

ด่วนที่สุด

ที่ นพ ๐๐๒๓.๓/ว ๘๑๘๒



ศาลากลางจังหวัดนครพนม
ถนนอภิบาลบัญชา นพ ๔๘๐๐๐

๒๑ มิถุนายน ๒๕๖๑

เรื่อง ขอความร่วมมือในการดำเนินการป้องกันและแก้ไขปัญหาโรคขาดสารไอโอดีนอย่างเข้มแข็งและยั่งยืน
เรียน นายอำเภอ ทุกอำเภอ นายกองค้การบริหารส่วนจังหวัดนครพนม และนายเทศมนตรีเมืองนครพนม
อ้างถึง หนังสือจังหวัดนครพนม ด่วนที่สุด ที่ นพ ๐๐๒๓.๓/ว ๖๒๙๔ ลงวันที่ ๘ พฤษภาคม ๒๕๖๑
สิ่งที่ส่งมาด้วย สำเนาหนังสือกรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น ด่วนที่สุด ที่ มท ๐๘๑๐.๕/ว ๑๗๕๘
ลงวันที่ ๑๓ มิถุนายน ๒๕๖๑ จำนวน ๑ ชุด

ตามที่จังหวัดนครพนมได้แจ้งองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นพิจารณาให้ความร่วมมือ
ขับเคลื่อนโครงการตามพระราชดำริการควบคุมโรคขาดสารไอโอดีนของสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ
สยามบรมราชกุมารี โดยถือปฏิบัติตามระเบียบ/กฎหมายที่เกี่ยวข้องโดยสามารถปรึกษาการดำเนินงานได้
จากศูนย์เขตที่ ๑-๑๒ และสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดในการดำเนินการ และขอให้องค์กรปกครอง
ส่วนท้องถิ่นรายงานการขับเคลื่อนโครงการตามพระราชดำริด้านการควบคุมโรคขาดสารไอโอดีน
ของสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ในพื้นที่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น
ผ่านแบบรายงานออนไลน์ได้ที่ <https://goo.gl/m7HRpY> หรือ QR-code ที่กำหนด นั้น

จังหวัดนครพนมได้รับแจ้งว่า เนื่องจากคณะรัฐมนตรีได้มีมติเห็นชอบเมื่อวันที่ ๒๗ สิงหาคม
๒๕๕๕ กำหนดให้วันที่ ๒๕ มิถุนายนของทุกปี เป็นวันไอโอดีนแห่งชาติ เพื่อเป็นการเทิดพระเกียรติ
พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ ๙ ซึ่งสภานานาชาติเพื่อการควบคุมการขาดสารไอโอดีน
(International Council for Control of Iodine Deficiency Disorders, ICCIDD ได้ทูลเกล้าถวายเหรียญทอง
ICCIDD แด่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ ๙ และเป็นพระมหากษัตริย์พระองค์แรกของโลก
ที่ได้รับรางวัลนี้ เมื่อวันที่ ๒๕ มิถุนายน ๒๕๕๐ และเพื่อใช้เป็นวันกิจกรรมรวมพลังประสานความร่วมมือ
ร่วมใจจากทุกฝ่ายในการควบคุมและป้องกันโรคขาดสารไอโอดีนไม่ให้เป็นปัญหาทางสาธารณสุข ประกอบกับ
สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ทรงรับเป็นองค์ประธานกรรมการ คณะกรรมการ
ควบคุมโรคขาดสารไอโอดีนแห่งชาติ กรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นพิจารณาแล้วเพื่อเป็นการสนับสนุน
ให้เกิดกิจกรรมรณรงค์ในการป้องกันโรคขาดสารไอโอดีนอย่างต่อเนื่อง จึงขอแจ้งให้องค์กรปกครอง-
ส่วนท้องถิ่นดำเนินการ ดังนี้

๑. รายงานการขับเคลื่อนโครงการตามพระราชดำริด้านการควบคุมโรคขาดสารไอโอดีน
ของสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ผ่านแบบรายงานออนไลน์ ได้ที่
<https://goo.gl/m7HRpY> หรือ QR-code ที่กำหนด ให้กรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นทราบภายในวันที่
๒๕ ของทุกเดือน

๒. พิจารณาออกข้อบัญญัติ/เทศบัญญัติ รวมถึงการบรรจุในแผนพัฒนาท้องถิ่นสี่ปี
ขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในการควบคุมและป้องกันโรคขาดสารไอโอดีน

/๓. ขอความร่วมมือร้านค้า...

