

Vai voluntāra joda papildināšana uzturā ir efektīva stratēģija nodrošinājumam ar jodu grūtniecības pirmajā trimestrī?

Ilze Konrāde^{1,2}, *Vija Veisa*^{3,4}, *Ieva Kalere*⁵, *Ieva Strēle*⁶,
Marina Makrečka-Kūka^{7,8}, *Didzis Gavars*⁹, *Dace Rezeberga*³,
Aivars Lejnieks^{1,10}, *Maija Dambrova*⁸

¹ Rīgas Stradiņa universitāte, Iekšējīgo slimību katedra, Latvija

² Rīgas Austrumu klīniskā universitātes slimnīca, Endokrinoloģijas nodaļa, Latvija

³ Rīgas Stradiņa universitāte, Dzemdniecības un ginekoloģijas katedra, Latvija

⁴ Rīgas Dzemdību nams, Latvija

⁵ Rīgas Stradiņa universitāte, Cilvēka fizioloģijas un bioķīmijas katedra, Latvija

⁶ Rīgas Stradiņa universitāte, Sabiedrības veselības un epidemioloģijas katedra, Latvija

⁷ Rīgas Stradiņa universitāte, Farmācijas ķīmijas katedra, Latvija

⁸ Latvijas Organiskās sintēzes institūts

⁹ E. Gulbja laboratorija, Latvija

¹⁰ Rīgas Austrumu klīniskā universitātes slimnīca, Latvija

Ievads. Nepietiekama joda uzņemšana grūtniecības laikā var traucēt augļa smadzeņu attīstību un samazināt intelektuālo potenciālu turpmākajā dzīvē. Latvijā veikta grūtnieču apsekojuma rezultāti 2013. un 2014. gadā pierādīja nepietiekamu nodrošinājumu ar jodu, par ko liecina jodūrijas mediāna 81,6 (starpkvartīļu amplitūda (SKA) 46,5–130,7) µg/g Cr. Lai palielinātu joda lietošanu uzturā, pēdējos gados grūtniecēm aktīvāk sniegtas rekomendācijas par uztura produktu nozīmi un joda saturošu uztura bagātinātāju lietošanu gan ginekologu praksēs, gan populārzinātniskos veselībai veltītos izdevumos. Universāla sāls jodizēšanas programma Latvijā aizvien nav ieviesta.

Darba mērķis, materiāls un metodes. Pētījuma mērķis ir izvērtēt, vai mainījušies uztura paradumi un ar tiem saistītais joda nodrošinājums I grūtniecības trimestrī (trīs gadus pēc iepriekšējā apsekojuma).

Sešdesmit septiņas grūtnieces Rīgā trīs dažādās ambulatorās aprūpes iestādēs aizpildīja anketu, kas ietvēra jautājumus par dzīvesveida paradumiem un viegli identificējamu joda avotu lietošanu uzturā. Pētījuma dalībniecēm noteica TSH, fT4 un antiTPO antivielu rādītājus, kā arī joda koncentrāciju urīnā (standartizēta pret kreatinīnu – µg/g Cr). Pētījuma atbilstību bioētikas normām apstiprinājusi Rīgas Stradiņa universitātes Ētikas komiteja.

Rezultāti. Standartizētā jodūrijas mediāna grūtniecēm I trimestrī bija 109,2 (SKA 68,4–203,0) µg/g Cr, turpretim jodūrijas mediāna grūtniecēm I trimestrī 2013. un 2014. gadā veiktajā apsekojumā bija 68,6 (37,05–113,2) µg/g Cr. Lai gan novērota pozitīva tendence joda nodrošinājumā, tomēr tikai 32,8% (95% TI 22,8–44,7) grūtnieču jodūrija I trimestrī bija virs 150 µg/g Cr un sasniedza Pasaules Veselības organizācijas (PVO) rekomendēto optimālo līmeni (150–249 µg/l). Produktus, kas uzskatāmi par nozīmīgiem joda avotiem uzturā – jodētu sāli, jūras zivis –, vismaz reizi nedēļā un piena produktus 2–4 porcijas dienā, 2017. gada pētījumā lietoja attiecīgi 34,3%, 50,7% un 20,9% grūtnieču. Lai gan 2017. gada pētījumā jodūrijas rādītāji bija augstāki sievietēm, kas regulāri lietoja uzturā zivis (114,25 (21,12, 528,82) µg/g Cr), piena produktus (139,3 (19,4, 478,15) µg/g Cr) un jodētu sāli (118,6 (20,86, 465,58) µg/g Cr), kā arī ir vērojama pozitīva tendence jodūrijas rādītājiem attiecībā uz 2013. un 2014. gadu (regulāri lietojot uzturā zivis, jodūrija bija 86,3 µg/g Cr, piena produktus – 87,6 µg/g Cr, jodētu sāli – 85,7 µg/g Cr), statistiski nozīmīgas šīs atšķirības, salīdzinot ar nelietotājām, nebija, un PVO rekomendētais optimālais jodūrijas līmenis netika sasniegts. Tikai 7,5% grūtnieču lietoja jodu saturošus uztura bagātinātājus, un tas saistījās ar nenozīmīgi augstāku jodūrijas mediānu: 126,7 (59,4–293,5) µg/g Cr vs 108 (21,8, 485,9) µg/g Cr, Manna-Vitnija testa p = 0,844.

Secinājumi. Joda nodrošinājums grūtniecēm Latvijā aizvien nav pietiekams, kas var ietekmēt jaundzimušā intelektuālo potenciālu. Pat rekomendācijām atbilstoši uztura paradumi nenodrošina pietiekamu joda līmeni grūtniecības I trimestrī. Nepieciešamas konsekventas rekomendācijas par jodu saturošu uztura bagātinātāju lietošanu, gan plānojot grūtniecību, gan grūtniecības laikā.