsanasang pangyayaring nukleyar. Ang package ay naglalaman din ng maliit na libro para sa impormasyon patungkol sa KI pills at pag-gamit nito. Kung kinakailangan mo ng higit sa 20 tabletas, may mga tagubilin patungkol sa kung paano umorder ng higit pa.

### **Saan ko ito dapat itabi?**

Kung itatabi sa isang tuyong lugar sa pagitan ng 15 hanggang 30 degrees Celcius, ang KI pills ay epektibo hanggang 12 taon.

### **Kung ito ay hindi sapat para sa aking pamilya o negosyo, saan ako maaring umorder pa ng karagdagan?**

Upang bumili ng karagdagan KI pills, maaaring gamitin ang [online order form](#).

### **Ilang pills ang dapat lagi kong dala?**

Mayroon dapat 4 na pills sa kada isang matanda na maaaring magamit at dalawang pills sa kada isang bata. Ito ay sapat sa dalawang araw na suplay.

### **Sa oras ng kagipitan, saan pa ako makakakuha ng KI pills?**

Makahahanap ng KI pills para sa mga bata sa mga paaralan sa loob ng sampung kilometrong zona at mga piling institusyon katulad ng mga pasilidad na pangkalusugan. Ang KI tablets ay makakamit din ng publiko sa mga evacuation centers at iba pang lugar na itinalaga ng mga opisyal na pangsakuna.

### **Paano ako maaabisuhan sa pangyayaring kagipitang nukleyar?**

Sirena, radyo, telebisyon, Internet, otomatikong tawag sa telepono at social media.

### **Ano ang dapat kong gawin?**

1. Pumasok sa loob at buksan ang radyo o telebisyon para sa mga tagubilin.
2. Makinig sa mga ulat ng midya.
3. Sundin ang mga tagubilin na ibinigay ng mga opisyal ng gobyerno
4. Sundin ang mga tagubilin para sa: paglikas, pananatili sa isang lugar, paginom ng KI pills, pag-ulat sa mga reception centres para sa pagsubaybay.

### **Hindi ba masyadong mabilis ang mga pangyayari sa sakunang nukleyar para sa reaksiyon?**

Hindi. Sa hindi inaasahang pangyayaring sakuna na pagtagas ng radyoaktibo, maraming oras at araw pa ang kinakailangan bago ito mangyari. May oras para sumunod sa mga tagubilin tungkol sa sakuna.

### **Maaari ko bang bigyan ng KI pills ang aming alagang hayop sa sakunang dulot ng nukleyar?**

Hindi kinakailangang magbigay ng KI pills sa mga alagang hayop.

### **Saan ako makahahap pa ng karagdagang impormasyon?**

Para sa karagdagang katanungan at pag-aalala, bumisita sa [www.preparetobesafe.ca](http://www.preparetobesafe.ca). Kung nais mo ng karagdagang impormasyon tungkol sa distribusyong programa sa rehiyon ng Durham, tumawag sa 1-800-841-2729; sa Toronto maaaring tumawag sa 311.

Kung mayroon kang katanungan patungkol sa iyong kalusugan kaugnay sa KI pills, maaari mo itong ikonsulta sa medikal na propesyonal o tumawag sa Telehealth Ontario sa 1-866-797-0000

Para sa karagdagang impormasyon, bisitahin ang

- The Canadian Nuclear Safety Commission website
- [The Ontario Ministry of Health / Ministry of Long-Term Care website](#)