เดลินิวส์

ฉบับที่ 19,645 วันอาทิตย์ที่ 27 กรกฎาคม พ.ศ. 2546 หน้า 15

ก 5289

AJINOMOTO

ความสำคัญของ...ไอโอดีน

ศูนย์พันธุวิศวกรรมและเทคโนโลยีชีวภาพแห่งชาติ (ไบโอเทค)
สำนักงานพัฒนาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งชาติ
กระทรวงวิทยาศาสตร์ เทคโนโลยีและสิ่งแวดล้อม

ไอโอดีนอยู่ทั่วไปตามธรรมชาติ พบใน หิน ดิน น้ำ น้ำทะเล อากาศ และสิ่งมีชีวิต มีปริมาณมากน้อยแตกต่างกัน มีสีเขียวดำและเป็นพิษ ใช้เป็นสารกัมมันตรังสีในการตรวจรักษาโรคไทรอยด์ หรือใช้ผสมเป็นยาฆ่าเชื้อโรค เช่น ทิงเจอร์ไอโอดีน โดยในอาหารไอโอดีนจะไม่อยู่ในรูปที่เป็นธาตุ แต่จะอยู่ในรูปของเกลือไอโอดีน (iodine) หรือเกลือไอโอเดต (iodate) ร่างกายไม่สามารถสร้างธาตุนี้ได้ จะต้องได้รับจากอาหารเท่านั้น ซึ่งธาตุนี้จะมีอยู่มากในอาหารทะเล

ไอโอไดด์เป็นส่วนประกอบที่สำคัญของฮอร์โมนที่สร้างจากต่อมไทรอยด์ มีชื่อเรียกว่า ไทรอกซิน (Thyroxin) หรือไทรอยด์ฮอร์โมน ต่อมไทรอยด์จะดูดซึมไอโอไดด์จากกระแสเลือด โดยไอโอไดด์จะได้รับจากการรับประทานอาหาร และต่อมไทรอยด์จะนำไอโอไดด์มารวมกับกรดอะมิโนไทโรซีน (Tyrosine) แล้วสร้างเป็นไทรอยด์ฮอร์โมน ไอโอไดด์เกือบทั้งหมดในร่างกายจะอยู่ที่ต่อมไทรอยด์นี้ และมีอยู่ในกระแสเลือดเพียง 8-15 ไมโครกรัม/100 มิลลิลิตร ไทรอยด์ฮอร์โมนมีหน้าที่สำคัญต่อระบบแมทอบอลิซึมของร่างกาย ได้แก่ การเผาผลาญอาหารเพื่อให้พลังงานแก่ร่างกาย ทำให้เรากระฉับกระเฉงและทำงานต่าง ๆ ได้ และที่สำคัญยังมีหน้าที่เกี่ยวกับการเจริญเติบโตของเซลล์ จึงช่วยทำให้การพัฒนาและการเจริญเติบโตของเด็ก ช่วยการทำงานของอวัยวะต่าง ๆ เช่น หัวใจ ตับ กล้ามเนื้อ ฯลฯ การขาดฮอร์โมนนี้จึงเป็นปัญหามากโดยเฉพาะในเด็ก.