

PREVENCE JODOVÉHO DEFICITU, ČR 2016

4. března 2016 se konala na Státním zdravotním ústavu XI. celonárodní konference o zásobení populace jodem a prevenci tyreopatií. Pořadatelem byla Mezioborová komise pro řešení jodového deficitu (MKJD), která v loňském roce dovršila 20 let záslužné činnosti, spoluorganizáteli společnosti ČLS JEP: Společnost hygieny a komunitní medicíny, Česká endokrinologická společnost, Česká gynekologická a porodnická společnost, Česká pediatriká společnost a dále Společnost pro výživu. Účastnilo se 184 pracovníků z oborů preventivní a kurativní medicíny a z nevládních organizací.

Konferenci zahájila ředitelka SZÚ Ing. Jitka Sosnovcová, a jménem výboru SHKM ČLS JEP potom předal doc. MUDr. J. Kříž předsedkyni MKJD MUDr. Lydii Ryšavé, Ph.D. diplom za významný přínos pro prevenci jodového deficitu.

V úvodním referátu doc. Kříž připomněl opatření, kterými byl deficit jodu v letech 1995–2000 v podstatě odstraněn a zmínil problémy řešené v poslední dekádě. Na přelomu století velký zájem komerčního sektoru a veřejnosti vedl k nežádoucímu zvyšování nabídky jodu a MKJD proto utlumila většinu mediálních aktivit a podporu jodových suplementů. Novou okolností se stalo zvyšování jodu v krmných směsích dojníc s nežádoucím vzestupem hladin jodu v mléce. MKJD vyvinula velké úsilí k obrácení tohoto trendu a díky vynikající spolupráci s odborníky ze zemědělské fakulty Jihočeské univerzity (doc. Trávníček, prof. Kursa, prof. Kroupová) od roku 2010 hladiny jodu v mléce klesly k současnému průměru 230 µg/l. Přispělo k tomu snížení limitu jodu v krmivech Evropskou komisí. V současné době je saturace obyvatelstva jodem blízká vyšším hodnotám optima kromě těhotných a kojících žen, kde se u významného procenta stále vyskytuje jodopenie.

Prof. MUDr. Václav Zamrazil (Endokrinologický ústav) připomněl hlavní kritéria pro řešení deficitu jodu: doporučená denní spotřeba jodu pro dospělé je 150 µg a pro těhotné a kojící ženy 250 µg. Za nadbytečný příjem, lišící se v různých regionech světa, se pokládá 500–1100 µg/d. Při nadbytku jodu se zvyšuje riziko autoimunitního poškození štítné žlázy, u populace je však významným faktorem jak rychle nadbytek nastupuje. Také prof. Zamrazil zdůraznil nutnost zvýšeného zájmu o náležitou saturaci jodem u těhotných a kojících žen a skutečnost, že problematika jodu je třeba věnovat stálou a systematickou celospolečenskou pozornost. V souvislosti s prosazováním snižování spotřeby kuchyňské soli, je možno očekávat i snižování nabídky jodu.

Doc. MUDr. Zdeňka Límanová (I. LF UK, III. Interní klinika VFN) pojednala o významu jodu a roli štítné žlázy v graviditě. U žen ve fertilním věku se nesprávná činnost štítné žlázy projevuje poruchami menstruačního cyklu, snížením plodnosti, zvýšením rizika potratu, snížením úspěšnosti umělého oplodnění a předčasným porodem. Důsledkem dystyreózy a nedostatku jodu u matky může být fetální smrt, potrat, oběhové malformace, fetální distres, nízká porodní váha, zřakové nebo sluchové problémy a především ovlivnění neuropsychického vývoje. Nedostatečná činnost štítné žlázy se vyskytuje podstatně častěji než nadměrná, postihuje 7–8 % těhotných žen a bývá asymptomatická. Suplementace jodu v graviditě je nezbytná, protože běžné potraviny zvýše-

nou potřebu nezajistí. Doc. Límanová doporučila těhotenské vitaminové preparáty s jodem (100–150 µg/tbl.) nebo jodid s obsahem 100 µg/tbl. Přiměřený příjem jodu by měl být dlouhodobý, optimálně už při plánované graviditě, potom v jejím průběhu a po celou dobu kojení.

