

PREVENCE JÓDOVÉHO DEFICITU V ČR

HISTORIE A SOUČASNÝ STAV

Prevention of Iodine deficiency in CZ – history and current situation



Ryšavá L.

Zdravotní důsledky deficitu jódu – zbytečné, dobře preventabilní



Soška ženy s voletem na krku
sev. Itálie, 14.000 let př. n. l



Madona ze Zbraslavi , 14. stol.

V Africe při mořském pobřeží zřejmě začalo oddělování lidského rodu od opičích předků.

Rozvoj mozku stimulovaný jódem a dalšími nutrienty z mořských ryb a koryšů.

Osídlování zeměkoule i do míst, kde byl jódu v přírodě nedostatek.

Rizika nedostatku jódu

Novorozenci, kojenci, dítě:

porodní komplikace

sy nedostatečného zásobení kyslíkem

novorozenecká struma

poruchy vývoje CNS (sy hyalinních membrán, sluchu), duševního vývoje

zpožděný vývoj skeletu

Dospívající:

pubertální struma

poruchy učení, chápání, soustředění, nižší IQ

zvýšené riziko arteriosklerózy

Dospělí:

endemická struma

funkční poruchy štítné žlázy – snížení produkce tyroxinu, trijodtyroninu

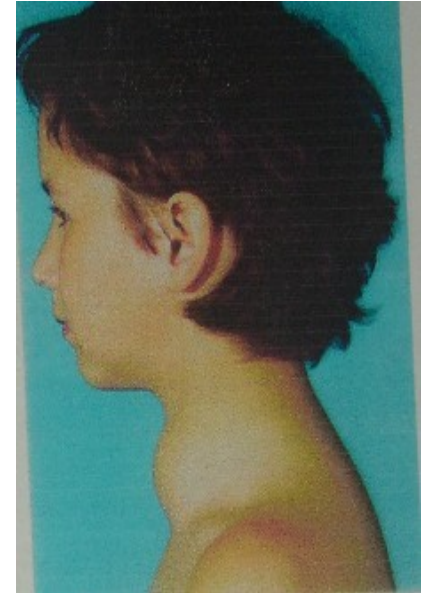
Ženy:

poruchy menstruačního cyklu, oplodnění

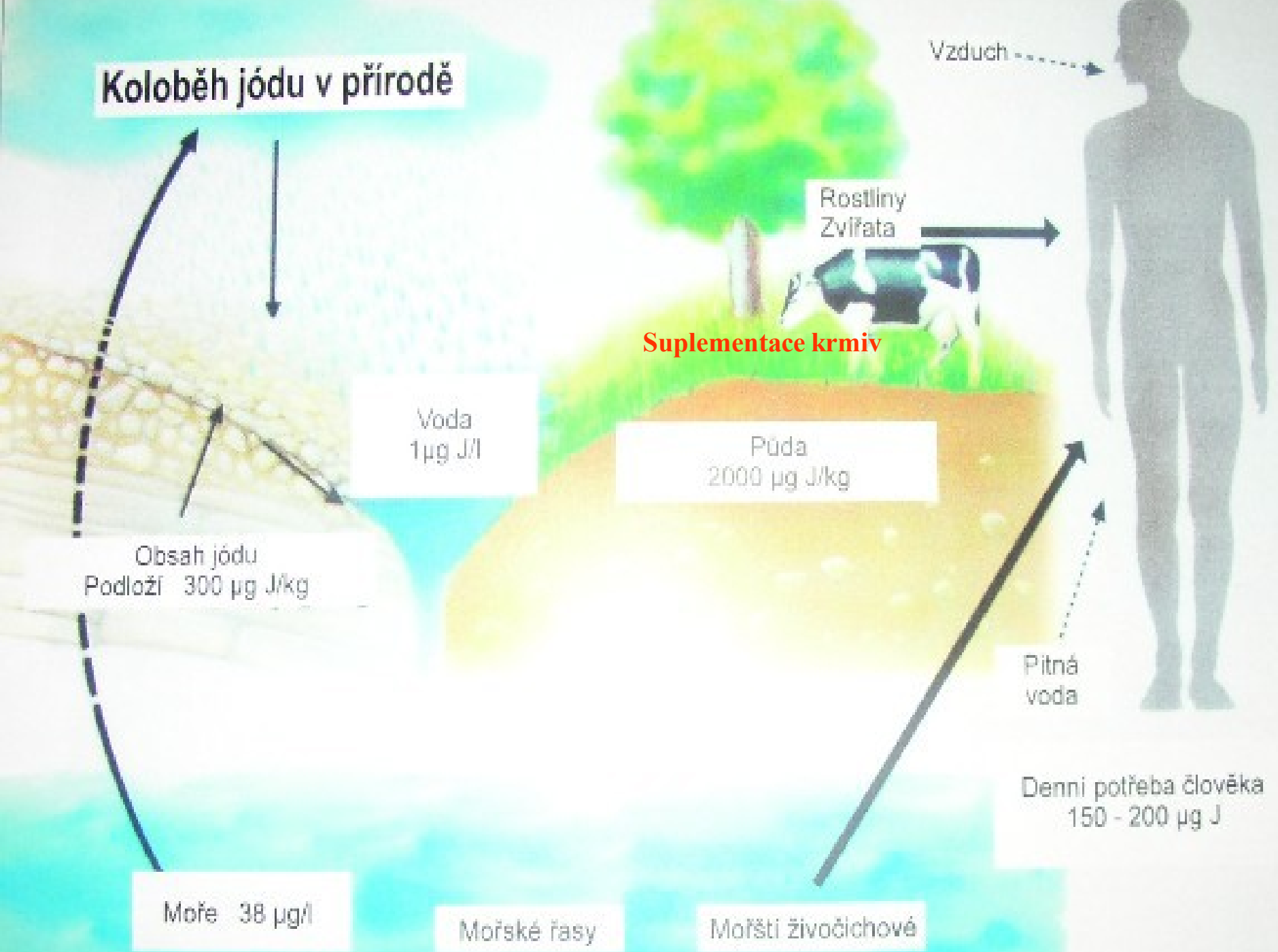
Během těhotenství:

