

WHY IODINE

IDD EFFECTS

IDD CRISIS

IODINE FACTS

IODINE AROUND THE WORLD

IDD คืออะไร? แล้วมันวิกฤตยังไง? ที่นี่มีคำตอบ

รู้จัก โรคขาดสารไอโอดีน

โรคขาดสารไอโอดีน (IODINE DEFICIENCY DISORDERS หรือ IDD) เป็นผลกระทบที่ เกิดจากภาวะการขาดสารไอโอดีนทั้งหมด ทั้งที่รู้จักกันดี เพราะมีให้เห็นอย่างชัดเจน อาทิ โรคคอพอก (GOITER) และที่ตรวจสอบได้ ยากกว่าอย่างการมีพัฒนาการทางสมองและร่างกายต่ำ ไปจนถึงโรคเอ๋อ (CRETINISM)

ในอดีตโรคขาดสารไอโอดีนเคยถูกมองว่าเป็นปัญหาทางด้านร่างกายเท่านั้น เพราะผลกระทบเพียงแต่ทำให้ต่อมไทรอยด์โต (โรคคอพอก) ปัจจุบันโรคขาดสารไอโอดีนได้รับการยอมรับว่าเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดความผิดปกติทางระบบประสาทและสมองมากที่สุดในโลก ผลกระทบที่เกิดจากภาวะการขาดสารไอโอดีนทั้งหมด นับตั้งแต่การพัฒนาที่ผิดปกติของสมอง การขาดสารไอโอดีนของเด็กทารกในครรภ์อาจมีผลให้แท้ง หรือคลอดออกมามีสมองที่พิการ ทุหนวกเป็นใบ้ ร่างการแคระแกร็น หรืออาจลดระดับไอคิวในเด็กเล็กได้ 10-15 จุด ผู้ใหญ่ก็จะมีอาการอ่อนเพลียง่าย นอนไม่หลับ ใจสั่น และทำงานได้อย่างไม่เต็มที่ อาการโรคเอ๋อและโรคคอพอก รวมเรียกว่าโรคขาดสารไอโอดีน (IDD) นับเป็นอันตรายต่อการพัฒนาสังคมและเศรษฐกิจของ ประเทศอีกด้วย

ตกอยู่ในภาวะขาดสารไอโอดีนทั่วประเทศ

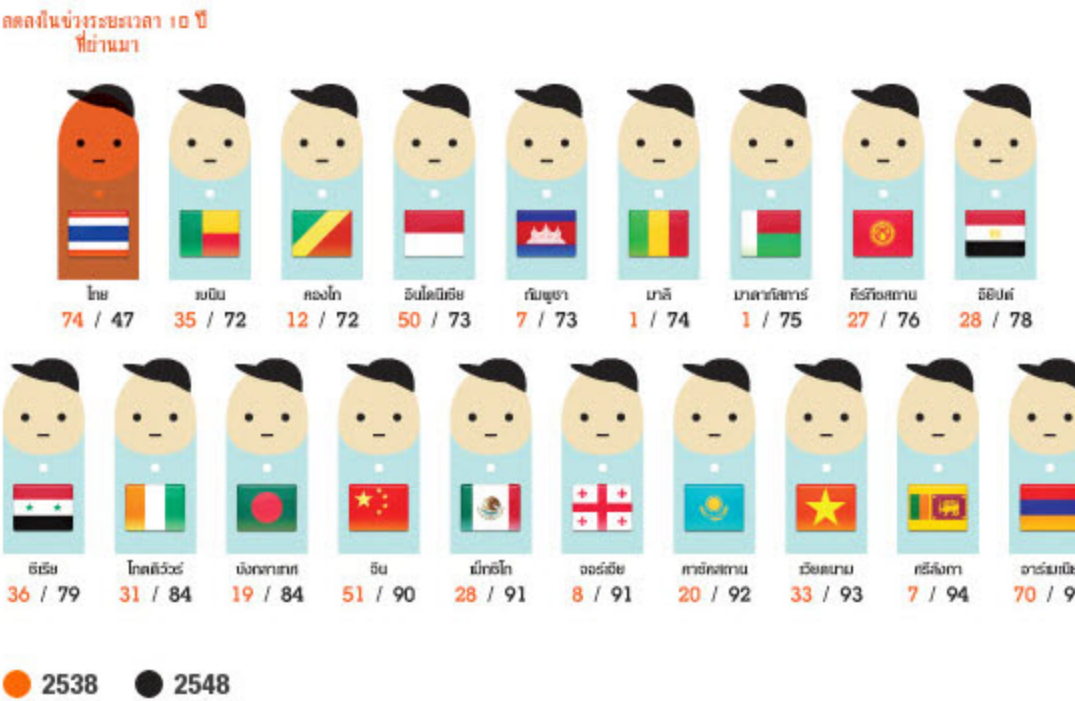
ไม่มีจังหวัดใดเลยในประเทศไทยที่หลุดรอดจากภาวะขาดสารไอโอดีน เมื่อวัดจากการตรวจระดับ TSH* ในเด็กแรกเกิดตามมาตรฐานสากล

