

ภาวะผิดปกติจากการ ขาดสารไอโอดีน



การกในครรภ์

อัตราการแท้ง
หรือตายสูง

ต่อมไทรอยด์ทำงานผิดปกติ
มีอัตราป่วยและตายสูง



ทารกแรกเกิด



เด็กและวัยรุ่น

สมองพัฒนาช้าปัญญาอ่อน

คอพอกและร่างกายอ่อนแอ
เพศชายสมรรถภาพทางเพศเสื่อม
เพศหญิงประจำเดือนผิดปกติ



ผู้ใหญ่

คนปกติ ต้องการไอโอดีน
100-150 ไมโครกรัมต่อวัน

หญิงมีครรภ์ ต้องการไอโอดีนอย่างน้อย
200-250 ไมโครกรัมต่อวัน

แม่ต้องการไม่มาก แต่ก็ขาดไม่ได้

วิธีสังเกตผลิตภัณฑ์ที่เสริมไอโอดีนจะมีคำว่า
“ผสมเกลือไอโอดีน” “ใช้ไอโอดีนเป็นส่วนผสม”
หรือ “ผสมไอโอดีน”

