๗๖



ที่ นศ ๐๐๓๗.๓/๒๓๑๔

ศาลากลางจังหวัดนครศรีธรรมราช
ถนนราชดำเนิน นศ ๘๐๐๐๐

๑๗ กันยายน ๒๕๕๕

เรื่อง ประชาสัมพันธ์การขจัดโรคขาดสารไอโอดีนในระดับท้องถิ่น

เรียน นายอำเภอ ทุกอำเภอ นายกองค์การบริหารส่วนจังหวัดนครศรีธรรมราช, นายกเทศมนตรีนครนครศรีธรรมราช, นายกเทศมนตรีเมืองปากพนัง, นายกเทศมนตรีเมืองทุ่งสง, นายกเทศมนตรีเมืองปากพูน

อ้างถึง หนังสือจังหวัดนครศรีธรรมราช ที่ ๐๐๓๗.๓/ว. ๒๔๘๖ ลงวันที่ ๕ กรกฎาคม ๒๕๕๔

สิ่งที่ส่งมาด้วย สำเนาหนังสือกรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น ที่ มท ๐๘๔๑.๓/ว ๒๒๓๕ ลงวันที่ ๒๘ สิงหาคม ๒๕๕๕

ด้วย ได้รับแจ้งจากกรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นว่า จากรายงานสรุปการดำเนินโครงการเพื่อขจัดโรคขาดสารไอโอดีนในระดับท้องถิ่น ปี ๒๕๕๒ – ๒๕๕๓ ซึ่งแสดงถึงผลการดำเนินงานขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นต้นแบบ จำนวน ๓๔ แห่ง ที่ได้ผ่านการศึกษา วิเคราะห์ปรากฏการณ์เพื่อถอดบทเรียนความสำเร็จในการส่งเสริมการใช้เกลือเสริมไอโอดีนในระดับท้องถิ่น รวมทั้งปัญหา/อุปสรรค ในการดำเนินงานในพื้นที่ ตลอดจนบทบาทขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นต้นแบบ ที่เน้นการทำงานทั้งในด้านการควบคุมคุณภาพของเกลือที่ขายในชุมชน และการส่งเสริมพฤติกรรมและกระบวนการเปลี่ยนแปลงทางสังคม เพื่อให้เกิดการปฏิบัติและกระแสผลักดันในชุมชน ซึ่งจะนำไปสู่ความต้องการบริโภคเกลือเสริมไอโอดีนที่เพิ่มขึ้น โดยใช้หลักการสื่อสารเพื่อการพัฒนา (Communication for Development) เพื่อมุ่งไปสู่เป้าหมายให้ทุกครัวเรือนได้บริโภคเกลือไอโอดีนที่มีคุณภาพ และปัจจุบันประเทศไทยยังประสบปัญหาประชากรขาดสารไอโอดีน โดยเฉพาะในกลุ่มเด็กและหญิงตั้งครรภ์ที่ต้องการได้รับสารไอโอดีน ในกระบวนการพัฒนาสมองและสติปัญญา เนื่องจากการได้รับสารไอโอดีนไม่เพียงพอของหญิงตั้งครรภ์ จะส่งผลให้เกิดความด้อยของสมองในทารกและเด็ก รวมทั้งสภาพร่างกายแคระแกร็น และมีความเสี่ยงต่อการแท้งบุตรสูง ส่วนเด็กที่ได้รับสารไอโอดีนไม่เพียงพอ จะมีสมองและร่างกายที่เติบโตช้ากว่าปกติ อาจส่งผลให้หยุดการเจริญเติบโตและมีส่วนทำให้ไอคิวของเด็กต่ำลง อาการผิดปกติเหล่านี้เป็นสิ่งที่สามารถป้องกันได้ โดยองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นมีความสำคัญอย่างยิ่ง ในการขับเคลื่อนการขจัดโรคขาดสารไอโอดีนในระดับท้องถิ่น

จังหวัดพิจารณาแล้วเห็นว่า เพื่อกระตุ้นและสร้างกระแสสังคมในการรณรงค์การขจัดโรคขาดสารไอโอดีนในท้องถิ่น จึงให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นได้ทราบเพื่อใช้ประโยชน์จาก

