



الاستعداد يعني البقاء آمناً

ترقب وصول حبوب KI في البريد الخاص بك.

لمزيد من المعلومات يرجى زيارة موقع www.preparetobesafe.ca





السلامة تستلزم الاستعداد

في حال وقوع حادث نووي، وهو مستبعد جداً، فإن حبوب يوديد البوتاسيوم (KI) تعتبر عنصر أساسي لبقائك أنت وعائلتك آمنين. أفضل من أن تكون مستعداً جيداً للأمر.

ما هو يوديد البوتاسيوم (KI)؟

KI (الاسم الكيميائي ليوديد البوتاسيوم) هو ملح يود مستقر (غير مشع)، ويعتبر أحد المغذيات الأساسية اللازمة بكميات صغيرة للغدة الدرقية لتعمل بشكل صحيح. تكون مادة (KI) على شكل أقراص، ويمكن ابتلاعها بسهولة.

لماذا أتلقى هذه الحبوب الآن؟

أن هيئة السلامة النووية الكندية (The Canadian Nuclear Safety Commission) والمعروفة اختصاراً بـ(CNSC)، هي الوكالة الاتحادية لمراقبة التشغيل الآمن لمحطات الطاقة النووية. يتطلب الآن من جميع المنازل والمحال التجارية على بعد مسافة 10 كم عن أي محطة نووية، الحصول على إمدادات حبوب (KI). حتى الوقت الحالي، فإن الحبوب متوفرة فقط في الصيدليات. تطلب هيئة السلامة النووية الكندية(CNSC) الآن إرسال الحبوب إلى كل بيت وعمل تجاري نتيجة لزيادة معايير السلامة.

ما تأثير الحبوب؟

أن فعالية حبوب (KI) راسخة ومعروفة كمانع محدد لامتصاص اليود المشع من قبل الغدة الدرقية. عندما يتم تناولها كجرعة موصى بها وفي الوقت المناسب، فإن حبوب (KI) تكون فعالة في الحد من خطر الإصابة بسرطان الغدة الدرقية لدى الأفراد أو الناس المعرضين لخطر استنشاق أو ابتلاع اليود المشع. تقوم حبوب (KI) بملأ الغدة الدرقية باليود غير المشع وتمنع امتصاص الجزيئات المشعة. إن حبوب (KI) لا تحمي من الأنواع الأخرى من الإشعاع.

متى ينبغي تناولها؟

في حالة حدوث طارئ غير محتمل، فإن رئيس إدارة الخدمات الطبية في أونتاريو سيقوم بتقديم الإرشادات من خلال الإذاعة والتلفزيون والإنترنت والقنوات الأخرى المتاحة عن أين ومتى وكيف ومن قبل من ينبغي أن تؤخذ حبوب (KI). من المهم انتظار هذا الإعلان. لا تتناول هذه الحبوب إلا إذا طلب منك ذلك. سوف تحتاج لأخذ هذه الحبوب لفترة قصيرة من الزمن فقط، من المحتمل يوم واحد لغاية يومين.

ما هي الجرعة التي يجب تناولها؟

النساء الحوامل أو المرضعات	2 حبة (جرعة واحدة فقط)
للبالغين 18 سنة أو أكثر	2 حبة كل 24 ساعة
الأطفال من 3- 18 سنة	1 قرص كل 24 ساعة
الأطفال من 1 شهر - 3 سنوات	1/2 قرص يسحق يومياً مع الطعام أو السوائل
الأطفال دون سن 1 شهر	1/4 قرص مُذوب في السوائل (جرعة واحدة فقط)

إذا ما لزم الأمر، وللأطفال الأصغر سناً، يمكن سحق الأقراص في الطعام أو تذويبها في السوائل.

في حال الجرعة الزائدة، يجب الحصول على مساعدة طبية أو الاتصال بمركز مراقبة السموم (Poison Control Centre) حالاً عن طريق الهاتفين:
416-813-5900 أو 1-800-268-9017

ما الذي تحويه عدة حبوب (KI) الخاصة بي؟

إن العدة سوف تحتوي على 20 حبة من حبوب (KI)، وهو ما يكفي لخمسـة أشخاص بالغين أو 10 أطفال، أو أي مكونين لمدة يومين. أن هذا الوقت سيكون أكثر من كافٍ لفترة التعرض لحدث نووي بعيد الاحتمال. ستحتوي العدة أيضاً على كتيب معلومات عن حبوب (KI) وطريقة الاستعمال. إذا كنت بحاجة إلى أكثر من 20 حبة، ستكون هناك تعليمات حول كيفية تقديم طلب للحصول على المزيد منها.

هل هناك أي آثار جانبية؟

إن خطر الآثار الجانبية من تناول جرعة حبوب (KI) قليل للغاية لجميع الفئات العمرية الذين تقوم الغدة الدرقية بوظيفتها الاعتيادية. أن الفائدة الإجمالية من تناول الحبوب أثناء حالات الطوارئ النووية تفوق مخاطر الآثار الجانبية.

هناك خطر متزايد من الآثار الجانبية للأشخاص الذين يعانون من اضطرابات الغدة الدرقية، مثل المناعة الذاتية للغدة الدرقية، مرض جريفز (Graves)، نقص اليود، الإصابة بتضخم الغدة الدرقية العقدية. هذه الاضطرابات هي الأكثر شيوعاً لدى البالغين وكبار السن ونادرة لدى الأطفال.

قد تحدث تأثيرات جانبية نادرة في أجزاء أخرى من الجسم، مثل آثار في الجهاز الهضمي أو فرط الحساسية كرد فعل، ولكنها تكون خفيفة عموماً.

يجب على الأشخاص الذين لديهم حساسية من مادة اليود أو لديهم اضطراب حالي في الغدة الدرقية أو في السابق، أو لديهم أية مخاوف أخرى، استشارة الطبيب أو الممرض/الممرضة قبل تناول حبوب (KI).

كيف سيتم إبلاغي في حال حدوث حالات الطوارئ النووية؟

عن طريق صفارات الإنذار، الإذاعة والتلفزيون، الإنترنت، الاتصال الهاتفي الآلي، وسائل الإعلام الاجتماعية.

ماذا يجب أن أفعل؟

1. الذهاب إلى داخل المنزل وتشغيل الراديو أو التلفزيون للحصول على التعليمات
2. الاستماع إلى تقارير وسائل الإعلام
3. اتباع التعليمات التي يقدمها المسؤولون الحكوميون
4. اتباع التعليمات الخاصة ب: الإخلاء، الإيواء في مكان، تناول حبوب (KI)، إبلاغ مركز الاستقبال للمراقبة

الأيقع الحادث النووي بسرعة كبيرة جداً قبل التمكن من التصرف؟

كلا. من غير المحتمل جداً وجود تسرب إشعاعي، إذ أن الأمر سيستغرق عدة ساعات أو أيام قبل اكتشاف ذلك. سيكون هناك متسع من الوقت للاستجابة لتعليمات الطوارئ.

أين يمكنني الحصول على مزيد من المعلومات؟

إذك ان لديك أي أسئلة أو استفسارات، يرجى زيارة موقع www.preparetobesafe.ca

إذتندا تريد أن تعرفا لمزيد عن هذا البرنامج بخاص بتوزيع حبوب (KI) (ب) في منطقة دورها Durham (م)، يرجى الاتصال بهاتف 1-800-841-2729:ف. في تورونتو يمكنك الاتصال برقم 311 م .

لمزيد من المعلومات، يمكنك أيضاً الاتصال بالرعايا للصحياء من طريا قلهاتف في أونتاريو وعلى الرقم: 1-866-797-0000

