

ก 3043

เดลินิวส์
ฉบับที่ 17,974 วันอังคารที่ 29 ธันวาคม พ.ศ. 2541 ราคา 8 บาท DAILY NEWS

วาริต FACE OF THE WORLD
หน้า 5 เดลินิวส์

เสริมสุขภาพวันปีใหม่
ด้วย **ไซไฮโอ** ดีน

จตุพร จินะราช / เรื่อง

ห้องสมุดกรมวิทยาศาสตร์บริการ

ลักษณะของคนที่มีลำคอพองออกมาเป็นอาการของต่อมธัยรอยด์
ล ที่มีขนาดใหญ่ผิดปกติเรียกว่าเป็นคอพอกพบในผู้ใหญ่ หากเกิด
 ขึ้นกับแม่ที่ตั้งครรภ์ลูกเกิดมาจะเป็นโรคเอื้อ มักพบในชนบทเป็น
 ส่วนใหญ่โดยเฉพาะภาคอีสานกับภาคเหนือเพราะขาดสารไอโอดีน
 นั้นเอง

ไอโอดีน เป็นธาตุที่สำคัญและมีความจำเป็นต่อร่างกาย
 เพราะเป็นส่วนประกอบที่จำเป็นของการผลิตฮอร์โมนของต่อม
 ธัยรอยด์ที่เรียกว่า "ธัยร็อกซิน" ซึ่งจำเป็นสำหรับการควบคุมหน้าที่
 และความเจริญเติบโตตามปกติของสมอง ประสาท และเนื้อเยื่อ
 ของร่างกาย ถ้าร่างกายได้รับสารไอโอดีนไม่เพียงพอแก่ความต้อง
 การ จะทำให้เกิดอาการต่าง ๆ ที่เป็นอันตรายต่อร่างกาย อาทิ คอ
 พอก และถ้าขาดในระหว่างตั้งครรภ์อาจทำให้ลูกที่คลอดออกมา
 เจริญเติบโตช้าแคะแหร่นปัญญาอ่อนหรือที่เรียกว่า "โรคเอื้อ"

ด้วยขณะนี้สารไอโอดีนที่มีปริมาณน้อยมากในอาหารส่วน
 ใหญ่ของเมืองไทย เพราะสารนั้นนอกจากจะช่วยป้องกันโรคขาดสาร
 ไอโอดีนแล้ว ยังมีคุณค่าในการเสริมการเจริญเติบโตของสมองให้
 กับเด็กเป็นส่วนใหญ่

ทางกระทรวงสาธารณสุขได้เพิ่มโอกาสการบริโภคสาร
 ไอโอดีนโดยการเติมสารไอโอดีนลงในเกลือเรียกว่า "เกลือเสริม
 ไอโอดีน" โดยหวังว่าประชาชนจะได้ใช้เกลือเสริมไอโอดีนปรุง
 อาหารเป็นประจำ ปรากฏว่าประชาชนได้ใช้เกลือนี้นับบริโภคประมาณ
 60% ของการบริโภคเกลือทั้งหมด เป็นผลให้ประเทศไทยสามารถ
 ควบคุมโรคขาดสารไอโอดีนให้อยู่มาตรฐานสากลได้เมื่อปี 2539 แต่
 ไม่ได้หมายความว่าเด็กไทยได้รับสารไอโอดีนอย่างเต็มที่เนื่องจาก
 ยังไม่ได้ใช้เกลือเสริมไอโอดีนปรุงอาหาร

ต่อมาพบว่าปริมาณการบริโภคเกลือเสริมไอโอดีนในการปรุง
 อาหารเกือบจะไม่เปลี่ยนแปลง ทั้งนี้เชื่อว่าเป็นเพราะการที่ประชา
 ชนไม่ได้ใช้เกลือเสริมไอโอดีนในการปรุง
 อาหารเป็นประจำทุกวัน จึงทำให้เด็กไทย
 ไม่ได้รับสารไอโอดีนอย่างสมบูรณ์ทุกวันอัน
 มีผลให้สมองเด็กไทยเจริญเติบโตสมบูรณ์
 อย่างไม่เต็มที่ไปด้วย

