دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی نیشابور

مدیر شبکه بهداشت و درمان فیروزه گفت: به مناسبت هفته دولت، کارگاه آموزشی در رابطه با اهمیت مصرف نمک تصفیه شده و ید دار جهت پیشگیری از بیماری های تیروئیدی در فاطمیه شهر گرماب توسط کارشناسان تغذیه برگزار شد .

به گزارش روابط عمومی شبکه بهداشت و درمان فیروزه، دکتر محبوبه مهماندوست بیان کرد: در این کارگاه علاوه بر آموزش اهمیت مصرف نمک ید دار با پیام «نمک کم اما ید دار»، ید سنجی نمک خانوار را انجام شد و مسابقه نقاشی برای کودکان با محوریت موضوع نمک ید دار برگزار کردند .

مسئول بهبود تغذیه گفت: ید از عناصر ضروری بدن برای عملکرد مطلوب هورمون تیروئید و تولید هورمون های تیروئیدی می باشد . این عنصر مهم در مواد غذایی کم می باشد، به همین جهت طرح غنی سازی نمک با ید به صورت کشوری صورت گرفته است.

مهسا مهرآبادي اظهار کرد: نیاز بدن به ید کم می باشد اما همان مقدار کم ضروری می باشد. با مصرف روزانه ۱ قاشق چای خوری نمک یددار، ید کافی به بدن می رسد. بنابراین مصرف نمک باید کم باشد. شایان ذکر است نمک های رنگی، سنگ‌نمک و نمک دریا تصفیه نشده علاوه بر دارای بودن فلزات سنگین که بدن مضر می باشد، فاقد ید هستند .

روابط عمومی شبکه بهداشت و درمان فیروزه

1 / 1

Phoca PDF