

# Comprimés d'iodure de potassium (KI)

## Fiche de renseignements

---

Cette feuille de renseignements ne contient que des renseignements de base. Elle ne doit en aucun cas remplacer les conseils, diagnostics ou traitements médicaux. Il convient de toujours consulter un(e) professionnel(le) de la santé lorsqu'on a des inquiétudes au sujet de son état de santé, ou avant de modifier son alimentation, son mode de vie ou un traitement.

L'un des risques pour la santé que comporterait un accident survenu dans une centrale nucléaire causant la libération d'iode radioactif dans l'environnement en Ontario serait l'exposition interne de la thyroïde à de l'iode radioactif. Pour protéger la thyroïde contre les effets néfastes de l'iode radioactif, on peut prendre de l'iodure de potassium (KI). Voici des questions fréquentes sur les comprimés de KI.

### **Q : Qu'est-ce que le KI?**

**R :** Le KI (le nom chimique d'une substance appelée « iodure de potassium ») est un sel de l'iode stable (non radioactif). L'iode stable est un élément nutritif essentiel dont la thyroïde a besoin en très petites quantités pour fonctionner correctement. Le KI existe sous forme de comprimés faciles à avaler.

### **Q : Comment fonctionne le KI?**

**R :** Lorsqu'il est avalé juste avant ou peu après l'exposition à de l'iode radioactif, le KI remplit la thyroïde d'iode stable, de sorte qu'elle ne peut plus absorber d'autres formes d'iode pendant un certain temps. Ainsi, la thyroïde ne peut plus absorber d'iode radioactif à un niveau dangereux. L'iode radioactif ne pourra donc s'accumuler dans l'organisme, qui l'éliminera naturellement. Ce processus s'appelle également « blocage de la thyroïde ».

Le thyroïde ne distingue pas l'iode non radioactif de l'iode radioactif et peut absorber les deux. L'absorption d'un niveau dangereux d'iode radioactif peut accroître le risque de cancer de la thyroïde plus tard dans la vie, surtout chez les enfants.

### **Q : Le KI protège-t-il contre toutes les formes de rayonnement?**

**R :** Non. Le KI protège uniquement la thyroïde contre la contamination interne par l'iode radioactif, qui peut être généré à la suite d'un accident dans une centrale nucléaire. Le KI ne protège pas contre l'exposition à d'autres contaminants générés lors de tels accidents.

**Q : Dans quelles circonstances et à quel moment dois-je prendre du KI?**

**R :** Il faut prendre le KI si possible avant l'exposition à l'iode radioactif lors d'une urgence nucléaire. Le délai optimal est de deux à six heures avant l'exposition. Si c'est impossible, il faudrait en prendre dès que possible après la première exposition, de préférence dans un délai de trois heures. Le KI est inutile après un délai de 24 heures.

S'il existe un risque d'exposition importante à de l'iode radioactif provenant d'une centrale nucléaire avoisinante à la suite d'un accident, le médecin hygiéniste en chef de l'Ontario diffusera des directives à la radio, à la télévision, sur Internet et par d'autres moyens sur la prise de KI.

Le KI doit être pris uniquement lors d'une situation d'urgence dans une centrale nucléaire qui se répercute en Ontario.

*Il faut prendre du KI uniquement lorsque les autorités provinciales recommandent de le faire.*

**Q : Pour qui le KI est-il le plus utile?**

**R :** Les femmes enceintes ou qui allaitent, les bébés, les enfants et les adolescents devraient compter parmi les premières personnes à recevoir du KI, car ils courent un risque plus élevé de contracter le cancer de la thyroïde après avoir été exposés à l'iode radioactif.

**Q : Combien de comprimés de KI faut-il prendre et à quelle fréquence?**

**R :** Les autorités provinciales peuvent demander aux personnes qui risquent d'être exposées à l'iode radioactif de prendre une dose toutes les 24 heures pendant toute la durée de l'exposition ou jusqu'à ce que ces personnes puissent évacuer le secteur.

À moins de directive contraire, les femmes enceintes ou qui allaitent ainsi que les nouveau-nés doivent prendre **une seule** dose de KI, et ne plus en prendre par la suite.

Les doses figurant sur la page suivante sont conformes aux recommandations de Santé Canada et de l'Organisation mondiale de la Santé. Des doses plus fortes ne présentent aucun avantage et pourraient accroître le risque d'effets secondaires.