นอกจากนี้ยังพบว่าในดินทุรกันดาร
 จำนวนไม่น้อยที่เกลือเสริมไอโอดีนยังไม่
 ไปถึง ส่งผลให้สมองของเด็กเจริญไม่เต็มที่
 แล้วยังถือได้ว่าเป็นโรคขาดสารไอโอดีนสูง
 อีกด้วย จึงเห็นว่าการณรงค์ให้ประชาชน
 บริโภคอาหารที่มีสารไอโอดีนยังมีความ
 จำเป็นต้องดำเนินต่อไป

จากการศึกษาพบว่าครอบครัวไทย
 ถึง 60 % บริโภคไข่เป็นประจำทุกวัน
 ดังนั้นเพื่อเป็นการเพิ่มแหล่งของสาร
 ไอโอดีนในอาหาร คณะกรรมการณรงค์
 การบริโภคเกลือเสริมไอโอดีนซึ่งประกอบ
 ด้วยสภาทนายความไทย กระทรวงมหาดไทย
 กระทรวงสาธารณสุข จึงได้ร่วมกันพัฒนา
 วิธีการเติมสารไอโอดีนลงในไข่สดได้สำเร็จ
 ด้วยวิธีที่ง่ายและประหยัด จากเหตุผลดัง
 กล่าวคณะกรรมการจึงจัดทำโครงการไอโ
 ดีนสร้างสมองเสริมปัญญา ถวายเป็นพระ



ราชกุล 72 พรรษาพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว

ปี 2541 เป็นปีที่กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข ไม่หยุดยั้งที่
 จะพัฒนา วิจัยถึงการเสริมสารไอโอดีนในอาหารที่คนไทยบริโภคเป็น
 ประจำ เพื่อเป็นการจัดการเกิดโรคขาดสารไอโอดีนในหมู่ประชาชน
 อย่างเด็ดขาด โดยการวิจัยร่วมกับสภาทนายความไทยจนได้ค้นพบ ไข่สด
 เสริมไอโอดีน ผลิตภัณฑ์เสริมไอโอดีนชนิดใหม่ขึ้นมาจึงเชิญชวนให้
 ประชาชนโดยเฉพาะเด็กเล็กเพื่อให้ได้ประโยชน์ทั้งจากโปรตีนและ
 ไอโอดีนซึ่งจำเป็นต่อการเจริญเติบโตของร่างกาย

จากหลักการที่ว่า คนไทยบริโภคไข่วันละ 60,000,000 ฟอง ทั้ง
 ประเทศหรือประมาณ 21,900,000,000 ฟองต่อปี การเสริมสารไอโอดีน
 ในอาหารหลักที่คนไทยบริโภค จะทำให้การรับสารไอโอดีนในหมู่
 ประชาชนเป็นไปได้ง่ายตายและเป็นกิจวัตรที่ไม่ถูกต่อต้านใด ๆ

ดังนั้นการสร้างพฤติกรรมเปลี่ยน
 แปลงในหมู่คนไทยโดยดึงเอาวิธีการ
 บริโภคไข่ของคนไทยที่ถือเป็นอาหารหลัก
 ประจำครอบครัวมาช้านานมาใช้ในการ
 บริโภคไข่ไอโอดีนเป็นประจำให้เกิดความ
 เคยชินเพราะง่ายต่อการที่จะเสริมไอโอดีน
 ให้ตัวเองโดยไม่ต้องยุ่งยากแต่อย่างใด

จุดประสงค์ในการทำไข่ไอโอดีน
 1. สร้างกระแสความนิยมในการ
 บริโภคไข่สดเสริมไอโอดีน เพราะเป็น
 ประโยชน์ต่อร่างกายและสติปัญญา

2. จัดหาช่องทางการโฆษณาประชาสัมพันธ์ผลิตภัณฑ์ทั่วประเทศ
3. จัดหารายได้มูลนิธิ ถวายเนื่องในวันโรกาสครบ 72 พรรษา
4. สร้างภาพลักษณ์ที่ดีในความร่วมมือระหว่างภาครัฐ และเอกชนร่วมสนับสนุนโครงการควบคุมและป้องกันโรคขาดสารไอโอดีน

