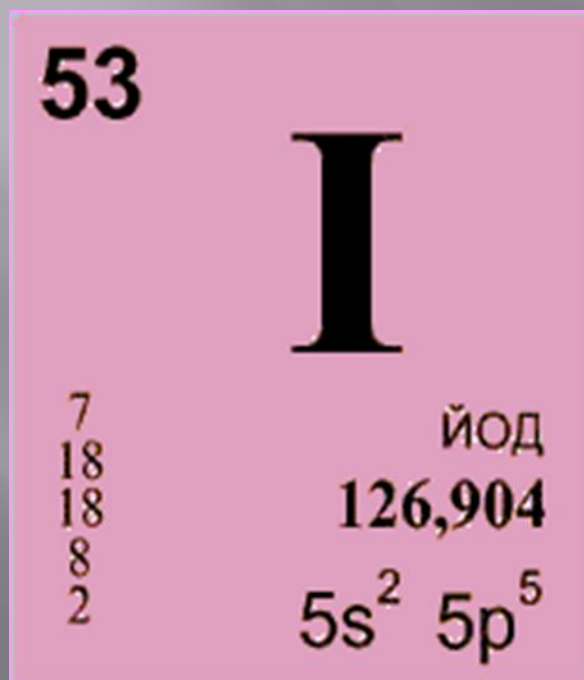


ЧЕМ ОПАСЕН ЙОДОДЕФИЦИТ?



Работу выполнила: Никифорова Доротея,
ученица 9 В класса
МБОУ СОШ №1
г.Завитинска.

Руководитель:
Волкова Татьяна Викторовна,
учитель биологии

Цель:

Изучение проблемы йододефицита у человека.

Задачи:

- 1) Рассмотреть проблему йододефицита у человека, выявить его причины.
- 2) Проанализировать проблему йододефицита у школьников МБОУ СОШ №1.
- 3) Провести исследования предрасположенности учащихся к йододефициту.
- 4) Разработать рекомендации по борьбе с йододефицитом.