MUDr. Lydie Ryšavá přednesla výsledky šetření hladin jodu v moči (jodurie) u těhotných žen a 3letých dětí v letech 2014–2015. Medián hodnot u souboru těhotných z 6 oblastí ČR byl 151 µg/l. 46 % mělo jodurii v rozmezí dostatečné saturace 150–499 µg/l, z toho v optimu 150–299 µg/l 37 %, 50 % však mělo jodurii pod 150 µg/l. Medián jodurie u 3letých dětí byl 240 µg/l, 57 % dětí mělo jodurii v optimálním rozmezí 90–299 µg/l, u 11 % byla jodopenie pod 89 µg/l. V příštích letech by bylo žádoucí zvýšit podíl obyvatel v pásmu adekvátního příjmu jodu v rozmezí jodurie 100–300 µg/l.

Prof. MUDr. Olga Hníková z 3. LF UK a FNKV přednesla výsledky monitorování neonatálního thyreostimulačního hormonu (TSH) screeningovými centry v Praze a Brně. Podle kritérií WHO z r. 1994 dosáhla ČR od r. 2003 normalizace dříve zvýšeného výskytu vyšších hodnot TSH, což potvrdilo úspěšné řešení deficitu. Od roku 2009 se metodický přístup změnil. Odběry krve se posunuly ze 3.–4. dne po porodu na 2.–3. den a tím se hodnoty TSH zvýšily, nicméně i výsledky monitorování v letech 2010–2015 byly v novém, vyšším pásmu stabilní a odpovídaly dostatečné saturaci novorozenecké populace.

Sdělení RNDr. Ireny Řehůrkové, CSc. z Centra zdraví, výživy a potravin SZÚ se týkalo dietární expozice jodu a jeho nejdůležitějších zdrojů. Průměrná expoziční dávka pro populaci dosáhla v roce 2014/2015 2,5 µg jodu/kg tělesné hmotnosti (zhruba 160 µg/osobu/den). Nejvyšší expoziční dávky byly u dětí (mají relativně vyšší spotřebu potravin vzhledem k tělesné váze, ve srovnání s dospělými), u dospělých byly nejnižší expoziční dávky u těhotných a kojících žen. K nejvýznamnějším expozičním zdrojům patřilo mléko, běžné pečivo, párky, vejce a mořské ryby. K nejbohatším výživovým zdrojům pak kojenecká mléčná výživa (v prášku), polévky (v prášku, v důsledku použití jodované soli), uzené ryby, masné a mléčné výrobky. Při srovnání s doporučeními Estimated Average Requirements USA 2006, lze hodnotit přívod jodu jako adekvátní u dětí a mužů a nedostatečný u žen, vzhledem k tomu, že 11 % dospívajících, 40 % dospělých a 34 % starších žen nemělo přívod jodu odpovídající danému doporučení.

Poslední sdělení přednesl doc. Ing. Radovan Bílek, CSc. (Endokrinologický ústav). Informoval o projektu Euthyriod, který je první celoevropskou iniciativou k výzkumu příjmu jodu u evropské populace. Zúčastní se 23 členských států EU včetně ČR, kterou bude reprezentovat Endokrinologický ústav v Praze.

Konference dokumentovala vysokou úroveň existujících poznatků o problematice jodu v ČR. Dosavadní zkušenosti potvrzují, že prevence jodového deficitu v zemi s nedostatkem přírodních zdrojů tohoto prvku je nekončící proces.

Sborník z konference je dostupný z www.szuz.cz/konference-ke-dni-jodu.

Jaroslav Kříž