และจากการสำรวจจังหวัดที่มีการผลิตไข่สูงที่สุดจะเป็นจังหวัดฉะเชิงเทรา จังหวัดปราจีนบุรี และจังหวัดชลบุรี เมื่อวิเคราะห์ถึงกลุ่มเป้าหมายหลักที่เป็นเจ้าของฟาร์มไข่ไก่ ซึ่งจะมีฟาร์มอยู่ไกลจากแหล่งชุมชนที่เป็นใจกลางเมือง การจัดการสัมมนาจึงควรจะต้องจัด 3 สถานที่ เพราะด้วยเหตุผลในความสะดวกของผู้เข้าร่วมสัมมนาถ้ามีการจัดการสัมมนาจังหวัดใดจังหวัดหนึ่ง จึงเกรงว่าอีกจังหวัดหนึ่งจะเดินทางมาเข้าร่วมสัมมนาไม่สะดวก การเข้าถึงกลุ่มเป้าหมายจะไม่สำเร็จเท่าที่ควรจึงเห็นสมควรที่จะมีการจัดการสัมมนาทั้ง 3 จังหวัด

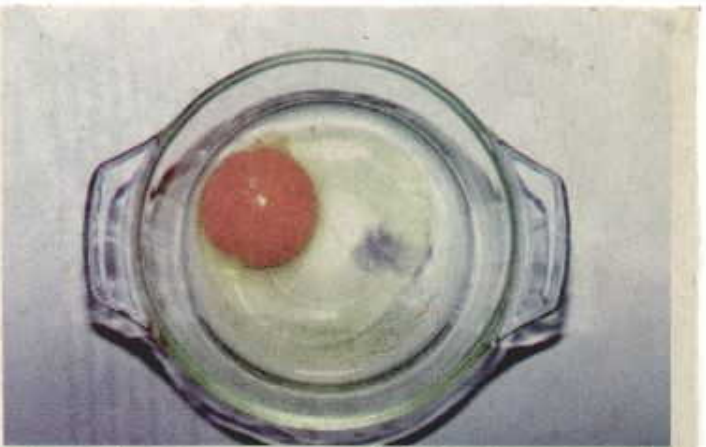
สำหรับผู้คิดประดิษฐ์เครื่อง Iontopheresis (ไอออนโทเฟอริซิส) คือ รศ.น.พ.พิชิต สุวรรณประกร ซึ่งเป็นประธานคณะกรรมการรณรงค์การบริโภคเกลือเสริมไอโอดีน โดยมี รศ.ดร.ทวีศักดิ์ เศวตเศรณี สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล ศาลายา เป็นผู้พัฒนานำเครื่องเสริมสารไอโอดีนไปใช้ในชนบท แล้วยังมีผู้ร่วมบุกเบิกโครงการอีก 2 ท่านคือ อ.สุวัฒน์ ชนะพิงค์พงษ์ และ อ.ฉัตรชัย เรืองไทย

เพื่อให้ประชาชนได้รับบริโภคกันอย่างทั่วถึงทางกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข และสภากาชาดไทยได้คิดค้นกรรมวิธีในการเพิ่มสารไอโอดีนในไข่สด ด้วยราคาต้นทุนที่ไม่สูงมากและจัดจำหน่ายให้แก่ประชาชนทั่วไป ในราคาที่เหมาะสม ไม่แตกต่างจากไข่ธรรมดามากนัก โดยอาจร่วมมือกับเอกชนในการกระจาย การจำหน่าย รายได้จากค่าลิขสิทธิ์และการจำหน่ายสมทบเข้ากองทุนสภากาชาดไทย เพื่อช่วยเหลือผู้ป่วยและสงเคราะห์ผู้ทุพพลภาพต่อไป

เทศกาลของขวัญในปีใหม่นี้หลายคนอาจจะกำลังมองหาของขวัญเพื่อมอบให้กับญาติผู้ใหญ่หรือกับคนที่สนิทชิดชอบ ที่เคยให้ทุกปีเกรงว่าจะซ้ำกับของที่ให้นำจะหันมาอุดหนุนคนไทย ด้วยกันเองเช่นการซื้อผลิตภัณฑ์ทางการเกษตร อาทิ ข้าว ผัก ผลไม้ ฯลฯ หรือจะเป็นสิ่งที่เป็นประโยชน์