zvýšené riziko potratů a narození mrtvého plodu

vrozených vad



Koloběh jódu v přírodě



1990 WHO ICCIDD celosvětová

Výzva k odstranění chorob z nedostatku jódu

ČR – problém veřejného zdravotnictví

1995

**Meziresortní komise pro řešení jodového deficitu
při SZÚ v Praze**

- intervenční metody
- monitorování zásobení

dle ukazatelů a indikátorů WHO ICCIDD

2004 – v ČR jodový deficit úspěšně řešen

Monitorování

MZ

Ochrana veřejného zdraví - MKJD při SZÚ

1995 **jodurie** (HS,ZÚ, nyní SZÚ)

1998 **dietární expozice, diet. zdroje** (CHPR Brno -SZÚ)

Pediatři

1996 **screeningu neonatálního TSH** (kong. hypotyreózy)

novoroz. odd. (FN pro děti a dorost Praha Vinohrady, Dětská nem. Brno)

Endokrinolog. ústav Praha

volum, hormony štítné žlázy, TSH, jodurie

Gynekolog. – postrádáme systematickou prevenci (KJ, strava, doplňky)

MZe

Úřad pro bezpečnost potravin , ÚKZUS, ČZPI, VÚP - krmiva

JU v Č. Budějovicích, Zemědělská fakulta - mléko

Výrobci, dovozci soli

Výrobci léčiv (Merck), doplňků stravy (Biomed.,Hero)

Metody intervence MKJD – od 90 let

- **Zvýšení jódu v kuchyňské soli (20-34 mg J/ kg)**
Suplementace jodičnanem draselným - stabilnější
- **Intervenční kampaň - používání soli s jódem při výrobě potravin v ČR**
spolupráce se SZPI a SVS (chléb, pečivo, masné výrobky)
- **Jód do náhrad mateřského mléka a do spec. výrobků pro těhotné a kojící ženy**
- **Jodid draselný - léčivo hrazené ze zdravotního pojištění (dopl. 10 Kč)**
- **Doporučení k suplementaci těhotných a kojících žen** plošné, ale individuální, indikované
- **Vznik obohacených potravinářských výrobků**
instantní nápoje, dětské přesnídávky, potravní doplňky aj.
- **Zdůrazňování přirozených zdrojů jódu – častější ve společném stravování**
- **Propagační kampaň pro širokou veřejnost - 6. března Den jódu**
- **Pravidelně odborné konference (4.3.2016 Praha SZÚ)**

