

deficitu. Doporučené denní dávky jódu podle věku jsou: 0–5 let 90 µg/d; 6–12 let 120 µg/d; 13 a více let 150 µg/d.

Hlavní zdrojem jódu v České republice jsou mléčné produkty, jodovaná sůl, pekárenské produkty, vejce, importované mořské ryby a mořské plody. Vegané však z toho někdy konzumují pouze jodovanou sůl, i tu však často odmítají a volí jiné alternativy, které nejsou na jód bohaté. Část z nich pak užívá jako zdroj jódu mořské řasy (Kombu, Wakame, Nori aj.), u kterých však existuje riziko předávkování jódem. Veganská strava je kromě toho bohatá na strumigeny, které s jódem interferují. Mezi hlavní zdroje strumigenů ve veganské stravě patří sója a produkty z ní (tofu, tempeh, alternativy masa), brukvovitá zelenina (brokolice, kapusta, květák aj.), ovoce (fíky, hrušky, švestky), ořechy (mandle, kešu, arašidy, vlašské) a proso či konopí. U veganské populace bývá také popisován nedostatek selenu, železa a vitamínu D, které při hraničním přívodu jódu mohou potencovat zdravotní rizika. Zvláštní nutriční zvyklosti tedy představují zvýšené riziko jódového deficitu.

Autoři vyšetřili 135 dětí z ambulance kliniky, u veganů zjistili medián jodurie 115 µg/l s vysokým rozptylem hodnot 6–991 µg/l a u vegetariánů medián 135 µg/l s rozptylem hodnot 28–705 µg/l. Prezentovali dále kazistiky, kdy nacházeli až extrémní ukazatele jódového deficitu u dětí, např. jodurii méně než 20 µg/l (po ordinování jodidu 100 1krát denně vzrostla jodurie na 117 µg/l).

Ze studie vyplývá, že vegané dosahují extrémních maximálních či minimálních hodnot jodurie s rizikem silného deficitu nebo excesivního příjmu. Nižší riziko hlubokého deficitu měli vegetariáni. Pro hodnocení výsledků nebyla k dispozici kontrolní skupina.

<https://doi.org/10.21101/hygiena.b0047>

Jódové zásobení těhotných a novorozenců: výsledky monitorace prostřednictvím novorozeneckého screeningu TSH za rok 2020

Iodine supply in pregnant women and newborns: results of monitoring based on newborn screening of TSH in 2020

Martin Světnička¹, Hana Vinohradská², Monika Hedelová³, Eva El-Lababidi¹

¹Univerzita Karlova, 3. lékařská fakulta a Fakultní nemocnice Královské Vinohrady, Klinika dětí a dorostu, Praha

²Fakultní nemocnice Brno, Laboratoř novorozeneckého screeningu, Brno

³Univerzita Karlova, 3. lékařská fakulta a Fakultní nemocnice Královské Vinohrady, Klinika dětí a dorostu, Laboratoř novorozeneckého screeningu, Praha

V zemích se zavedeným celoplošným novorozeneckým screeninem vrozené hypotyreózy lze pro hodnocení jódové saturace novorozenců, a tím i jejich matek v těhotenství na populační úrovni využít hodnot tyreotropního hormonu (TSH). Stanovuje se ze suché krevní kapky. Je výhodné, že výsledky jsou k dispozici bez dalších přídatných nákladů. Neonatální TSH je velmi citlivým indikátorem stavu jódového zásobení. Koncentrace TSH 5–15 mIU/l u méně než 3 % novorozenecké populace odráží normální jódové zásobení. Pokud se týká 3–19,9 % novorozenců, jedná se o lehký jódový deficit v populaci a v případě 20–39,9 % novorozenců o střední deficit.

Od roku 2004 je Česká republika řazena mezi země s vyřešeným jódovým deficitem ve všech věkových kategoriích. Dlouhodobé sledování novorozeneckého TSH ale ukazuje, že tato skupina je riziková a její jódová saturace je hraniční. V celkovém hodnocení pro oblast Čech již stouplo procento novorozenců s TSH 5–15 mIU/l na hodnotu 3,8 %, letos téměř na 4,7 %. Některé lokality mají tento ukazatel ještě vyšší, např. České Budějovice 7,6 %, Český Krumlov 8,6 % a Strakonice 12,1 %. Je zajímavé, že na Moravě odpovídá jódové zásobení novorozenců pásmu normálu, v roce 2019 bylo 2,8 % a v r. 2020 2,92 % novorozenců.

Meziresortní komisi pro řešení jódového deficitu je nedostatečná saturace jódem u významné části těhotných žen známá, doložená i studiemi Endokrinologického ústavu. Problémem se zabývá a plánuje jednání s představiteli gynekologie a porodnictví. Zatím Centrum podpory veřejného zdraví ve spolupráci s MKJD vydalo a distribuovalo 37 tisíc letáků pro těhotné o významu jódu a rizicích jeho deficitu.

<https://doi.org/10.21101/hygiena.b0048>