

Phòng Nghiệp Vụ Dược, Cục Y tế, Sở Y tế và Phúc lợi, Tỉnh Ibaraki (năm tái chánh 2020)

VIỆC PHÂN PHÁT TRƯỚC THUỐC I-ỐT DẠNG ỔN ĐỊNH

- Các biện pháp ứng phó với thảm họa hạt nhân
- Những điểm cần chú ý và hiệu quả của thuốc I-ốt dạng ổn định
- Những điểm cần chú ý sau khi nhận thuốc

Các biện pháp phòng ngừa tai nạn nghiêm trọng và ứng phó thảm họa hạt nhân

(Ủy Ban Điều Tiết Năng Lượng Hạt Nhân)



Các biện pháp phòng ngừa tai nạn nghiêm trọng (phòng ngừa tai nạn)

Tăng cường các quy định an toàn cho các cơ sở hạt nhân (các tiêu chuẩn quy định mới)

- Tăng cường các tiêu chuẩn phòng ngừa tai nạn nghiêm trọng
- Khả năng xảy ra một vụ tai nạn nghiêm trọng có quy mô tương tự như vụ tai nạn Nhà máy điện hạt nhân Fukushima Daiichi là cực kỳ thấp nhờ vào việc thiết lập các tiêu chuẩn mới để đối phó với các vụ tai nạn nghiêm trọng và khủng bố.



Các biện pháp đối phó thảm họa hạt nhân (chuẩn bị cho việc lỡ khi xảy ra tai nạn)

Tăng cường biện pháp đối phó thảm họa (Phương châm đối phó thảm họa hạt nhân)

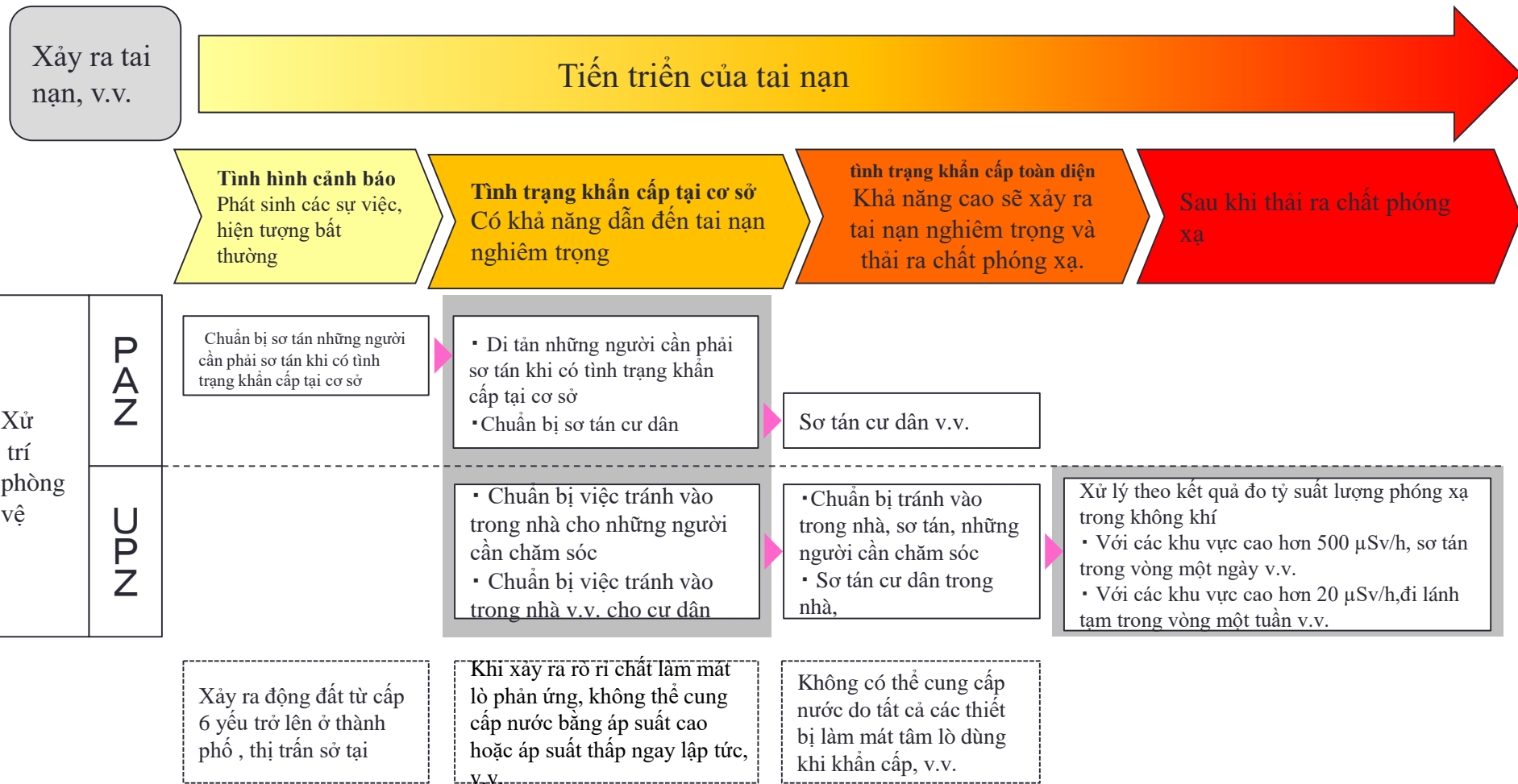
Để chuẩn bị cho trường hợp lỡ xảy ra thảm họa hạt nhân, chúng tôi giả định sẽ xảy ra một tai nạn nghiêm trọng với quy mô giống như tai nạn Nhà máy điện hạt nhân Fukushima Daiichi để dự liệu trước biện pháp ứng phó trong trường hợp khẩn cấp.

