

Tytuł: Rola jodu w żywieniu dzieci. / Iodine in nutrition of children.

Słowa kluczowe: hormony tarczycy TS H niedobory jodu suplementacja niedoczynność tarczycy

Keywords: supplementation hypothyreosis TS H iodine deficiency thyroid hormones

Autorzy:

Jerzy Socha - <p>Klinika Gastroenterologii, Hepatologii i Immunologii Instytutu „Pomnik – Centrum Zdrowia Dziecka”; Wydział Medyczny Uniwersytetu Rzeszowskiego</p>

Anna Wiernicka

Piotr Socha - <p>Klinika Gastroenterologii, Hepatologii, Zaburzeń Odżywiania i Pediatrii Instytut "Pomnik - Centrum Zdrowia Dziecka", Warszawa</p>

Streszczenie:

Jod jest niezbędnym składnikiem diety. Naturalnymi źródłami jodu są ryby, mleko, niektóre ziarna zbóż. Ze względu na niedobory naturalnych źródeł jodu w Polsce, prowadzona jest fortyfikacja soli, a także mieszanek dla niemowląt. Zapotrzebowanie na jod rośnie w odpowiednich okresach życia i rozwoju, takich jak skok pokwitaniowy, ciąża i laktacja. Omówiono możliwości monitorowania zaopatrzenia organizmu w jod. Jego dostępnym w Polsce parametrem jest ocena stężenia TSH – optymalny w ocenie noworodków – oraz stężenie tyreoglobuliny – przydatne w przypadkach dzieci i młodzieży. Stężenie trijodotyroniny i tyroksyny w ocenie niedoboru jodu ma jedynie znaczenie pomocnicze. Przedstawiono metody profilaktyki i leczenia niedoborów jodu.

Abstract:

Iodine is an essential nutrient. The natural sources of iodine are fish, milk and some grains. As in take of iodine from natural sources in Poland is low, salt and infant formulas are fortified with iodine. The requirement for iodine increases in some life periods like in puberty, pregnancy and lactation. Monitoring of iodine status was described. In Poland there are several parameters used for monitoring like TSH concentration (valuable in neonatal period) and thyroglobulin concentration (in children and teenagers). Triiodothyronine and thyroxine concentration deficiency are not primarily used for assessment of iodine status– still they have additional value in evaluation of thyroid function. Methods of prophylaxis and treatment of iodine deficiency are presented.