๓. ขอความร่วมมือร้านค้าในท้องถิ่นให้จำหน่ายเกลือเสริมไอโอดีนที่ได้มาตรฐาน และพิจารณาจัดทำป้ายเกียรติคุณให้ร้านค้าดังกล่าว “ร้านนี้จำหน่ายเกลือเสริมไอโอดีนเท่านั้น” ตลอดจนพิจารณาใช้มาตรการทางสังคมให้ประชาชนสอดส่องรถเร่ในพื้นที่ ไม่ให้อุดหนุนซื้อเกลือที่ไม่ได้มาตรฐาน โดยผ่านการสุ่มตรวจของนักเรียนที่เป็นอาสาสมัครในการคุ้มครองผู้บริโภคด้านสุขภาพในโรงเรียนและชุมชน หรืออาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน(อสม.)

๔. พิจารณาจัดกิจกรรมรณรงค์ประชาสัมพันธ์อย่างต่อเนื่อง ในการส่งเสริมและสนับสนุน การให้ความรู้เรื่องไอโอดีน ตลอดจนการเลือกใช้ การเก็บรักษา และวิธีใช้เกลือเสริมไอโอดีนและผลิตภัณฑ์ บรรจุเสริมไอโอดีนในหลายช่องทาง เช่น เสียงตามสาย แผ่นป้ายประชาสัมพันธ์ วิทยุชุมชน เป็นต้น โดยเฉพาะในเดือนมิถุนายน ซึ่งกำหนดให้วันที่ ๒๕ มิถุนายนของทุกปี เป็นวันไอโอดีนแห่งชาติ และในปี พ.ศ. ๒๕๖๑ มีแนวทางการจัดงานรณรงค์ เนื่องในวันไอโอดีนแห่งชาติ ในหัวข้อ “สานพลังเมืองปราชญ์ เสริมพลังสร้างชาติด้วยไอโอดีน”

๔.๑ จัดงานรณรงค์เนื่องในวันไอโอดีนแห่งชาติ โดยมอบหมาย/กระตุ้นให้ อสม. (ทูตไอโอดีน) ทบทวนบทบาทของทูตไอโอดีน ประกอบด้วย ให้ความรู้เรื่องโรคขาดไอโอดีน ตรวจเกลือ บริโภคในร้านค้า คริวเรื่อน สกัดเกลือที่จำหน่ายเพื่อการบริโภคแต่ไม่เสริมไอโอดีนไม่ให้เข้ามาจำหน่าย ในพื้นที่ แนะนำให้ชาวบ้านรู้จักเกลือซื้อผลิตภัณฑ์อาหารเสริมไอโอดีนมาบริโภคในครัวเรือน ร่วมขับเคลื่อน ชุมชน/หมู่บ้านไอโอดีน

๔.๒ พิจารณาจัดทำป้าย หรือคัทเอาท์ขนาดใหญ่เขียนข้อความ “วันไอโอดีน แห่งชาติ ๒๕ มิถุนายน สานพลังเมืองปราชญ์ เสริมพลังสร้างชาติด้วยไอโอดีน” ตามความเหมาะสมและ บริบทของพื้นที่โดยคำนึงถึงสถานะการเงินการคลังขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น

๔.๓ ขับเคลื่อนชุมชน หมู่บ้านทุกแห่ง สู่การเป็นหมู่บ้านไอโอดีน

๕. ให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นพิจารณาใช้เงินกองทุนหลักประกันสุขภาพในระดับท้องถิ่น หรือพื้นที่เพื่อสนับสนุนงบประมาณและส่งเสริมองค์ความรู้เรื่องความสำคัญของการป้องกันโรคขาดสาร ไอโอดีนในชุมชนอย่างต่อเนื่อง

ทั้งนี้ สามารถดาวน์โหลดเอกสารได้ที่ www.dla.go.th ในส่วนของ “หนังสือราชการ” รายละเอียดปรากฏตามสิ่งที่ส่งมาด้วย

จึงเรียนมาเพื่อทราบและพิจารณาดำเนินการ สำหรับอำเภอขอให้แจ้งองค์กรปกครอง- ส่วนท้องถิ่น ในพื้นที่รับผิดชอบทราบและดำเนินการต่อไป

ขอแสดงความนับถือ



(นายดำรงค์ สิริวิชัย อัมวิเศษ)

รองผู้ว่าราชการจังหวัด ปฏิบัติราชการแทน

ผู้ว่าราชการจังหวัดนครพนม

สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นจังหวัด

กลุ่มงานส่งเสริมและพัฒนาท้องถิ่น

โทร./โทรสาร ๐-๔๒๕๑-๕๖๓๓

ด่วนที่สุด

ที่ มท ๐๘๑๐.๕/ว ๑๗๕๔



กรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นจังหวัดนครพนม
เลขทะเบียน 4839 - 14 มิ.ย. 2561

ผ.บ.ท. ก.บ.ท. ก.จ.ท. ก.ส.ท. ก.จ.ท.

กรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น

ถนนนครราชสีมา เขตดุสิต กทม. ๑๐๓๐๐

๑๓ มิถุนายน ๒๕๖๑

เรื่อง ขอความร่วมมือในการดำเนินการป้องกันและแก้ไขปัญหาโรคขาดสารไอโอดีนอย่างเข้มแข็งและยั่งยืน
เรียน ผู้ว่าราชการจังหวัด ทุกจังหวัด

อ้างถึง หนังสือกรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น ด่วนที่สุด ที่ มท ๐๘๑๐.๕/ว ๑๑๗๕ ลงวันที่ ๒๕ เมษายน ๒๕๖๑

- | | |
|---|-------------|
| สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. สื่อประชาสัมพันธ์ | จำนวน ๑ ชุด |
| ๒. อินโฟกราฟิก (Infographic) ไอโอดีน | จำนวน ๑ ชุด |
| ๓. แนวทางการจัดงานรณรงค์ เนื่องในวันไอโอดีนชาติ ฯ | จำนวน ๑ ชุด |

ตามที่อ้างถึง กรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นขอความร่วมมือจังหวัดแจ้งองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นพิจารณาให้ความร่วมมือขับเคลื่อนโครงการตามพระราชดำริด้านการควบคุมโรคขาดสารไอโอดีนของสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี โดยถือปฏิบัติตามระเบียบ/กฎหมายที่เกี่ยวข้อง โดยสามารถปรึกษาการดำเนินงานได้จากศูนย์อนามัยเขตที่ ๑ - ๑๒ และสำนักงานสาธารณสุขจังหวัด ในการดำเนินการ และขอให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น รายงานการขับเคลื่อนโครงการตามพระราชดำริด้านการควบคุมโรคขาดสารไอโอดีนของสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ในพื้นที่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นผ่านแบบรายงานออนไลน์ ได้ที่ <https://goo.gl/m7HRpY> หรือ QR - code ที่กำหนด นั้น

เนื่องจากคณะรัฐมนตรี ได้มีมติเห็นชอบเมื่อวันที่ ๒๗ สิงหาคม ๒๕๔๕ กำหนดให้วันที่ ๒๕ มิถุนายนของทุกปี เป็นวันไอโอดีนแห่งชาติ เพื่อเป็นการเทิดพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ ๙ ซึ่งสภานานาชาติเพื่อการควบคุมการขาดสารไอโอดีน (International Council for Control of Iodine Deficiency Disorders, ICCIDD) ได้ทูลเกล้าถวายเหรียญทอง ICCIDD แต่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ ๙ และเป็นพระมหากษัตริย์พระองค์แรกของโลกที่ได้รับรางวัลนี้ เมื่อวันที่ ๒๕ มิถุนายน ๒๕๔๐ และเพื่อใช้เป็นวันกิจกรรมรณรงค์ประชาสัมพันธ์ความร่วมมือร่วมใจจากทุกฝ่ายในการควบคุมและป้องกันโรคขาดสารไอโอดีนไม่ให้เป็นปัญหาทางสาธารณสุข ประกอบกับสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ทรงรับเป็นองค์ประธานกรรมการ คณะกรรมการควบคุมโรคขาดสารไอโอดีนแห่งชาติ กรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นพิจารณาแล้วเพื่อเป็นการสนับสนุนให้เกิดกิจกรรมรณรงค์ในการป้องกันโรคขาดสารไอโอดีนอย่างต่อเนื่อง เห็นควรขอความร่วมมือจังหวัดแจ้งองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในพื้นที่ ในการดำเนินการ ดังนี้

๑. รายงานการขับเคลื่อนโครงการตามพระราชดำริด้านการควบคุมโรคขาดสารไอโอดีนของสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ผ่านแบบรายงานออนไลน์ ได้ที่ <https://goo.gl/m7HRpY> หรือ QR - code ที่กำหนด ให้กรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นทราบภายในวันที่ ๒๕ ของทุกเดือน
๒. พิจารณาออกข้อบัญญัติ/เทศบัญญัติท้องถิ่น รวมถึงการบรรจุในแผนพัฒนาท้องถิ่นสี่ปีขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ในการควบคุมและป้องกันโรคขาดสารไอโอดีน