Cách nghĩ về phương châm đối phó thảm họa hạt nhân

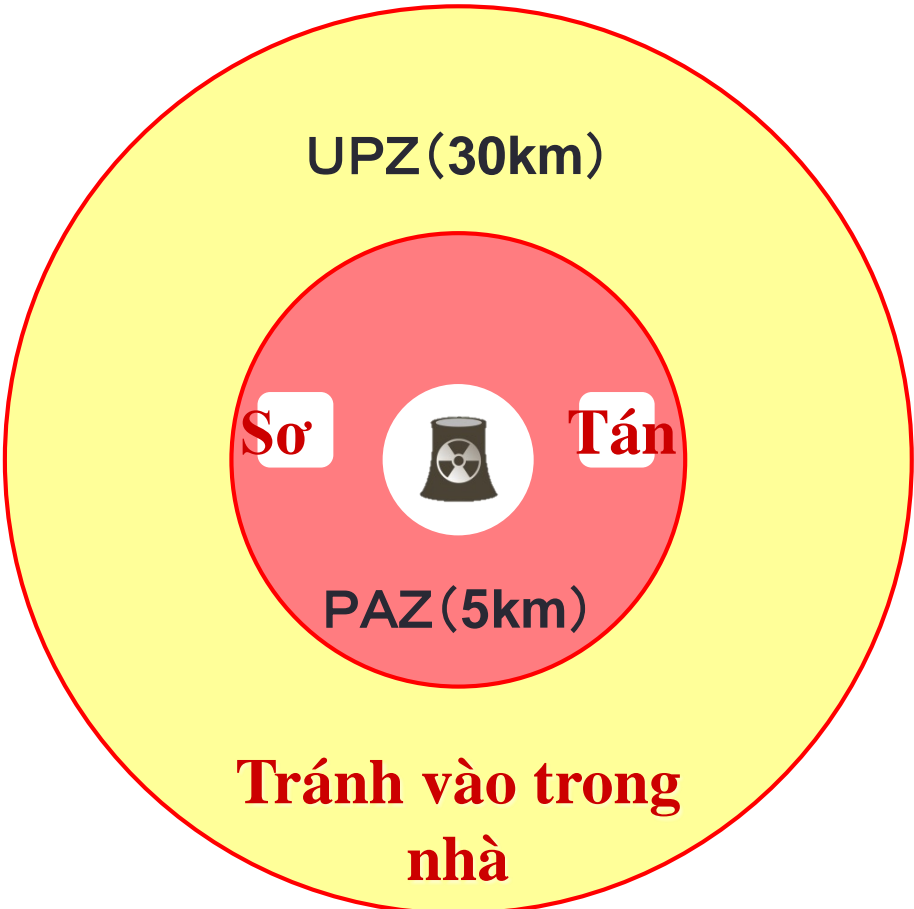


Tuỳ theo trạng thái của cơ sở và tỷ lệ lượng phóng xạ trong không khí để thực hiện các biện pháp xử trí, phòng vệ khác nhau.

