

JÓD V MLÉCE VE ŠVÝCARSKU

Podíl mléka a mléčných výrobků na denním příjmu jódu je značný, třebaže se v průmyslových zemích značně liší. Odborníci z několika švýcarských institucí zhodnotili vliv koncentrace jódu v krmivech dojníc na obsah jódu v mléce (5 skupin krav se suplementací krmiva jódem v dávkách od 0 do 2 mg/kg suché hmoty), dále kvantifikovali ztráty jódu během zpracování sýra a jogurtů a vliv zahřívání a odstřeďování mléka.

Jód v mléce dosahoval ustálené hladiny po 3 týdnech krmení kontrolovanou krmnou směsí dojníc. Mediány koncentrace jódu v mléce se pohybovaly od 17 do 302 µg/l při 0–2 mg jódu/kg suché hmoty krmné směsi a lineárně stoupaly s obsahem jódu v krmivu. Při výrobě tvarohu se ztrácelo 75–84 % jódu do syrovátky. Zahřívání mléka nemělo na obsah jódu žádný vliv, odstřeďování zvyšovalo koncentraci jen o 1–2 mg/l.

Průměrná denní spotřeba mléčných výrobků u dospělých je ve Švýcarsku 213 g/os, což by znamenalo příspěvek k doporučené denní dávce jódu 13–52 % při suplementaci krmiva jódem 0,5–2 mg/kg suché hmoty. Autoři konstatují, že obsah jódu v krmných směsích dojníc

může pomáhat k zajištění žádoucích koncentrací jódu v mléčných výrobcích, optimalizovat přísun jódu pro populaci a předcházet deficitu nebo nadbytku jódu.

Role mléka jako zdroje jódu je v ČR obdobná jako ve Švýcarsku. Doplňme, že průměrná spotřeba mléka a mléčných výrobků v roce 2017 byla v ČR 246,5 kg/os a ve Švýcarsku 238,6 kg (podle Českého statistického úřadu a Bundesamt für Statistik). Přehlednou informací o problematice jódu v ČR včetně údajů o obsahu jódu v mléce uvádí M. Nejedlá v Hygieně z roku 2018.

van der Reijden OL, Galetti V, Herter-Aeberli I, Zimmermann MB, Zeder C, Krzystek A, et al. Effects of feed iodine concentrations and milk processing on iodine concentrations of cows' milk and dairy products, and potential impact on iodine intake in Swiss adults. Br J Nutr. 2019 Jul 28;122(2):172-85.

Nejedlá M. Prevence jódového deficitu v České republice. Hygiena. 2018;63(1):25-7.

Jaroslav Kríž