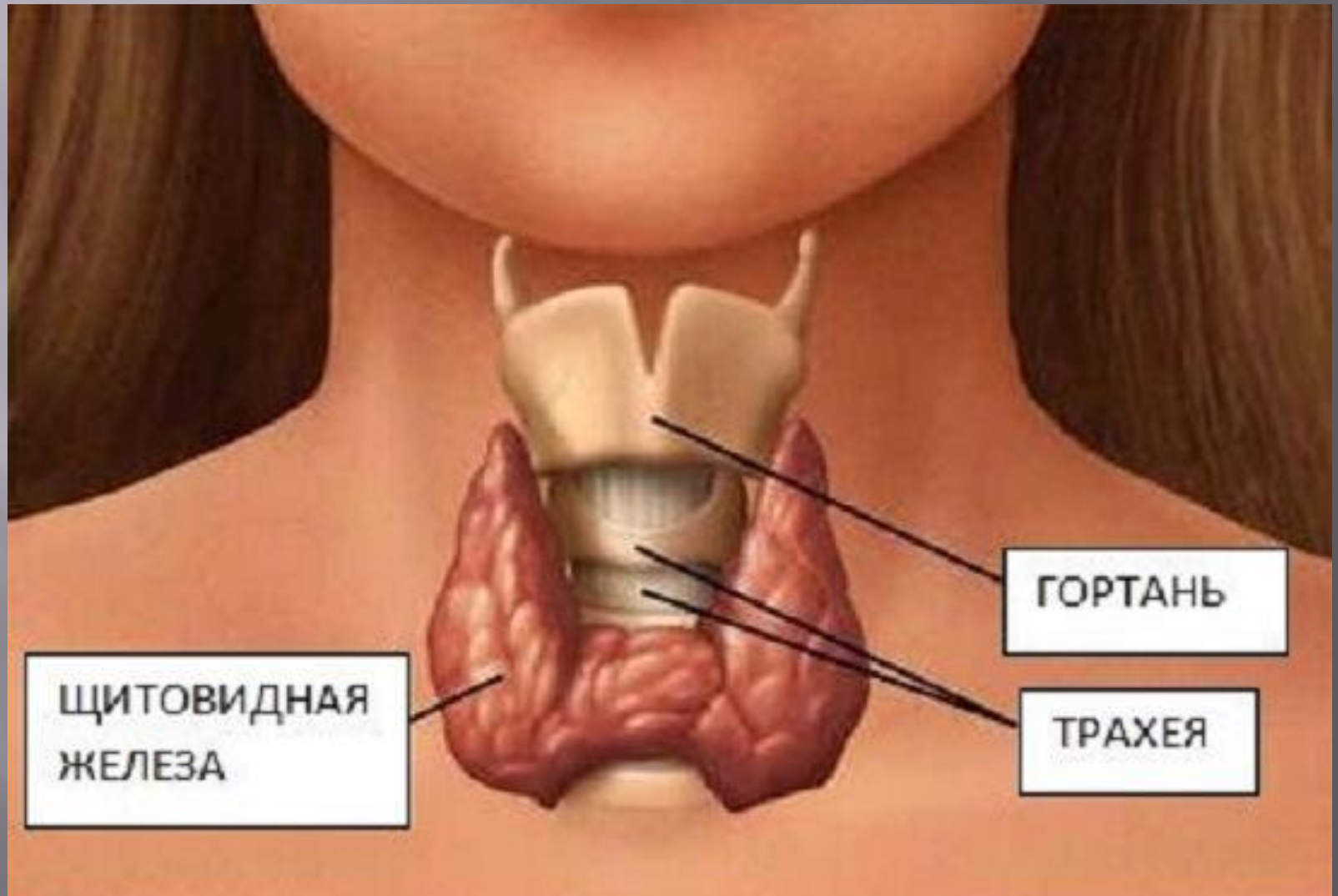
Объект: учащиеся школы

Предмет: причины возникновения
йододефицита у школьников.

Гипотеза:

Я, предполагаю, что среди школьников
йододефицитные заболевания
встречаются достаточно часто.

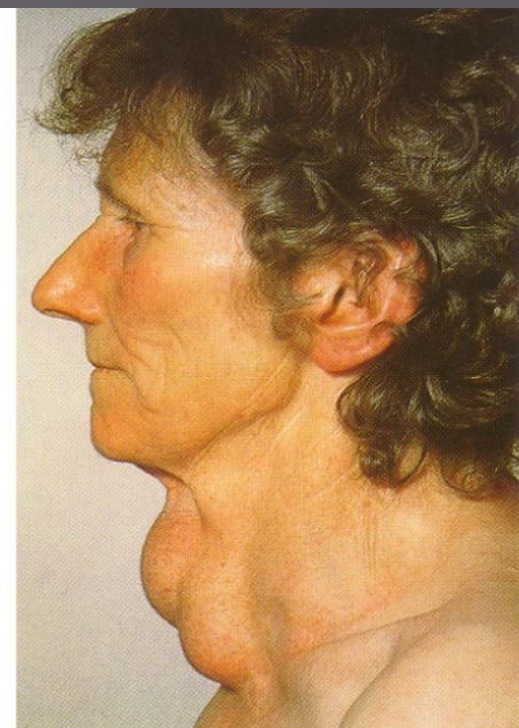
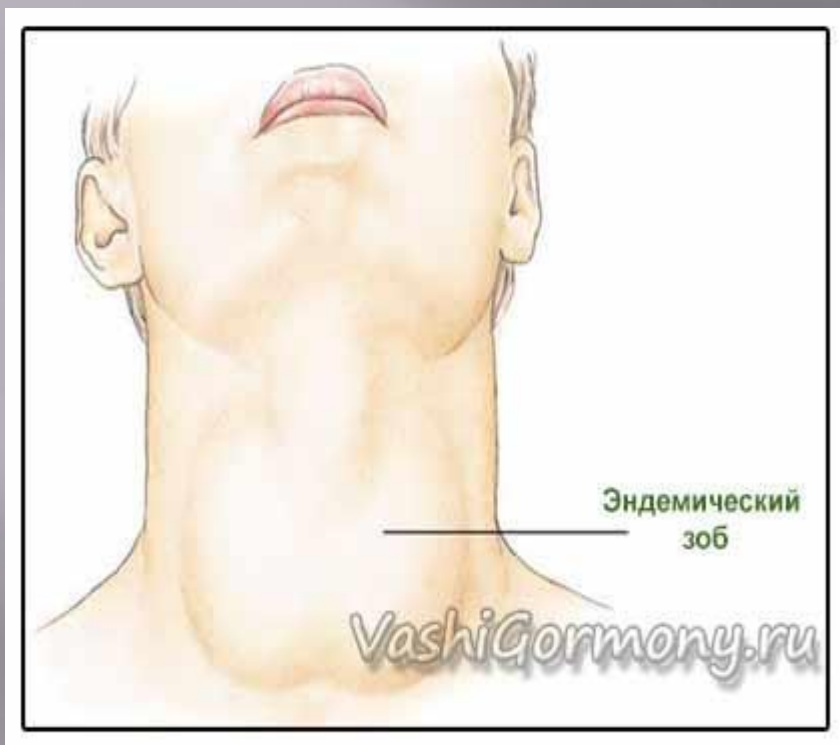
Строение щитовидной железы:



Главными функциями щитовидной железы являются:



Эндемический зоб



болезнь Микседема

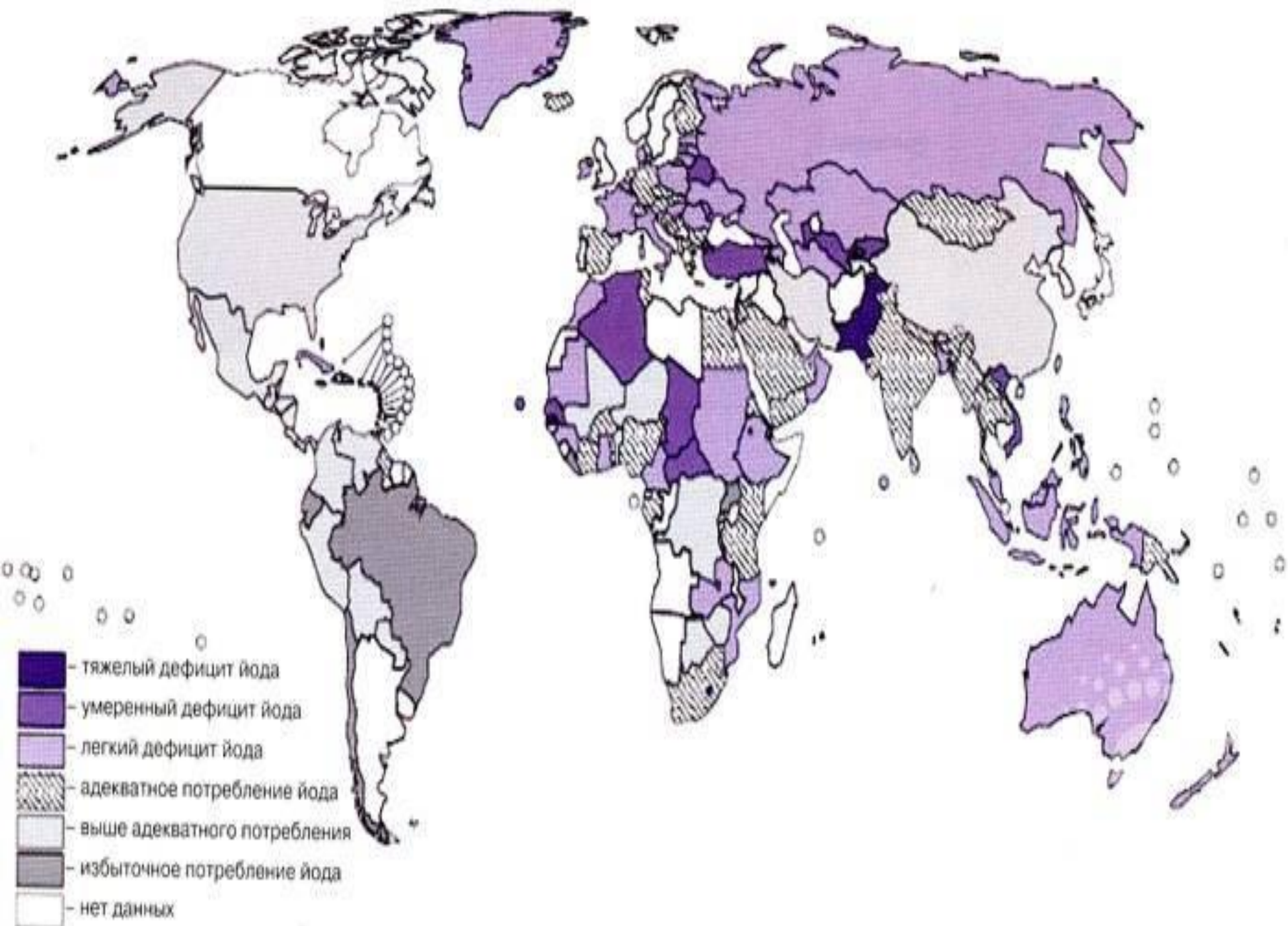


Кретинизм



Базедова болезнь





ПОСЛЕДСТВИЯ НЕДОСТАТКА ЙОДА В ОРГАНИЗМЕ:

Эмоциональные: Раздражительность, подавленное настроение, сонливость, вялость, забывчивость, приступы необъяснимой тоски, ухудшение памяти и внимания, понижение интеллекта;

Кардиологические: атеросклероз, аритмия;

Гематологические: снижение уровня гемоглобина в крови;

Иммунодефицитные: ослабление иммунитета;

Отечные: отеки вокруг глаз или общие;

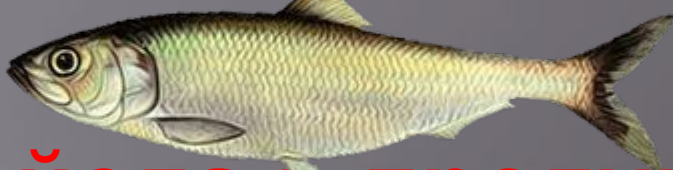
Гинекологические: нарушение менструальной функции (нерегулярность, иногда отсутствие менструации), бесплодие, мастопатия.

При снижении функции щитовидной железы замедляется рост костей, нарушаются процессы нормального созревания растущего организма.

На потребность организма в йоде влияют различные факторы:

- физиологическое состояние человека;
- время года;
- температура воздуха и тд.





Сколько йода в продуктах?



В 100 граммах этих продуктов содержится

Сельдь - 66 мкг йода

Молочные продукты - 4-11мкг

Креветки - 190 мкг

Овощи - 1-10 мкг

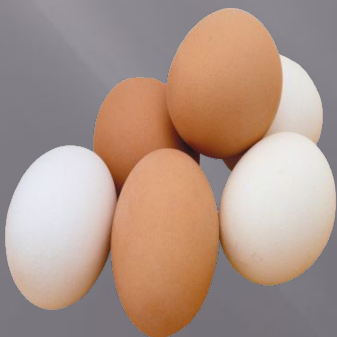
Устрицы - 60 мкг

Морская капуста - 0,3 г

Форель - 3,5 мкг

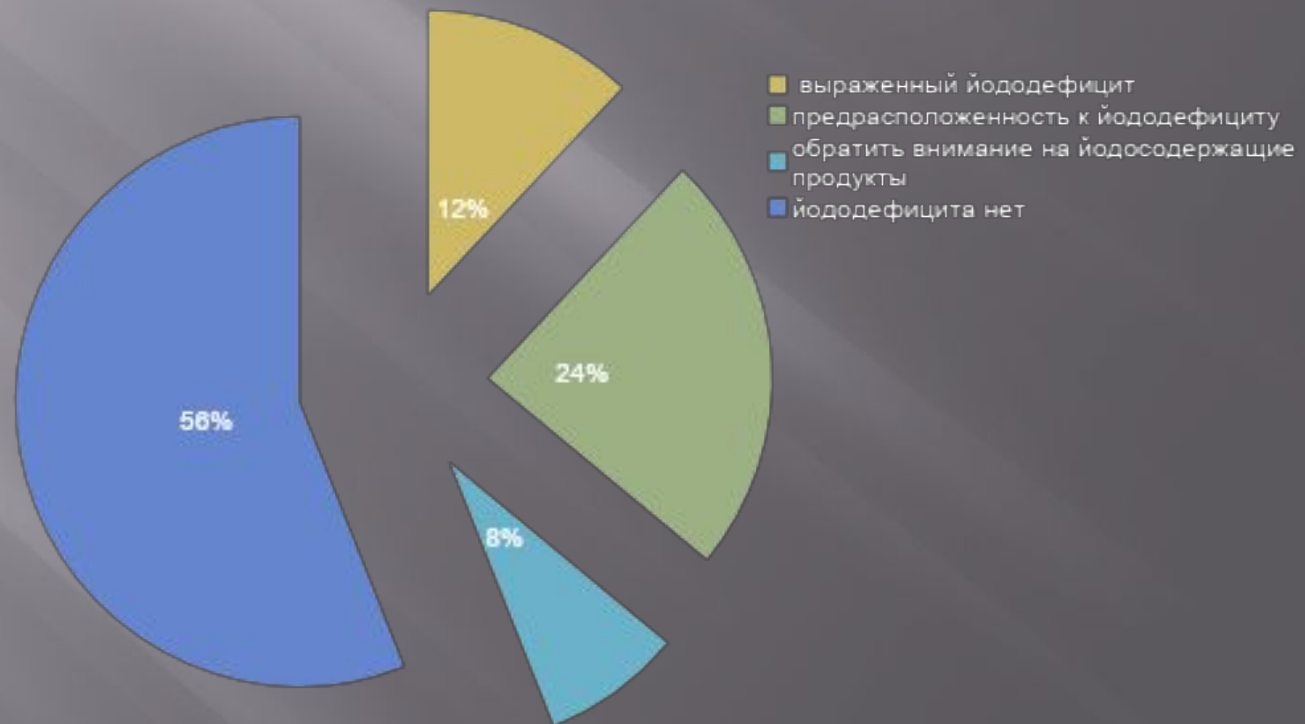
Куриные яйца - 10 мкг

Мясо - 3 мкг



Результаты пробы на йододефицит в 8 В классе МБОУ СОШ №1

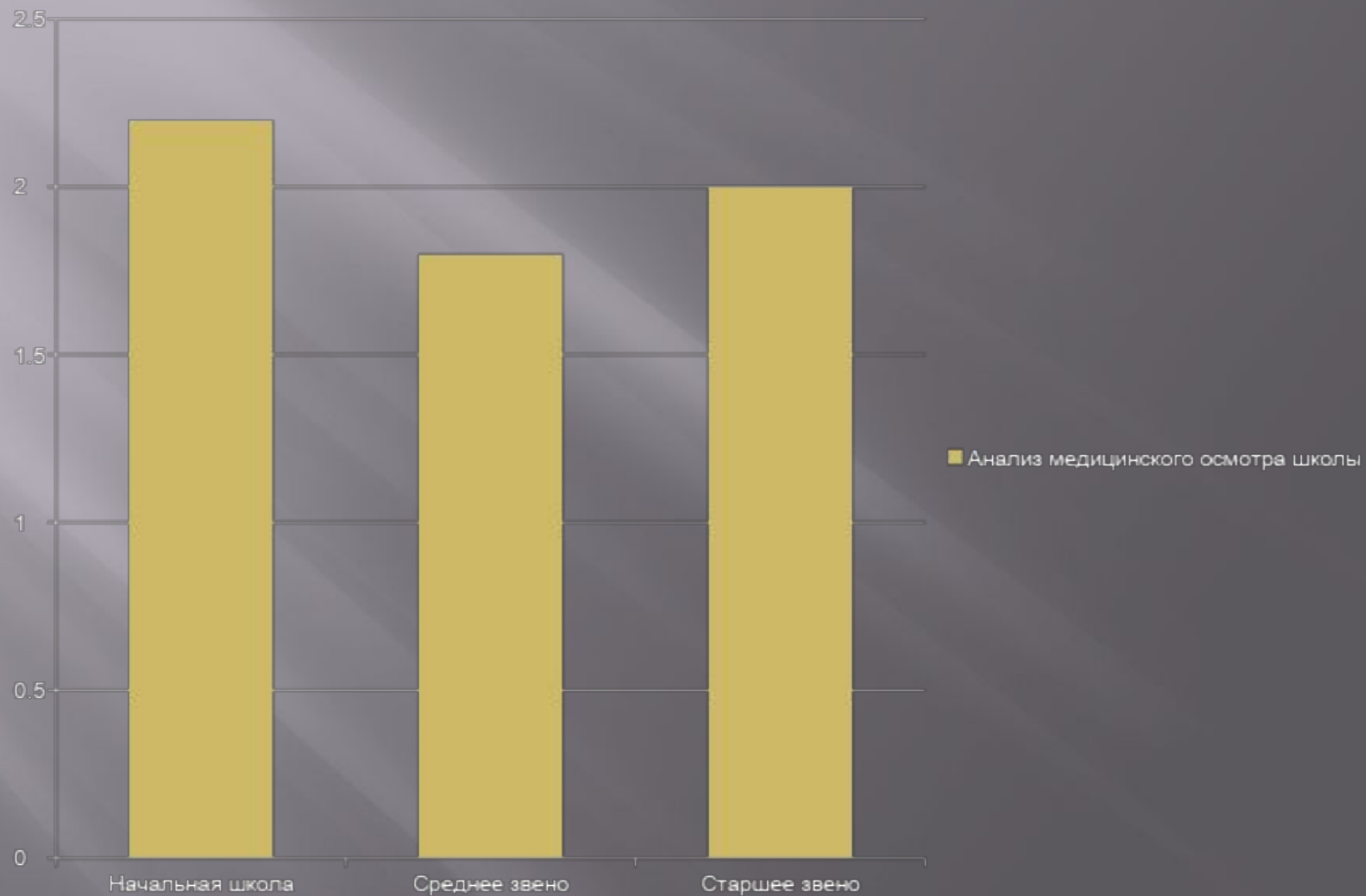
в исследовании участвовало 21 учащийся



Анализ медицинского осмотра учащихся в МБОУ СОШ №1:

