

Aan de gynaecologen

CONTACT nuclear@health.belgium.be

BETREFT **Predistributie van jodiumtabletten in België**

Geachte dokter,

Op 6 maart 2018 lanceert de federale overheid een informatiecampaagne over de nucleaire risico's. Deze campagne wil de Belgische bevolking informeren over de beschermingsmaatregelen bij een nucleair ongeval. Tegelijk worden preventief jodiumtabletten verdeeld via de apotheek. Zo kan tijd bespaard worden bij een nucleair ongeval.

Naar aanleiding van het ongeval in Fukushima in 2011 en op advies van de Hoge Gezondheidsraad heeft de overheid in een nieuw nucleair noodplan beslist om de predistributie van jodiumtabletten uit te breiden naar het ganse land.

Waarom worden jodiumtabletten vooraf verdeeld?

In België zijn er vijf nucleaire sites: de kerncentrales in Doel en Tihange, het Studiecentrum voor Kernenergie (SCK-CEN) in Mol, Belgoprocess in Dessel en het Nationaal Instituut voor Radio-elementen (IRE) in Fleurus. Er bevinden zich twee nucleaire centrales op minder dan 20 kilometer van onze grenzen, in Borssele (Nederland) en Chooz (Frankrijk).

De kans op een nucleair ongeval is heel klein, maar niet onbestaande. Bij een ernstig ongeval kunnen verschillende radioactieve stoffen vrijkomen in de lucht. Daartegen kan men zich het best beschermen door te schuilen in een gebouw, ramen en deuren gesloten te houden, ventilatiesystemen (airco) uit te schakelen en te luisteren naar de aanbevelingen van de overheid via tv, radio, officiële websites en sociale media.

Als er ook radioactief jodium vrijkomt, kan het gebruik van jodiumtabletten een bijkomende bescherming bieden. Radioactief jodium wordt door het lichaam opgenomen, zowel via het ademhalingsstelsel als via het spijsverteringsstelsel en zelfs via de huid. De schildklier slaat radioactief jodium op tot ze ermee verzadigd is en zorgt op die manier voor een bestraling "van binnen uit". Door die voortdurende bestraling neemt de kans op schildklierkanker toe. Door de schildklier te verzadigen met het niet-radioactief jodium in de tabletten, wordt het opstapelen van radioactief jodium verhinderd. Omdat het juiste tijdstip van inname belangrijk is voor een goede bescherming, mogen jodiumtabletten bij een nucleair ongeval nooit worden ingenomen op eigen initiatief, maar enkel als de overheid dit adviseert.

Wie zijn de kwetsbare groepen?

Foetussen, pasgeborenen, kinderen en adolescenten zijn het meest gevoelig om schildklierkanker te ontwikkelen na blootstelling aan radioactief jodium.

1. Kinderen en adolescenten tot 18 jaar

Kinderen en adolescenten tot 18 jaar en vooral de jongsten onder hen, lopen bij een nucleair ongeval het grootste risico om schildklierkanker te ontwikkelen.

2. Zwangere vrouwen

De hoge gevoeligheid voor radioactief jodium geldt nog meer voor ongeboren baby's die tijdens de zwangerschap worden blootgesteld. De schildklier van de foetus begint jodium te concentreren en op te stapelen vanaf het 2^{de} zwangerschapstrimester. Zwangere vrouwen hebben ook een grotere behoefte aan jodium, waardoor ze meer radioactief jodium zullen opnemen bij een nucleair ongeval. Door de inname van jodiumtabletten beschermen ze zichzelf en hun ongeboren baby.

3. Vrouwen die borstvoeding geven

Jodium wordt opgenomen door de borstklier van vrouwen die borstvoeding geven en afgescheiden in de moedermelk. Door de inname van jodiumtabletten tijdens een nucleair ongeval beschermen ze zichzelf en hun baby. De baby zal ook nog een eigen dosis jodium moeten krijgen via een flesje met poeder- of moedermelk.

Bij jonge volwassenen (19-40 jaar) is de kans op schildklierkanker door radioactief jodium laag. Het risico op bijwerkingen na een eenmalige inname van jodiumtabletten is ook laag. Daarom kan het in de nabijheid van een nucleaire site verantwoord zijn om ook aan deze leeftijdsgroep de inname van jodiumtabletten aan te raden vanaf een bepaalde blootstelling.

