

ปริมาณที่ควรได้รับต่อวัน



คนปกติ

150 ไมโครกรัม/วัน



หญิงตั้งครรภ์

+ หญิงให้นมบุตร
250 ไมโครกรัม/วัน

หากแม่ขาดไอโอดีนจะส่งผล ?



ระดับสติปัญญาต่ำ



การเจริญเติบโตของ
สมองไม่สมบูรณ์



การพัฒนาระบบประสาท
และกล้ามเนื้อผิดปกติ (พิการ)

{ โรคไอโอดีนไม่สามารถรักษาให้หายขาดได้ แต่ป้องกันได้ }

สำหรับหญิงตั้งครรภ์ต้องรับประทาน
ยาเม็ดเสริมไอโอดีนทุกวัน วันละ 1 เม็ด
ตลอดการตั้งครรภ์ถึงหลังให้นมบุตร 6 เดือน



“..เพราะเรื่องลูกสำคัญที่สุด..”

เสริม ไอโอดีน เพื่อลูกในท้อง

ไอโอดีน คือ ?

แร่ธาตุที่จำเป็นในการเจริญเติบโต + สติปัญญา



หากได้รับไม่เพียงพอ ลูกในท้องเสี่ยงอันตราย

ปริมาณที่ควรได้รับต่อวัน



คนปกติ

150 ไมโครกรัม/วัน



หญิงตั้งครรภ์

+ หญิงให้นมบุตร
250 ไมโครกรัม/วัน

หากแม่ขาดไอโอดีนจะส่งผล ?



ระดับสติปัญญาต่ำ



การเจริญเติบโตของ
สมองไม่สมบูรณ์



การพัฒนาระบบประสาท
และกล้ามเนื้อปกติ (พิการ)

{ โรคเหล่านี้ไม่สามารถรักษาให้หายขาดได้ แต่ป้องกันได้ }

แหล่งที่มาของไอโอดีน



อาหารทะเล



เกลือ
เสริมไอโอดีน



เครื่องปรุงรส
เสริมไอโอดีน

สำหรับหญิงตั้งครรภ์ต้องรับประทาน
ยาเม็ดเสริมไอโอดีนทุกวัน วันละ 1 เม็ด
ตลอดการตั้งครรภ์ถึงหลังให้นมบุตร 6 เดือน



“..เพราะเรื่องลูกสำคัญที่สุด..”

ไอโอดีน

สำคัญตั้งแต่ในท้อง

แม่ตั้งครรภ์ กินยาเสริม ไอโอดีน ป้องกันลูกเป็นโรคอ๋อ

ไอโอดีนเป็นสารอย่างหนึ่งที่หญิงท้องใช้ในการสร้างธัยรอยด์ฮอร์โมน ซึ่งเป็นส่วนสำคัญในการสร้างทั้งระบบประสาทสมอง และการเจริญเติบโตของร่างกาย ลูกจะได้รับธัยรอยด์ฮอร์โมนที่สร้างจากไอโอดีน ผ่านสายรกจากแม่

ไอโอดีนไม่เพียงพอ ส่งผลต่อลูก



ระดับสติปัญญาต่ำ



การเจริญเติบโตของสมองไม่สมบูรณ์



การพัฒนาการระบบประสาทและกล้ามเนื้อผิดปกติ (พิการ)



ควรทานยาเสริมไอโอดีนระหว่างตั้งครรภ์

หญิงตั้งครรภ์ทุกรายต้องได้รับไอโอดีน จากยาเม็ดเสริมไอโอดีนทุกวัน ตลอดระยะเวลาตั้งครรภ์ และ 6 เดือน หลังคลอดในระหว่างการให้นมลูก



คนปกติ 150 ไมโครกรัม/วัน



หญิงตั้งครรภ์ 250 ไมโครกรัม/วัน

และเสริมด้วยการปรุงประกอบอาหาร จากผลิตภัณฑ์เสริมไอโอดีน และรับประทานอาหารทะเล ซึ่งมีไอโอดีน





ยาบำรุงครรภ์ ไตรเฟอ์ดีน

ตัวยาประกอบด้วย : กรดโฟลิก

: ไอโอดีน

: ธาตุเหล็ก

ช่วยสร้างเซลล์ประสาท และสมองทารกในครรภ์

คลินิกฝากครรภ์ ศูนย์อนามัยที่ 7 ขอนแก่น โทร 043 242041 ต่อ 5302