

碘缺乏的预防



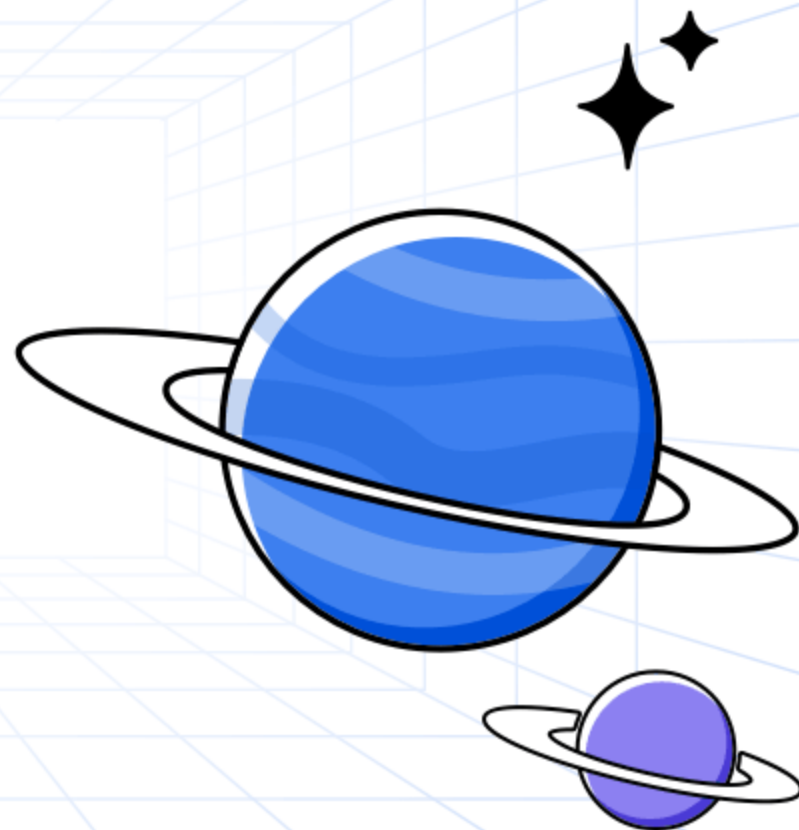
目录

CONTENTS

- 碘缺乏的危害
- 碘缺乏的原因
- 碘缺乏的预防措施
- 碘缺乏的监测与评估
- 碘缺乏的应对策略

01

碘缺乏的危害



对儿童的影响

01



智力发育迟缓

长期碘缺乏会导致儿童智力发育受阻，学习能力下降。

02



生长发育不良

碘缺乏影响儿童身高和体重的增长，可能导致骨骼发育异常。

03



听力损伤

缺碘可能导致儿童听力受损，影响语言和言语能力的发展。



对成人的影响

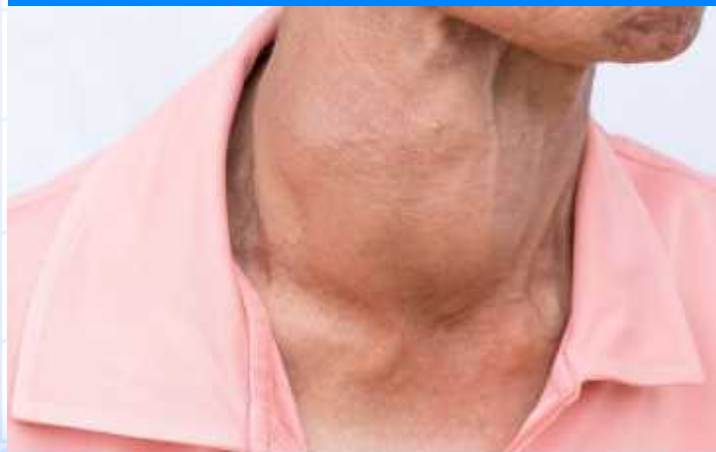
甲状腺肿大

成人长期碘缺乏可能引发甲状腺肿大，影响甲状腺功能。



