

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ

21 EKİM KÜRESEL İYOT EKSİKLİĞİ GÜNÜ

İyot vücutta eser miktarda bulunan bir elementtir. Vücuttaki iyodun çoğu tiroid bezinde yer almaktadır.¹ Tiroid bezi boyun bölgesinde bulunur ve vücut için gerekli olan hormonları salgılar. Tiroid hormonları büyüme ve gelişmede önemli rol oynar. İyot ise tiroid hormonları için esas bir bileşendir.²

İyot eksikliği tüm toplumları etkileyen dünya çapında önemli bir halk sağlığı sorunudur. Gebe kadınlar ve küçük çocuklar iyot eksikliği yönünden daha riskli gruplardır.¹ İyot eksikliğinin bebek ve çocuklardaki sağlık sonuçları çok iyi bilinmektedir. İyot eksikliği bebek ve çocuklarda beyin hasarı ve zekâ geriliğine neden olmaktadır.³ İyot eksikliği hayatın her dönemi için bir sağlık sorunu tehditidir ve bir dizi hastalığa neden olur. Neden olduğu en yaygın ve bilindik klinik tablolardan biri de guatr hastalığıdır. Bu durum tiroid hormonlarının üretimindeki bozulmayla oluşur.⁴ Ayrıca gebe kadınlarda iyot eksikliği nedeniyle düşük, ölü doğum ve düşük doğum ağırlığı daha sık görülmekte ve doğan çocuklarda da “kretenizm” denilen hastalık görülebilmektedir.⁵

Tüm dünyada 18 milyon bebek annenin iyot eksikliği yüzünden zihinsel engelli doğar. Ayrıca doğan 38 milyon bebek de iyot eksikliği riski ile yüz yüzedir. Yetersiz iyot alımının tüm dünyada iki milyar insanı etkilediği düşünülmektedir.^{6 7}

Dünyada iyot eksikliğini önlemede kullanılan en yaygın, etkin ve ucuz yöntem tuzların iyotlanmasıdır.⁸ Birçok devletin uyguladığı tuzların iyotlanması politikası ülkemizde de 1994 yılında Birleşmiş Milletler Çocuklara Yardım Fonu (UNICEF) işbirliği ile “İyot Yetersizliği Hastalıklarının Önlenmesi ve Tuzun İyotlanması Programı” kapsamında başlatılmıştır ve 1998 yılında ise hazırlanan tuz tebliği ile tüm sofraya tuzlarının iyotla zenginleştirilmesi sağlanmıştır.

Tüm dünyada halkı iyot kullanımı ve etkinliği konusunda bilgilendirmek ve farkındalık oluşturmak amacıyla 21 Ekim günü “Küresel İyot Eksikliği Günü” olarak kutlanmaktadır.

¹ De Benoist B, Andersson M, Takkouche B, Egli I. Iodine deficiency worldwide. Geneva, Department of Nutrition for Health and Development World Health Organization, 2004: 1.

² WHO (1996) Iodine. In: Trace elements in human nutrition and health. World Health Organization, Geneva.

³ Hetzel BS. An overview of the elimination of brain damage due to iodine deficiency. In: Hetzel BS (Ed). Towards the global elimination of brain damage due to iodine deficiency. New Delhi, Oxford University Press, 2004:24–37.

⁴ Hetzel BS. Iodine deficiency disorders (IDD) and their eradication. Lancet 1983;2:1126–9.

⁵ Samur G. Vitaminler, Mineraller ve Sağlığımız. Sağlık Bakanlığı Yayınları, Ankara, 2008:24.

⁶ Investing in the future: A united call to action on vitamin and mineral deficiencies. Global Report 2009, p. 9 <http://www.unitedcalltoaction.org>.

⁷ Zimmermann MB. Iodine Deficiency. Endocrine Reviews June 2009,30(4):376–408.

⁸ Çom S, İrmak H, Kesici C, İlğaz Ş. Türkiye Aşırı Tuz Tüketiminin Azaltılması Programı. Ankara, 2011: 29.

Bu doküman Dr. Kadir Zakin ve Dr. Tülay Bağcı Bosi tarafından hazırlanmıştır.

Bu bilgilendirme notunun aşağıda belirtilen şekilde kaynak gösterilmek şartıyla yazılı, elektronik, vb ortamlarda kullanılması önerilmektedir.
Zakin K, Bağcı Bosi T. Küresel İyot Eksikliği Günü. HÜTF Halk Sağlığı AD Toplum İçin Bilgilendirme Serisi [İnternet] <http://www.halksaqliqi.hacettepe.edu.tr/>.
Erişim:9.11.2014.