

# Как защититься от радиации

## Дополнительная информация:

### Ресурсы штата

Отдел здравоохранения штата Орегон,  
информация о радиационной защите  
ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ: 1-877-290-6767

E-MAIL: [RPS.OHA@state.or.us](mailto:RPS.OHA@state.or.us)

Последние данные об угрозе для здоровья  
жителей штата Орегон:

[http://public.health.oregon.gov/Preparedness/  
CurrentHazards/Pages/index.aspx](http://public.health.oregon.gov/Preparedness/CurrentHazards/Pages/index.aspx)

Служба радиационной защиты:

<http://public.health.oregon.gov/PHD/OEPH/RPS>

Токсикологический центр штата Орегон:  
1-800-222-1222

### Федеральные ресурсы

RadNet

[www.epa.gov/narel/radnet/](http://www.epa.gov/narel/radnet/)

Комиссия по ядерному надзору

[www.nrc.gov](http://www.nrc.gov)

Центр помощи при радиационной  
угрозе/Центр обучения (REAC/TS):  
1-865-576-3131

[www.orau.gov/reacts/](http://www.orau.gov/reacts/)

Центры по контролю и профилактике  
заболеваний:

<http://emergency.cdc.gov/radiation/>

Медицинский менеджмент событий,  
связанных с радиацией, Министерства  
здравоохранения и социальных услуг США:

<http://remm.nlm.gov>



OHA Facebook

[www.facebook.com/OregonHealthAuthority](http://www.facebook.com/OregonHealthAuthority)



OHA Twitter

[www.Twitter.com/OHAOregon](http://www.Twitter.com/OHAOregon)

**Главное:** *в настоящее время жителям штата Орегон нет необходимости принимать йодид калия (также известный как KI) в ответ на события в Японии.*

Принимать йодид калия для снижения вероятности возникновения в будущем заболеваний щитовидной железы нужно тем, кто подвергается воздействию высокого уровня радиации, например людям, живущим рядом с местом, где произошел выброс большого количества радиоактивных веществ. *Согласно данным о текущей ситуации в Японии, жителям Орегона нет и, по всей вероятности, НЕ будет необходимости принимать этот препарат.*

Ниже даются ответы на некоторые наиболее актуальные вопросы о защите от вредного воздействия радиации, которые могут у вас возникнуть. Пожалуйста, обратите внимание: данные тщательного радиационного мониторинга показывают, что жителям штата Орегон **нет** необходимости предпринимать какие-либо из этих действий в настоящее время.

**В: Есть ли какие-либо меры, с помощью которых я могу защититься сам и защитить свою семью, если уровень радиации в Орегоне станет высоким?**

**О:** К немедицинским мерам снижения риска заболевания в случае повышения уровня радиации относятся пребывание в закрытом помещении или эвакуация, если это будет рекомендовано органами здравоохранения. *В настоящее время жителям Орегона нет необходимости предпринимать какие-либо меры.*

**В: Я слышал о лекарственном препарате KI. Что это такое?**

**О:** KI, или йодид калия, – это препарат с большим содержанием йода. Йод – это питательное вещество, которое необходимо организму для нормальной работы щитовидной железы. Мы все получаем йод из пищи, которую едим, а при приготовлении пищи мы часто используем йодированную соль. Недостаток йода в организме может привести к нарушениям в работе щитовидной железы.

**В: Зачем принимать KI для защиты от радиации?**

**О:** Во время радиационных выбросов, таких, как случившийся в Японии, в атмосферу попадают опасные химические вещества, среди которых – *радиоизотоп* йод 131. В отличие от KI, который мы принимаем в пищу, йод 131 является *нестабильным* и излучает радиацию. Но при вдыхании или попадании в пищеварительный тракт такой радиоактивный йод также будет использоваться щитовидной железой, поскольку щитовидная железа не может отличить безопасный йод от радиоактивного. Прием KI в случае воздействия радиоактивного йода повысит содержание безопасного йода в организме и



# Как защититься от радиации

снизит риск использования щитовидной железой радиоактивного йода. Необходимо отметить, что KI не защищает от других видов радиации и не защищает другие органы.

**В: Можно ли просто принимать поваренную соль (йодированную) вместо KI?**

**О:** Нет. В йодированной поваренной соли недостаточно йода для защиты щитовидной железы. Кроме того, прием слишком большого количества поваренной соли несет свои риски для здоровья. Поваренную соль нельзя использовать в качестве заменителя.

**В: Какую опасность несет радиоизотоп йода?**

**О:** Использование щитовидной железой радиоизотопа йода может привести к заболеванию щитовидной железы, в том числе к раку.

**В: Опасно ли принимать KI, если нет радиационной угрозы?**

**О:** Да. Некоторым людям, в частности тем, кто страдает аллергией на йод, нельзя принимать этот препарат. Кроме того, людям с хроническими заболеваниями почек следует быть осторожными с этим препаратом, так как он может привести к сильному повышению уровня калия в крови. Беременным женщинам также следует проявлять осторожность при приеме этого препарата и принимать его только в случае, если есть подозрение о воздействии высокого количества радиоактивного йода и только тогда, когда польза превышает риск. Не следует принимать этот препарат без необходимости, лучше оставить его на случай, если он действительно понадобится.

**В: Когда нужно принимать KI или использовать другие меры защиты?**

**О:** Рекомендуется принимать KI только в тех случаях, когда польза от его приема превышает риск. Это зависит от уровня радиации в районе. Уровни радиации в Японии и здесь, в Орегоне, тщательно отслеживаются. У нас не ожидается настолько высокого уровня радиации, чтобы возникла необходимость принимать KI или использовать другие упомянутые меры защиты.

Кэнди Кейтс  
Координатор в кризисных и чрезвычайных  
ситуациях  
971-673-1313  
[Candy.k.cates@state.or.us](mailto:Candy.k.cates@state.or.us)  
V.1.0 ред. 16/3/2011 18:07

Дополнительную информацию о Службах радиационной защиты Отдела здравоохранения штата Орегон см. на веб-сайте <http://public.health.oregon.gov/PHD/OEPH/RPS/Pages/index.aspx>  
Данный документ может быть предоставлен в альтернативных форматах лицам с ограниченными возможностями. Доступные форматы: крупный шрифт, шрифт Брайля, аудиокассета, электронный документ, устное воспроизведение и компьютерный диск (в формате ASCII).  
Звоните 971-673-1244



Здоровый Орегон