## Dose unique recommandée de KI selon le groupe d'âge

Groupe d'âge	Dose d'iodure de potassium (KI) (mg)	N <sup>bre</sup> de comprimés de 130 mg	N <sup>bre</sup> de comprimés 65 mg
Adultes (18 ans et plus) et femmes enceintes ou qui allaitent <sup>3</sup>	130	1	2
Adolescents (12 à 18 ans) <sup>1</sup>	65	1/2	1
Enfants (3 à 12 ans)	65	1/2	1
Bébés (1 mois à 3 ans)	32	Utiliser une solution liquide de KI <sup>2</sup>	1/2
Nouveau-nés (< 1 mois) <sup>3</sup>	16	Utiliser une solution liquide de KI <sup>2</sup>	Utiliser une solution liquide de KI <sup>2</sup>

<sup>1</sup> Les adolescents dont la taille approche celle d'un adulte (plus de 150 lb/70 kg) devraient recevoir la dose pour adultes (130 mg).

<sup>2</sup> Voir « Préparation d'une solution liquide d'iodure de potassium (KI) ».

<sup>3</sup> Les femmes enceintes ou qui allaitent et les nouveau-nés devraient prendre **une seule** dose de KI.

### Q : Un membre de la famille est incapable d'avaler le comprimé de KI. Que dois-je faire?

**R :** Les personnes incapables d'avaler un comprimé de KI et les enfants de moins de trois ans auront besoin d'une solution liquide de KI. Les directives de préparation de cette solution sont jointes.

### Q : Quelle est la durée de conservation des comprimés de KI? Comment doit-on les entreposer?

**R :** La date de péremption est imprimée sur l'étiquette de l'emballage de KI. Les comprimés doivent être conservés dans leur emballage à la température de la pièce et à l'abri de la lumière.

### Q : Le KI cause-t-il des effets secondaires?

**R :** Le risque d'effets secondaires consécutifs à la prise d'une dose de KI est très faible, quel que soit le groupe d'âge, chez les personnes dont la thyroïde est normale. Dans l'ensemble, les avantages du blocage de la thyroïde l'emportent sur ce risque lors d'une urgence nucléaire. Il y a un risque accru d'effets secondaires pour les gens atteints d'un trouble de la thyroïde, c.-à-d. la thyroïdite auto-immune, la maladie de Basedow-Graves, une carence en iode et le goitre nodulaire. Ces troubles sont plus fréquents chez les adultes et les personnes âgées, et ils sont rares chez les enfants.

Il peut y avoir rarement des effets secondaires qui touchent d'autres parties du corps, notamment des symptômes gastro-intestinaux ou une hypersensibilité, mais ils sont généralement légers.

Les personnes sensibles à l'iode, qui ont déjà eu ou ont actuellement un trouble thyroïdien ou qui ont d'autres préoccupations devraient consulter leur médecin ou leur infirmière praticienne avant de prendre du KI.

**Q : Qui devrait éviter de prendre du KI?**

**R :** Les personnes présentant les troubles suivants ne devraient pas prendre de KI :

- L'hypersensibilité à l'iode, un trouble très rare qu'il ne faut pas confondre avec l'hypersensibilité aux produits de contraste contenant de l'iode employés pour certains examens radiologiques, qui est plus fréquente. Si vous êtes allergique au poisson ou aux fruits de mer, vous n'êtes pas nécessairement allergique ou hypersensible à l'iode.
- La dermatite herpétiforme (un trouble chronique de la peau).
- La vascularite hypocomplémentémique (une inflammation rare des parois vasculaires qui peut se produire en présence de certains troubles immunologiques).
- La myotonie congénitale (une déficience congénitale très rare provoquant des raideurs musculaires).

**Q : Où puis-je obtenir du KI?**

**R :** Si vous vivez à proximité d'une centrale nucléaire, adressez-vous à votre municipalité ou bureau de santé pour savoir comment vous procurer du KI et vous renseigner sur la préparation aux situations d'urgence nucléaire et aux interventions connexes dans votre région. Ces organismes vous fourniront des renseignements sur la planification relative à la distribution de KI aux résidents de la zone primaire (dans un rayon de 10 km de la centrale).