๓. ขอความร่วมมือร้านค้าในท้องถิ่นให้จำหน่ายเกลือเสริมไอโอดีนที่ได้มาตรฐาน และพิจารณาจัดทำป้ายเกียรติคุณให้ร้านค้าดังกล่าว “ร้านนี้จำหน่ายเกลือเสริมไอโอดีนเท่านั้น” ตลอดจนพิจารณาใช้มาตรการทางสังคมให้ประชาชนสอดส่องรณรงก์ในพื้นที่ ไม่ให้อุดหนุนซื้อเกลือที่ไม่ได้มาตรฐาน โดยผ่านการสุ่มตรวจของนักเรียนที่เป็นอาสาสมัครในการคุ้มครองผู้บริโภคด้านสุขภาพในโรงเรียนและชุมชน หรืออาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.)

๔. พิจารณาจัดกิจกรรมรณรงก์ประชาสัมพันธ์อย่างต่อเนื่อง ในการส่งเสริมและสนับสนุนการให้ความรู้เรื่องไอโอดีน ตลอดจน การเลือกใช้ การเก็บรักษา และวิธีใช้เกลือเสริมไอโอดีน และผลิตภัณฑ์ปรุงรสเสริมไอโอดีน ในหลายช่องทาง เช่น เสียงตามสาย แผ่นป้ายประชาสัมพันธ์ วิทยุชุมชน เป็นต้น โดยเฉพาะในเดือนมิถุนายน ซึ่งกำหนดให้วันที่ ๒๕ มิถุนายนของทุกปี เป็นวันไอโอดีนแห่งชาติ และในปี พ.ศ. ๒๕๖๑ มีแนวทางการจัดงานรณรงก์ เนื่องในวันไอโอดีนแห่งชาติ ในหัวข้อ “สานพลังเมืองปราชญ์เสริมพลังสร้างชาติด้วยไอโอดีน” โดยมีรายละเอียด ดังนี้

๔.๑ จัดงานรณรงก์เนื่องในวันไอโอดีนแห่งชาติ โดยมอบหมาย/กระตุ้นให้ อสม. (ทูตไอโอดีน) ทบทวนบทบาทของทูตไอโอดีน ประกอบด้วย ให้ความรู้เรื่องโรคขาดสารไอโอดีน ตรวจเกลือบริโภคในร้านค้า ครั้วเรือน สกัดเกลือที่จำหน่ายเพื่อการบริโภคแต่ไม่เสริมไอโอดีนไม่ให้เข้ามาจำหน่ายในพื้นที่ แนะนำให้ชาวบ้านรู้จักเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารเสริมไอโอดีนมาบริโภคในครั้วเรือน ร่วมขับเคลื่อนชุมชน/หมู่บ้านไอโอดีน ติดตามหญิงตั้งครรภ์ให้รับมาฝากครรภ์ตั้งแต่ทราบที่ตั้งครรภ์และกินยาวิตามินเสริมไอโอดีนทุกวัน ตลอดการตั้งครรภ์จนหลังคลอด ๖ เดือน ที่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่

๔.๒ พิจารณาจัดทำป้าย หรือคัทเอ้าท์ขนาดใหญ่เขียนข้อความ “วันไอโอดีนแห่งชาติ ๒๕ มิถุนายน สานพลังเมืองปราชญ์ เสริมพลังสร้างชาติด้วยไอโอดีน” ตามความเหมาะสมและบริบทของพื้นที่โดยคำนึงถึงสถานะการเงินการคลังขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น

๔.๓ ขับเคลื่อนชุมชน หมู่บ้านทุกแห่ง สู่การเป็นหมู่บ้านไอโอดีน

๕. ให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นพิจารณาใช้เงินกองทุนหลักประกันสุขภาพในระดับท้องถิ่น หรือพื้นที่เพื่อสนับสนุนงบประมาณและส่งเสริมองค์ความรู้เรื่องความสำคัญของการป้องกันโรคขาดสารไอโอดีนในชุมชนอย่างต่อเนื่อง

ทั้งนี้ สามารถดาวน์โหลดสิ่งส่งมาด้วย ได้ที่ www.dla.go.th ในส่วนของ “หนังสือราชการ”