- Cách nhà máy điện hạt nhân trong vòng bán kính khoảng 5 km (PAZ): Sơ tán
- Cách nhà máy điện hạt nhân trong vòng bán kính khoảng 30 km (UPZ) : Tránh vào trong nhà



Cách suy nghĩ phương châm đối phó với thảm họa hạt nhân



□ Tình trạng cảnh báo



Trong vòng 5km Chuẩn bị sơ tán

□ Tình trạng khẩn cấp trong khu vực nhà máy






Trong vòng 5km Sơ tán Trong vòng 5km Chuẩn bị sơ tán

■ Tình trạng khẩn cấp toàn diện

- Trong vòng 5km Sơ tán toàn bộ
- Trong vòng 30km Tránh vào trong nhà

Hỏi: Tại sao phân phát trước thuốc i-ốt dạng ổn định ?

-  Thuốc i-ốt dạng ổn định là một loại thuốc y tế ngăn **chặn sự hấp thu của I-ốt phóng xạ** (là một trong những chất phóng xạ được thải ra trong tai nạn nghiêm trọng tại cơ sở hạt nhân) **vào tuyến giáp, có tác dụng ngăn ngừa và giảm lây nhiễm bên trong tuyến giáp.**
-  Trong trường hợp cần phải sơ tán như khi xảy ra tai nạn hạt nhân, những người ở trong vòng 5 km tính từ cơ sở hạt nhân, sẽ được sơ tán trước khi chất phóng xạ thoát ra.
-  Do đó, chúng tôi sẽ phát trước để quý vị có thể uống thuốc i-ốt dạng ổn định kịp thời.

Hỏi: Khi nào thì dùng thuốc i-ốt dạng ổn định ?

- 🥚 Trong trường hợp cần sử dụng, Nhà nước và địa phương sẽ chỉ thị dùng
- 🥚 Chỉ thị sẽ được truyền qua hệ thống vô tuyến hành chánh phòng ngừa thiên tai, truyền hình, Radio, mạng Internet, v.v.



“Dùng theo chỉ thị”

🥚 **Nhất định không được tự ý sử dụng**

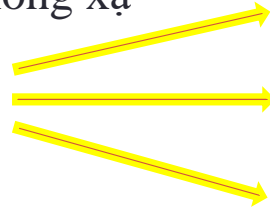
- Nếu các tác dụng phụ xảy ra do uống thuốc i-ốt dạng ổn định theo chỉ thị của chính phủ, chính phủ sẽ bồi thường chi phí y tế, v.v..

Hỏi: Điều gì là quan trọng để ngăn ngừa phơi nhiễm khi xảy ra thảm họa hạt nhân?

Việc tiếp nhận tia phóng xạ được gọi là **「Bị nhiễm phóng xạ」**。

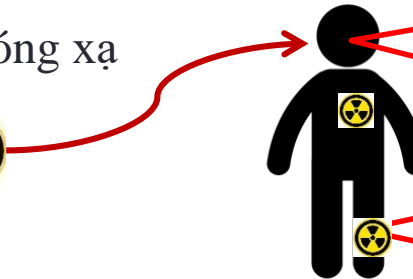
Nhiễm phóng xạ bên ngoài

Chất phóng xạ



Nhiễm phóng xạ bên trong

Chất phóng xạ



Hít vào
Ăn uống

Miệng vết
thương

Việc bị nhận tia phóng xạ từ bên ngoài cơ thể gọi là **“Nhiễm phóng xạ bên ngoài”**

Nếu chúng ta hít phải chất phóng xạ phát tán trong không khí hoặc ăn uống những thức ăn, thức uống bị ô nhiễm chất phóng xạ, thì bên trong cơ thể sẽ bị tiếp xúc với tia phóng xạ. Ngoài ra, chất phóng xạ còn thâm nhập vào cơ thể qua miệng của vết thương. Việc tiếp xúc như vậy được gọi là **“Nhiễm phóng xạ bên trong”**。

Hỏi: Nếu xảy ra thảm họa của nhà máy điện hạt nhân, cần phải làm gì để phòng tránh bị lây nhiễm?

- 🦺 Khi xảy ra thảm họa hạt nhân, cần phải phòng tránh bị nhiễm phóng xạ từ cả 2 phía, bên ngoài và bên trong