UKAZATELÉ - zásady udržitelného stavu trvalé eliminace IDD

- ✓1. Komise zodpovědná za eliminaci IDD **MKJD**
- ✓2. Srozumění politiků s jodací soli a metodami eliminace IDD **Zdraví 21**
- ✓3. Legislativa pro jodaci soli pro lidskou výživu **Zák. o potr.**
- ✓4. Legislativa suplementace pro výživu zvířat **EU**
- ✓5. Program pravidelného sledování jodurie **MZ**
- ✓6. Lab. servis s akredit. metod. pro stanovení jodurie a J
- ✓7. Program veřejného vzdělávání prevence IDD **Den jodu, konference**
- ✓8. Pravidelné inf. o obsahu jódu v soli v distrib. síti, domácnostech
- ✓9. Pravidelné sledování J v soli, spolupráce solného průmyslu
- ✓10. Povinné zveřejňování výsledků **Den jodu, konference 1x/rok ICCIDD**

Zásady udržitelného stavu trvale eliminace IDD

Cíle ICCIDD

ČR

UKAZATELÉ

8 z 10

10

INDIKÁTORY

Sůl s jodem

Podíl domácností

> 90 %

96%

požívajících sůl s jodem

Jodurie

< 100 µg/l

< 50 %

< 50 µg/l

< 20 %

Přijatelné zásobení jodem –medián < 300 µg/l

Zásady udržitelného stavu trvale eliminace IDD

Sůl s jodem

**Podíl domácností
požívajících sůl s jodem** > 90 % v ČR 96%

dle provedeného šetření :

- *dobře dostupná všem spotřebitelům včetně ceny.*
- *z 505 dotazovaných domácností 96% používá sůl s jódem*
- *přiměřené použití soli s jódem neohrozí zdraví konzumentů ve smyslu vysoké dávky jódu*
- *proto **doporučujeme používat sůl s jódem***
avšak solit málo a pokrmy nepřisolovat - zásadní - zátěž sodíkem.
denní dávka soli max. 6 g
- ***U dospělých a starších osob je často spotřeba i více než dvojnásobná.***
- *omezení solení (solí s jódem) ze zdravotní indikace nebo v těhotenství nepředstavuje riziko pro dostatečné zásobení jódem.*

Expoziční zdroje jódu v naší stravě

Nejdůležitějším u všech populačních skupin:

MLÉKO, jogurty, kde daný přívod přináší opět mléko (230 ug/l)

PEKAŘSKÉ a masné výrobky, při výrobě použita sůl s jódem

Mořské ryby - v posledním období se nedostaly mezi 9 nejdůležitějších expozičních zdrojů jódu

na rozdíl od předchozího (u všech populačních skupin tvořily 3%)