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาดำเนินการต่อไป

ขอแสดงความนับถือ




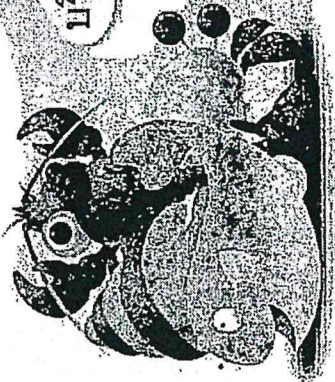
(นายสุทธิพงษ์ จุลเจริญ)
อธิบดีกรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น

กองพัฒนาและส่งเสริมการบริหารงานท้องถิ่น
ส่วนส่งเสริมการสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม
โทรศัพท์/โทรสาร ๐-๒๒๔๑-๙๐๐๐ ต่อ ๒๑๑๓

การป้องกันโรคขาดสารไอโอดีนทำได้อย่างไร

บริโภคเกลือเสริมไอโอดีน

เลือกซื้อเฉพาะเกลือที่เสริมไอโอดีน โดยตรวจดูจากฉลากของเกลือที่เขียนว่า "เกลือบริโภคเสริมไอโอดีน" และมีเลข อย. 

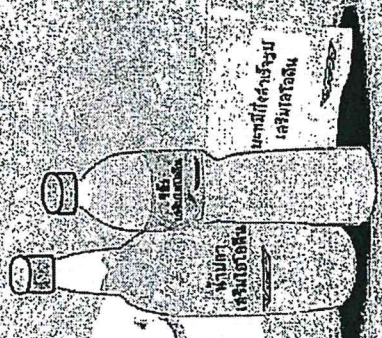


บริโภคอาหารทะเลเป็นประจำ

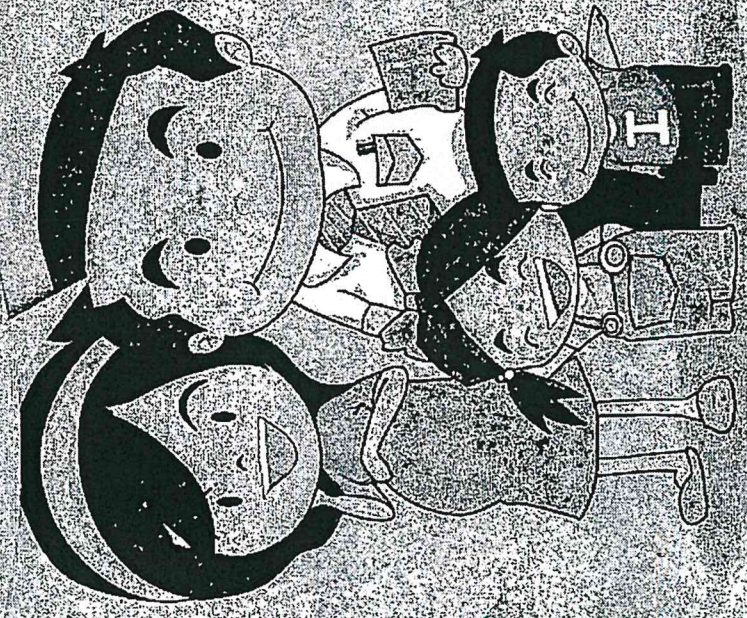
เช่น ปลาทู ทอย นู กุ้งทะเล

บริโภคอาหารที่เติมสารไอโอดีน

เช่น น้ำปลา น้ำเกลือปรุงอาหาร ซอส ซีอิ๊ว
บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป



มารู้จัก
โรคขาดสารไอโอดีน
และวิธีป้องกัน
กันเถอะ

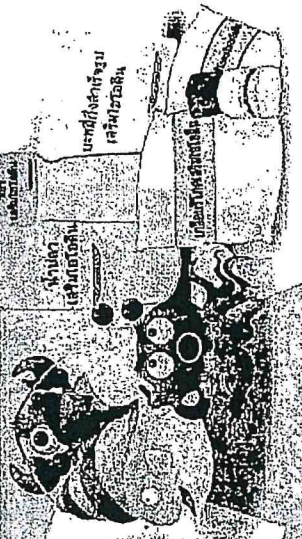


สำนักโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข
นนทบุรี 11000 โทรศัพท์ 02-590-4329 โทรสาร 02-590-4339
<http://nutrition.amamaindoph.go.th>