*TSH = Thyroid Stimulating Hormones สารกระตุ้นไทรอยด์ฮอร์โมน คือฮอร์โมนที่ถูกสร้างขึ้นในกรณีกี่ต่อมไทรอยด์ไม่สามารถสร้างฮอร์โมนได้ตามปกติ ในกรณีที่ร่างกายของเราขาดสารไอโอดีน TSH จะหลั่งออกมามากขึ้น เพื่อกระตุ้นต่อมไทรอยด์ จึงการมีภาวะไทรอยด์ฮอร์โมนสูงเกินกว่ามาตรฐานชี้ให้เห็นว่าเรามีโรคขาดสารไอโอดีน ซึ่งจะต้องได้รับการรักษาร้อยละ 3.0



Source: Department of Medical Sciences, MOPH, Thailand, 2007
** mU/L = milliunits per liter

ร้อยละของครัวเรือนที่ได้รับเกลือเสริมไอโอดีนอย่างเพียงพอ ตัวอย่างบางประเทศเปรียบเทียบกับ พ.ศ. 2538 และ 2548



วิกฤติขาดสารไอโอดีน... ทั่วประเทศ!

รู้หรือไม่ว่า ในปี 2552 ที่ผ่านมา กระทรวงสาธารณสุขได้ ทำการสำรวจระดับภาวะการขาดสารไอโอดีนตามมาตรฐานของ WHO/ UNICEF/ ICCIDD จากรายงานจากการทบทวนโครงการควบคุมโรคขาดสารไอโอดีนในครั้งนี้พบว่า...ไม่มีจังหวัดใดเลยในประเทศไทยที่ได้รับสารไอโอดีนอย่างเพียงพอ!

ที่มา : การทบทวนโครงการควบคุมโรคขาดสารไอโอดีนในประเทศไทย โดยผู้เชี่ยวชาญนอก พ.ศ. 2552 : ติดตามความก้าวหน้าการดำเนินการสู่เป้าหมายการควบคุมโรคขาดสารไอโอดีนอย่างยั่งยืนในประเทศไทย” สถานานาชาติเพื่อการควบคุมโรคขาดสารไอโอดีน, 2552, ประเทศไทย

ทั้งนี้ผลสำรวจดังกล่าวสอดคล้องกับการสำรวจ โดย UNICEF เองในปี 2549 ที่พบว่าอัตราการ ได้รับไอโอดีนอย่างเพียงพอในครัวเรือนลดลงอย่างมากเมื่อเทียบระหว่าง ปี 2538 กับปี 2548 จากร้อยละ 74 เหลือเพียงร้อยละ 47 เท่านั้น ขณะที่หลายประเทศอื่นๆ ที่เคยมีปัญหา อยู่ในขั้นวิกฤติในอดีตต่างมีแนวโน้มพัฒนาได้ดีขึ้น

ที่มา : UNICEF

วิกฤติ IDD สู่วิกฤติ IQ

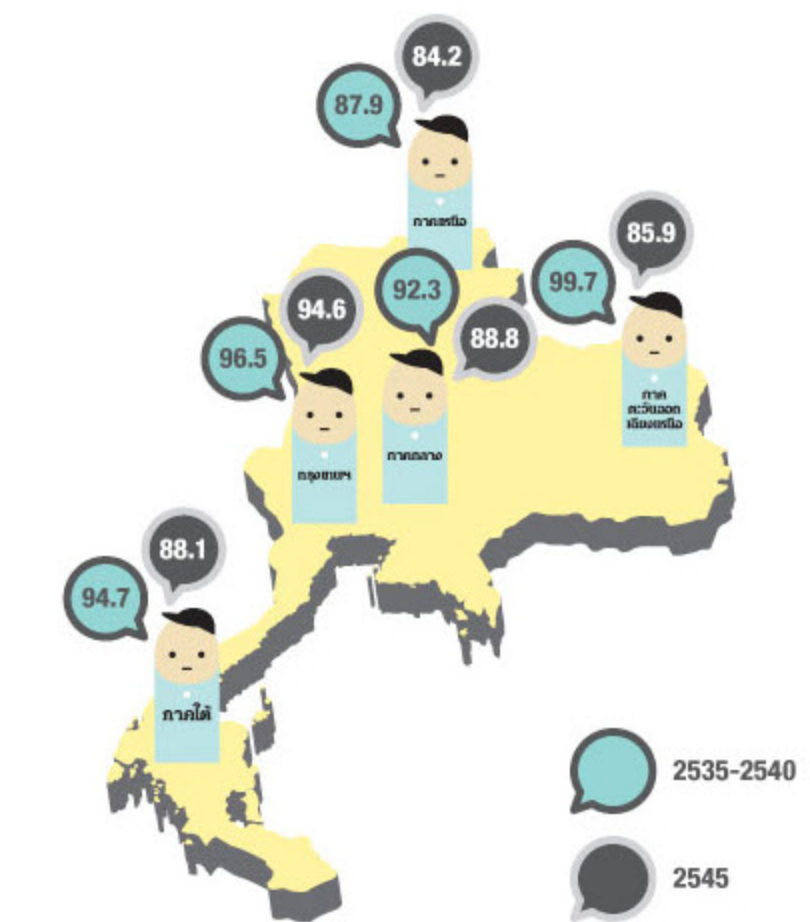
เรื่องที่น่ายกใจมากไปกว่านั้นคือ จากการศึกษาของโรงพยาบาลรามารับดี ในปี 2547 พบว่า ค่าเฉลี่ยระดับเชาวน์ปัญญาหรือ IQ (INTELLIGENCE QUOTIENT) ของเด็กที่เก็บตัวอย่างมานั้นลดลงจาก 91 จุด ในปี พ.ศ. 2540 เหลือเพียง 88 จุด ในปี พ.ศ. 2545 อันเป็นตัวเลขที่ต่ำกว่าค่าเฉลี่ย ที่องค์การอนามัยโลกกำหนดไว้ที่ 90-110 และยังต่ำกว่าระดับ 104 ซึ่งเป็นระดับเฉลี่ย IQ ของเด็กๆ ในประเทศที่พัฒนาแล้วเป็นอย่างมาก มีความเป็นไปได้สูงว่าการขาดสารไอโอดีนอาจเป็นสาเหตุหนึ่งที่สำคัญที่ นำไปสู่ระดับ IQ ที่ลดลงได้ เนื่องจากไอโอดีนมีบทบาทอย่างมากในการ พัฒนาของเซลล์สมอง (อ่านความสัมพันธ์ของสารไอโอดีนกับการพัฒนาสมองได้ที่ IODINE FACTS)

