

# اهمیت مصرف «ید» بویژه در زنان باردار

18 فروردین 1404

مدیر دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت با تاکید بر اهمیت میزان کافی ید برای بدن و مصرف به اندازه نمک یددار به این منظور، به نتایج پایش بررسی وضعیت ید در زنان باردار و دانش آموزان کشور اشاره کرد و در این باره توضیح داد.

دکتر احمد اسماعیلزاده بیان اینکه برنامه «پایش ملی ید» به منظور بررسی وضعیت نمک‌های یددار در کشور هر ۵ تا ۶ سال یکبار در کشور انجام می‌شود، اظهار کرد: معاونت بهداشتی وزارت بهداشت، انجام ششمین پایش بررسی وضعیت مصرف ید در زنان باردار و دانش‌آموزان را به پژوهشکده غدد درون‌ریز و متابولیسم دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی محول کرد. پایش از این بررسی وضعیت ید در سال ۹۳ انجام شد.

وی درباره نتایج ششمین پایش بررسی وضعیت مصرف ید در کشور توضیح داد: نتایج ششمین پایش ملی وضعیت تغذیه‌ای ید در روزهای پایانی سال گذشته استخراج شد و بیش از ۱۱ هزار دانش‌آموز و حدود ۳ هزار زن باردار در این پروژه مورد بررسی قرار گرفتند. ۷۲ درصد دانش‌آموزانی که در این پایش مورد بررسی قرار گرفتند در مناطق شهری سکونت دارند و ۲۸ درصد دیگر نیز ساکن مناطق روستایی هستند.

## نتایج ششمین دوره پایش بررسی وضعیت ید

مدیر دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت با بیان اینکه «ید ادرار» به عنوان شاخص کفایت ید در نظر گرفته می‌شود، گفت: ید ادرار می‌بایست ۱۰۰ میکروگرم در لیتر باشد. نتایج ششمین پایش ادرار بیانگر این است که میانه ید ادرار دانش‌آموزان کشور ۱۳۳ میکروگرم در لیتر است. اگرچه میانه ید ادرار دانش‌آموزان کشور به طور کلی کافی است اما برخی استان‌ها در حاشیه قرار دارند یعنی پایین‌تر از استاندارد یا در مرز استاندارد قرار دارند. به طور مثال، میانه ید ادرار در استان آذربایجان غربی و آذربایجان شرقی به ترتیب ۸۹ و ۱۰۱ است.

وی ادامه داد: میانه ید ادرار دانش‌آموزان استان‌های آذربایجان غربی، آذربایجان شرقی، گلستان، قزوین و قم در معرض خطر قرار دارند و می‌بایست در کانون توجه قرار گیرند. دفتر بهبود تغذیه وزارت بهداشت در نظر دارد با معاونت‌های بهداشتی دانشگاه‌های علوم پزشکی این استان‌ها مذاکره کند تا چرایی این موضوع کشف شود.

دفتر بهبود تغذیه وزارت بهداشت از معاونت‌های بهداشتی دانشگاه‌های علوم پزشکی استان‌های آذربایجان غربی، آذربایجان شرقی، گلستان، قزوین و قم خواسته است که مولفه‌هایی مانند «ترویج نمک‌های رنگی»، «ترویج نمک‌های دریایی» و «مسائل نظارتی» را و نقش آن در میانه ید دانش‌آموزان این استان‌ها را بررسی کنند. این موضوع از مأموریت‌های اصلی دفتر بهبود تغذیه در سال ۱۴۰۴ است.