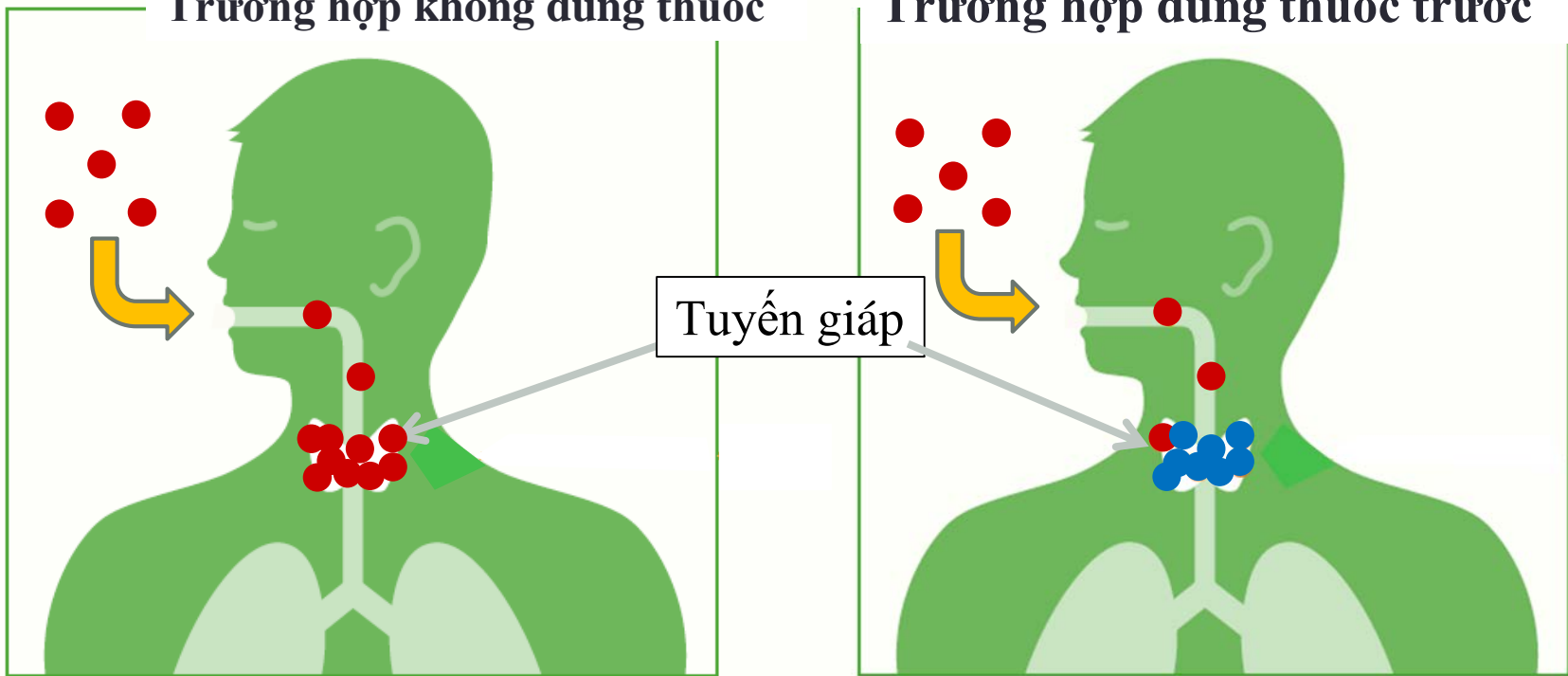
Phòng tránh nhiễm xạ bên ngoài	Phòng tránh nhiễm xạ bên trong
<p>Tránh xa Che chắn Nhanh chóng rời đi</p> <p>↓</p> <p>Sơ tán hoặc tránh vào trong nhà</p>	<p>Hạn chế ăn uống thực phẩm Súc miệng/ Rửa tay</p> <p>Uống thuốc i-ốt dạng ổn định</p>

Tác dụng và hiệu quả của thuốc i-ốt dạng ổn định

● I-ốt phóng xạ ● thuốc I-ốt ổn định

Trường hợp không dùng thuốc

Trường hợp dùng thuốc trước





“I-ốt phóng xạ” bị hút vào trong cơ thể, nếu tích tụ ở tuyến giáp quá lượng nhất định thì có khả năng bị ung thư tuyến giáp.

Lấp đầy tuyến giáp bằng “thuốc i-ốt dạng ổn định” trước thì có thể làm giảm sự tích tụ “I-ốt phóng xạ”

Vai trò chính của tuyến giáp là dùng I-ốt như là nguyên liệu để tạo ra hormone tuyến giáp . Hormone tuyến giáp có tác dụng thúc đẩy sự đổi mới tế bào

Tác dụng và hiệu quả của thuốc I-ốt dạng ổn định

-  Nhờ việc uống thuốc I-ốt ổn định trước khi I-ốt phóng xạ xâm nhập vào cơ thể, có thể giảm lượng I-ốt phóng xạ tích tụ trong tuyến giáp (sau khi xâm nhập cũng có một số tác dụng nhất định)
⇒ Có thể làm giảm sự nhiễm bên trong của tuyến giáp.
-  Thuốc I-ốt dạng ổn định chỉ có tác dụng làm giảm và phòng ngừa việc bị nhiễm bên trong ở tuyến giáp bởi I-ốt phóng xạ, **nó không thể hạn chế việc bị nhiễm bởi các chất phóng xạ khác ngoài I-ốt phóng xạ.**