	<i>2017 – 2018 учебный год</i>		
	Всего учащихся	<i>Страдают заболеванием щитовидной железы</i>	
		Кол-во учащихся	%
1-4 классы	310	7	2,2%
5-8 классы	272	5	1,8%
9-11 классы	148	3	2%

Анализ медицинского осмотра школы



Заключение:

1. Йододефицит - действительно глобальная проблема, которая коснулась более полутора миллиардов жителей планеты.
2. В России более 35% населения страдают от йододефицита.
3. Йододефицит является причиной гормональных нарушений.
4. Больше всего от йододефицита страдают дети: им трудно учиться в школе, осваивать новые знания и навыки.
6. Амурская область входит в состав эндемических районов по йододефициту.
7. Согласно проведенным исследованиям среди учащихся МБОУ СОШ № 1, а также анализа медицинского осмотра было выявлено, что численность йододефицитных заболеваний возрастает, следовательно, выдвинутая гипотеза подтверждается.

Рекомендации:

1. Осуществлять мониторинг йододефицитных заболеваний среди населения.
2. Употреблять в пищу больше морепродуктов (в них содержится много йода): рыбу, креветки, крабы, кальмары, морскую капусту.
3. Необходимо обязательно употреблять йодированную соль.
4. Рекомендовать работникам школьной столовой включать в меню блюда, содержащие йод, например, морскую капусту.
