**Grupy ryzyka i dawkowanie tabletek jodowych**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **Grupa ryzyka** | **Ilość jodu stabilnego** | **Ilość jodku potasu**  **w pojedynczej dawce** | **Stosowanie tabletek jodku potasu** |
| 1. | Noworodki i niemowlęta młodsze niż 1 miesiąc | 12,5 mg | 1/4 tabletki  = 12,5 mg jodu  = 16 mg potasu jodku | **¼ tabletki należy całkowicie rozkruszyć, dodać do podawanego pokarmu**  **i podać noworodkowi lub niemowlakowi** |
| 2. | Dzieci od miesiąca do 3 lat | 25 mg | 1/2 tabletki  = 25 mg jodu  = 32 mg potasu jodku | **½ tabletki należy całkowicie rozkruszyć, dodać do podawanego pokarmu**  **i podać niemowlakowi lub dziecku** |
| 3. | Dzieci od 3 do 12 lat | 50 mg | 1 tabletka  = 50 mg jodu  = 65 mg potasu jodku | **Tabletkę należy połknąć**  **i popić wodą lub innym chłodnym napojem. Tabletkę można rozkruszyć i dodać do chłodnego napoju** |
| 4. | Dorośli do 60 roku życia i dzieci powyżej 12 lat | 100 mg | 2 tabletki  = 100 mg jodu  = 130 mg potasu jodku | **Tabletki należy połknąć**  **i popić wodą lub innym chłodnym napojem** |
| 5. | Kobiety w ciąży  i karmiące piersią (każdy wiek) | 100 mg | 2 tabletki  = 100 mg jodu  = 130 mg potasu jodku | **Tabletki należy połknąć**  **i popić wodą lub innym chłodnym napojem** |