โรคขาดสารไอโอดีน

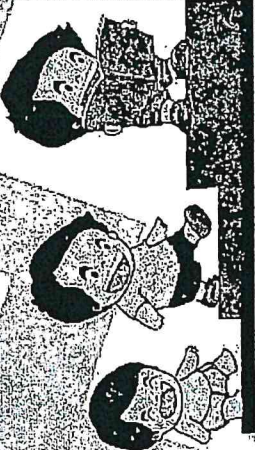
เด็กขาดไอโอดีนคืออย่างไร

เป็นสารอาหารที่จำเป็นต่อร่างกายใช้สร้างฮอร์โมนของต่อมไทรอยด์



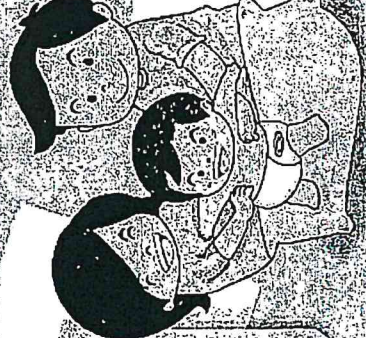
มี 50% ของเด็กเป็นโรคขาดสารไอโอดีน

กระตุ้นให้ร่างกายมีการเจริญเติบโต โดยเฉพะสมอง และระบบประสาท ทำให้เกิดปัญญาอ่อน และสติปัญญาบกพร่อง



โรคนี้สามารถป้องกันได้

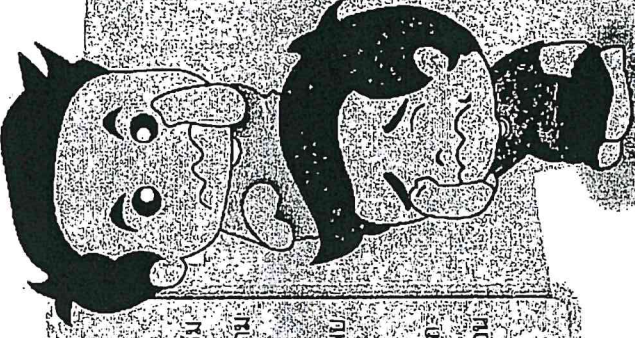
ร่างกายต้องการปริมาณเล็กน้อย แต่จำเป็นต่อร่างกาย
เด็กต้องการ 90-120 ไมโครกรัม / วัน
ผู้ใหญ่ 150 ไมโครกรัม / วัน
หญิงตั้งครรภ์และให้นมบุตร 250 ไมโครกรัม / วัน



โรคขาดสารไอโอดีน มีอาการอย่างไร

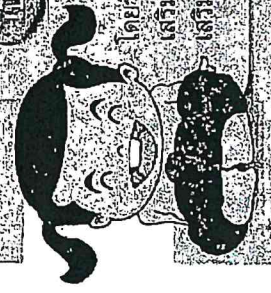
อาการของโรคขาดสารไอโอดีน

ผู้ใหญ่ มีอาการเกี่ยวกับคอหอย-อ่อนเพลีย-ง่วงซึม-ท้องผูก-มีคอพองแห้ง-เสียงแหบ-เหนื่อยง่าย-ทนความหนาวเย็นไม่ค่อยได้
เด็ก-บอกรวดจะมีอาการคอหอยผู้ใหญ่แล้ว-ยังพบอาการของขาดทั้งจิตใจ-และเขตร่างกายผิดปกติ-ครั้งแรกเกิด-มีความสติปัญญาและวามแข็งแรงจะมีอาการทางสมอง-ทำให้เกิดภาวะปัญญาอ่อน-ไปลดการอ่านได้



เป็นโรคขาดสารไอโอดีนได้อย่างไร

จากภาวะขาดสารไอโอดีน-สามารถรักษาได้-โดยรับประทานธาตุทะเลหรือใช้เกลือบริโภค-เสริมไอโอดีน-ขนาดเสริมไอโอดีน-และผลิตภัณฑ์เสริมไอโอดีน-บางองค์อาจติดต่อกันทุกวัน



เลือกซื้อเกลือเสริมไอโอดีนที่มีคุณภาพ - ตัวอย่าง?

"เกลือเสริมไอโอดีน" ที่มีคุณภาพและได้รับการรับรองจาก กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข ต้องดูดังต่อไปนี้

ฉลากของเกลือบริโภคต้องมีข้อความ

- ชื่อเกลือเป็นภาษาไทย
- มีเครื่องหมายรับรอง "อาหารเพิ่มสารอาหาร" (Nutrition Seal)
- ระบุ เดือน และปี ที่ผลิตโดยมี ข้อความว่า "ผลิต"กำกับไว้ด้วย
- มีข้อความว่า "คว่ำบริโภคก่อน....." กำกับไว้ด้วย
- มีชื่อ/ที่อยู่ ผู้ผลิตหรือจำหน่าย
- มีข้อความ "ควรเก็บไว้ในที่ร่มและแห้ง"