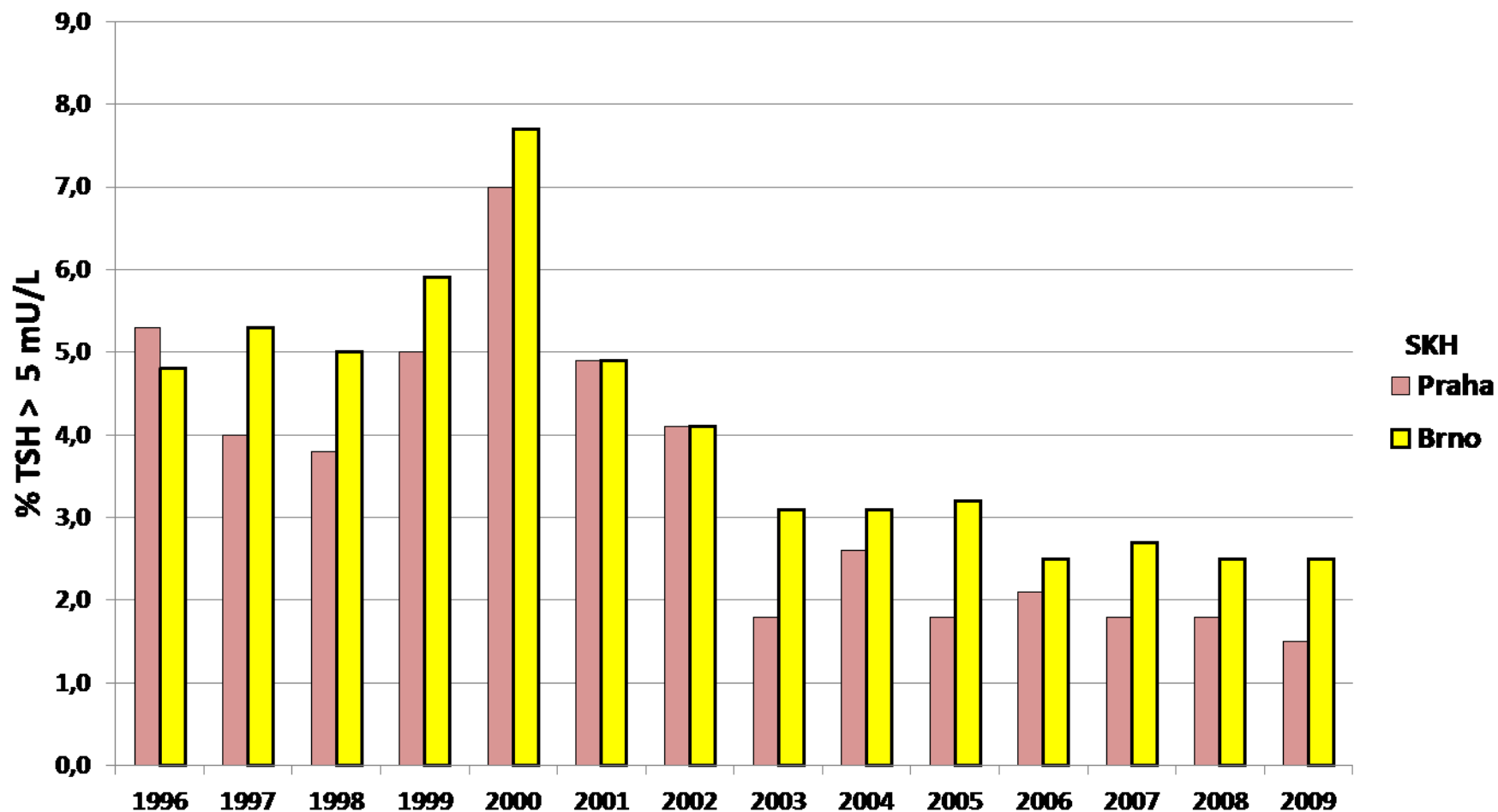
Intervenovat konzumaci mořských ryb, produktů !!!!! - žádoucí zdroj nejen jódu (indiv., **školní**, závodní, ne

Minerální vody Vincentka a Hanácká kyselka -přirozený obsah jódu (množství jódu uvedeno na obale)

NEJVYŠŠÍ OBSAH jódu - **instantní polévky** v důsledku použití soli (jodované) při výrobě,

kojenecká mléčná výživa, trvanlivé fermentované salámy, drůbeží speciality, a mořské

