

## L'iode, une mesure de prévention simple et efficace en cas d'alerte nucléaire

En septembre 2019, les riverains situés dans un rayon de 10 à 20 km autour des 19 centrales nucléaires françaises ont reçu un courrier comportant un bon pour retirer ses comprimés d'iode en pharmacie. Cette opération marquait le début de la campagne de distribution d'iode. Organisée par les pouvoirs publics, cette campagne a pour objectif de doter l'ensemble des riverains de la centrale nucléaire du Bugey des comprimés d'iode nécessaires à leur protection en cas d'alerte nucléaire. Elle vise également à leur enseigner les réflexes pour bien réagir en cas d'alerte nucléaire.

### L'iode : une protection efficace en cas d'accident nucléaire

Si tout est mis en œuvre pour prévenir un accident, les pouvoirs publics se doivent néanmoins d'anticiper une telle éventualité.

En cas d'accident nucléaire, le rejet d'iode radioactif dans l'atmosphère pourrait constituer un risque sanitaire pour la population. Respiré ou avalé, l'iode radioactif se fixe sur la glande thyroïde et peut accroître le risque de cancer de cet organe, surtout chez les enfants.

L'iode stable, administré avant l'exposition à l'iode radioactif, permet de saturer la glande qui, ainsi, ne peut plus capter ou fixer l'iode radioactif. Il est particulièrement recommandé pour les personnes dont la thyroïde est la plus sensible vis-à-vis du risque de contamination : les femmes enceintes (foetus), les bébés et les jeunes de moins de 18 ans.

### Le retrait, simple comme une visite chez son pharmacien

Pour retirer ses comprimés, il suffit de se rendre dans une pharmacie participante (liste sur [www.distribution-iode.com](http://www.distribution-iode.com)) muni du bon de retrait envoyé en septembre 2019. Si des personnes n'ont pas reçu ou n'ont plus en leur possession ce bon, il est possible de se rendre en pharmacie muni d'un justificatif de domicile. La même démarche est possible si l'on est nouvellement installé dans un rayon de 10 à 20km autour de la centrale du Bugey.

### Iode stable, iode radioactif, quelles différences ?

L'iode stable est un minéral présent naturellement dans notre alimentation et nécessaire à notre thyroïde, qui le concentre et en a besoin pour synthétiser les hormones thyroïdiennes, indispensables à notre organisme. La thyroïde fabrique des hormones qui jouent un rôle essentiel chez l'humain : croissance, développement intellectuel, etc. Elle a un rôle particulièrement important chez l'enfant et ce dès la vie intra-utérine. Quel que soit l'âge, ces hormones contrôlent le fonctionnement de l'organisme.

En revanche, l'iode radioactif est un radionucléide artificiel présent dans les installations nucléaires et nocif pour la santé.

### À quoi sert l'iode stable en cas d'accident nucléaire ?

En cas de rejet d'iode radioactif dans l'atmosphère, la glande thyroïde pourrait être irradiée ce qui peut augmenter le risque de cancer de cet organe. **Prendre la bonne dose d'iode stable, grâce aux comprimés d'iode, permet de saturer la thyroïde, et empêche l'iode radioactif d'y pénétrer.**

L'efficacité individuelle de l'iode stable est maximale en quelques minutes. Il est admis que l'efficacité est optimale si la prise est réalisée dans les 2 heures avant le début des rejets d'iode radioactif.

En cas d'alerte nucléaire, **l'iode stable doit donc être pris uniquement et immédiatement à la demande du préfet.** Son message serait diffusé par la radio (France Bleu, France Info, etc.), la télévision (France Télévision) et sur le site internet préfectoral.

Il est important de noter que les personnes ayant subi une ablation de la thyroïde doivent se rendre chez leur médecin pour connaître la conduite à suivre. Il existe en effet deux cas de figure :

Pour une personne ayant subi une ablation partielle de la thyroïde, la prise d'iode stable conserve son intérêt en cas de rejet d'iodes radioactifs. Il conviendra de consulter un spécialiste dans les semaines suivantes.

Dans le cas d'une ablation totale de la thyroïde, la prise d'un comprimé d'iode stable n'est pas utile mais ne présente pas de risque pour la personne opérée (l'iode ne pourra en effet pas se fixer sur la thyroïde et sera éliminé dans les urines dans les heures suivantes).

En tout état de cause, les personnes traitées pour une maladie thyroïdienne doivent poursuivre leur traitement même en cas de prise d'iode stable.

2 questions au professeur Martin Schlumberger, chef du service de médecine nucléaire à l'Institut de cancérologie Gustave Roussy et spécialiste de la thyroïde, confirment l'intérêt des comprimés d'iode.

#### **Tout monde peut-il prendre de l'iode ?**

Pr M. S. : *Il n'y a pas de contre-indication à l'iode chez ceux qui en ont le plus besoin : les enfants, les adolescents et les femmes enceintes (protection du fœtus).*

*Les contre-indications à l'âge adulte peuvent être l'hyper-thyroïdie ou des cas exceptionnels d'hypersensibilité à l'iode, qui sont des phénomènes extrêmement rares. En cas de doute, il faut consulter dès à présent son médecin.*

#### **Peut-on être allergique à l'iode ?**

Pr M. S. : *L'allergie à l'iode est un phénomène qui ne doit pas inquiéter : il n'y a pas d'allergie à l'iode sous forme d'iodure de potassium (comprimés d'iode stable) qui soit connue.*

### Pour en savoir plus, un numéro vert et un site internet

Le site [www.distribution-iode.com](http://www.distribution-iode.com) peut répondre à des nombreuses questions via notamment sa foire aux questions et ses vidéos pédagogiques.

Les conseillers du **N° Vert 0 800 96 00 20** (appel gratuit) sont également à votre disposition du lundi au vendredi de 10h à 18h30.