๑. รายงานสรุปการดำเนินโครงการเพื่อขจัดโรคขาดสารไอโอดีนในระดับท้องถิ่น ปี ๒๕๕๒ – ๒๕๕๓ ซึ่งสามารถนำไปเผยแพร่เป็นแนวทางปฏิบัติสำหรับพื้นที่อื่น ๆ

๒. ตัวอย่างสื่อรณรงค์การขจัดโรคขาดสารไอโอดีนในระดับท้องถิ่น

/ ทั้งนี้ ...

ทั้งนี้ สามารถดาวน์โหลดรายงานสรุปฯ ตามข้อ ๑ และตัวอย่างสื่อรณรงค์ฯ ตามข้อ ๒ ได้จากเว็บไซต์กรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น www.dla.go.th เข้าถึงได้จาก "หนังสือราชการ สถ." หรือแบนเนอร์ "คุณภาพชีวิตคุณภาพท้องถิ่น" หรือเว็บไซต์สำนักส่งเสริมการพัฒนาเศรษฐกิจ สังคมและการมีส่วนร่วมเข้าถึงได้จาก www.dla.go.th/organize/economic

จึงเรียนมาเพื่อทราบและพิจารณาดำเนินการต่อไป สำหรับอำเภอให้แจ้งเทศบาลตำบลและองค์การบริหารส่วนตำบลทราบและดำเนินการต่อไปด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(นายเดชา กังสนันท์)
ปลัดจังหวัดนครศรีธรรมราช รักษาการในตำแหน่ง
รองผู้ว่าราชการจังหวัดนครศรีธรรมราช
ปฏิบัติราชการแทนผู้ว่าราชการจังหวัดนครศรีธรรมราช

สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นจังหวัด
กลุ่มงานส่งเสริมและพัฒนาท้องถิ่น
โทร ๐๗๕ ๓๔๓๓๑๒, ต่อ ๑๕

สำนักงานท้องถิ่น
จังหวัดนครศรีธรรมราช
เลขที่รับ 10743
วันที่ 4 3 ก.ย. 2555
เวลา.....น.

ที่ มท ๐๘๙๑.๓/ว ๒๒๓๕

กรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น
ถนนนครราชสีมา เขตดุสิต กทม. ๑๐๓๐๐

๒๘ สิงหาคม ๒๕๕๕

กลุ่มงานส่งเสริมและพัฒนาท้องถิ่น
เลขที่รับ 3541
วันที่ 3 ก.ย. 55
เวลา.....น.

เรื่อง ประชาสัมพันธ์การขจัดโรคขาดสารไอโอดีนในระดับท้องถิ่น

เรียน ผู้ว่าราชการจังหวัด ทุกจังหวัด

อ้างถึง หนังสือกรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นจังหวัด ที่ มท ๐๘๙๑.๓/ว ๑๑๘๙ ลงวันที่ ๑๕ มิถุนายน ๒๕๕๔

สิ่งที่ส่งมาด้วย ตัวอย่างสื่อรณรงค์การขจัดโรคขาดสารไอโอดีนในระดับท้องถิ่น จำนวน ๑ ชุด

ตามที่อ้างถึง กรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นได้ขอให้จังหวัดแจ้งองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นได้ทราบเพื่อใช้ประโยชน์จากรายงานสรุปการดำเนินโครงการเพื่อขจัดโรคขาดสารไอโอดีนในระดับท้องถิ่น ปี ๒๕๕๒-๒๕๕๓ ซึ่งแสดงถึงผลการดำเนินงานขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นต้นแบบ จำนวน ๓๔ แห่ง ที่ได้ผ่านการศึกษา วิเคราะห์ปรากฏการณ์เพื่อถอดบทเรียนความสำเร็จในการส่งเสริมการใช้เกลือเสริมไอโอดีนในระดับท้องถิ่น รวมทั้งปัญหา/อุปสรรคในการดำเนินงานในพื้นที่ ตลอดจนบทบาทขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นต้นแบบที่เน้นการทำงานทั้งในด้านการควบคุมคุณภาพของเกลือที่ขายในชุมชน และการส่งเสริมพฤติกรรมและกระบวนการเปลี่ยนแปลงทางสังคม เพื่อให้เกิดการปฏิบัติและกระแสผลักดันในชุมชน ซึ่งจะนำไปสู่ความต้องการบริโภคเกลือเสริมไอโอดีนที่เพิ่มขึ้น โดยใช้หลักการสื่อสารเพื่อการพัฒนา (Communication for Development) เพื่อมุ่งไปสู่เป้าหมายให้ทุกครัวเรือนได้บริโภคเกลือไอโอดีนที่มีคุณภาพ นั้น