นายกร ทัพพะรังสี รองนายกรัฐมนตรี และ รว.สาธารณสุข เป็นประธานเปิดงาน "ไข่ไอโอดีน" ที่เดอะมอลล์ บางกะปิ



ไข่ที่ผ่านการตรวจสอบว่าเป็นไข่ไอโอดีน จะเป็นหยดสีน้ำเงิน เมื่อสารทดสอบมีปฏิกิริยากับสารไอโอดีนในไข่



กับร่างกายโดยเฉพาะไข่ไอโอดีนซึ่งป้องกันโรคอ้วน โรคเบาหวาน การมอบไข่ไอโอดีนน่าจะเป็นทางเลือกหนึ่งที่ให้ทั้งคุณค่าทางอาหารแล้วยังได้ช่วยเหลือผู้ทุพพลภาพ การมอบไข่ไอโอดีนในเทศกาลปีใหม่นี้จึงเป็นเสมือนการมอบความปรารถนาดีด้วยคุณค่าสู่ชีวิตและปัญญาเช่นกัน

ดูแลสุขภาพให้กับคนที่คุณรักและนับถือด้วยไข่ไอโอดีนสิคะ.

ข้อมูลจำเพาะ:

- จัดทำโฮไอโอดีน 72 ล้านซอง
- รายได้นำไปใช้พัฒนาโครงการโภชนาการและตรวจค้นแก้ปัญหาขาดสารไอโอดีนในชนบท
- สำนักงานพัฒนาชุมชนจังหวัดที่มีเครื่องทำโฮไอโอดีน 1. ตราด 2. สระแก้ว 3. นครราชสีมา 4. บุรีรัมย์ 5. บุคคหาร 6. บึงฉลวย 7. ร้อยเอ็ด 8. ศรีสะเกษ 9. สุรินทร์ 10. อำนาจเจริญ 11. อุบลราชธานี 12. กาฬสินธุ์ 13. ขอนแก่น 14. อุตรดิตถ์ 15. เชียงราย 16. เชียงใหม่ 17. น่าน 18. พะเยา 19. แม่ฮ่องสอน 20. แม่ฮ่องสอน 21. ลำปาง 22. ลำพูน 23. อุตรดิตถ์ 24. กำแพงเพชร 25. ตาก 26. กาญจนบุรี 27. ชัยภูมิ 28. นครพนม 29. ขุขันธ์ 30. เดช 31. สกลนคร 32.หนองคาย 33. หนองบัวลำภู 34. สุพรรณบุรี 35. ชุมพร 36. นครศรีธรรมราช 37. นราธิวาส 38. ปัตตานี 39. ยะลา 40. สงขลา 41. สตูล

การตรวจหาโรคขาดสารไอโอดีน

1. การตรวจวัดขนาดต่อมธัยรอยด์ โดยการคลำคอ
2. การตรวจวัดขนาดต่อมธัยรอยด์ โดยคลื่นเสียงความถี่สูง
3. การตรวจวัดระดับไอโอดีนที่ถูกขับออกมาในปัสสาวะ
4. การตรวจวัดระดับ TSH ในเลือดจากสายรกของทารกแรกเกิด

- สารไอโอดีน เป็นธาตุที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติ มีมากในสัตว์และพืชในทะเล อาทิ สาหร่ายทะเล ปลา กุ้ง หอย

ทะเล.

๘ เพื่อช่วยเหลือเด็กผู้
ด้อยโอกาสในชนบทถิ่น
ทุรกันดารไม่ให้เป็นโรค
ขาดสารไอโอดีนและส่งเสริม
ให้ประชาชนทั่วไป
ประกอบอาหารที่มีสาร
ไอโอดีนเพิ่มขึ้น อันจะ
เป็นการเสริมสมอง สร้าง
ปัญญา ถวายเป็นพระราช
กุศลพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เนื่องใน
วโรกาสเจริญพระชนม
ยุครบ 72 พรรษา