

Einnahme von Jodtabletten

Was steckt dahinter?

Der Krieg in der Ukraine führt auch in anderen Ländern zu großen Sorgen. Russland ist im Besitz von Nuklearwaffen und seit der Belagerung des ehemaligen Atomkraftwerkes Tschernobyl beschäftigen sich viele Bürger:innen mit der Einnahme von Jodtabletten zum Schutz vor radioaktiver Strahlung. Hier kommt ein Überblick:

Wie gelangt radioaktives Jod in den Körper?



- radioaktive Jod-Isotope liegen meist gasförmig vor
- sie können sich so in der Umgebung ablagern (Pflanzen, Gegenstände, Nahrung usw.)
- durch den gasförmigen Zustand werden sie außerdem eingeatmet und über die Lungen resorbiert
- Speicherung erfolgt im Körper hauptsächlich in der Schilddrüse

Wie erfolgt der Schutz durch Jodtabletten?

- Prinzip der Jodblockade
- „gesundes“ Jod reichert sich durch die Einnahme in der Schilddrüse an
- es wird verhindert, dass radioaktiven Jod in die Schilddrüse eindringen kann
- so sollen Schäden durch radioaktives Jod verhindert werden, weil das radioaktive Jod über die Nieren ausgeschieden und nicht in der Schilddrüse gespeichert wird
- notwendig ist die 100- bis 1000-fache Menge der üblichen täglichen Jod-Zufuhr (statt μg sind also mg notwendig!)

Welche Schäden kann radioaktiven Jod in der Schilddrüse anrichten?

- Schädigung von Gewebe mit anschließendem Funktionsverlust
- Entstehung einer Schilddrüsenunterfunktion (Hypothyreose)
- Möglichkeit von Zell-Mutationen, welche zu Krebserkrankungen führen können

Wer ist besonders gefährdet?

- Kinder & Jugendliche aufgrund möglicher Folgeschäden
- Stillende, Schwangere und ihre ungeborenen Kinder
- bei Personen über 45 Jahren ist das Risiko für schwere Schilddrüsenerkrankungen durch die Einnahme der Tabletten höher ist als das Risiko eines Schilddrüsenkarzinoms durch die Aufnahme von radioaktivem Jod

Wie sinnvoll ist die Einnahme von Jodtabletten?

- bei Reaktorunfällen wird die Einnahme von Kaliumjodid empfohlen
- herkömmliche Jodpräparate aus der Apotheke enthalten wenige Mikrogramm Kaliumjodid für eine Jodblockade sind allerdings Mengen im Milligramm-Bereich nötig
- Präparate mit wöchentlicher Einnahme enthalten 2 mg Kaliumjodid – für eine Jodblockade mit 130 mg Kaliumiodid müsste ein Erwachsener also 65 Tabletten einnehmen (eine Packung enthält 14 Tabletten)
- Präparate für die tägliche Einnahme enthalten zwischen 100 und 200 μg Jodid pro Tablette – hier wäre die Einnahme von bis zu 500 Tabletten nötig
- geeignet zur Jodblockade bei kerntechnischen Unfällen ist das hochdosierte Jod-Präparat Kaliumiodid Lannacher: Es enthält 65 mg Kaliumjodid und kann ab der Geburt bis zum Alter von 45 Jahren eingenommen werden (Dosierung beachten)