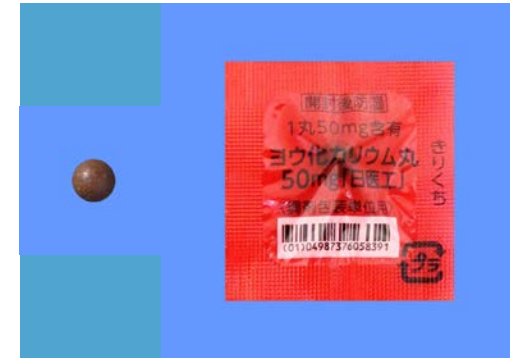


Lượng dùng thuốc I-ốt dạng ổn định

[Viên I-ốt Kali (Potassium iodide) (50mg)]

🥚 Từ 13 tuổi trở lên : 2 viên

🥚 Từ 3 đến dưới 13 tuổi: 1 viên



[Viên I-ốt Kali]

[Thạch I-ốt Kali]

🥚 Dưới 3 tuổi: 1 gói
(tuỳ theo độ tuổi)



[Thạch I-ốt Kali]
(Ảnh tượng trưng)

**※ Về lượng sử dụng, xin quý vị
hãy xem ở mặt sau bản xác nhận.**

Tác dụng phụ của thuốc i-ốt dạng ổn định ①

- 🥚 Cho đến nay, có những triệu chứng được báo cáo như sau:
 - Quá mẫn cảm với thuốc ▪ ▪ ▪ Nổi mề đay, mẫn ngứa, v.v.
 - Các chứng bệnh về hệ tiêu hoá ▪ ▪ ▪ buồn nôn và nôn mửa, đau bao tử, tiêu chảy, v.v..
 - những triệu chứng khác ▪ ▪ ▪ Giảm chức năng tuyến giáp, nhức đầu, khó thở, v.v..
- 🥚 Sau khi dùng thuốc, quý vị cần lưu ý xem thể trạng có gì lạ hay không, tuy nhiên, khả năng bị tác dụng phụ sau khi dùng thuốc 1 lần là rất thấp.

Tác dụng phụ của thuốc i-ốt dạng ổn định ②

[Trường hợp ở Ba Lan khi xảy ra sự cố ở nhà máy điện hạt nhân Chernobyl]

- Kết quả điều tra theo dõi những người có dùng thuốc i-ốt dạng ổn định.
- 4,6% trẻ em bị nôn mửa, da nổi mề đay, mẩn ngứa, v.v.
- Điều này là do tác dụng phụ của thuốc i-ốt dạng ổn định hay không thì không được xác định rõ. Những tác dụng phụ còn lại sau đó thì được báo cáo là không có .

[Trường hợp sự cố ở nhà máy điện hạt nhân Fukushima daiichi]

- Sau sự cố khoảng 7 tháng, có khoảng 2.000 nhân viên dùng thuốc i-ốt dạng ổn định.
- Một số người sử dụng nhiều lần được xác nhận là bị suy tuyến giáp cấp tính.

Những người không được dùng thuốc i-ốt dạng ổn định

 **Những người có tiền sử mẫn cảm với các thành phần trong thuốc i-ốt dạng ổn định hoặc i-ốt thì không được sử dụng, do đó, không phát thuốc i-ốt dạng ổn định**



Có trúng các mục nào trong bảng xác nhận dưới đây không?

【Những mục không thích hợp sử dụng】

Từ trước đến nay có bị nói là bị mẫn cảm với các thành phần trong thuốc i-ốt dạng ổn định hoặc i-ốt hay không?

Sau khi sử dụng dung dịch Povidon i-ốt, dung dịch Isodine, dung dịch Glugol hoặc sau khi uống viên i-ốt kali, có bị dị ứng như là nổi mề đay, mẫn ngứa, bị khó thở, tụt huyết áp , v.v. hay không?