โรคขาดสารไอโอดีน เป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดความผิดปกติทางระบบประสาทมากที่สุดในโลกที่สามารถป้องกันได้

แม้ในความจริงแล้ว มีปัจจัยแวดล้อมอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับระดับ IQ ของเด็ก อีก อาทิ พันธุกรรม การเลี้ยงดูและสภาพแวดล้อมที่ส่งเสริมการเรียนรู้ ฯลฯ แต่ก็เป็นที่ยอมรับกันโดยทั่วไปว่า โรคขาดสารไอโอดีน เป็นสาเหตุที่ทำให้เกิด ความผิดปกติทางระบบประสาทและสมองมากที่สุดในโลกที่สามารถป้องกันได้ และระดับ IQ โดยเฉลี่ยในกลุ่มประชากรที่ได้รับสารไอโอดีนไม่เพียงพออาจต่ำกว่าประชากรที่ได้รับอย่างเพียงพอถึง 10-15 จุด นานาชาติจึงหันมาให้ความสำคัญกับปัญหานี้กันอย่างจริงจัง

ระดับเชาวน์ปัญญา (ไอคิว) ที่ลดลงของเด็กไทย

จากการศึกษาของโรงพยาบาลรามารับดี พ.ศ. 2547



แก้ไขได้...เกลือต้องใส่ไอโอดีน

ที่มาของปัญหาทั้งหมดเกิดจากเกลือไทย ยังไม่มีไอโอดีนในปริมาณที่เพียงพอ (อ่านข้อเท็จจริงของเกลือไทยที่ IODINE FACTS) แต่ยังไม่สายเกินไป วิกฤตินี้ยังสามารถแก้ไขได้ด้วยความร่วมมือของคุณ โดยการร่วมสนับสนุนกฎหมายบังคับให้เกลือปรุงอาหารและเกลือที่ใช้เป็นส่วนผสมใน ผลิตภัณฑ์อาหารทั้งหมด ต้องใส่สารไอโอดีนเข้าไปด้วย หรือแนวทางที่ชื่อ “เกลือเสริมไอโอดีนทั่วหน้า” (UNIVERSAL SALT IODIZATION) เพื่อการจัดโรคขาดสารไอโอดีนอย่างยั่งยืน ซึ่งทำให้เรามั่นใจได้ว่าอนาคตของชาติทุกคนจะได้มีสติปัญญาพร้อมแข่งขันกับนานาประเทศ และนำพาชาติไปสู่ความเจริญในยุคต่อไปได้ (อ่านรายละเอียดของแนวทาง 'เกลือเสริมไอโอดีนถ้วนหน้า' ได้ที่ ABOUT CAMPAIGN)

การบริโภคเกลือเสริมไอโอดีนเป็นประจำ จะช่วยให้ร่างกายทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ เพราะไอโอดีนเป็นองค์ประกอบสำคัญของไทรอยด์ฮอร์โมนที่ร่างกายมนุษย์สร้างเองไม่ได้ และจำเป็นต่อการควบคุมการทำงานของสมอง รักษากระบวนการเจริญเติบโต การเผาผลาญและการใช้พลังงานของร่างกาย ถึงแม้ว่าร่างกายจะใช้ไอโอดีนในปริมาณน้อย แต่เราทุกคน ทุกเพศทุกวัย โดยเฉพาะหญิงมีครรภ์และเด็กๆ จำเป็นต้องรับประทานทุกวัน ไปจนตลอดชีวิต



Download 2.34MB