

نذار

## معاون محترم بهداشتی دانشگاه / دانشکده علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ...

موضوع: استفاده از مکمل یدوفولیک در دوران بارداری و شیردهی

### با سلام و احترام

همانطور که مطلع هستید کمبود ید در دوران بارداری پیامدهای بهداشتی متعددی از جمله هیپوتیروییدی نوزادی را بدنبال دارد. بررسی کشوری انجام شده با همکاری پژوهشکده علوم غدد درون ریز دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی نشان داده است که میانه ید ادرار مادران باردار کمتر از حد مطلوب است که به معنی عدم دریافت کافی ید می باشد. در این دوران نیاز روزانه به ید ۲۵۰ میکروگرم است که بخشی از آن با مصرف کم نمک یددار تصفیه شده و بخشی دیگر باید با استفاده از مکمل ید تامین شود. در این راستا با سفارش این معاونت تولید مکمل ید بصورت ترکیب با مکمل مولتی ویتامین مینرال و اسید فولیک در دستور کار قرار گرفت و در حال حاضر مکمل ترکیبی یدوفولیک و هم چنین مکمل مولتی ویتامین مینرال حاوی ۱۵۰ میکروگرم ید به تولید انبوه رسیده است. لذا، با توجه به توصیه کمیته کشوری پیشگیری و کنترل اختلالات ناشی از کمبود ید خواهشمند است به کلیه واحدهای مرتبط موارد زیر را ابلاغ نمایید

- کلیه زنانی که قصد بارداری دارند از ۳ ماه قبل از بارداری و یا به محض اطلاع از بارداری روزانه یک عدد مکمل یدوفولیک که حاوی ۱۵۰ میکروگرم ید و ۵۰۰ میکروگرم اسید فولیک می باشد تا پایان ماه چهارم بارداری داده شود.
- از پایان ماه چهارم بارداری تا ۳ ماه پس از زایمان مکمل مولتی ویتامین حاوی ۱۵۰ میکروگرم ید به کلیه مادران باردار باید داده شود.
- بدیهی است از پایان ماه چهارم که مکمل مولتی ویتامین مینرال حاوی ۱۵۰ میکروگرم ید مصرف می شود مکمل یدو فولیک نباید استفاده شود.
- با توجه به اهمیت آموزش اطلاع رسانی در خصوص پیشگیری و کنترل اختلالات ناشی از کمبود ید بویژه در دوران بارداری و شیردهی، در جلسات آموزشی و بازآموزی کارکنان بهداشتی این موضوع مورد تاکید قرار گیرد.

دکتر علی اکبر سیاری

معاون بهداشت