⇒ **Những người trúng ở các điều trên xin hãy đánh dấu cột “ có” ở bản xác nhận.**

Những người cần phải sử dụng thuốc một cách thận trọng



Trường hợp các vị bị các bệnh như ở dưới đây, sau khi đánh dấu vào chỗ “có” ở cột bệnh tật tương ứng trong bản xác nhận, xin quý vị hãy liên hệ nhà thuốc hoặc cuộc họp phát thuốc có trong bản hướng dẫn này để được tư vấn

【Mục dùng thuốc thận trọng】

- (1) Những người từng bị chứng quá mẫn cảm với thuốc cản quang có i-ốt.
- (2) Những người có bệnh ở tuyến giáp (cường tuyến giáp, suy tuyến giáp).
- (3) Những người bị bệnh thận, những người bị suy giảm chức năng thận.
- (4) Những người bị chứng nhược cơ bẩm sinh.
- (5) Những người bị chứng kali trong máu cao.
- (6) Những người đang bị bệnh viêm mạch dị ứng và những người đã từng bị bệnh này.
- (7) Những người bị bệnh lao phổi (bao gồm viêm màng phổi, viêm phổi thùy, v.v.).
- (8) Những người đang bị bệnh viêm da mọng nước Duhring và những người đã từng bị bệnh này.

Những người đang dùng thuốc chữa bệnh cần chú ý khi sử dụng cùng một lúc

Những vị đang dùng những thuốc dưới đây, xin hãy tham khảo ý kiến khi nhận thuốc

■ Bổ sung Kali

- Những thuốc có chứa Kali

■ Chứng cao huyết áp

- Thuốc giảm áp và thuốc ức chế men AngiotensinII (thuốc phối hợp)
- Thuốc ức chế ACE
- Thuốc lợi tiểu giữ Kali



Có khả năng
tăng nồng độ
Kali trong máu

■ Bệnh rối loạn lưỡng cực (bệnh trầm cảm)

- Thuốc Lithium

■ Bệnh cường tuyến giáp

- Thuốc điều trị tuyến giáp



Có khả năng suy
giảm chức năng
của tuyến giáp

Vì nguyên tắc sử dụng thuốc i-ốt dạng ổn định 1 lần nên ít có lo ngại về việc ảnh hưởng nhiều đến sức khỏe do sử dụng thuốc cùng một lúc.

Hàm lượng Kali

Thuốc I-ốt Kali lượng Kali trong 2 viên **24mg**

【Hàm lượng kali trong 100g thức ăn】



Nước táo 30% **24mg**
(1/2 ly)



Bánh mì lát **97mg**
(khoảng 2 miếng trong 6 miếng)



Chuối **360mg**
(phần ăn được trong trái chuối)



Cá ngừ (phần thịt đỏ) **380mg**
(khoảng 10 miếng nhỏ)



Khoai lang bí **540mg**
(1/2-1/3 củ)



Trái bơ **720mg**
(phần ăn được)

Trong () là khoảng 100g thực phẩm

Nguồn trích: bảng thành phần tiêu chuẩn thực phẩm Nhật Bản, phiên bản năm 2015 (hiệu đính lần 7)

Lượng Kali chứa trong 2 viên thuốc thì không nhiều so với lượng Kali chứa trong thực phẩm.

Trẻ vị thành niên, phụ nữ mang thai và những người đang cho con bú

🥚 Là những người được ưu tiên dùng thuốc



🥚 Trong trường hợp người mẹ dùng một lần thuốc i-ốt dạng ổn định với liều lượng quy định, vì thuốc i-ốt dạng ổn định trong sữa mẹ ảnh hưởng rất nhỏ đến chức năng tuyến giáp của trẻ sơ sinh nên tiếp tục cung cấp dinh dưỡng cho bé bằng sữa mẹ và bản thân bé cũng uống thuốc i-ốt dạng ổn định theo liều lượng quy định. (Với giả định là khả năng người mẹ bị nhiễm bên trong bởi iốt phóng xạ là thấp)

Những điều cần chú ý sau khi nhận thuốc ①

- 🥚 Sau khi đã nhận thuốc i-ốt dạng ổn định, nếu quý vị bị mắc những bệnh như được ghi trên bản xác nhận, hoặc nếu quý vị có dự định dùng những loại thuốc được ghi trong tài liệu, xin vui lòng tham khảo ý kiến dược sĩ hoặc bác sĩ nơi quý vị thường đi khám.