Des réserves de KI sont conservées à proximité des centrales nucléaires et sont distribuées sans frais aux personnes qui vivent et travaillent dans la zone primaire par précaution en raison du risque d'exposition au cas improbable où il y aurait des émissions d'iode radioactif. Lors d'une urgence nucléaire, le médecin hygiéniste en chef de l'Ontario diffusera des directives à la radio, à la télévision, sur Internet et par d'autres moyens sur les endroits où obtenir du KI.

**Q : Où se trouvent les centrales nucléaires de l'Ontario?**

**R :** Les municipalités qui se trouvent dans un rayon de 10 kilomètres d'une centrale nucléaire sont indiquées dans le tableau suivant :

Centrale nucléaire	Municipalité
Bruce Power	Kincardine
Laboratoires de Chalk River	Deep River et Laurentian Hills
Centrale nucléaire de Darlington	Durham
Centrale nucléaire de Pickering	Durham et Toronto
Centrale Fermi 2, Michigan, États-Unis	Amherstburg

Pour obtenir de plus amples renseignements, visiter [www.ontario.ca/radiationhealth](http://www.ontario.ca/radiationhealth)

## **Préparation d'une solution liquide d'iodure de potassium (KI)**

Les personnes incapables d'avaler un comprimé de KI et les enfants de moins de trois ans auront besoin d'une solution liquide de KI. Les directives de préparation de cette solution au moyen de **deux comprimés de 65 mg** sont fournies ci-dessous.

**Pour préparer la solution de KI, il faut :**

- **Deux comprimés de 65 mg de KI**
- Une cuillère
- Un petit bol
- Quatre cuillerées à thé d'eau
- Quatre cuillerées à thé d'une boisson comme du lait, du lait au chocolat, du jus d'orange, une boisson gazeuse, de la préparation pour nourrissons, du sirop aux framboises ou de l'eau

### **Directives**

**Étape 1. Ramollir les comprimés de KI :**

- Mettre deux comprimés de **65 mg** de KI dans un petit bol. Ajouter quatre cuillerées à thé d'eau. Faire tremper les comprimés pendant une minute.

**Étape 2. Écraser les comprimés ramollis :**

- Avec le dos d'une cuillère, écraser les comprimés dans l'eau. Il ne doit rester aucun morceau de comprimé. On obtient un mélange de KI et d'eau.

**Étape 3. Ajouter une boisson au mélange de KI et d'eau :**

- Choisir une boisson dans la liste précédente. Ajouter quatre cuillerées à thé de cette boisson au mélange de KI et d'eau préparé à l'étape 2. La solution de KI est alors prête.

**Étape 4. Administrer la quantité appropriée de la solution de KI en suivant le tableau figurant à la prochaine page.**

## Quantité de solution de KI à administrer chaque jour

Le tableau suivant indique combien de cuillerées à thé de solution de KI administrer chaque jour. Cette quantité repose sur l'âge de la personne. Administrer du KI **une fois** par jour tant qu'il existe un risque d'exposition importante à de l'iode radioactif, sauf dans le cas des bébés de moins d'un mois, qui doivent recevoir une seule dose.

Âge	Dose quotidienne unique de solution de KI**
19 ans et plus	8 cuillerées à thé (40 mL)
13 à 18 ans (plus de 150 lb/70 kg)	8 cuillerées à thé (40 mL)
13 à 18 ans (moins de 150 lb/70kg)	4 cuillerées à thé (20 mL)
4 à 12 ans	4 cuillerées à thé (20 mL)
Plus de 1 mois à 3 ans	2 cuillerées à thé (10 mL)
De la naissance à 1 mois*	1 cuillerée à thé (5 mL)

\*Chaque quantité indiquée correspond à une dose. Les bébés de moins de 1 mois doivent recevoir **une seule** dose.

### Entreposage du mélange préparé de KI

Le mélange de KI se conserve pendant sept jours au réfrigérateur. Jeter le mélange inutilisé.

Adapté de *United States Food & Drug Administration, Potassium Iodide ("KI") Preparation and Dosing Instructions for Use During a Nuclear Emergency To Make KI Solution (Liquid Form), using two 65 mg KI Tablets*, 22 août 2012.

Internet : [www.fda.gov/kiprepare](http://www.fda.gov/kiprepare)