心血管疾病风险增加

研究显示，碘缺乏可能增加成人心血管疾病的风险。



甲状腺功能减退

缺碘可能导致甲状腺功能减退，出现疲劳、畏寒等症状。





对社会的影响



降低劳动力素质

碘缺乏影响个体智力、体格发育，进而影响劳动生产率。



增加社会负担

由于碘缺乏导致的健康问题，使社会在医疗、教育等方面的负担加重。



制约经济发展

碘缺乏影响人口素质，对经济发展产生一定的制约作用。



对社会的影响



1. 推广碘盐

在食盐中添加碘是预防碘缺乏的有效措施，应广泛推广和使用碘盐。



2. 增加碘摄入

除了食用碘盐外，还可以通过食用海带、紫菜等富含碘的食物来增加碘摄入。



3. 健康教育

加强碘缺乏危害和预防措施的宣传教育，提高公众对碘缺乏的认识和重视程度。

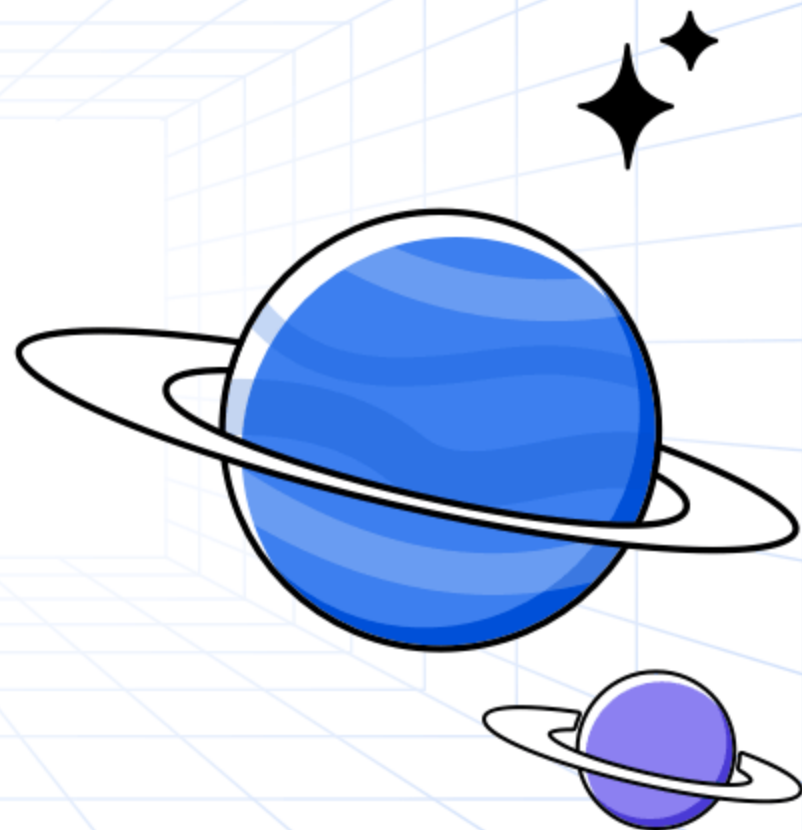


4. 监测与评估

定期开展碘缺乏病监测和评估工作，及时发现问题并采取相应措施。

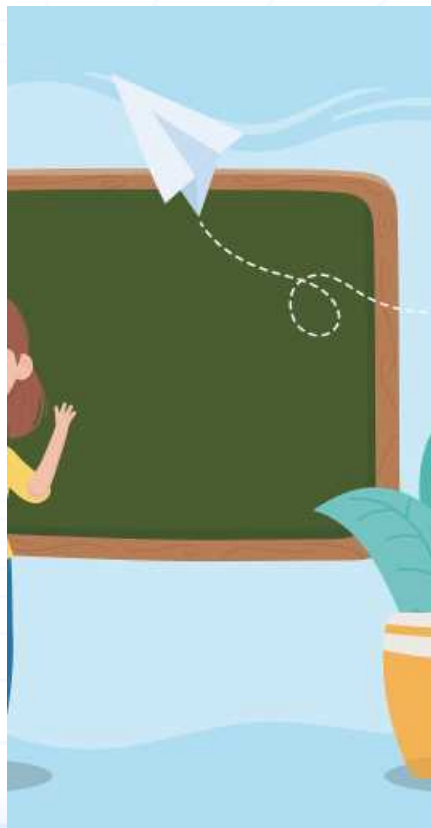
02

碘缺乏的原因





地理环境因素



地理环境因素

某些地区由于土壤、水源中碘含量较低，导致当地居民长期摄入不足，从而引发碘缺乏。



远离海洋

内陆地区和远离海洋的地区，由于海产品是碘的主要来源之一，因此这些地区居民容易因为碘摄入不足而发生碘缺乏。



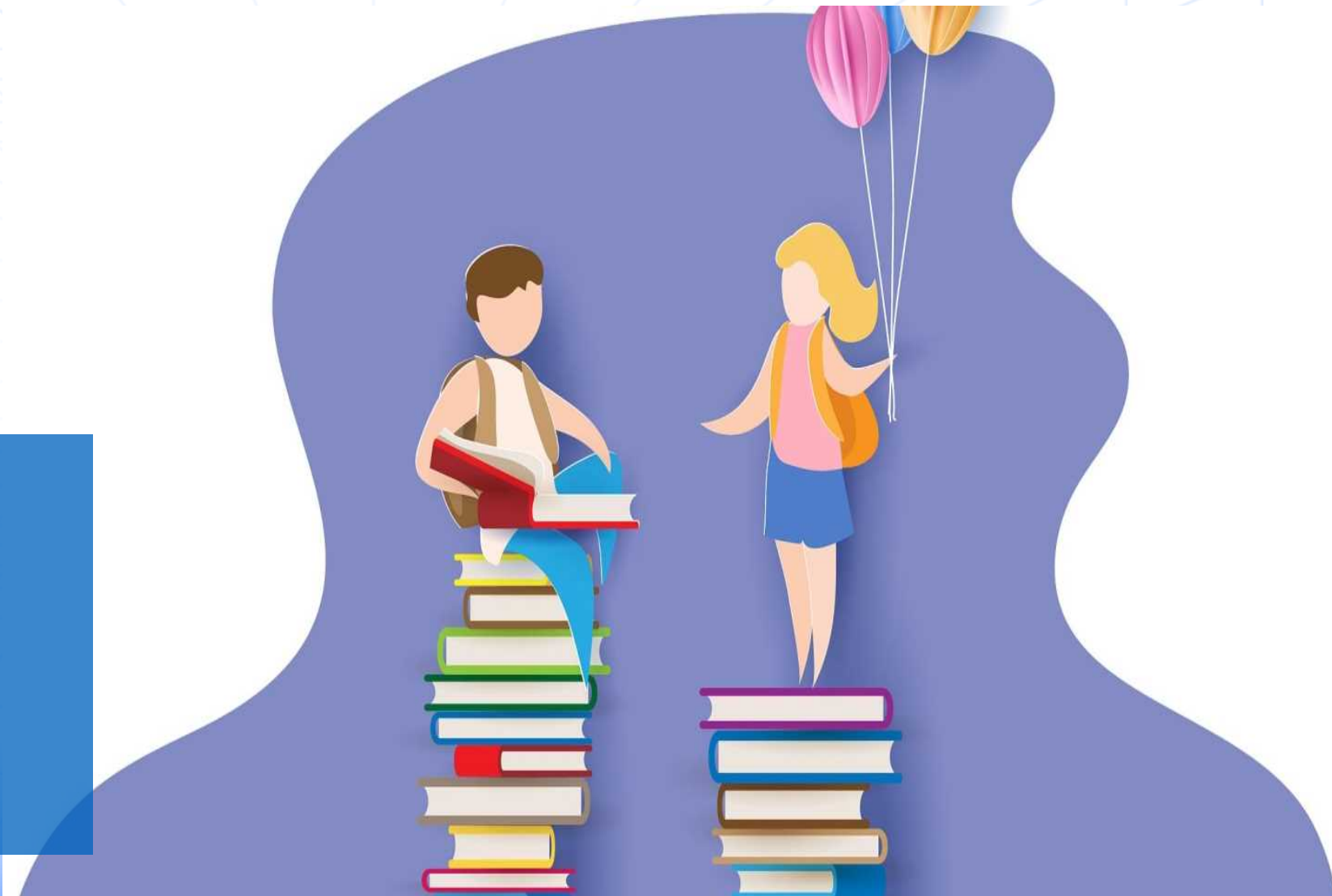
饮食习惯因素

主食选择

长期以非碘盐为主食的人群，如某些山区和贫困地区，由于饮食习惯的影响，容易发生碘缺乏。

