



Йододефицитные заболевания: пути решения проблемы



Наша страна практически целиком находится в зоне йодного дефицита разной степени выраженности. По данным экспертов, более 50 млн россиян страдают различными расстройствами, связанными с дефицитом йода. Значительная часть данных расстройств связана с недостаточностью йода в питании. Между тем Россия входит в число немногих стран, где до сих пор не решена проблема йододефицита. Какие законодательные препоны мешают внедрению массового йодирования соли в России? Что препятствует адекватному восприятию йодированной соли как ключевого средства профилактики заболеваний щитовидной железы, связанных с дефицитом йода? Эти и другие вопросы были в центре обсуждения участников круглого стола, состоявшегося под эгидой ЮНИСЕФ в России 26 апреля 2011 г. и приуроченного к первой глобальной министерской конференции по здоровому образу жизни и неинфекционным заболеваниям в Москве.

По мнению участников круглого стола, принятие оперативных мер для внедрения йодированной соли как основного доступного средства профилактики йододефицитных заболеваний сегодня как никогда актуально. Согласно оценке специалистов, 75% населения страны испытывают дефицит йода разной степени выраженности. Ежегодно к специализированной эндокринологической помощи прибегают более 1,5 млн взрослых и порядка 650 тыс. детей с заболеваниями щитовидной железы. «Проблема йодного дефицита связана с благополучием общества. И она имеет простое решение – достаточно потреблять ежедневно 5 мг йодированной соли», – отметила Фа-



Круглый стол «Вся правда о йодированной соли»

тима ДЖАТДОЕВА (зав. лабораторией гигиенического обучения профессиональных групп населения Первого МГМУ им. И.М. Сеченова, д. м. н.).



Фатима Джатдоева

Дефицит йода в питании признан основной причиной снижения интеллекта детей на 10–13%, что можно предотвратить путем обязательного йодирования пищевой поваренной соли. Эта профилактическая мера была расценена Всемирной организацией здравоохранения, ЮНИСЕФ и Международным советом по контролю за йододефицитными заболеваниями как наиболее оптимальный, безопасный и экономичный метод профилактики йодного дефицита, укрепления здоровья и благополучия будущих поколений. «Сегодня в мире уделяется огромное внимание проблемам неинфекционных заболеваний и здоровому образу жизни. Во всем мире ЮНИСЕФ содействует предотвращению йододефицита, осознавая, что от этого зависит полноценное развитие детей и интеллектуальное будущее каждой конкретной страны. Так, за последнее десятилетие полностью решили проблему йододефицита страны Юго-Восточной Европы и почти все государства бывшего СССР. Мы очень надеемся, что Россия, как страна, взявшая

курс на развитие и модернизацию, государственная политика которой повернулась лицом к детям, не останется в стороне», – подчеркнул Бертран БЕЙНВЕЛЬ (представитель ЮНИСЕФ в Российской Федерации). Из 18 стран, в которых был принят закон о всеобщем йодировании соли, в 9 странах к концу 2010 г. было достигнуто полное обеспечение питания населения йодом. Успешно реализовали программу йодной профилактики Дания, Сербия, Нидерланды, Республика Беларусь и Республика Казахстан. В большинстве стран Центральной и Восточной Европы и СНГ к началу 2010 г. йодированная соль использовалась в 85% домохозяйств.

В нашей стране в 1999 г. Правительством РФ было принято Постановление № 1119 «О мерах по профилактике заболеваний, вызванных дефицитом йода». Однако, как заметил Дмитрий ЯНИН (председатель правления Конфедерации



Бертран Бейнвель

обществ потребителей (КонфОП)), основываясь на данных мониторинга Эндокринологического научного центра Минздрава России (проводилось в 2001–2008 гг.), в России в среднем не более 30% домохозяйств используют йодированную соль. При этом в 7 из 17 обследованных регионов йодирован-

ную соль использовали менее 10% домохозяйств.