เนื่องจากปัจจุบันประเทศไทยยังประสบปัญหาประชากรขาดสารไอโอดีน โดยเฉพาะในกลุ่มเด็กและหญิงตั้งครรภ์ที่ต้องการได้รับสารไอโอดีนในกระบวนการพัฒนาสมองและสติปัญญา เนื่องจากการได้รับสารไอโอดีนไม่เพียงพอของหญิงตั้งครรภ์ จะส่งผลให้เกิดความด้อยของสมองในทารกและเด็ก รวมทั้งสภาพร่างกายแคระแกร็นและมีความเสี่ยงต่อการแท้งบุตรสูง ส่วนเด็กที่ได้รับสารไอโอดีนไม่เพียงพอ จะมีสมองและร่างกายที่เติบโตช้ากว่าปกติ อาจส่งผลให้หยุดการเจริญเติบโตและมีส่วนทำให้ไอคิวของเด็กต่ำลง อาการผิดปกติเหล่านี้เป็นสิ่งที่สามารถป้องกันได้ โดยองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นมีความสำคัญอย่างยิ่ง ในการขับเคลื่อนการขจัดโรคขาดสารไอโอดีนในระดับท้องถิ่น

กรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น พิจารณาแล้ว เพื่อกระตุ้นและสร้างกระแสสังคมในการรณรงค์การขจัดโรคขาดสารไอโอดีนในท้องถิ่น จึงขอความร่วมมือจากจังหวัด แจ้งองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นได้ทราบเพื่อใช้ประโยชน์จาก

๑. รายงานสรุปการดำเนินโครงการเพื่อขจัดโรคขาดสารไอโอดีนในระดับท้องถิ่น ปี ๒๕๕๒-๒๕๕๓ ซึ่งสามารถนำไปเผยแพร่เป็นแนวทางปฏิบัติสำหรับพื้นที่อื่น ๆ

๒. ตัวอย่างสื่อรณรงค์การขจัดโรคขาดสารไอโอดีนในระดับท้องถิ่น (สิ่งที่ส่งมาด้วย)

/ทั้งนี้ ...

ทั้งนี้ สามารถดาวน์โหลดรายงานสรุปฯ ตามข้อ ๑. และตัวอย่างสื่อรณรงค์ฯ ตามข้อ ๒. ได้จากเว็บไซต์กรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น www.dla.go.th เข้าถึงได้จาก "หนังสือราชการ สถ." หรือแบนเนอร์ "คุณภาพชีวิตคุณภาพท้องถิ่น" หรือเว็บไซต์สำนักส่งเสริมการพัฒนาเศรษฐกิจ สังคมและการมีส่วนร่วม เข้าถึงได้จาก www.dla.go.th/organize/economic

