



ZAGROŻENIE RADIACYJNE

Jest to symbol promieniowania jonizującego.

A. Skutki zagrożenia

Biologiczne skutki promieniowania jonizującego u ludzi można podzielić na dwie grupy:

- somatyczne - występujące bezpośrednio po napromieniowaniu całego ciała dawką pochłoniętą rzędu 0,75-4 Gy; późniejsze skutki takiego napromieniowania to białaczka, nowotwory złośliwe skóry i kości, zaćma, zaburzenia przewodzenia pokarmowego, bezpłodność,
- genetyczne - związane z mutacjami; małe dawki powodują pojawienie się mutacji w następnych pokoleniach, duże dawki najczęściej są śmiertelne.

Dawka [Sv]	Skutki napromieniowania
0,25	brak wykrywalności skutków klinicznych
0,25-0,50	zmiany obrazu krwi
0,50-1,00	mdłości, zmęczenie
1,00-2,00	mdłości, wymioty, wyczerpanie, zmniejszona żywotność, biegunka
2,00-4,00	mdłości, wymioty, niezdolność do pracy, pewna liczba zgonów
4,00-6,00	50% zgonów (w ciągu 2 - 6 tygodni)
6,00 i więcej	prawie 100% zgonów

B. Zapobieganie

Zagrożenie radiacyjne może wystąpić w miejscu, gdzie prowadzona jest działalność z materiałem jądrowym, źródłem promieniowania jonizującego, substancjami promieniotwórczymi.

Symbol promieniowania jonizującego, tzw. „koniczynka” jest bardzo istotną *informacją-ostrzeżeniem*, ponieważ promieniowanie jonizujące nie działa na nasze zmysły. W związku z tym: *nie widzimy go! Nie słyszymy! Nie czujemy!*

Jego wykrycie możliwe jest dopiero po użyciu specjalistycznych urządzeń detekcyjnych.

Pamiętaj, więc:

- nie zbliżaj się do przedmiotów oznaczonych symbolem promieniowania jonizującego,
- nie dotykaj, nie dotykaj, nie demontuj, nie otwieraj pojemników, w których mogą znajdować się materiały promieniotwórcze lub rozszczepialne, (z którymi możesz mieć styczność, np. podczas katastrofy drogowej z udziałem pojazdu transportującego materiały promieniotwórcze lub rozszczepialne),
- nie wyjmuj źródeł promieniotwórczych z pojemników, nie usuwaj osłon, nie demontuj urządzeń, w których znajdują się źródła, a zwłaszcza samych źródeł,
- nie zbliżaj się do materiałów promieniotwórczych lub rozszczepialnych nieznanego pochodzenia (np. porzuconych), nie kupuj ich, nie przechowuj w kieszeniach, biurkach, teczkach itp.,
- pamiętaj o trzech podstawowych zasadach ochrony radiologicznej:
 - im krótszy czas przebywania w pobliżu źródła promieniowania, tym mniejsza dawka,
 - im dalej od źródła promieniowania, tym bezpieczniej,
 - osłona osłabia promieniowanie.

C. Ratowanie

W czasie zagrożenia radiacyjnego:

- zachowaj spokój,
 - nie każdy wypadek związany z wydostaniem się substancji promieniotwórczych jest dla Ciebie niebezpieczny,
 - komunikat o wystąpieniu zagrożenia radiacyjnego (np. z powodu poważnych awarii reaktorów jądrowych w państwach ościennych), będzie podany do publicznej wiadomości,
- **nie ufaj plotkom, nie wpadaj w panikę!**
- uważnie i stale słuchaj oficjalnych komunikatów radiowych i telewizyjnych, zawierających informacje o:
 - zdarzeniu i sytuacji radiacyjnej,
 - przewidywanym rozwoju sytuacji,
 - skutkach zdarzenia dla ludzi i środowiska,
 - sposobie postępowania, w tym możliwych do zastosowania środkach i działaniach dla ochrony zdrowia (takich jak, np. **podanie preparatów stabilnego jodu**).

Postępuj zgodnie z treścią podawanych komunikatów!

- w razie zalecenia pozostania w domu:
 - zamknij okna i drzwi,
 - wyłącz wentylację, klimatyzację, ogrzewanie nawiewowe itp.,
 - zamknij (uszczelnij) zasuwy piecowe i kominowe, zabezpiecz inne otwory w mieszkaniu (budynku),
 - ukryj zwierzęta, inwentarz nakarm przechowywaną w zamknięciu paszą,
 - przechowuj żywność w szczelnych pojemnikach lub lodówce, przed schowaniem niezabezpieczoną żywność dokładnie opłucz,

- unikaj spożywania: żywności z twojego ogrodu, warzyw i owoców nieznanego pochodzenia, wody z niepewnych źródeł, mleka od krów i kóz wypasanych na skażonym terenie lub karmionych skażoną paszą i pojonych skażoną wodą,
- pozostań wewnątrz pomieszczeń do czasu odwołania zalecenia przez władze (służby ratownicze),
- jeśli musisz wyjść na zewnątrz, zakryj nos i usta mokrym ręcznikiem, chusteczką itp.
- gdy powracasz z zewnątrz do miejsca schronienia:
 - * umyj całe ciało (łącznie z włosami), zmień buty i odzież,
 - * schowaj rzeczy noszone na zewnątrz do plastikowej torby i szczelnie ją zamknij.

Po odwołaniu bezpośredniego zagrożenia radiacyjnego stosuj się do oficjalnych zaleceń władz i służb ratowniczych odnośnie dalszych sposobów postępowania!

ZASADY PODAWANIA PREPARATÓW STABILNEGO JODU (TABLETEK JODKU POTASU) LUDNOŚCI

Preparat jodowy powinien zostać przyjęty, **zgodnie z opinią krajowego konsultanta w dziedzinie endokrynologii**, przede wszystkim przez osoby z tzw. **grup ryzyka**

GRUPY RYZYKA I DAWKOWANIE TABLETEK JODKU POTASU W PRZYPADKU SKAŻENIA RADIOLOGICZNEGO

Grupa wiekowa	Ilość jodu stabilnego	Ilość tabletek (dawka jednorazowa)	Sposób podawania	Uwagi
Noworodki i niemowlęta do 3-go miesiąca życia	12,5 mg jodu	½ tabletki	Tabletkę należy całkowicie rozkruszyć, dodać do podawanego pokarmu i podać noworodkowi, niemowlakowi lub dziecku.	x
Niemowlęta powyżej 3 miesiąca życia i dzieci do 2 roku życia	25 mg jodu	1 tabletki		x
Dzieci powyżej 2 roku życia do 6 lat	50 mg jodu	2 tabletki	Tabletki należy połknąć i popić wodą. Tabletki można rozkruszyć i dodać do chłodnego napoju.	x
Dzieci powyżej 6 roku życia i młodzież do 16 lat	100 mg jodu	4 tabletki	Tabletki należy połknąć i popić wodą.	x
Kobiety ciężarne	100 mg jodu	4 tabletki		x
Kobiety karmiące piersią, które z racji grupy wiekowej (matki do 16 roku życia) kwalifikują się do tyreoprotekcji	100 mg jodu	4 tabletki		Stanowcze zalecenie ! powstrzymania się przez 48 godz. od karmienia piersią oraz przejście na żywienie dziecka preparatami mleka w proszku
Młodzież powyżej 16 roku życia i dorośli * (~ 5% tej populacji)	100 mg jodu	4 tabletki		*osoby, którym ze wskazań lekarskich należy podać profilaktykę jodową w przypadku skażenia radiacyjnego