รายละเอียดบนซองเกลือ:

กระทรวงสาธารณสุข
กรมอนามัย
เกลือบริโภคเสริมไอโอดีน
IODIZED SALT
ผลิตจากเกลือบริสุทธิ์ ผสมไอโอดีน 5,100,000 ไมโครกรัมต่ออาหารบริโภคในภาคทุกภาค
แบ่งบรรจุและจำหน่ายโดย
ร้านขายยาสยาม
72 หมู่ 6 ต.คลองเตย
อ.สาบเสือ
จ.ราชบุรี
โทร. 054-250536
0-1883-4511

ระบุ น้ำหนักสุทธิเป็นระบบเมตริก(กรัม หรือ กิโลกรัม)

อาหารเพิ่มสารอาหาร NUTRITION SEAL
กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

เครื่องหมายรับรอง อาหารเพิ่มสารอาหาร

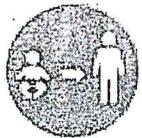
กรมอนามัย ส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี

เสริมไอโอดีน เพื่อลูกในท้อง

หากได้รับปริมาณ "ไอโอดีน" ไม่เพียงพอ จะส่งผลร้ายต่อลูกในท้อง

ไอโอดีนคือ?

แร่ธาตุที่จำเป็นต่อการเจริญเติบโต และสติปัญญา



ร่างกาย



สมอง

ปริมาณไอโอดีนที่ควรได้รับต่อวัน



คนทั่วไป

150

ไมโครกรัม



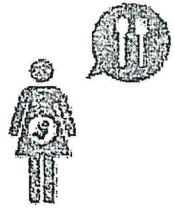
หญิงตั้งครรภ์, หญิงให้นมบุตร

250

ไมโครกรัม



ไอโอดีนที่ได้จากอาหารทะเล
เกลือเสริมไอโอดีน และเครื่องปรุงรส
เสริมไอโอดีนอาจไม่เพียงพอ
ต่อหญิงตั้งครรภ์



แหล่งของไอโอดีน



อาหารทะเล



เกลือเสริมไอโอดีน



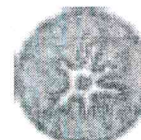
เครื่องปรุงรสเสริมไอโอดีน



หากแม่ขาดไอโอดีน จะส่งผลร้ายต่อเด็ก



สมองพัฒนาไม่สมบูรณ์
สติปัญญาต่ำ อีคิวลดลง



โรคอ้วน ระบบประสาท
และกล้ามเนื้อผิดปกติ เป็นไข้
หูหนวก สมองพิการแต่กำเนิด

วิธีป้องกันการขาดไอโอดีน

กินยาเม็ดเสริมไอโอดีนทุกวัน จนกระทั่ง **1** ปี
ตลอดการตั้งครรภ์ถึงหลังให้นมบุตร 6 เดือน





บ้านระสาทดกษสลายโรคหนพอก

ตามรอยพ่อ

คุณพ่อ... คุณแม่... คุณครู... คุณพี่...
คุณน้อง... คุณลุง... คุณตา...
คุณยาย... คุณน้า... คุณอา...

คุณพ่อ... คุณแม่... คุณครู...
คุณพี่... คุณน้อง... คุณลุง...
คุณตา... คุณยาย... คุณน้า...
คุณอา...



Change
Change your life
เปลี่ยนชีวิตคุณ



สมองดี เริ่มต้นที่ไอโอดีน



ไอโอดีน...
ไอโอดีน...
ไอโอดีน...



ไอโอดีน...
ไอโอดีน...
ไอโอดีน...



ไอโอดีน...
ไอโอดีน...
ไอโอดีน...



ไอโอดีน...
ไอโอดีน...
ไอโอดีน...



ไอโอดีน...
ไอโอดีน...
ไอโอดีน...



ไอโอดีน...
ไอโอดีน...
ไอโอดีน...



ไอโอดีน...
ไอโอดีน...
ไอโอดีน...