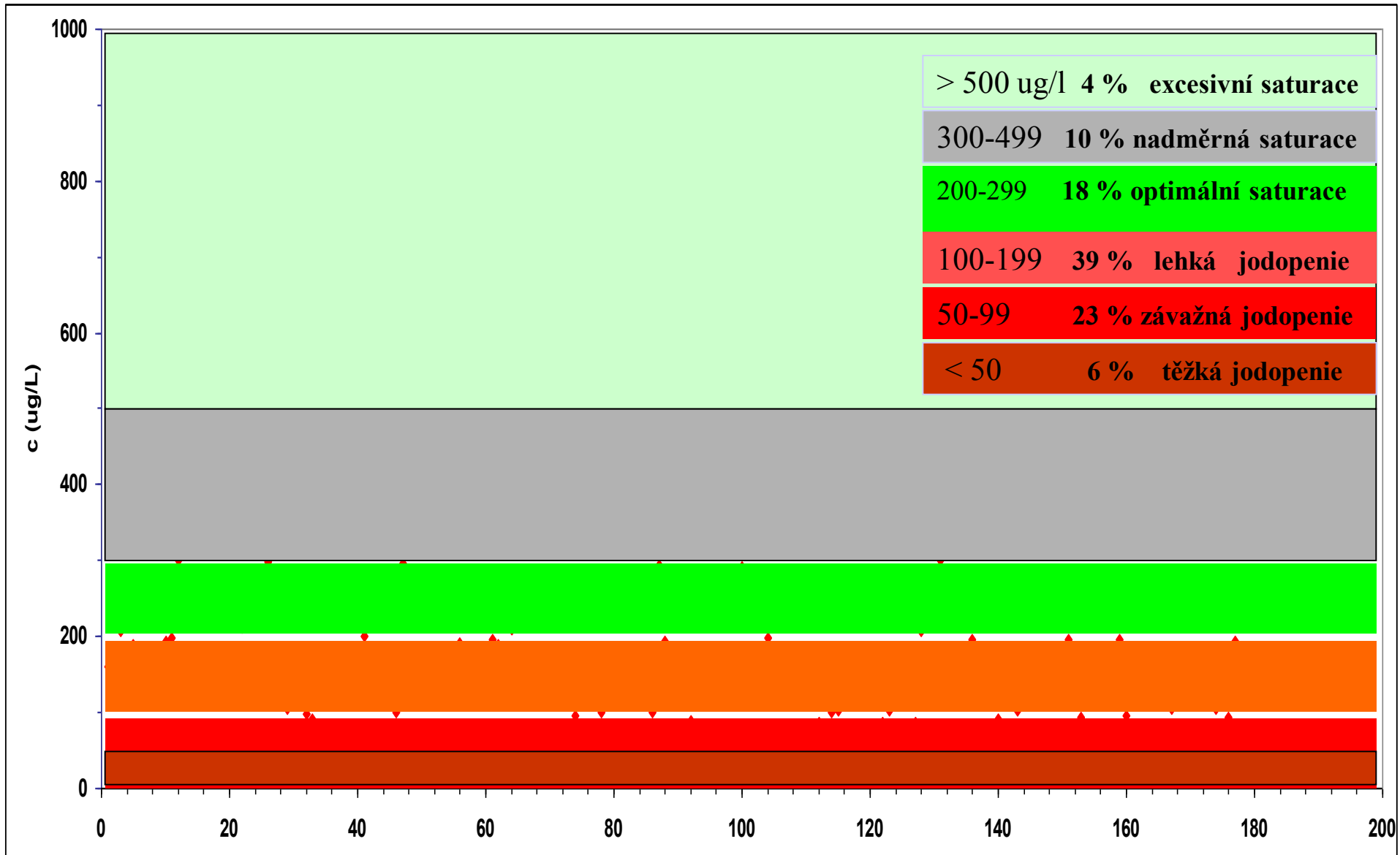
Neo TSH > 5 mU/L ze SKH 1996 - 2009 v ČR