5. Развить производства по обогащению соединениями йода пищевых продуктов.
6. Обратит внимание на различные витаминные комплексы, которые вам посоветует врач.



Йод

Йод участвует в метаболизме щитовидной железы и присущих ей гормонах. В настоящее время считают, что ведущую роль йод играет только в **деятельности щитовидной железы**.

Недостаток йода приводит к слабости, пожелтению кожи, возникновению ощущения холода и сухости. Особенно сильно это отражается на здоровье детей – они отстают в физическом и умственном развитии.





Суточная потребность:

для детей грудного возраста - 50 мкг

для детей 6 - 9 лет - 90 мкг

для детей 9 - 12 лет - 120 мкг

для взрослых - 150 мкг

для беременных - 200 мкг

Где находится:

фейхоа, морская капуста, кальмар,
хек, минтай, пишка, треска, креветка,
окунь, мойва, сом, тунец, яблоки,



15.11.2017 года на уроке биологии



ИССЛЕДОВАНИЕ ПО ИЗУЧЕНИЮ
ЗНАНИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ
МБОУСОШ №1 О ВРЕДЕ И ПОЛЬЗЕ
ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ ТАТУИРОВОК

МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ:

АНКЕТИРОВАНИЕ ОБУЧАЮЩИХСЯ
МБОУСОШ №1 О ВРЕДЕ И ПОЛЬЗЕ ДЛЯ
ЗДОРОВЬЯ ТАТУИРОВОК ПО
РАЗРАБОТАННОЙ АНКЕТЕ

УЧАСТНИКИ АНКЕТИРОВАНИЯ:

ПОДРОСТКИ 8 КЛАССОВ
МБОУСОШ №1 ЗАВИТИНСКОГО
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА