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาดำเนินการ

ขอแสดงความนับถือ

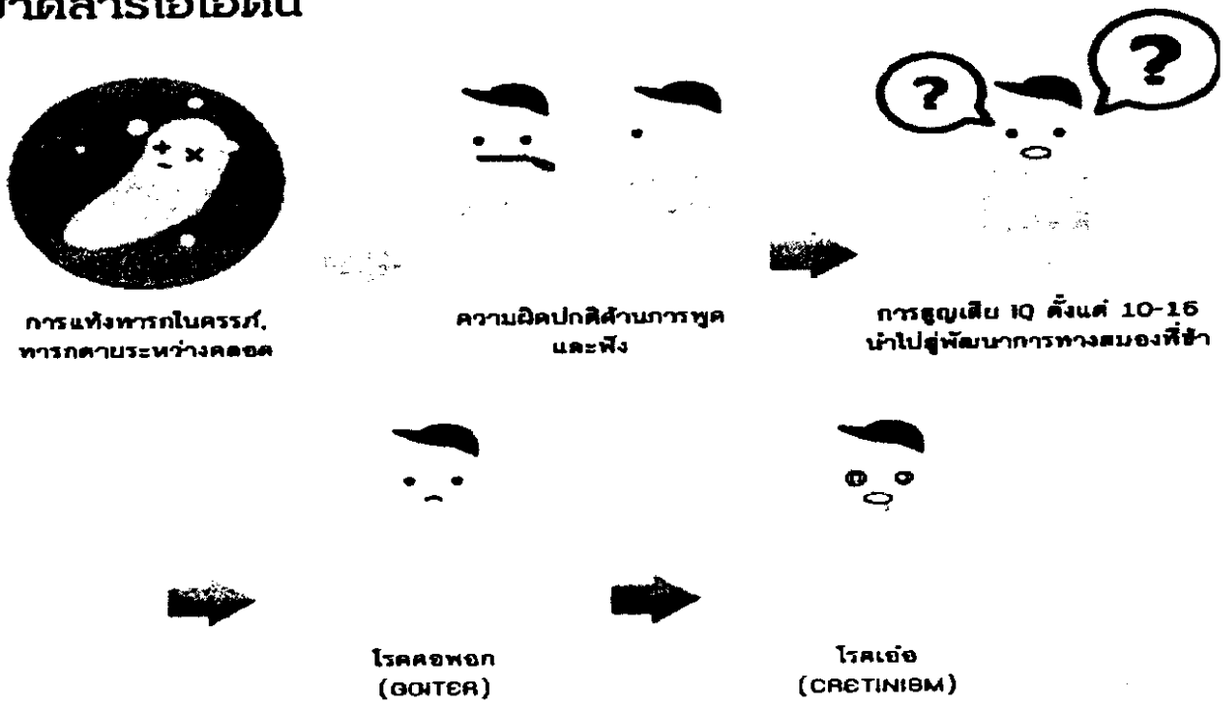
(นายโชคชัย เดชอมรธัญ)
รองอธิบดี รักษาราชการแทน
อธิบดีกรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น

สำนักส่งเสริมการพัฒนาเศรษฐกิจ สังคมและการมีส่วนร่วม
ส่วนส่งเสริมการจัดการด้านสาธารณสุขและสวัสดิการสังคม
โทร. ๐ ๒๒๔๑ ๙๐๐๐ ต่อ ๔๑๓๒-๓ โทรสาร ต่อ ๔๑๐๓

"ดำรงธรรมนำไทยใสสะอาด"

ขาดไอโอดีน ไม่ใช่แค่คอพอก !

ระดับความรุนแรงของโรค ขาดสารไอโอดีน



ทุกคนรู้ดีว่าเกลือทะเลมีไอโอดีน คุณกินเกลือทุกวัน จึงเชื่อว่าตัวเองได้รับไอโอดีนเพียงพอแน่นอน แต่คุณรู้ไหมว่า เกลือที่เราคนไทยบริโภคส่วนใหญ่ในชีวิตประจำวันเป็น**เกลือสินเธาว์ ซึ่งไม่มีไอโอดีน** และคุณอาจไม่ทราบว่าการขาดไอโอดีนในระหว่างตั้งครรภ์ ทำให้เด็กเกิดมา**พิกลพิการทางสมอง สติ ปัญญาทึบ ช่วยตนเองไม่ได้ หรือไอคิวต่ำกว่าที่ควร**

สำคัญต่อลูกน้อย

คอพอก คือ อาการขาดไอโอดีนที่เรารู้จักกันดี แต่ไม่ค่อยมีใครรู้ว่าถ้ามารดาอยู่ในภาวะขาดไอโอดีนขณะตั้งครรภ์ ทารกอาจพิการทั้งทางร่างกาย และสมองขั้นรุนแรง รู้จักในวงการแพทย์ว่า **โรคครีตินิซึ่ม** (Cretinism) หรือภาวะแคระแกร็นแต่กำเนิด ลูกที่เกิดมาอาจเป็นใบ้ หูหนวก สติปัญญาอ่อนด้อย และมีอาการเกร็งกระตุกของกล้ามเนื้อแขนขา ไม่สามารถพึ่งพาตนเองได้ ต้องเป็นภาระเลี้ยงดูครองครัวและสังคมตลอดไป

นอกเหนือกว่านั้น ภาวะขาดไอโอดีนยังมีส่วนสัมพันธ์กับอาการสมองพิการในผู้ป่วย หลายล้านคนทั่วโลก ส่งผลอย่างมากต่อระบบการเรียนรู้และพัฒนาการ กลายเป็นโรคที่ชาวบ้านเรียก “**เอ๋อ**” มีการศึกษาชิ้นหนึ่งระบุว่า การขาดสารไอโอดีนระดับปานกลางในเด็กเล็ก ส่งผลให้ระดับเชาว์ปัญญาหรือไอคิวลดลง 10-15 จุด เรียกว่า **โง่ลง** เพราะขาดสารอาหารที่เราเรียนกันมาแต่เด็ก

การศึกษาในซาอีร์ พบว่า **ถ้าให้ไอโอดีนแก่มารดาขณะตั้งครรภ์ ทารกที่คลอดจะมีน้ำหนักมากขึ้นและมีโอกาสรอดมากกว่าเด็กขาดไอโอดีนถึง 2 เท่า**

สารไอโอดีน คือ???

สารไอโอดีน คือ สารอาหารที่จำเป็นต่อร่างกายใช้สร้างฮอร์โมนของต่อมไธรอยด์

ไธยรอยด์ฮอร์โมน มีความสำคัญต่อร่างกายอย่างไร

ไธยรอยด์โฮร์โมน กระตุ้นให้ร่างกายมีการเจริญเติบโตโดยเฉพาะสมอง และระบบประสาท ให้มีการพัฒนาที่สมวัยและเต็มศักยภาพ

ร่างกายต้องการไอโอดีนในปริมาณเท่าไร

ร่างกายต้องการปริมาณเล็กน้อยแต่จำเป็นต้องกินทุกวัน (150-200 ไมโครกรัม/วัน หรือ 1 ช้อนชา/วัน) หากได้รับไม่พอ การสร้างไธยรอยด์ฮอร์โมนจะลดลง เมื่อไธยรอยด์ฮอร์โมนลดลง ก็จะทำให้เป็นโรคขาดสารไอโอดีน

ไอโอดีน = ไอคิว

ไอโอดีนได้รับการพิสูจน์ว่าเป็นแร่ธาตุสำคัญในการสร้างไธรอยด์ฮอร์โมน ซึ่งจำเป็นอย่างมากต่อการพัฒนาสติปัญญา ร่างกาย และควบคุมระบบ เผาผลาญของร่างกาย โดยเฉพาะก่อนที่ทารกจะเกิด สมองของเด็กจำเป็น ที่จะต้องได้รับไอโอดีนเพื่อพัฒนาเครือข่ายของระบบเซลประสาทให้สามารถเชื่อมโยงกันได้อย่างหนาแน่น หากปราศจากไอโอดีนอย่างเพียงพอ การเชื่อมโยงของประสาทจะมีความหนาแน่นน้อยลง และอาจมีผลกระทบ ต่อความสามารถทางสติปัญญาของเด็กไปตลอดชีวิตได้ระดับสติปัญญา หรือ IQ (INTELLIGENCE QUOTIENT) โดยเฉลี่ยในกลุ่มประชากรที่ได้รับ สารไอโอดีนอย่างไม่เพียงพออาจต่ำกว่าประชากรที่ได้รับอย่างเพียงพอ ได้ถึง 10-15 จุด

กลุ่มประชากรและความต้องการไอโอดีนในแต่ละวัน

(ไมโครกรัมต่อวัน)



วัยรุ่นและผู้ใหญ่	หญิงตั้งครรภ์	หญิงให้นมบุตร	เด็กเล็ก	เด็กวัยเรียน
150	**250**	**250**	**90**	**120**

กำเนิดไอโอดีน

ไอโอดีนเป็นแร่ธาตุที่พบได้ทั่วไปตามธรรมชาติในโลก โดยเฉพาะในดิน จึงสามารถดูดซึมและกระจายอยู่ทั่วไปใน อาหารที่เรารับประทาน อย่างไรก็ตาม เนื่องจากการกระจาย ตัวที่ไม่สม่ำเสมอ ดินในหลายประเทศทั่วโลกยังไม่มีแร่ธาตุ ที่สำคัญยิ่งนี้อย่างเพียงพอ จึงจำเป็นต้องมีการใส่สารไอโอดีนเพิ่มเติมในอาหารด้วย

นอกจากนี้ไอโอดีนยังพบได้ในอาหารทะเลในปริมาณที่มากกว่าอาหาร ชนิดอื่นด้วย เพราะคุณสมบัติของไอโอดีนซึ่งละลายในน้ำได้ จึงมีความ เข้มข้นสูงเป็นพิเศษในน้ำทะเล

อาหาร	ปริมาณไอโอดีน (ไมโครกรัม) ต่ออาหาร 100 กรัม
กุ้งทะเลตัวเล็ก	59
สาหร่ายแห้ง	350
ปลาทูนึ่ง	48
ปลากระพงขาว	51
หอยแมลงภู่	47
ปลาซาร์ดีน	47
หมู	17
ไก่	24

โรคขาดสารไอโอดีนมีอาการอย่างไร

1. คอพอก

ต่อมไธยรอยด์มีขนาดใหญ่ขึ้นมากกว่าปกติถ้าโตมากจะกดหลอดลม ทำให้หายใจลำบาก และกลืนอาหารลำบาก

2. ภาวะไธยรอยด์ฮอร์โมนต่ำ

ผู้ใหญ่ มีอาการเกียจคร้าน อ่อนเพลีย ง่วงซึม ท้องผูก ผิวหนังแห้ง เสียงแหบ เฉื่อยชา ทนความหนาวเย็นไม่ค่อยได้

เด็ก นอกจากจะมีอาการคล้ายผู้ใหญ่แล้ว ยังพบอาการเชื่องช้าทางจิตใจ และเชาว์ปัญญาต่ำ

ทารกแรกเกิด มีความสำคัญและรุนแรงมากจะมีอาการทางสมองทำให้เกิดภาวะปัญญาอ่อน ไม่สามารถแก้ไขได้ เรียกว่า "โรคเอ๋อ"

เป็นโรคขาดสารไอโอดีนแล้วรักษาอย่างไร

ภาวะคอพอกและภาวะไธยรอยด์ฮอร์โมนต่ำจากการขาดสารไอโอดีน สามารถรักษาได้โดยการรับประทานอาหารทะเลหรือใช้เกลือเสริมไอโอดีนปรุงอาหารทุกวัน

การป้องกันโรคขาดสารไอโอดีนทำอย่างไร

- บริโภคเกลือเสริมไอโอดีน เลือกซื้อเฉพาะเกลือที่เสริมไอโอดีนโดยตรวจดูจากฉลากของเกลือที่เขียนว่า เกลือเสริมไอโอดีน และได้รับรองมาตรฐานจากกรมอนามัย
- บริโภคอาหารทะเลเป็นประจำเช่น ปลาทู หอย ปู กุ้ง
- บริโภคอาหารที่มีการเติมสารไอโอดีน

แค่กินเกลือก็หมดเรื่อง...จริงหรือ?

ถ้าเรารับประทานเกลือที่มีไอโอดีนเพียงวันละ 1 ช้อนชา เราจะได้รับไอโอดีนประมาณ 150 ไมโครกรัม ซึ่งจะเพียงพอต่อความต้องการของเราในแต่ละวัน แต่ในความเป็นจริงแล้ว ไม่ใช่เกลือทุกชนิดที่มีไอโอดีนเพียงพอ เกลือที่เขียนข้างฉลากว่า 'เกลือเสริมไอโอดีน' หรือ (IODIZED SALT) เท่านั้นที่มีไอโอดีนเพียงพอ ข้อเสียคือ เกลือประเภทนี้มักมีราคาแพงกว่า เพราะมีต้นทุนที่สูงกว่า ทำให้คนที่มีรายได้น้อยหันไปเลือกเกลือที่ไม่มีไอโอดีน แต่ราคาถูก

นอกจากนี้ ต่อให้คุณเลือก 'เกลือเสริมไอโอดีน' ในการปรุงอาหารที่บ้าน แล้วก็ตาม นั่นก็จัดเป็นเพียง 1/3 ของเกลือที่เรารับประทานกันในชีวิต ประจำวัน อีก 2/3 ล้วนมาจากเครื่องปรุงรสชนิดอื่นที่มีเกลือเป็นส่วนผสม ทั้งนั้น อาทิ น้ำปลา ซีอิ๊วขาว ซึ่งเกลือที่ผสมในผลิตภัณฑ์เหล่านี้... ส่วนใหญ่ไม่มีไอโอดีน

ผลิตภัณฑ์เครื่องปรุงรส **ร้อยละของครัวเรือนที่บริโภค**



น้ำปลา 96.4 | เกลือ 91.5 | ซีอิ๊วขาว 64.5 | กะปิ 63.2 | ผงปรุงรส 61.6



น้ำมันหอย 61.4 | น้ำปลาร้า 41.4 | ซอสถั่วเหลือง 35.7 | ซีอิ๊วดำ 32.3 | ซุปก้อน 30.9

แค่กินเกลือเฉยๆ
โดยไม่ได้ดูว่ามีไอโอดีนหรือไม่
ปัญหาเลยไม่จบง่ายๆ
อย่างที่คิด...

เกลือเสริมไอโอดีนจากอดีตถึงปัจจุบัน

ปัจจุบัน สภาพภูมิศาสตร์ถูกทำลายทำให้ความอุดมสมบูรณ์ของสารอาหารในดินลดน้อยลง รวมทั้งสารไอโอดีนก็ลดน้อยลงด้วย ดังนั้นการบริโภคอาหารจากเนื้อสัตว์ พืชและผลไม้ จึงมีสารไอโอดีนไม่เพียงพอต่อความต้องการของร่างกาย นักวิทยาศาสตร์จึงคิดค้นสกัดสารไอโอดีนเสริมลงไปในอาหาร เพื่อให้ร่างกายได้รับสารไอโอดีนอย่างเพียงดอ จากการคิดค้นพบว่า การเสริมสารไอโอดีนลงในเกลือ ได้ผลเป็นที่น่าพอใจ เนื่องจากเกลือมีรสเค็มสามารถควบคุมการบริโภคได้และการเสริมไอโอดีนลงไปในเกลือสะดวกแก่การเก็บรักษา อีกทั้งคุณภาพไอโอดีนไม่เสื่อมสภาพโดยง่าย ด้วยสารไอโอดีนมีความสำคัญต่อร่างกายมนุษย์ทุกคนทุกวัย และต้องได้รับสารไอโอดีนอย่างสม่ำเสมอทุกวัน ตั้งแต่อยู่ในครรภ์มารดาจนตลอดชีวิต จึงไม่ใช่หน้าที่ของทางราชการหรือเอกชนเท่านั้น แต่เป็นหน้าที่ของทุกภาคส่วน รวมทั้งต้องให้ความรู้แก่ประชาชนอย่างกว้างขวางและทั่วถึง เพื่อตระหนักถึงพิษภัยร้ายแรงของโรคขาดสารไอโอดีน

ข้อมูลจาก : กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข เรียบเรียงโดย : www.banphuesalt.com