

## Jodu saturošu uztura produktu lietošanas paradumi Latvijā divdesmit gadu laikā

*Ieva Kalere<sup>1</sup>, Ieva Strēle<sup>2</sup>, Ilze Konrāde<sup>3</sup>,  
Biruta Velika<sup>4</sup>, Daiga Grīnberga<sup>4</sup>, Inese Gobiņa<sup>2</sup>,  
Anita Villeruša<sup>2</sup>, Iveta Pudule<sup>4</sup>*

<sup>1</sup> Rīgas Stradiņa universitāte, Cilvēka fizioloģijas un  
bioķīmijas katedra, Latvija

<sup>2</sup> Rīgas Stradiņa universitāte, Sabiedrības veselības un  
epidemioloģijas katedra, Latvija

<sup>3</sup> Rīgas Stradiņa universitāte, Iekšējā slimību katedra, Latvija

<sup>4</sup> Slimību profilakses un kontroles centrs, Neinfekciju slimību  
datu analīzes un pētījumu nodaļa, Latvija

**Ievads.** Joda deficīts un ar joda deficītu saistītās saslimšanas ir pazīstamas sen, taču vēl joprojām šī problēma ir aktuāla lielā daļā pasaules. Jods ir neaizstājams elements vairogdziedzera hormonu sintēzei, un tā trūkums izraisa vairogdziedzera struktūras izmaiņas un hipotireozī. Joda galvenais avots ir uzņemtais uzturs. Ar jodu bagāti uztura produkti ir zivis, piena produkti, olas; pasaulē populārākais, lētākais un tehnoloģiski vienkāršākais veids joda deficīta profilaksei ir sāls jodēšana, taču Latvijā universālā sāls jodēšanas programma nav ieviesta un jodētā sāls lietošana ir brīvprātīga.

**Darba mērķis, materiāls un metodes.** Pētījuma mērķis ir aprakstīt jodu saturošu produktu lietošanas paradumus Latvijā un to izmaiņas laikā. Pētījuma izpildei izmantoti dati no "Latvijas skolēnu veselības paradumu pētījuma" (HBSC) no 1990./1991. līdz 2013./2014. mācību gadam un dati no Latvijas iedzīvotāju veselību ietekmējošo paradumu pētījuma no 1998. līdz 2014. gadam. Pētījuma mērķa grupa ir Latvijas iedzīvotāji vecumā no 15 līdz 64 gadiem. Rezultātos norādīta lietošanas prevalence, % un 95% ticamības intervāls (TI). P vērtības aprēķinātas kā p tendencei. Datu statistiskā apstrāde veikta SPSS Statistics programmā.

**Rezultāti.** Jodētā sāls lietotāju īpatsvars pieaugušo Latvijas iedzīvotāju vidū no 1998. līdz 2004. gadam palielinājās no 2,9% (95% TI: 2,2–3,6) līdz 15,3% (95% TI: 13,6–17,0),  $p < 0,001$ . Savukārt turpmākajos gados jodētā sāls patēriņš mazinājās – to lietoja 14,4% (95% TI: 12,7–16,1) respondentu 2006. gadā, tikai 8,9% (TI: 7,9–10,0) respondentu 2012. gadā un 8,2% (95% TI: 7,2–9,2) 2014. gadā ( $p < 0,001$ ). No 1998.–2008. gadā aptaujātajiem kopumā vidēji 79,5% norādīja, ka ir dzirdējuši par nepieciešamību lietot jodēto sāli. Tikai 4,3% šo informāciju bija saņēmuši no medicīnas darbiniekiem, 15,7% – no draugiem vai ģimenes locekļiem, bet 59,5% aptaujāto – no plašsaziņas līdzekļiem. 1998. gadā vismaz vienu glāzi piena dienā izdzēra 60% (95% TI: 58–62) aptaujāto, bet arī piena patēriņš līdz 2014. gadam samazinājies līdz 42,8% (95% TI: 41–44,6),  $p < 0,001$ . Līdzīga tendence novērojama arī zivju patēriņā: 1998. gadā pēdējās nedēļas laikā zivis vismaz vienreiz bija lietojuši 69,5% (95% TI: 67,5–71,5) aptaujāto, bet 2014. gadā tikai 61,3% (95% TI: 59,6–63,0),  $p < 0,001$ . 2000. gada aptaujā bija viszemākais aptaujāto īpatsvars, kuri pēdējā nedēļā bija ēduši olas, – 82,7% (95% TI: 81,1–84,3), bet līdz 2012. gadam šis īpatsvars pieaudzis, sasniedzot 89,1% (95% TI: 88–90,2),  $p < 0,001$ . Latvijas skolēnu veselības paradumu pētījumā 2002. gadā 9,7% vienpadsmitgadīgu, 8,7% trīspadsmitgadīgu un 10,7% piecpadsmitgadīgu skolēnu norādīja, ka mājās parasti lieto jodēto sāli. Kopš 2006. gada pakāpeniski pieauga to skolēnu īpatsvars, kuri pienu nedzer katru dienu, – no 80,4% (95% TI: 79,3–81,5) 2006. gadā līdz 81,3% (95% TI: 80,1–82,5) 2010. gadā un 84,4% (95% TI: 83,4–85,3) 2014. gadā ( $p < 0,001$ ). 2006.–2014. gadā zivis vismaz vienreiz nedēļā lietoja kopumā vidēji 36,5% (95% TI: 35,7–37,3) aptaujāto skolēnu.

**Secinājumi.** Visā pētītajā periodā Latvijas iedzīvotāji lietoja maz jodu saturoša uztura – jodētā sāls, piena un zivju produktu. Turklāt kopš 90. gadiem ir samazinājies to respondentu īpatsvars, kuri patērē ieteiktos produktus rekomendētajā regularitātē. Arī skolēniem Latvijā zivju lietošanas prevalence ir zema un piena lietošanas prevalence samazinās.



EUthyroid

Pētījums veikts Horizon 2020 projektā EUthyroid.