

Maßnahmen und Verhaltensweisen im Falle des Eintreffens einer radioaktiven Wolke aus einem nahe gelegenen havarierten Atomkraftwerk

Wie gelangt Radioaktivität in den Menschen?

- Durch Einatmen mit radioaktiven Partikeln (Staub) kontaminierter Luft
- Durch radioaktiv verunreinigte Lebensmittel und Getränke
- Durch Anfassen radioaktiv verunreinigter Gegenstände

Was kann Radioaktivität im Menschen bewirken?

- Hohe Dosen verursachen die Akute Strahlenkrankheit
- Mittlere Dosen können eine anhaltende Schwächung des Immunsystems bewirken
- Niedrige Dosen können bei Schwangeren Totgeburten und Missbildungen von Neugeborenen zur Folge haben. Nach Jahren kann es zu Leukämien und verschiedenen Krebsen kommen

Private Vorsorgemaßnahmen

- Vorratshaltung von Lebensmitteln für vier Wochen:

Pro Person ca. 14 Liter Flüssigkeit je Woche. Geeignet sind Mineralwasser, Fruchtsäfte, länger lagerfähige Getränke. Mehl, Zucker, Milch, Reis, Nudeln, Kartoffeln, Gemüse- und Obst-Konserven, Tiefkühl-Gemüse, Multivitamin-Tabletten

- Ablaufpläne zur evtl. Familien-Zusammenführung mit Kindern besprechen
- Personen > 45 Jahre sollten ihren Hausarzt wegen einer möglichen Jod-Prophylaxe nach einer evtl. entgegen stehenden Schilddrüsen-Erkrankung fragen
- Atemschutzmasken zur Abhaltung radioaktiver Stäube beschaffen (z.B. Uvex FFP3, www.uvex-safety.de)

Aktuelle Informationen

- Örtliche Sirenen-Warnungen beachten
- Durchsagen in Rundfunk, Fernsehen und sozialen Netzwerken beachten
- Europa-weite aktuelle Radioaktivitäts-Messungen beachten:
<https://remap.jrc.ec.europa.eu/GammaDoseRates.aaspx>

Verhalten im Unglücksfall

- Geschlossene Räume aufsuchen oder
- Umgehend nach Hause fahren
- Ggf. Kinder dorthin in geschlossenen Fahrzeugen bringen, Klimaanlage ausschalten
- Straßenschuhe ausziehen, mit kontaminierter Kleidung vor der Haustüre ablegen
- Fenster und Türen nach außen schließen und geschlossen halten
- Im Haus bleiben, bis Behörden Ausgang frei geben
- Im Freien Atemschutzmasken anlegen

Ernährung

- Kein frisch geerntetes Obst und Gemüse aus radioaktiv kontaminierten Regionen verzehren
- Kein Frischwasser aus kontaminierten Seen trinken

Jod-Prophylaxe

- Vorratshaltung von Familien-Packungen hoch dosierter Jodtabletten
- Einnahme sobald öffentlich dazu aufgefordert wird nach Alters-abhängiger Dosierungs-Vorschrift

Sofortige Einnahme von Jod-Tabletten nach Unfällen von Atomkraftwerken

Wann?

Sobald die Nachricht von einem Atomkraftwerks-Unfall eingetroffen und es wahrscheinlich ist, dass die unsichtbare radioaktive Wolke den eigenen Wohnort erreichen wird. Die Einnahme sollte mindestens drei Stunden vor dem Einatmen der radioaktiven Partikel erfolgen! Bei späterer Einnahme wäre die Wirkung erheblich vermindert.

Warum?

Radioaktives Jod, das Partikel-gebunden mit der radioaktiven Wolke aus einem havarierten Atomkraftwerk ankommt, wird eingeatmet und mit der Nahrung aufgenommen. Es wird dann in der Schilddrüse stark angereichert. Dort kann es nach Jahren zu Krebs führen. Um die Aufnahme zu verhindern, soll die Schilddrüse vorher mit nicht strahlendem Jod gesättigt werden.

Wer?

Vor allem Schwangere, Stillende, Säuglinge, Kleinkinder, Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene.

Wer nicht?

Personen mit Schilddrüsen-Erkrankungen, vor allem Überfunktion, M. Basedow, autonome Adenome, Knotenkröpfe, Jodallergie, Dermatitis herpetiformis Duhring, Jododerma tuberosum, hypokomplementämische Vaskulitis, Myotonia congenita.

Wie oft?

Zunächst nur einmalig. Nur wenn die Jodfreisetzung über Wochen anhält und Ärzte bzw. Behörden eine weitere Einnahme empfehlen, wiederholen.

Welche Dosis?

Kaliumjodid Lannacher 65 mg Tabletten (Dosierung nach Lebensalter):

< 1 Monat: ¼ Tablette

1-36 Monate: ½ Tablette

3-12 Jahre: 1 Tablette

13-45 Jahre: 2 Tabletten

> 45 Jahre: 2 Tabletten, sofern sicher keine Erkrankung der Schilddrüse vorliegt. Erlaubnis des Hausarztes einholen!

Wie?

Nicht auf nüchternen Magen und mit etwas Flüssigkeit einnehmen. Kann auch darin aufgelöst werden.

Nebenwirkungen?

Selten: Hautausschläge, Ödeme, Halsschmerzen, Tränen, Schnupfen, Speicheldrüsenschwellungen, Fieber.

Weitere Details besprechen Sie bitte mit Ihrem Hausarzt

Quelle: Strahlenschutzkommission, 25.02.2011

V.i.S.d.P.: **Internationale Ärzte für die Verhütung eines Atomkrieges - Ärzte in sozialer Verantwortung, IPPNW, Ortsgruppe Aachen**

c/o Prof. Dr.med. Alfred Böcking, Kontakt: Alfred.boecking@web.de