



## آماده شدن زمینه‌ساز سالم ماندن است.

منتظر قرصهای KI خود باشید که از راه پست به دست شما خواهد رسید.  
برای کسب اطلاعات بیشتر به نشانی زیر مراجعه کنید: [www.preparetobesafe.ca](http://www.preparetobesafe.ca)





# ایمنی نیازمند آمادگی است.

در صورت وقوع حادثه هسته‌ای که احتمال آن بسیار اندک است، مصرف قرص یدید پتاسیم (KI) روشی مناسب برای ایمن نگه داشتن شما و خانواده شماست. برای کسب آمادگی چیزی موثرتر از آن نیست.

## یدید پتاسیم (KI) چیست؟

KI (با نام شیمیایی یدید پتاسیم) نمک ید پایدار (و نه رادیواکتیو) است. مقدار اندک از این ماده برای حفظ عملکرد درست غده تیروئید لازم است. KI به شکل قرص عرضه می‌شود و می‌توان به راحتی آن را بلعید.

## چرا این قرص را دریافت می‌کنم؟

کمیسیون ایمنی هسته‌ای کانادا (CNSC) سازمانی فدرال است که بر ایمنی فعالیت نیروگاه‌های هسته‌ای نظارت می‌کند. این سازمان همه خانه‌ها و شرکت‌های واقع در شعاع ۱۰ کیلومتری نیروگاه‌های هسته‌ای را ملزم به دریافت قرصهای KI کرده است. قبلاً این قرصها فقط در داروخانه‌ها عرضه می‌شد. طبق الزام CNSC و برای ارتقای سطح استاندارد ایمنی، این قرصها اکنون باید به تکتک خانه‌ها و شرکت‌ها رسانده شود.

## چه کار می‌کند؟

کارآیی KI به عنوان مانع جذب ید رادیواکتیو تیرویید به خوبی ثابت شده است. KI اگر به میزان توصیه شده و در زمان مناسب مصرف شود در کاهش احتمال ابتلا به سرطان تیرویید در افراد و جمعیت‌های در معرض خطر استنشاق یا بلع ید رادیواکتیو موثر است. KI تیرویید را با ید غیر رادیواکتیو پر می‌کند و مانع جذب مولکول‌های رادیواکتیو می‌شود. KI از سایر انواع تابش‌ها محافظت نمی‌کند.

## چه زمانی باید آن را مصرف کنم؟

در صورت بروز شرایط اضطراری با احتمال اندک، مامور ارشد پزشکی اداره بهداشت اونتاریو دستورالعمل‌های مربوط به مکان، زمان، روش و واسطه مصرف KI را از طریق رادیو، تلویزیون، اینترنت و سایر مجاری ارتباطی اعلام می‌کند. مهم است که منتظر این اطلاعیه بمانید. تا زمانی که به شما گفته شود، قرص را مصرف نکنید. قرصها را فقط باید در مدت کوتاهی، احتمالاً ۱-۲ روز مصرف کنید.

## چقدر باید مصرف کنم؟

زنان باردار یا مادران شیرده	۲ قرص (فقط یک دوز)
بزرگسالان بالای ۱۸ سال	۲ قرص هر ۲۴ ساعت
کودکان ۳-۱۸ سال	۱ قرص هر ۲۴ ساعت
کودکان ۱ ماه - ۳ سال	۱/۲ قرص در روز با خرد کردن در غذا یا حل کردن در مایعات

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

در صورت مصرف بیش از اندازه، فوری به پزشک مراجعه کنید یا با مرکز کنترل سم تماس بگیرید. با شماره ۹۰۱۷-۲۶۸-۸۰۰ یا ۱-۸۰۰-۵۹۰۰-۸۱۳-۴۱۶ تماس بگیرید.

## محتویات بسته قرص KI من چیست؟

این بسته شامل ۲۰ قرص KI است که برای مصرف دو - روزه پنج فرد بزرگسال یا ۱۰ کودک، یا هر ترکیبی از اینها، کافی است. مصرف دو روزه برای مقابله با آثار حادثه هسته‌ای با احتمال کم کافی است. بسته شامل دفترچه اطلاعات مربوط به قرصهای KI و روش مصرف آنهاست. اگر بیش از ۲۰ قرص لازم داشته باشید، دستورالعمل‌های سفارش دادن قرصهای بیشتر ارائه شده است.

## آیا عوارض جانبی دارد؟

احتمال ابتلا به عوارض جانبی مصرف یک دوز KI برای همه گروه‌های سنی با عملکرد طبیعی تیروئید، بسیار اندک است. فایده کلی در صورت وقوع حادثه هسته‌ای بر عوارض جانبی احتمالی غلبه دارد.

احتمال بروز عوارض جانبی در افراد دچار اختلال تیروئید، مانند ورم تیروئید خود - ایمن، بیماری گریوز (Graves)، کمبود ید و گواتر، بیشتر است. این اختلالات در بزرگسالان و سالخوردگان شایع و در کودکان نادر است.

عوارض جانبی نادر در سایر اندام‌های بدن مانند عوارض معده‌ای - روده‌ای یا واکنش حساسیتی ممکن است رخ دهد ولی معمولاً خفیف است.

افراد دچار حساسیت به ید، افراد دچار اختلال تیروئید فعلی یا قبلی، یا دچار مشکلات دیگر، پیش از مصرف KI باید با پزشک یا پرستار متخصص مشورت کنند.

## وقوع حادثه هسته‌ای چگونه به آگاهی من می‌رسد؟

آزیر خطر، رادیو، تلویزیون، اینترنت، تماس تلفنی خودکار و رسانه‌های اجتماعی.

## چه باید بکنم؟

۱. به درون خانه بروید و رادیو یا تلویزیون را روشن کنید و منتظر دستورالعمل بمانید
۲. به گزارش‌های رسانه‌ها توجه کنید
۳. از دستورالعمل‌های مقامات دولتی پیروی کنید
۴. از دستورالعمل‌های مربوط به تخلیه، پناه گرفتن، مصرف قرص KI و گزارش دادن به مرکز پذیرش برای نظارت پیروی کنید

## آیا سرعت وقوع حادثه هسته‌ای چنان نیست که فرصت واکنش را از ما بگیرد؟

خیر. در صورت وقوع حادثه رادیواکتیو که احتمال آن بسیار اندک است، انتشار مواد رادیواکتیو ساعت‌ها و روزها طول می‌کشد. این زمان به ما فرصت می‌دهد که اقدامات اضطراری را انجام دهیم.

## اطلاعات بیشتر را از کجا کسب کنم؟

- اگر سوال یا مشکلی داشتید، به [www.preparetobesafe.ca](http://www.preparetobesafe.ca) مراجعه کنید.
- اگر می‌خواهید اطلاعات بیشتری درباره برنامه توزیع KI در منطقه دورهام کسب کنید، با شماره 1-800-841-2729 تماس بگیرید.
- برگرفته از [www.ontario.ca](http://www.ontario.ca) می‌توانید با شماره ۳۱۱ تماس بگیرید.
- برای کسب اطلاعات بیشتر می‌توانید با Telehealth اونتاریو به شماره ۱-۸۶۶-۷۹۷-۰۰۰۰ نیز تماس بگیرید.

