

Внаслідок радіаційних аварій може відбутися викид радіоізотопів йоду, цезію, стронцію та інших радіонуклідів, в результаті якого радіаційна хмара по своїй протяжності може забруднювати ґрунт, поверхні, їжу та воду. Крім того, опади з хмари можуть осідати на шкірі та одязі людини. Так виникає зовнішнє опромінення, а при споживанні забруднених харчових продуктів – внутрішнє.

У випадку виникнення радіаційних аварій слід дотримуватись режиму радіаційного захисту, що передбачає ряд факторів:

- послідовність та тривалість використання захисних споруд (сховищ, протирадіаційних укриттів);
- час перебування у житлових та виробничих приміщеннях, на відкритій місцевості;
- порядок застосування засобів індивідуального захисту, протирадіаційних препаратів.

Режим радіаційного захисту має єдину мету – виключити/обмежити радіаційні ураження та переопромінення людей при знаходженні на радіоактивно забрудненій місцевості.

Коефіцієнт ослаблення радіації будинками та спорудами залежить від будівельного матеріалу, конструкції та поверховості: дерев'яні будинки послаблюють радіацію у 2-3 рази, а підвали цих будинків - у 7-10; одноповерхові кам'яні будинки - у 10, їх підвали - у 40-50 разів; багатоповерхові кам'яні будинки - у 400-500, а їхні підвали (сховища) - у 1000 разів.

Негайно, після отримання офіційного повідомлення (оповіщення) про небезпеку радіоактивного забруднення внаслідок радіаційної аварії, необхідно надіти респіратор, протипилову тканинну маску або ватно-марлеву пов'язку та слідувати у захисну споруду (сховище, протирадіаційне укриття, підвал).

Якщо захисна споруда знаходиться надто далеко та відсутні засоби захисту органів дихання, слід залишатись вдома, увімкнути всі можливі засоби масової інформації та слідувати за повідомленнями та розпорядженнями штабу цивільного захисту та/або

місцевих органів влади. Отримавши повідомлення поінформуйте про них сусідів. Необхідно щільно закрити вікна і двері (не здійснювати провітрювання), зашторити їх щільною тканиною або ковдрою, закрити вентиляційні канали, віддушини, заклеїти щілини у віконних рамах.

Категорично не рекомендовано залишати місце укриття до офіційних повідомлень місцевої влади.

Харчові продукти слід зберігати в холодильнику або інших надійно захищених місцях, максимально ізолювавши їх від зовнішнього впливу (харчова плівка, контейнери, закриті ємності, тощо), забезпечити запас питної води.

Головна небезпека на забрудненій місцевості - це потрапляння радіоактивних речовин усередину організму з повітрям, що вдихається, а також при прийомі їжі і води.

Застосування респіраторів, протипилових тканинних масок та ватно-марлевих пов'язок значною мірою знизить (виключить) потрапляння радіоактивних речовин усередину організму через органи дихання.

З метою уникнення ураження шкірних покривів, необхідно використовувати плащі з капюшонами, накидки, комбінезони, гумове взуття, рукавички.

Значна частина викидів містить радіоактивний йод, або так звані радіоактивні ізотопи йоду («поганий йод»). Якщо не вживати заходів захисту, то в такому разі радіоактивний йод дуже легко і швидко поглинається щитоподібною залозою (особливо у дітей) і може призвести до її захворювань.

Щоб зменшити негативний вплив радіоактивного йоду на щитоподібну залозу, використовується калій йодид. Такий захід називають йодною профілактикою. Після прийому препарату відбувається блокування щитоподібної залози, що перешкоджає накопиченню в ній радіоізотопів йоду. Приймати профілактичну дозу йодиду калію потрібно тільки після офіційного оповіщення про загрозу викиду та необхідність

проведення йодної профілактики!

[Детальніше про йодну профілактику \(пам'ятка МОЗ\)](#)