

KAIP ELGTIS BRANDUOLINĖS AVARIJOS ATVEJU

Branduolinės avarijos atveju, atsižvelgiant į konkrečią situaciją, gyventojams gali būti rekomenduojama slėptis uždaroje patalpose, evakuotis, šalinti radioaktyvų užterštumą, vartoti stabiliojo jodo preparatus. Dėl užterštumo radioaktyviosiomis medžiagomis gali būti ribojamas vietinių maisto produktų (vaisių, daržovių, pieno produktų, mėsos ir kt.) bei geriamojo vandens vartojimas.

GYVENTOJŲ PERSPĖJIMAS

Branduolinės avarijos atveju gyventojai perspėjami saugos signalais: 3 minučių trukmės įspėjamoju garsiniu signalu „**Dėmesio visiems**“ ir balsu skelbiamu signalu „**Radiacinis pavojus**“. Išgirdę šiuos signalus:



Kuo greičiau eikite į pastato vidų!

Pasilikite pastato viduje!



Sekite pranešimus per radiją ir televiziją!

LAIKYKITĖS TEIKIAMŲ REKOMENDACIJŲ!

JEIGU AVARIJOS METU ESATE LAUKE:

- **Nosį ir burną užsidenkite audiniu.** Tai padės sumažinti radioaktyviųjų medžiagų patekimą į organizmą per kvėpavimo takus.
- **Nelieskite jokių daiktų ar nuolaužų,** nes jie gali būti užteršti radioaktyviosiomis medžiagomis.
- **Kuo greičiau eikite į artimiausią pastatą,** kurio langai ir sienos nėra pažeisti.

SLĖPIMASIS – APSAUGA PASTATO VIDUJE

Apsisaugoti nuo branduolinės avarijos metu pasklidusių radioaktyviųjų medžiagų galima būnant pastatų viduje. Reikia nedelsiant uždaryti ir užsandarinti pastato langus, vėdinimo angas ir išjungti oro kondicionavimo sistemą. Kambarių ventiliatorius galima įjungti, jeigu jie nenaudoja išorės oro.

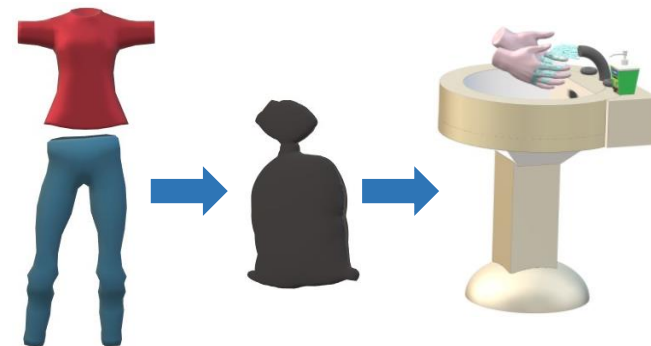
Geriausia slėptis sandariai įrengtame rūsyje.

Praėjus pavojui **bus pranešta**, kad slėptis pastato viduje nebereikia.

Sekite pranešimus per radiją ir televiziją!

KAIP SUMAŽINTI RADIOAKTYVŲJŲ UŽTERŠTUMĄ?

- Pastato viduje atsargiai **nusivilkite viršutinius drabužius**, jų nepurtykite ir nevalykite, stenkitės kuo mažiau liestis prie drabužių paviršiaus. Sudėkite juos į plastikinį maišelį, jį užriškite ir laikykite atokiau nuo žmonių bei gyvūnų.
- **Nusiprauskite po tekančiu vandeniu su muilu.** Odos stipriai netrinkite, gerai nuplaukite odos raukšles ir sulenkimus. Prausiantis reikia stengtis neužteršti akių, burnos, nosies ir žaizdų. Prausiantis vaikams, suaugusieji jiems turi padėti;
- **Jeigu nėra tekančio vandens**, valykite atviras kūno vietas (rankas, veidą) sudrėkintu švariu audiniu ar drėgnomis servetėlėmis, dažnai jas keičiant.
- Švaria drėgna servetėle ar audiniu **išvalykite** nosies šnerves, nuvalykite akių vokus, blakstienas ir ausų landas.
- Jeigu yra galimybė, persirenkite **švariais drabužiais**.



EVAKAVIMAS

Esant pavojui pasklisti ar pasklidus dideliu radioaktyviųjų medžiagų kiekiui, žmonės iš tokių teritorijų evakuojami.

Evakuojamiems žmonėms bus pranešta, kokių evakavimo maršrutų reikia laikytis ir kur jie turi atvykti.

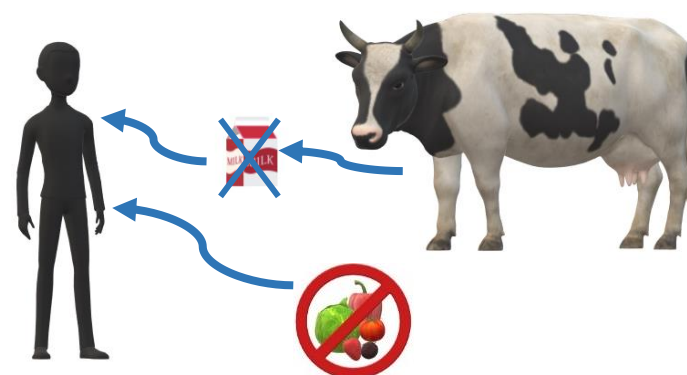
Evakuojami žmonės turi pasiimti būtiniausius daiktus: dokumentus, pinigų, šeimynines relikvijas, pirmosios medicininės pagalbos vaistinėlę, vartojamus vaistus, švairių apatinių ir viršutinių drabužių, avalynės, higienos ir tualetinius reikmenis, geriamojo vandens ir greitai negendančio maisto.

Jei žmonės evakuojasi savo transportu, kelionės metu rekomenduojama uždaryti langus ir išjungti ventiliacijos sistemą.



MAISTO PRODUKTŲ VARTOJIMO APRIBOJIMAI

Nustačius, kad vietiniai maisto produktai, tokie kaip vaisiai, uogos, daržovės, grybai, pienas, mėsa, žuvis, žvėriena bei geriamasis vanduo yra užteršti radioaktyviosiomis medžiagomis, būtų rekomenduota jų nevartoti ir jais neprekiuoti.



SKYDLIAUKĖS APSAUGA NUO RADIOAKTYVIOJO JODO

Stabiliojo jodo preparatai yra vartojami, kai į aplinką prognozuojama išmesti ar yra išmesta radioaktyviojo jodo. Siekiant apsaugoti skydliaukę nuo žalingo radioaktyviojo jodo poveikio, rekomenduojama vartoti stabiliojo jodo preparatus – kalio jodido tabletes.

Kalio jodido tabletes galima vartoti tik Sveikatos apsaugos ministerijai rekomendavus.

Kalio jodido tabletės neapsaugo nuo išorinės ar vidinės apšvitos, kurią lemia kitos nei radioaktyvusis jodas aplinkoje pasklidusios radioaktyviosios medžiagos.

KALIO JODIDO TABLETĖS

Kalio jodido tabletėse yra stabiliojo jodo, kuris prisotina skydliaukę ir neleidžia patekti į ją radioaktyviajam jodui. Tai apsaugo skydliaukę nuo žalingo radioaktyviojo jodo poveikio.

Kalio jodido (KI) tablečių po 65 mg, vienkartinė paros dozė įvairioms žmonių amžiaus grupėms:

- suaugusiesiems ir vaikams, vyresniems nei 12 metų – 2 tabletės (KI 130 mg);
- 3–12 metų vaikams – 1 tabletė (KI 65 mg);
- 1–3 metų vaikams – ½ tabletės (KI 30–35 mg);
- naujagimiams iki 1 mėnesio – ¼ tabletės (KI 15 mg).

Kalio jodido tabletes rekomenduojama vartoti ne anksčiau kaip 24 val. iki žmogui patenkant į aplinką, kurioje yra radioaktyviojo jodo, o veiksmingiausia – likus 2 val. Pabuvus tokioje užterštoje teritorijoje ilgiau nei 8 val., nerekomenduojama vartoti kalio jodido tablečių.



Radiacinės saugos centras
Vilnius, 2018