



Hvernig er joðhagur íslenskra brjóstabarna?



Erna Petersen
meistaraneini í næringarfræði



Leiðbeinendur:

Ingibjörg Gunnarsdóttir prófessor og Birna Þórisdóttir doktorsneini



HÁSKÓLI ÍSLANDS
MATVÆLA- OG NÆRINGARFRÆÐIÐEILD



Inngangur og markmið

- Joð er mjög mikilvægt næringarefni fyrir vöxt og þroska
- Joðskortur er stór lýðheilsuvandi á heimsvísu
 - algengasta orsök heilaskaða sem hægt er að fyrirbyggja
- Joðhagur Íslendinga hefur verið góður í gegnum tíðina en
 - Helstu uppsprettur joðs í íslensku mataræði eru fiskur og mjólk
 - 25% barnshafandi kvenna fylgir ekki ráðleggingum um fisk- og mjólkurneyslu
- Fáar rannsóknir á joðhag brjóstabarna, sér í lagi á svæðum þar sem joðhagur er góður
- **Markmið:** Að meta joðhag íslenskra brjóstabarna við 5½ mánaða aldur



HÁSKÓLI ÍSLANDS
MATVÆLA- OG NÆRINGARFRÆÐIÐEILD



Gagnasöfnun og úrvinnsla

- Þátttakendur í Iceage2
 - Tveir hópar ungbarna: EBF til sex mánaða vs. brjóstgjöf og ábót/föst fæða.
 - **100 börn heimsótt við 5½, 9 og 12 mánaða aldur**
 - Markmið: skoða orkuskipti og vöxt á fyrsta aldursári
 - Aukamarkmið: **joð í þvagi**, þungmálmar í brjóstamjólki
 - **Þvagsýni** (5½ og 12 mánaða), **brjóstamjólkursýni** (5½ mánaða), **brjóstamjólkur- og matardagbækur** (vigtað), **FFQ** (mæður) og fleiri matslistar
- Joðstyrkur greindur í þvag- og brjóstamjólkursýnum frá 50 börnum



HÁSKÓLI ÍSLANDS
MATVÆLA- OG NÆRINGARFRÆÐIÐEILD



Niðurstöður

- Niðurstöðum er ætlað að lýsa joðhag hópsins en ekki einstaklinga innan hans
- Miðgildi joðs í þvagi og brjóstamjólki
 - median urinary iodine concentration, mUIC (µg/L)
 - median breast milk iodine concentration, mBIC (µg/L)
- WHO+UNICEF+IGN:
 - Joðhagur hóps ungbarna talinn góður ef mUIC>100µg/L
- Samnorræn samvinna – Nordjod
- Hagnýtt gildi: er hagur hópsins góður eða er þörf á aðgerðum?



HÁSKÓLI ÍSLANDS
MATVÆLA- OG NÆRINGARFRÆÐIÐEILD