## وضعیت ید در زنان باردار پایین‌تر از استاندارد

اسماعیل‌زاده با بیان اینکه بررسی وضعیت ید در میان زنان باردار از اهمیت بسیار زیادی برخوردار است، تصریح کرد: با توجه به اینکه کمبود ید در «سقط جنین» و «عقب‌ماندگی ذهنی جنین» و «اختلالات تکاملی» بسیار نقش دارد؛ زنان باردار نسبت به سایر افراد جامعه به ید بیشتری نیاز دارند. انتظار می‌رود که میانه ید ادرار در زنان باردار بیش از ۱۵۰ میکروگرم در لیتر باشد اما میانه ید ادرار در زنان باردار کشور ۱۲۸ میکروگرم در لیتر است. با توجه به این آمار و ارقام باید گفت میانه ید ادرار زنان باردار کشور در شرایط «خوب» قرار ندارد.

## وضعیت نسبی مطلوب ید در زنان باردار ۶ استان

وی افزود: بررسی وضعیت میانه ید ادرار استان‌های کشور به تفکیک بیانگر این است که فقط ۶ استان از وضعیت مطلوب برخوردارند. استان‌های گلستان، مرکزی، همدان، سمنان، فارس، کهگیلویه و بویراحمد، خراسان جنوبی و یزد شرایط به نسبت خوبی دارند و وضعیت سایر استان‌ها مطلوب نیست. وضعیت ید ادرار زنان باردار کشور مطلوب نیست اما وضعیت کنونی این مولفه نمی‌تواند بر هوش جنین "IQ" اثرگذار باشد. اگرچه میانه ید ادرار کنونی زنان باردار کشور نمی‌تواند بر هوش جنین اثرگذار باشد اما در شرایط هشدار قرار داریم.

## اقدام برای تامین مکمل‌های «یدوفولیک»

مدیر دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت افزود: با توجه به شرایط کنونی ید ادرار زنان باردار کشور، اقدامات مداخله‌ای باید به صورت جدی انجام شود. به طور مثال، اقدامات لازم به منظور تامین مکمل‌های «یدوفولیک» برای دانشگاه‌های علوم پزشکی کشور در حال انجام است. همچنین مکاتبه‌های لازم با انجمن متخصصان زنان و زایمان انجام شده تا مکمل‌های یدوفولیک برای زنان تجویز شود.



## تغییر برنامه پایش بررسی وضعیت ید در دانش‌آموزان و زنان باردار

وی درباره تغییر برنامه بررسی وضعیت ید در زنان باردار و دانش‌آموزان گفت: تصمیم بر این بود که برنامه پایش ید در میان این گروه‌ها به صورت یکسال در میان انجام شود اما با توجه به نتایج ششمین پایش بررسی وضعیت مصرف ید در زنان باردار و دانش‌آموزان، این پایش به صورت سالانه طی ۵ سال

آینده انجام می‌شود.

### دلایل میانه پایین ید ادرار زنان باردار کشور

اسماعیل‌زاده با بیان اینکه اقدامات مداخله‌ای برای مصرف ید در زنان باردار با چند روش انجام می‌شود، تصریح کرد: دفتر بهبود تغذیه با استفاده از نمک یددار و مکمل‌های یدوفولیک می‌تواند نیاز مردم به ید را تامین کند. مصرف ماهی، منبع اصلی دریافت ید در جامعه ایرانی در نظر گرفته نمی‌شود؛ سرانه مصرف ماهی در کشور همواره پایین بوده است.

یکی از مشکلاتی که در تامین ید نمک‌های یددار وجود دارد به مسائل نظارتی مربوط می‌شود. این احتمال وجود دارد که کارخانه‌ها به دلایلی مانند گرانی، ید کمتری به نمک اضافه می‌کنند. همچنین محدودیت‌های تولید یدات پتاسیم از دیگر عوامل کاهش میانه ید در زنان باردار کشور است که این موضوع را با پیگیری‌هایی که با وزارت صنعت، معدن و تجارت «صمت» داشته‌ایم برطرف کرده‌ایم.

وی گفت: همچنین ترویج‌هایی که در طب سنتی انجام می‌شود نیز در میزان میانه ید کشور اثرگذار است. این موضوع می‌بایست در کانون توجه قرار گیرد تا وضعیت بهتر شود.