

# ПРОФИЛАКТИКА ЙОДОДЕФИЦИТНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ



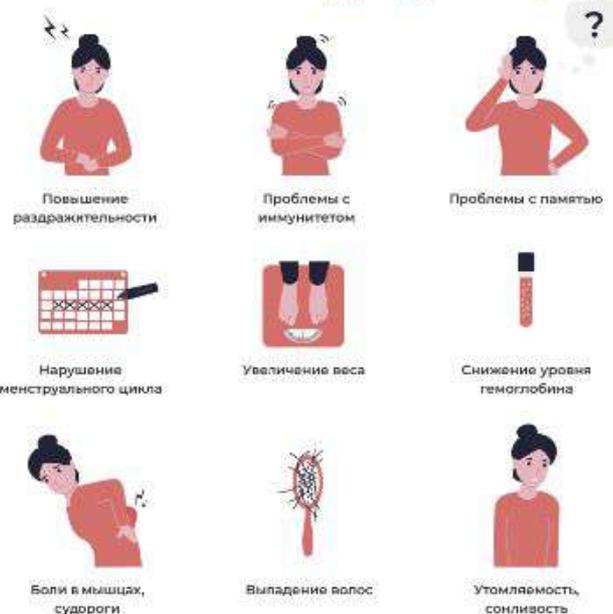
Йоддефицитные заболевания (ЙДЗ) относятся к числу наиболее распространенных неинфекционных заболеваний человека. Они возникают там, где в окружающей среде содержится мало йода, где население получает недостаточное его количество с пищей. Традиционно вся территория Красноярского края относится к числу регионов, где имеет место недостаток йода в продуктах питания, питьевой воде, почве.

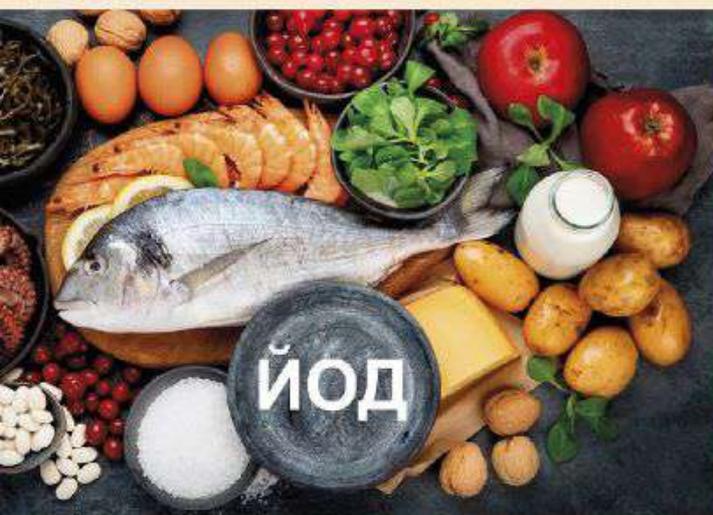
## СПЕКТР ЙОДОДЕФИЦИТНОЙ ПАТОЛОГИИ (ВОЗ, 2001 Г.)

1. Внутриутробный период
  - Аборты.
  - Мертворождение.
  - Врожденные аномалии.
  - Повышение перинатальной смертности.
  - Повышение детской смертности.
  - Неврологический кретинизм (умственная отсталость, глухонмота, косоглазие).
  - Микседематозный кретинизм (умственная отсталость, гипотиреоз, карликовость).
  - Психомоторные нарушения
2. Новорожденные
  - Неонатальный гипотиреоз
3. Дети и подростки
  - Нарушения умственного и физического развития
4. Взрослые
  - Зоб и его осложнения.
  - Йодиндуцированный тиреотоксикоз
5. Все возрасты
  - Зоб.
  - Гипотиреоз.
  - Нарушения когнитивной функции.
  - Повышение поглощения радиоактивного йода при ядерных катастрофах

**Йод** - один из важнейших микроэлементов, он является обязательным структурным компонентом гормонов щитовидной железы (ЩЖ), которые, в свою очередь, обеспечивают полноценное развитие и работу организма человека на протяжении всей жизни. Дефицит йода может иметь серьезные последствия для здоровья человека. Йоддефицитные заболевания (ЙДЗ) включают не только патологию щитовидной железы, но и обширный спектр различных нарушений:

## ПРИЗНАКИ ЙОДОДЕФИЦИТА





Основными природными источниками йода для человека являются продукты растительного и животного происхождения, питьевая вода, воздух.

Однако недостаток йода в почве приводит к снижению его содержания в продуктах питания, производимых в этой местности, а потребляющие их люди страдают от йододефицита.

Поскольку содержание йода в продуктах напрямую зависит от содержания йода в почве, а по данным ВОЗ в Российской Федерации не существует территорий, на которых население не подвергалось бы риску развития йодного дефицита, то восполнить дефицит йода пищевыми продуктами невозможно.

### **ЕЖЕДНЕВНАЯ ФИЗИОЛОГИЧЕСКАЯ ПОТРЕБНОСТЬ В ЙОДЕ СОСТАВЛЯЕТ:**

- 90 мкг - для детей до 5 лет;
- 120 мкг - для детей с 5 до 12 лет;
- 150 мкг - для подростков и взрослых;
- 200 мкг - для беременных и кормящих женщин.



Адрес: Красноярск, 660049, Проспект Мира, 7а  
Телефон главного врача +7 (391) 223-11-12

[www.krascmp.ru](http://www.krascmp.ru)

В условиях недостатка йода у детей возникают отклонения развития нервной, сердечно-сосудистой и других систем организма, что проявляется задержкой умственного и психического развития, снижением интеллекта вплоть до кретинизма, в старшем возрасте дефицит йода грозит формированием заболеваний щитовидной железы с нарушением ее функции, у женщин увеличивается риск самопроизвольных абортов, мертворождения, бесплодия, у новорожденных увеличивается риск необратимых врожденных пороков и врожденного гипотиреоза.

Вместе с тем дефицит йода и все связанные с ним негативные последствия можно предотвратить использованием йодированной соли для приготовления пищи.



**Единственным высокоэффективным методом массовой йодной профилактики является всеобщее йодирование соли.**

В настоящее время йодирование всей соли для использования в пищевых целях в домохозяйствах и в пищевой промышленности расценивают как наиболее эффективную и устойчивую стратегию профилактики и устранения нарушений, вызванных дефицитом йода, у всего населения.

В определенных группах (беременность, кормление грудью, детский возраст до 2 лет) рекомендуется проведение индивидуальной и групповой йодной профилактики. Это осуществляется путем приема фармакологических препаратов (не биодобавок к пище), содержащих физиологическую дозу йода, по назначению врача.