Những điều cần chú ý sau khi nhận thuốc ②

- 🥚 **Liều dùng của thuốc i-ốt dạng ổn định được phát** hôm nay **khác nhau tùy theo độ tuổi**. (Xin quý vị hãy xem những điều được ghi ở mặt sau của bản xác nhận)
- 🥚 Xin quý vị **hãy cất giữ thuốc ở những nơi khô ráo và không bị ánh nắng chiếu trực tiếp**.
- 🥚 Xin quý vị hãy cất giữ ở trong **tủ thuốc** hoặc trong **túi phòng ngừa thiên tai** mà có thể mang đi khi khẩn cấp và để ở nơi dễ thấy, có thể nhanh chóng lấy ra khi cần thiết

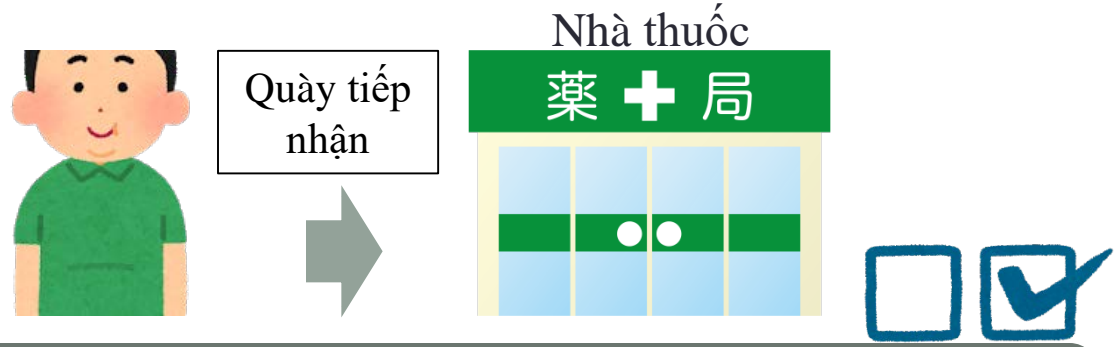


Những điều cần chú ý sau khi nhận thuốc ③

- 🥚 Thuốc i-ốt dạng ổn định có **thời hạn sử dụng**.
(Thời hạn được ghi trên bao đựng thuốc)
Khi gần đến thời điểm hết hạn sử dụng, chính quyền địa phương sẽ có thông báo, vì vậy, quý vị hãy đổi thuốc mới theo sự hướng dẫn.
- 🥚 Xin quý vị tuyệt đối không **được đưa thuốc i-ốt dạng ổn định cho người khác**
- 🥚 Trường hợp không cần nữa do chuyển nhà v.v., xin quý vị hãy hoàn trả thuốc cùng với bản xác nhận cho nhà thuốc hoặc cơ quan hành chính của xã hay thành phố.
- 🥚 Xin quý vị nhất định phải nói lại những mục cần chú ý này cho những người trong gia đình.



Phân phát trước ① Phương thức phát tại nhà thuốc



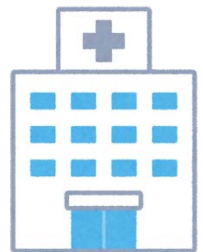
Giải thích sự cần thiết của việc phân phát trước thuốc i-ốt dạng ổn định
 Kiểm tra bảng xác nhận (Dược sĩ)

Về nhà
 Không thể phát

Chẩn đoán (Bác sĩ)

Sau khi kiểm tra tại nhà thuốc, những người cần bác sĩ chẩn đoán sẽ được hướng dẫn sang cơ sở y tế.
 (Sắp xếp trước qua điện thoại)

Có thể phát



Có thể phát

Nhận tại nhà thuốc tiếp nhận ban đầu

Phân phát thuốc i-ốt



Không thể phát

Về nhà



Phân phát trước ② Phương thức tập hợp phân phát “Hình thức tập hợp”
※ Nếu tổ chức thì khi đó chúng tôi sẽ có thông báo riêng.

Họp giải thích



Kiểm tra bản xác nhận (Dược sĩ)



Những người cần bác sĩ
chẩn đoán

Chẩn
đoán
(Bác sĩ)



Phân phát thuốc
i-ốt dạng ổn định



Phiếu nhận (dành cho những người sống trong khu vực PAZ)

※ Ở bên phải, phía trên của phiếu ghi số thứ tự

Mẫu ghi

○ Nếu quý vị ghi sẵn trước thì thủ tục sẽ tiến hành thuận lợi hơn

Các vị lần đầu nhận thuốc thì không cần phải ghi

Phiếu nhận

(Cột hoàn trả thuốc i-ốt dạng ổn định) ※ Chi những người đã nhận thuốc từ trước đến nay

Có

Không (Không thể hoàn trả do bị thất lạc. Nếu tìm thấy, sẽ nhanh chóng hoàn trả)

(Cột tái xác nhận nội dung giải thích) ※ Chi những người đã nhận thuốc từ trước đến nay

Từ trước đến nay, tôi có tham gia cuộc họp phát thuốc i-ốt dạng ổn định (Họp giải thích), và hiểu rõ nội dung được giải thích. (Hãy khoanh tròn chỗ thích hợp. Nếu là "có", thì có thể bỏ qua khâu giải thích)

