

УДК 546

Доскоч Д. – ст. гр. РА-104

Технічний коледж Тернопільського національного технічного університету імені Івана Пулюя.

ЙОДОДЕФІЦИТ НАСЕЛЕННЯ УКРАЇНИ

Науковий керівник: викладач вищої категорії Пілярчук Г.Й.

Проблеми йододефіциту відомі людству з давніх давен.

За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) третина населення планети має підвищений ризик захворювання в результаті дефіциту йоду в харчуванні.

Найсерйознішими клінічними формами йододефіцитних хвороб є:

-- доброякісні та злоякісні пухлини щитовидної залози,
-- ускладнення вагітності і виношення дітей, народження дітей з малою вагою і вродженими вадами.

-- кретинізм і глухонімота.

-- зниження інтелекту до 13-15%, швидка втома.

Для України питання йододефіциту за останні 20 років є дуже серйозними. На всій території країни є масові випадки вищеперахованих хвороб, які населення отримало від Чорнобильської катастрофи і підвищеного рівня радіації. Особливо дефіцит йоду відчувають жителі західних областей.

Йод бере участь в синтезі щитовидної залози, впливає на обмін речовин, без йоду організм людини не може існувати. В природі є велика кількість його: в ґрунті, в мінералах, в воді, він присутній в живих організмах нашої планети. На морських курортах є концентрат йоду в повітрі, в морі, в ґрунті. Багато йоду є в рибу, в морепродуктах і морській рибі, в морських водоростях, в молюсках. В рослинах є великий вміст йоду – це овочі, злакові, картопля, тваринні продукти, фрукти, молоко, яйця. Близько 2 мкг йоду міститься в 1 літрі води.

В районах з низьким вмістом йоду в ґрунті показує низький вміст його в організмі людини, це може привести до розвитку хвороби зоб. Щоб в людини не виникли проблеми з захворюванням на зоб треба щодень споживати 0,3 мг йоду для нормальної роботи щитовидної залози.

Особлива небезпека йододефіциту полягає в тому, що людина не відчуває ніяких симптомів. Щорічно внаслідок йододефіциту Україна втрачає 40 000 новонароджених (за даними ЮНІСЕФ) і така ж кількість народження розумово неповноцінних дітей.

Як можна боротися з йододефіцитом?

Препарат Антиструмін. Одна таблетка забезпечує організм людини йодом впродовж тижня.

Препарат «Йодік» сертифікований у 18 країнах світу. Ця формула не має аналогів у світі.

Для України йодована сіль – є важливим моментом для вирішення цієї проблеми.

Кожна людина повинна відповідально ставитися до свого здоров'я, постійно і вчасно обстежувати свій організм на наявність йоду.