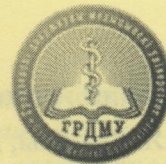




Гродненский  
государственный  
университет  
имени Янки Купалы



ГРОДНЕНСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
МЕДИЦИНСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ

УО «Гродненский государственный университет имени Я. Купалы»  
(Республика Беларусь)

Фонд для детей региона добычи меди в Легнице  
(Республика Польша)

УО «Гродненский государственный медицинский университет»  
(Республика Беларусь)

## ***Экология и здоровье детей***

***Международный научный семинар***

***Гродно, Беларусь 17-21 ноября 2011 г.***

***Гродно, 2011***

6205  
**СУТОЧНОЕ ПОТРЕБЛЕНИЕ ЙОДА В РАЦИОНЕ СТУДЕНТОВ  
МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА**

Гродненский государственный медицинский университет, Беларусь

**Введение.** Проблема йодной недостаточности подтверждается наличием практически повсеместного биогеохимического дефицита йода в почвах, воде и воздухе. Недостаточное использование йодированной соли населением, дефицит йода в рационе при использовании традиционных продуктов питания, недостаточная информированность о пользе йодированной соли, все это является причиной развития йоддефицитных заболеваний. Житель Беларуси потребляет в среднем 40-60 мкг йода в день, тогда как норма потребления йода для взрослого составляет 180-200 мкг в день.

**Цель работы.** Определить суточное потребление йода в рабочий и выходной день студентами медицинского университета. Оценить клиническое состояние тиреоидной системы.

**Материалы и методы.** Обследовано 60 студентов 3-6 курсов УО «Гродненский государственный медицинский университет». Проведено анкетирование, пальпация щитовидной железы (ЩЖ), ультразвуковое исследование (УЗИ). При помощи таблиц «Содержание йода в продуктах питания» рассчитано количество йода, содержащегося в пищевых продуктах, потребляемых студентами в рабочий и выходной день.

**Результаты.** В рабочий день 15% студентов потребляют с продуктами питания от 30 до 50 мкг йода, что ниже допустимой минимальной дозы, 67% обследованных принимает от 50 до 150 мкг, 13% от 150 до 200 мкг и всего 5% более 200 мкг. В выходной день 13% студентов получают от 30 до 50 мкг йода, 47% от 50 до 150 мкг, 33% от 150 до 200 мкг и 7% получают более 200 мкг. Выявлено, что 82% обследуемых получают недостаточное количество йода с продуктами питания в рабочий день, что негативно сказывается на работе тиреоидной системы, а, следовательно, на продуктивности умственной и физической работы студентов. Всего 18% студентов потребляют количество йода необходимое для нормальной работы тиреоидной системы. 40% проанкетированных студентов получают недостаточно йода с пищей в выходной день, только 60% студентов получают суточную норму йода с пищей.

При обследовании ЩЖ эндокринологом и УЗИ 67% из обследуемых студентов здоровы, 33% имеют зоб I степени. Из 33% студентов, имеющих зоб I степени, у 75% выявлено диффузное увеличение ЩЖ, а у 25% - узловое.

**Заключение.** Дефицит йода в рационе питания и наличие зоба требуют увеличения количества потребляемых продуктов содержащих йод, что необходимо для поддержания нормального функционирования тиреоидной системы.