Как отмечают специалисты, люди не задумываются о том, что дефицит йода может стать причиной



Дмитрий Янин

серьезных заболеваний. «Странно, но многие в России считают, что дефицит йода не способен сильно повлиять на здоровье. А это совсем не так. Даже небольшой дефицит йода в питании может приводить к бессимптомным нарушениям функции щитовидной железы и снижению продукции ее гормонов. Однако пока потребление йода в стране в 3 раза меньше суточной нормы», – уточнила профессор Е.А. ТРОШИНА (зав. терапевтическим отделением ФГУ ЭНЦ МЗиСР РФ, д. м. н.).

Среди населения бытуют различные мифы о йододефиците и йодированной соли. Например, россияне убеждены в том, что йодированная соль гораздо дороже обычной и к тому же небезопасна – если потреблять ее постоянно, то можно получить переизбыток йода. «Очень важно доводить до потребителей достоверную информацию о пользе йодированной соли, о том, что ее можно и нужно использовать для приготовления пищи, причем это совершенно безопасно. Чтобы получить переизбыток йода, нужно

Эндокринология

Вклад ЮНИСЕФ в профилактику неинфекционных заболеваний в России и мире

Эндокринология

ежедневно употреблять в пищу около 50 граммов йодированной соли, а это физически невозможно. Кроме того, разница в цене между обычной и йодированной солью составляет не более 10%, то есть меньше 1 рубля за килограмм. Другое дело, что многие магазины стремятся больше заработать, предлагая йодированную соль в заведомо более дорогой упаковке. В этой связи сейчас крайне важно обеспечить наличие доступной йодированной соли в каждом продуктовом магазине», – пояснил Дмитрий Янин.



Борис Апанасенко

По словам Бориса АПАНАСЕНКО (эксперт Всемирного альянса по улучшению питания (GAIN), экс-председатель Ассоциации производителей соли РФ), сегодня соляная промышленность России, Белоруссии, Украины готова выпускать йодированную соль в том объеме, который нужен потребителю, никаких значительных дополнительных затрат это не требует. «Кроме того, современная йодированная соль стабильна и не требует особых мер хранения. Ранее для производства соли применяли йодид калия, но в соответствии с ГОСТом 2000 г. уже более 10 лет при производстве йодированной соли используют более стабильный йодат калия», – констатировал он.

Еще одним распространенным заблуждением является следующее: йодированную соль бесполезно использовать в хлебопечении, так как при нагревании йод исчезает и в конечном итоге в выпечке не остается ничего полезного. Но опыт зарубежных стран опровергает данный миф: не зря же для массового производства хлеба именно такую соль используют в Нидерландах, Германии, Дании, Швейцарии, Швеции, Сербии, Болгарии, Румынии, Австралии и других странах. Свои доводы привела Марина КОСТЮЧЕНКО (заместитель директора по научной работе НИИ хлебопекарной промышленности): «Исследования, проведенные Московским государственным университетом технологий и управления совместно с НИИ питания РАМН, показали, что при использовании йодированной соли для обогащения хлебобулочных изделий йодом до 80% йода сохраняется в хлебе. Что касается йодата калия, используемого для йодирования соли, то он издавна используется в хлебопечении для улучшения качества хлеба и хорошо сохраняется как в технологическом растворе соли, так и в готовом хлебе».

По мнению профессора Г.А. ГЕРАСИМОВА (региональный координатор по странам Восточной Европы и Центральной Азии Международного совета по контролю за йододефицитными заболеваниями, консультант ЮНИСЕФ, д. м. н.), действующая в России нормативная база на практике устанавливает добровольную модель профилактики йододефицитных нарушений. Принято считать, что обязательная модель профилактики йодного дефицита путем всеобщего йодирования соли в России возможна только через реализацию федерального законодательства. «Решить проблему йододефицита можно лишь на государственном уровне, законодательно закрепив повсеместное использование йодированной соли и ограничение оборота не-



Марина Костюченко

йодированной», – подчеркнул он. Завершая обсуждение, участники круглого стола пришли к единодушному мнению, что к мерам по улучшению здоровья населения, которые можно предпринять быстро и без существенных затрат со стороны бюджетов всех уровней,



относится и устранение йододефицитных нарушений путем всеобщего и обязательного йодирования соли. Залогом эффективности мер является как огромный положительный опыт, унаследованный с советских времен, так и большой международный опыт, накопленный в последние два десятилетия.

Подготовила С. Евстафьева