

## ELEMENTS D'INFORMATION SUR LA PRISE D'IODE STABLE

**Les comprimés d'iodure de potassium ne doivent être ingérés que sur ordre des autorités publiques.**

**Qu'est-ce que l'iode ?** L'iode est un oligo-élément naturel, indispensable au fonctionnement de la thyroïde. On le trouve dans l'eau et les aliments que nous consommons (poissons, viandes, fruits, lait ...). En cas d'accident nucléaire, de l'iode radioactif provenant d'une réaction physique qui a lieu à l'intérieur du réacteur peut être rejeté dans l'environnement.

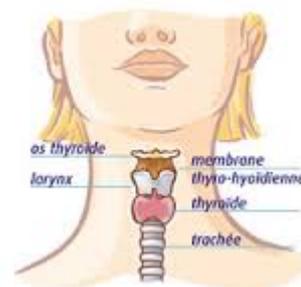
**Comment un comprimé d'iodure de potassium protège la thyroïde de l'iode radioactif ?** Respiré ou avalé, l'iode radioactif se fixe sur la glande thyroïde et peut ainsi augmenter le risque de cancer de cet organe, surtout chez les enfants. Prendre un comprimé d'iode stable avant ou moins de 24 heures après les rejets d'iode radioactif protège efficacement la thyroïde en empêchant l'iode radioactif de s'y concentrer. La thyroïde est alors préservée.

**Quand doit-on prendre un comprimé d'iodure de potassium ?** Le comprimé d'iodure de potassium doit être pris uniquement et immédiatement à la demande des autorités locales, en France le Préfet. Son efficacité est maximale s'il est ingéré 1 heure avant le rejet d'iode radioactif et au plus tard 24 heures après exposition.

**Qu'est-ce que la thyroïde ?** C'est une petite glande (environ 5 cm chez l'adulte) située sur le devant du cou.

La thyroïde fabrique les hormones thyroïdiennes qui jouent un rôle essentiel chez l'homme : croissance, développement intellectuel ...

Elle a un rôle particulièrement important chez l'enfant, et ce, dès la vie intra-utérine.



**Comment prendre le comprimé d'iodure de potassium ?**

Personnes de plus de 12 ans	2 comprimés à dissoudre dans une boisson (eau, lait, jus de fruit)
Enfants de 3 à 12 ans	1 comprimé à dissoudre dans une boisson (eau, lait, jus de fruit)
Enfants de 1 mois à 3 ans	½ comprimé à dissoudre dans une boisson (eau, lait, jus de fruit)
Enfant jusqu'à 1 mois	¼ de comprimé à dissoudre dans une boisson (eau, lait, jus de fruit)

Les contre-indications et les effets secondaires sont rares. Les personnes ayant une allergie à l'iode et les personnes traitées pour leur glande thyroïde doivent prendre conseil auprès du professionnel de santé présent.

### LES AUTRES ACTIONS DE PROTECTION

**La mise à l'abri/le confinement** - La mise à l'abri est une protection efficace contre les effets des radioéléments qui sont rejetés en cas d'accident nucléaire. Dès l'alerte, il faut rentrer chez soi ou rester à l'intérieur d'un bâtiment en dur, fermer les portes et fenêtres et écouter la radio. Celle-ci diffusera régulièrement des informations sur la conduite à tenir. Il n'est pas nécessaire de boucher les aérations mais il faut arrêter les ventilations mécaniques. Il est important d'avoir ses comprimés d'iode à portée de main.

**Ne quittez pas le lieu où vous êtes sans en avoir reçu l'autorisation des autorités.**

**L'évacuation** - Selon l'importance des rejets, l'évacuation peut être nécessaire. Elle est décidée par les autorités publiques.

**Les restrictions de consommation d'eau et d'aliments** - En cas d'accident nucléaire, ne consommez pas les produits de votre jardin sans l'approbation des autorités. Utilisez vos provisions et restez enfermés chez vous jusqu'à la fin de l'alerte. Vous pouvez consommer de l'eau en bouteille ou de l'eau du robinet (généralement peu vulnérable à la contamination radioactive, du moins à court terme), sauf indication contraire des autorités ; en revanche, ne pas consommer d'eau de citerne ou directement prélevée en surface.