Voor volwassenen ouder dan 40 jaar wordt op basis van de huidige wetenschappelijke gegevens de inname van jodiumtabletten bij een nucleair ongeval niet aanbevolen, tenzij de verwachte blootstelling zo hoog is dat de schildklierfunctie zelf wordt aangetast. Dit komt omdat de kans op schildklierkanker door radioactief jodium vanaf die leeftijd heel laag is, terwijl het risico op ernstige bijwerkingen toeneemt. **Bij zwangerschap of borstvoeding is de inname van jodiumtabletten boven de 40 jaar wel aangewezen.** Volwassenen ouder dan 40 jaar krijgen in de campagne en in de bijsluiter ook de raad om zich te informeren bij de huisarts of specialist voordat een nucleair incident zich voordoet.

Wie moet jodiumtabletten in huis halen?

Hoe jonger, hoe meer kans op schildklierkanker door radioactief jodium. Hoe dichterbij een nucleaire site, hoe groter de mogelijke blootstelling aan radioactief jodium bij een nucleair ongeval. Daarom krijgen in het ganse land de **kwetsbare groepen** het advies om jodiumtabletten in huis te halen: **gezinnen met kinderen tot 18 jaar, zwangere vrouwen en vrouwen die borstvoeding geven.**

- **Binnen de zone van 20 kilometer rond de nucleaire sites** (10 kilometer voor IRE Fleurus) halen naast de **kwetsbare groepen** best ook **alle andere inwoners** jodiumtabletten in huis. Ideaal moet in elk gezin en elke collectiviteit (bedrijf, school, crèche, ziekenhuis, supermarkt ...) in die zone een voorraad jodiumtabletten aanwezig zijn.
- **Buiten de zone van 20 kilometer rond de nucleaire sites** (10 kilometer voor IRE Fleurus), in de rest van het land dus, krijgen **naast de kwetsbare groepen** ook de **collectiviteiten waar kinderen verblijven** (crèches, scholen, jeugdinstituten) het advies om jodiumtabletten af te halen.

Waar, hoe en wanneer zijn jodiumtabletten te verkrijgen?

Jodiumtabletten zijn vanaf 6 maart gratis te verkrijgen in elke apotheek in België. Op vertoon van de identiteitskaart kan iedereen een verpakking met 10 tabletten per gezin afhalen. Een verpakking volstaat voor een familie van 4 personen. Voor grotere gezinnen kan een bijkomend doosje worden uitgereikt. De bijsluiter geeft meer informatie over de in te nemen dosis (afhankelijk van de leeftijd) en hoe de tabletten best worden ingenomen. De jodiumtabletten zijn minimum tien jaar houdbaar als ze correct worden bewaard.

Hoe kunt u als gynaecoloog helpen bij de predistributie van jodiumtabletten?

Op 6 maart start de nucleaire informatiecampagne van de overheid en de predistributie van jodiumtabletten in het ganse land. Als gynaecoloog zorgt u dagelijks voor het welzijn van zwangere vrouwen en toekomstige baby's. U kunt een belangrijke rol spelen in de predistributie **door moeders van jonge kinderen en zwangere vrouwen actief aan te moedigen om jodiumtabletten af te halen** bij de apotheek.

U kunt ook meegeven dat de tabletten bij een nucleair ongeval **nooit op eigen initiatief** mogen worden ingenomen, maar enkel als de overheid dit adviseert. De overheid zal via radio, tv, officiële websites en sociale media meedelen wie jodiumtabletten moet innemen en wanneer.

Meer informatie?

Vanaf 6 maart kunnen burgers en zorgverleners terecht op de vernieuwde website www.nucleairrisico.be. Onder de rubriek 'doelgroepen' zal u specifieke informatie vinden voor zorgverleners: veel gestelde vragen, de bijsluiter, een wetenschappelijke publicatie van het Federaal Agentschap voor Nucleaire Controle (FANC) en een e-learning.

De FOD Volksgezondheid ontwikkelde met de wetenschappelijke huisartsenverenigingen een e-learning van 30 minuten over de predistributie van jodiumtabletten. De e-learning zal ook toegankelijk zijn voor andere zorgverleners. Een half accreditatiepunt werd aangevraagd in de rubriek Ethiek en Economie.

Zorgverleners kunnen met vragen terecht op het mailadres van de FOD Volksgezondheid: nuclear@health.belgium.be.