Oslo kommune
Helseetaten
Folkehelse- og omsorgsavdelingen

ایٹمی ایمرجنسی کے لیے اقدامات اور آئیوڈین کی گولیوں کی فراہمی

بچوں کے سرپرستوں اور سکولوں، چھوٹے بچوں کے نگہداشتی مراکز، بچوں اور گھرانوں کے محکمے کے اقامتی اداروں اور دیگر ایسے اداروں کے عملے کے لیے معلومات جہاں بچے دن کے وقت رہتے ہیں

ملک بھر میں کسی ایٹمی ایمرجنسی کی صورت میں لوگوں کو آئیوڈین کی گولیاں دی جا سکتی ہیں۔ یورپ کے ایٹمی پاور پلانٹ پرانے ہو رہے ہیں اور سنگین حادثات کا خطرہ بڑھ رہا ہے۔ ساحل کے قریب ری ایکٹر سے چلنے والے بحری جہازوں کی آمدورفت بڑھ رہی ہے۔ ایسے کسی بحری جہاز کے حادثے یا دہشت گردی کے نتیجے میں ریڈیو ایکٹیو اخراج ہو سکتا ہے جو ناروے کو متاثر کرے گا۔

ایٹمی ایمرجنسی سے نبٹنے کی تیاری کے لیے بلدیہ اوسلو نے تمام سرکاری اور پرائیویٹ سکولوں، چھوٹے بچوں کے نگہداشتی مراکز، بچوں اور گھرانوں کے محکمے کے اقامتی اداروں اور دوسرے ایسے اداروں میں آئیوڈین کی گولیاں رکھوا دی ہیں جہاں بچے دن کے وقت رہتے ہیں۔ ایٹمی ایمرجنسی پیش آنے پر بچے جس ادارے میں ہوں، وہاں انہیں آئیوڈین کی گولیاں دی جائیں گی۔

بچوں کو انکے ادارے (سکول، نگہداشتی مرکز یا دوسرے ادارے) میں آئیوڈین کی گولیاں دینے کے لیے ضروری ہے کہ سرپرست پہلے اجازت دے چکے ہوں۔

ایٹمی ایمرجنسی کی صورت میں اپر سیکنڈری سکول میں موجود تمام طالبعلموں کو آئیوڈین کی گولیاں دی جائیں گی۔

جن لوگوں نے اپنے گھر میں ذخیرہ رکھنے کے لیے آئیوڈین کی گولیاں حاصل نہیں کی ہیں، ان کے لیے مشورہ ہے کہ وہ دوا فروش سے یہ گولیاں نسخے کے بغیر خرید لیں۔ ایمرجنسی پیش آنے پر آئیوڈین کی گولیاں حاصل کرنے کے لیے ایمرجنسی کلینک (legevakten) سے رابطہ کرنا بھی ممکن ہے۔

سکولوں، چھوٹے بچوں کے نگہداشتی مراکز اور دیگر اداروں میں رکھی جانے والی گولیوں کو ہر سال نارویجن میڈیسنز ایجنسی ٹیسٹ کرتی ہے۔ تاریخ استعمال گزر جانے کے باوجود ان گولیوں کو استعمال کرنا محفوظ ہے اور یہ اثر رکھتی ہیں۔ اگر ٹیسٹنگ سے پتہ چلا کہ معیار کم ہو گیا ہے تو گولیاں ہٹا لی جائیں گی۔

آئیوڈین کی گولیاں کن لوگوں کے لیے ہیں

آئیوڈین کی گولیاں بچوں اور 18 سال سے کم عمر کے نوجوانوں، حاملہ اور دودھ پلانے والی خواتین کے استعمال کے لیے ہیں۔ ان گروہوں کے افراد کے جسم میں آئیوڈین زیادہ جذب ہوتا ہے اور انہیں گولیوں سے زیادہ فائدہ پہنچے گا۔ خاص صورتوں میں 18 اور 40 سال کے درمیان عمر کے بالغوں کو آئیوڈین کی گولیاں لینے کا مشورہ دیا جا سکتا ہے، ذاتی تیاری کے بارے میں الگ پیراگراف دیکھیں۔

آئیوڈین کی گولیوں کا استعمال

جسم میں ریڈیوایکٹیو آئیوڈین جذب ہونے سے تھائرائیڈ گلینڈ کے کینسر کا خطرہ بڑھ جاتا ہے۔ اگر ریڈیوایکٹیو آئیوڈین پھیل جائے تو آئیوڈین کی گولیاں لے کر ریڈیوایکٹیو آئیوڈین کے انجذاب کو روکا جا سکتا ہے اور یہ ان کئی حفاظتی اقدامات میں سے ایک قدم ہو سکتا ہے جن کا مشورہ 'ایٹمی ایمرجنسی کی تیاری کے لیے کرائسس کمیٹی' دے۔

آئیوڈین کی گولیاں صرف ریڈیوایکٹیو آئیوڈین سے تحفظ دلاتی ہیں، دوسرے ریڈیوایکٹیو مادّوں سے نہیں۔ 'ایٹمی ایمرجنسی کی تیاری کے لیے کرائسس کمیٹی' کی جانب سے مشورہ دیے جانے کے بعد آئیوڈین کی گولیاں جلد از جلد لے لیں، اور ہوا، کھانے اور/یا پینے کی چیزوں کے ذریعے ریڈیوایکٹیو آئیوڈین سے واسطہ پڑنے کے بعد 4 گھنٹوں کے اندر اندر گولیاں لینا ضروری ہے۔

ذاتی تیاری

دوافروش دکانیں نسخے کے بغیر آئیوڈین کی گولیاں بیچتی ہیں۔کنبوں کو مشورہ ہے کہ وہ بچوں، 18 سال سے کم عمر کے نوجوانوں، حاملہ اور دودھ پلانے والی خواتین اور 40 سال سے کم عمر کے افراد خانہ کے لیے آئیوڈین کی گولیاں خرید رکھیں۔

Helseetaten
Folkehelse- og omsorgsavdelingen
Besøksadresse:
Storgata 51

Postadresse:
Postboks 4716
0506 OSLO
E-post:
postmottak@hel.oslo.kommune.no

Telefon: 21 80 21 80
www.oslo.kommune.no

Bankgiro: 1315 01 01659
Org.nr: 997 506 499

اجازت

آئیوڈین کی گولیاں سرپرستوں کی پیشگی اجازت سے دی جائیں گی۔ سکول، بارنے ہاگے اور ایسے ادارے جہاں بچے دن کے وقت رہتے ہیں، سرپرستوں سے پیشگی اجازت طلب کریں گے۔

انتباہ اور احتیاطی اصول

- آئیوڈین کی گولیوں کے استعمال سے بچوں اور نوعمر افراد کے لیے ضمنی اثرات کا خطرہ بہت کم ہے
- حاملہ اور دودھ پلانے والی خواتین گولیوں کی مجوزّہ خوراک سے زیادہ نہ لیں
- نوزائیدہ بچوں کو (زندگی کے پہلے مہینے میں) آئیوڈین دینے کے لیے خاص احتیاطی اصول واجب ہیں
- تھائرائیڈ گلینڈ کے ورم (تھائرائیڈائٹس)، تھائرائیڈ گلینڈ کے فعل کی خرابی یا جلدی دانوں dermatitis herpetiformis (Duhrings sykdom) میں مبتلا افراد آئیوڈین کی گولیاں نہ لیں۔
- پوٹاشیم آئیوڈائڈ (kaliumjodid) یا گولی کے اجزا میں سے کسی جزو سے الرجی رکھنے والے افراد آئیوڈین کی گولیاں نہ لیں
- جن لوگوں کا تھائرائیڈ گلینڈ آپریشن کے ذریعے نکالا جا چکا ہے، انہیں آئیوڈین کی گولیاں لینے کی ضرورت نہیں

ایٹمی ایمرجنسی پیش آنے پر

عمارتوں کے اندر ٹھہرے رہنے اور آئیوڈین کی گولیاں لینے کے بارے میں مشورہ طلب کریں، انٹرنیٹ، ٹی وی اور ریڈیو کے ذریعے حالات سے مسلسل آگاہ رہیں۔آئیوڈین کی گولیاں **صرف** تب لیں جب یہ لینے کا مشورہ دیا جائے۔

اہم ویب سائیٹس

بلدیہ کی ویب سائیٹ: https://www.oslo.kommune.no
نارویجن ریڈیئشن پروٹیکشن اتھارٹی کی ویب سائیٹ: https://www.dsa.no/atomberedskap