



Strål
säkerhets
myndigheten

Swedish Radiation Safety Authority

Så arbetar du strålsäkert

För att minska risken att du eller dina kolleger får förhöjd stråldos finns det några grundläggande strålskyddsprinciper att följa:

- minimera **tiden** som du utsätts för strålning
- maximera **avståndet** mellan dig och strålkällan
- använd **skyddsutrustning** och **skärma av** strålkällan.

Arbeta strålsäkert

- Planera arbetet så att du hanterar radioaktiva ämnen under så kort tid som möjligt.
- Använd så liten mängd radioaktiva ämnen som möjligt.
- Täck arbetsbänken med absorberande papper med plastad undersida.
- Använd alltid skyddskläder, skyddshandskar och skyddsglasögon.
- Undvik stänk och spill.
- Skärma av strålkällan.
- Använd verktyg för att öka avståndet mellan dig och strålkällan.
- Efter varje arbetsmoment: byt handskar och tvätta händerna samt mät på arbetsytor och utrustning som kan ha kommit i kontakt med radioaktiva ämnen.
- Innan du lämnar laboratoriet: ta av skyddsutrustning, tvätta händerna och gör kontaminationsmätning på dig själv.
- Kom ihåg att aldrig äta eller dricka på laboratoriet.

Hantera radioaktivt avfall strålsäkert

- Om det är tillåtet (se SSMFS 2010:2): håll ut avfallet i den uppmärkta vasken.
- Packa fast avfall, till exempel pipettspetsar och underläggspapper, så att det inte finns risk för läckage.
- Märk förpackningar med varselsymbolen för joniserande strålning och uppgifter om radionuklid, aktivitet, ytdosrat vid ett angivet datum.

Förvara radioaktiva ämnen strålsäkert

- Märk varje behållare med uppgifter om radionuklid och aktivitet vid ett angivet datum.
- Förvara radioaktiva ämnen i ett låst utrymme, märkt med varselsymbolen för joniserande strålning.

Föreskrifter och mer information hittar du på www.stralsakerhetsmyndigheten.se.