Zásobení jódem souboru těhotných žen ČR

r. 2015

n = 178



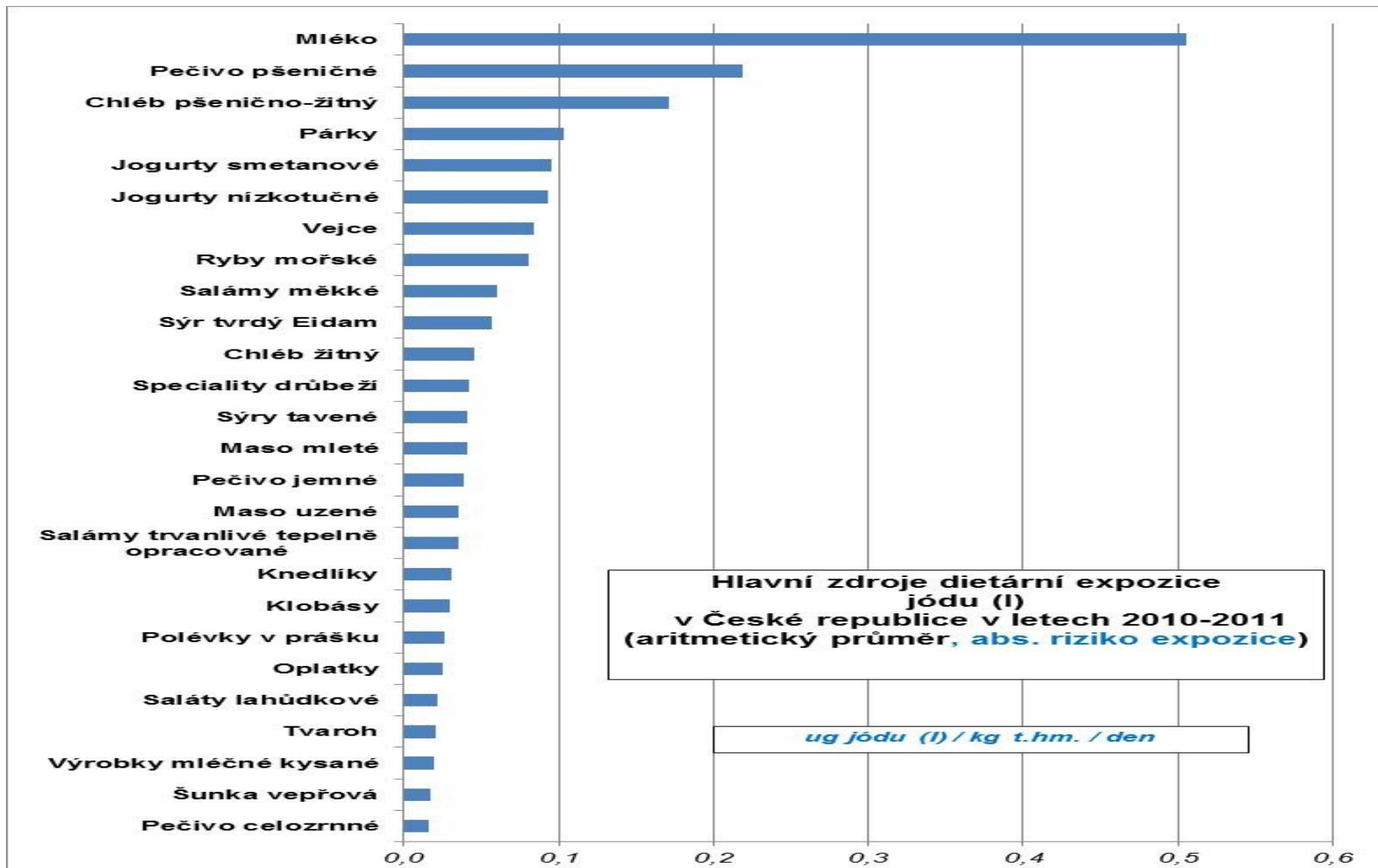
Obsah jódu v mléce v ČR 1997 – 2005

Rok	Obsah J v mléce ($\mu\text{g/l}$)
1997	140
2002	300
2004	460
2005	472
2014	230