Có · Không

(Cột xác nhận việc tiếp nhận)

Sau khi được giải thích về việc sử dụng thuốc i-ốt dạng ổn định, tôi đã nhận được thuốc. Ngoài ra, thuốc i-ốt dạng ổn định đã nhận, không được đưa cho người khác và phải hoàn trả lại nếu không cần nữa. Trong trường hợp nhờ nhận thay, sẽ nói lại nội dung ghi ở trên cho đương sự (người được phát thuốc)

Ngày tháng năm ※ Ghi ngày đến nhận

Chữ ký người nhận

茨城 花子 ※ Ghi người đến nhận

Trường hợp nhận thay, quan hệ với đương sự (người được phát thuốc)

Chồng/vợ Cha/mẹ con

Người khác ()

Khoanh tròn chỗ quan hệ với người được ghi trên phiếu ghi số, chỗ chồng/vợ, cha/mẹ con. Nếu là người khác thì ghi vào chỗ người khác.

Bản xác nhận (dành cho người ở trong khu vực PAZ)

Mẫu ghi

Là giấy tờ để xác nhận có thể sử dụng thuốc i-ốt dạng ổn định hay không. Các vị (hoặc phụ huynh) hãy tự ghi vào.

Hãy ghi vào trong khung

Ngày ghi	Ngày	tháng	năm
Họ tên	Ibaraki Taro		
Ngày sinh	Ngày	tháng	năm (00tuổi)

【Cột không thích hợp sử dụng】 ※Nếu mục này là “có” thì không thể sử dụng

Hãy đánh dấu ✓ vào
○ □ thích hợp.

1. Từ trước đến nay, quý vị có bị nói là mình bị quá mẫn cảm với i-ốt hoặc những thành phần trong thuốc i-ốt dạng ổn định hay không ? (Có từng bị dị ứng như là nổi mề đay, khó thở hoặc tụt huyết áp sau khi dùng các dung dịch như i-ốt Povidon, Isodime, Glugol, hoặc sau khi dùng viên I-ốt Kali hay không?)	<input type="checkbox"/> Có	<input checked="" type="checkbox"/> Không
---	-----------------------------	---

Nếu mục này là “có” thì quý vị không thể sử dụng.

【Mục dùng thận trọng】 ※Nếu mục này là “có” thì sẽ phân phát sau khi tham khảo ý kiến của dược sĩ / bác sĩ.

1. Từ trước đến nay, quý vị có bị nói là bị bệnh quá mẫn cảm với thuốc cản quang i-ốt hay không?	<input type="checkbox"/> Có	<input checked="" type="checkbox"/> Không
2. Từ trước đến nay, quý vị có bị nói là bị bệnh ở tuyến giáp (cường tuyến giáp, suy chức năng tuyến giáp) hay không?	<input type="checkbox"/> Có	<input checked="" type="checkbox"/> Không
3. Từ trước đến nay, quý vị có bị nói là bị bệnh thận hoặc bị suy chức năng thận hay không?	<input type="checkbox"/> Có	<input checked="" type="checkbox"/> Không
4. Từ trước đến nay, quý vị có bị nói là bị bệnh nhược cơ bẩm sinh hay không?	<input type="checkbox"/> Có	<input checked="" type="checkbox"/> Không
5. Từ trước đến nay, quý vị có bị nói là bị bệnh Kali trong máu cao hay không?	<input type="checkbox"/> Có	<input checked="" type="checkbox"/> Không
6. Từ trước đến nay, quý vị có bị nói là bị bệnh viêm mạch dị ứng hay không?	<input type="checkbox"/> Có	<input checked="" type="checkbox"/> Không
7. Từ trước đến nay, có bị nói là bị bệnh lao phổi (bao gồm viêm màng phổi, viêm phổi thùy) hay không?	<input type="checkbox"/> Có	<input checked="" type="checkbox"/> Không
8. Từ trước đến nay, có bị nói là bị bệnh viêm da mọng nước Duhring hay không?	<input type="checkbox"/> Có	<input checked="" type="checkbox"/> Không

• Khi đến nhà thuốc hoặc cuộc họp phát thuốc, xin hãy đem theo bản xác nhận này và phiếu ghi số thứ tự.

※Nếu trùng với mục dùng thận trọng thì sẽ phát thuốc i-ốt dạng ổn định cho những người có thể dùng, sau khi được sự xác nhận của dược sĩ/ bác sĩ.

• Trường hợp cùng một hộ gia đình, người đại diện có thể nhận thuốc cho cả gia đình. Khi đó, xin hãy mang theo bản xác nhận và phiếu số thứ tự của cả gia đình.