食物加工方式

在食物加工过程中，如果使用非碘盐或者在烹饪过程中丢失碘，也可能导致碘摄入不足。



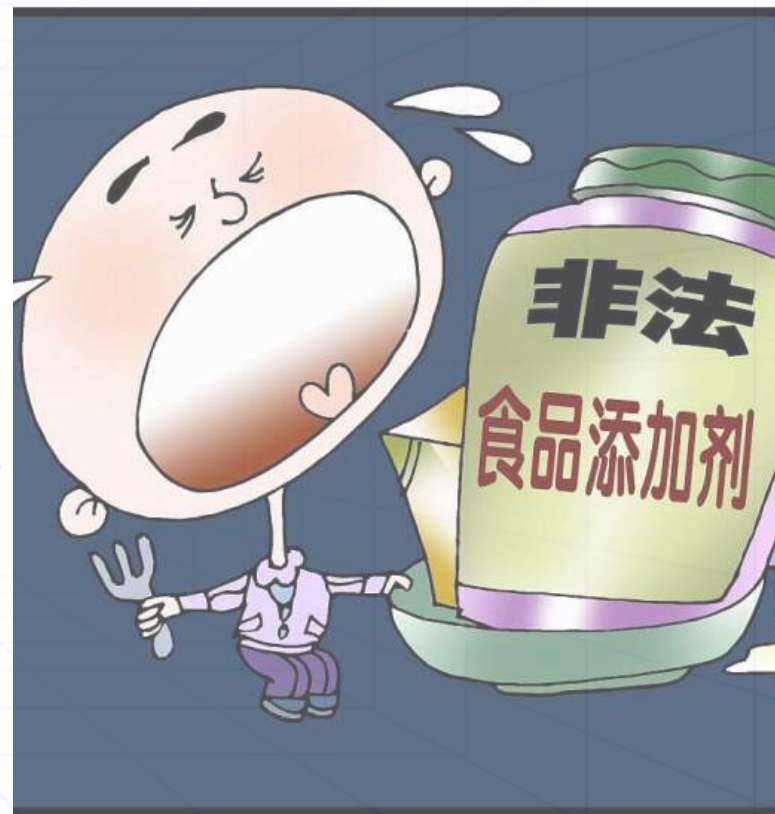
碘盐供应不足

政策因素

某些地区由于政策原因，未能有效推广和供应碘盐，导致居民无法获得足够的碘。

经济因素

贫困地区由于经济条件限制，居民可能无法负担购买碘盐的费用，从而导致碘摄入不足。

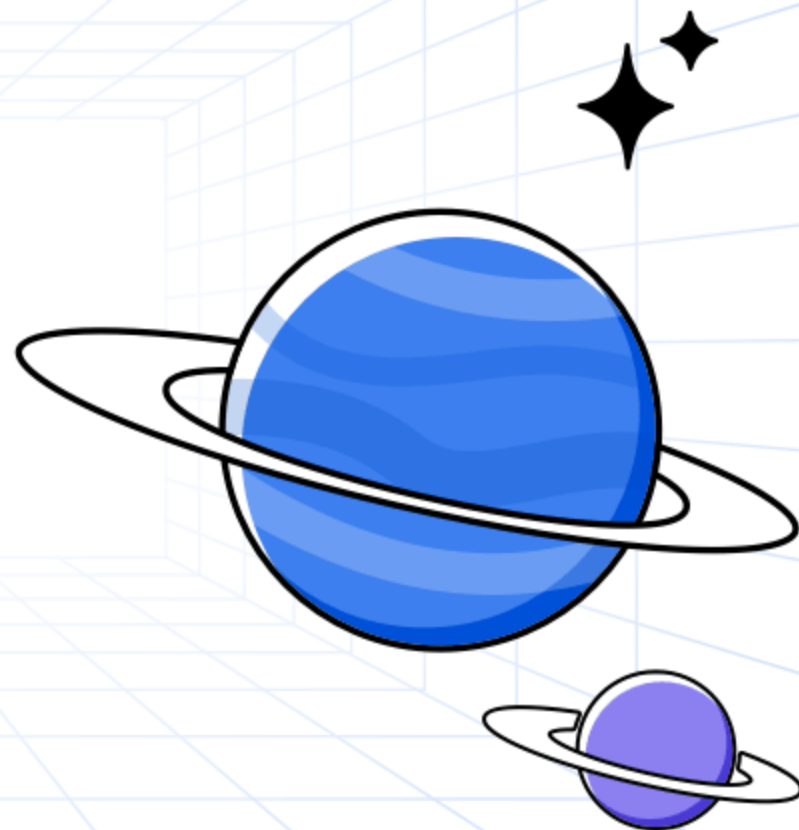


不想吃

司海英 《青岛晚报》
电话：1362648008

03

碘缺乏的预防措施



以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/807124051200006046>