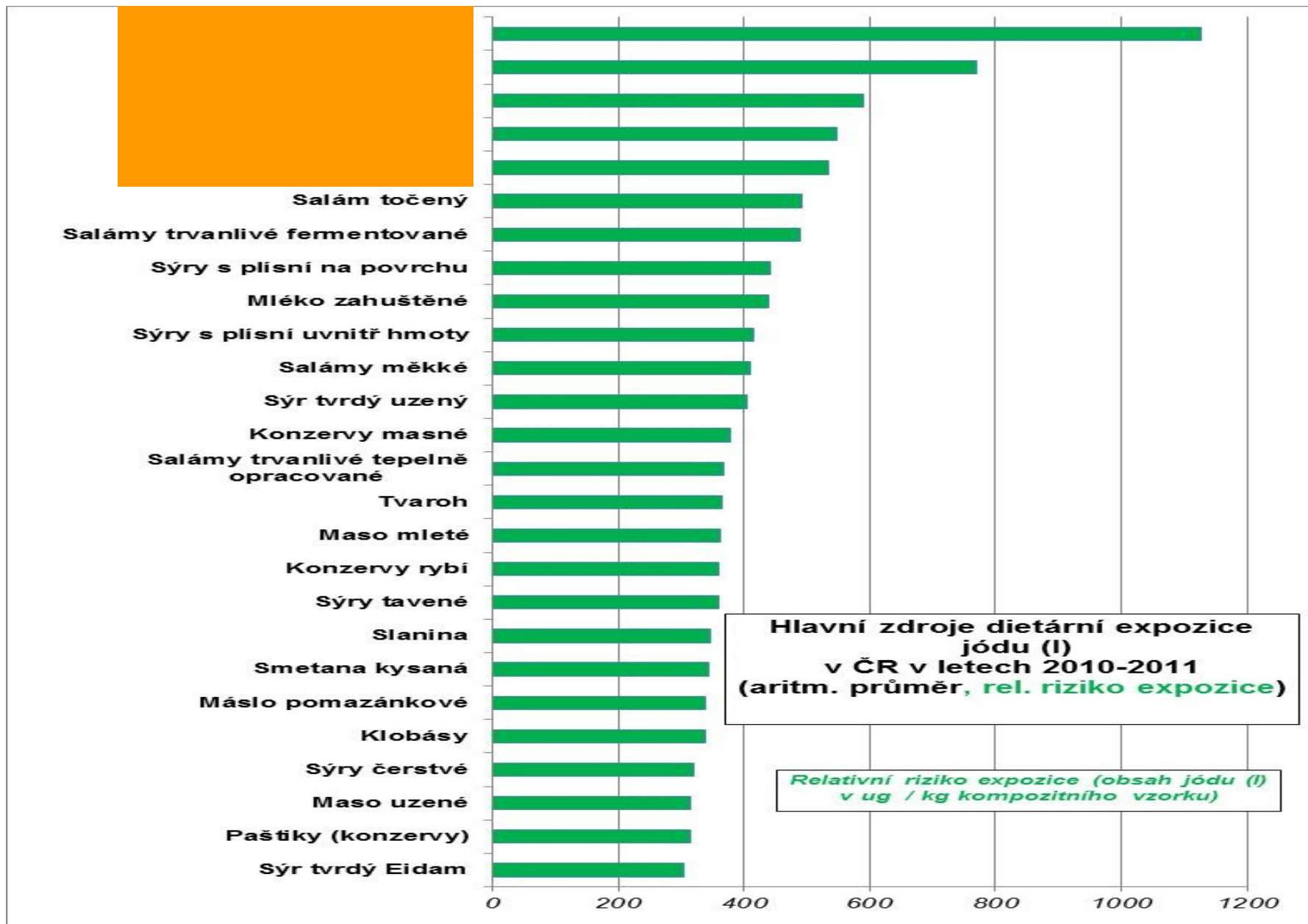
Dietární expozice

Významné expoziční zdroje -

MLÉKO, PEČIVO



Hlavní dietární zdroje jódu - potraviny s nejvyšším obsahem jódu



Závěr – cíle - postup k udržení dosaženého stavu

- **Provádět reprezentativní monitorování saturace obyvatelstva**
- **Adekvátně a operativně reagovat - účinná, operativní opatření**
 - *optimalizovat obsah J v potravinách, při živočišné výrobě*
 - *upozorňovat a zamezit rizikům nadbytečného příjmu jódu*
potravní doplňky
 - *informovat laickou i odbornou veřejnost o aktuálních výsledcích*
používání soli s jódem (množství, druhy solí)

- **Zvýšenou pozornost věnovat i nadále:**

těhotným a kojícím ženám, novorozencům, dětem

meziresortní spolupráci (MZ, MZe, MOP)

ZÁVĚR – udržení dosaženého stavu

Zvýšenou pozornost věnovat i nadále:

těhotným a kojícím ženám, novorozencům, dětem

Zajištění reprezentativního pravidelného monitorování jodurie

Zavádět účinná, operativní opatření dle výsledků

Zamezit rizikům nedostatečného či nadbytečného příjmu jódu

Optimalizace obsahu jódu v mléce

Informovat veřejnosti o aktuálních výsledcích

Důležitost - používání soli s J - mnoho druhů

- snižování spotřeby soli

- přirozených zdrojů jódu

- ev. splementace těhotných a kojících žen

DĚKUJI

za pozornost

společnosti MERCK za finanční zajištění analýz jodurů

kolegům za spolupráci