ไอโอดีน

สารอาหารสำคัญ

ที่หลายครั้งถูกมองข้าม

อาจเพียงเพราะมันเป็นเรื่องใกล้ตัวเรเกินไป

อาจเพียงเพราะเรคิดถึงตัวเรแล้ว

แต่มีก็คน

ที่เข้าใจอย่างแท้จริง

เพราะปัจจุบัน

ยังพบว่าหลายพื้นที่ได้รับปริมาณไอโอดีน ไม่เพียงพอ

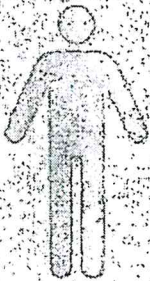
Change For Good

เปลี่ยนเพื่อโลกที่ดีกว่า

ตอน มิถุนา พาเข้าใจ ทานเท่าไร
ถึงได้รับไอโอดีนเพียงพอ

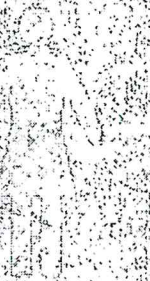
ไม่ใช่เกลือทุกชนิดที่มีไอโอดีนเพียงพอ
ต้องเกลือเสริมไอโอดีนเท่านั้น

150



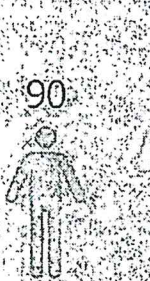
ผู้ใหญ่

120



เด็กนักเรียน

90



เด็กเล็ก

250

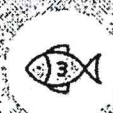


หญิงตั้งครรภ์

ปริมาณที่ควรบริโภค
ต่อวัน

หน่วยเป็น : ไมโครกรัม

แหล่งอาหารที่ให้ ไอโอดีน 100 ไมโครกรัม



ปลาทู ตัวครึ่ง



หอยขมลวก
50 ตัว



ไข่ไก่ 5 ฟอง



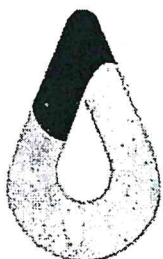
นม 3 กล่อง



สารละลายไอโอดีน
50 กรัม



เกลือเสริมไอโอดีน 1/4 ช้อนชา



อาสาสมัครท้องถิ่นรักโลก

LOCAL ADMINISTRATION VOLUNTEER TO SAVE THE PLANET

ท้องถิ่นไทย

ร่วมด้วย ช่วยกัน ส่งเสริม

ให้ทุกคนทานอาหารที่มี ไอโอดีน เพียงพอ

ชีวิตขาดไอโอดีนไม่ได้ ถึงไม่ตายก็เสี่ยงไม่โต

เซลล์สมองไม่พัฒนา
เกิดมาตึยแคะแทรน

อัตราแท่ง
หรือการตายสูง

ไอคิวต่ำ
ต่อยสติปัญญา
สมองไม่พัฒนา

มีอาการคอปอก
ร่างกายอ่อนแอ ไม่สดชื่น
ชายเสี่ยงสมรรถภาพ
ทางเพศเสื่อม

หญิงประจำเดือน
จะผิดปกติ

เกลือ
เสริมไอโอดีน
1 ช้อนชา
มี 150
ไมโครกรัม

น้ำปลา
เสริมไอโอดีน
1 ช้อนชา
มี 10.6
ไมโครกรัม

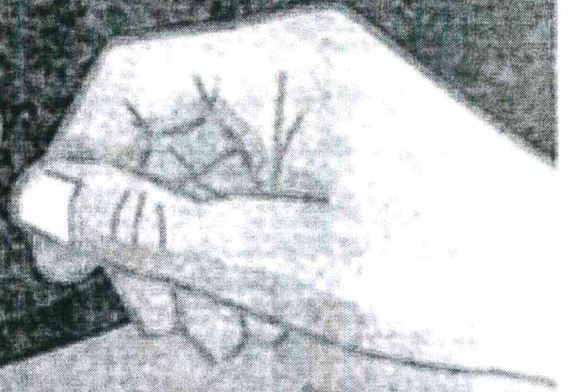


จะซื้ออาหารกินหรือทำกินเองทุกครั้ง
เลือกที่มีเสริมเกลือไอโอดีนด้วยนะ

กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี



ประโยชน์ 9 ข้อ ของ ไอโอดีน



1



พัฒนาระบบ
ควบคุมระบบประสาท
ทำให้อ่านเขียนไวขึ้น

2



ควบคุมน้ำหนักคือ
เมตาบอลิซึม
ไอน์ส่วนเกิน

3



ส่งเสริมการเจริญเติบโต
ของร่างกาย

4



ทำให้ร่างกายมีพลัง
เพิ่มความสามารถเรียนรู้

5



น้ำตามันมี เย็น
ป้องกันและฟื้นฟู
ให้แข็งแรง

6



กระตุ้นการทำงาน
ของหัวใจให้ดีขึ้น

7



กระตุ้นให้มีการ
หลั่งน้ำนม
ของมารดาเพิ่มขึ้น

8

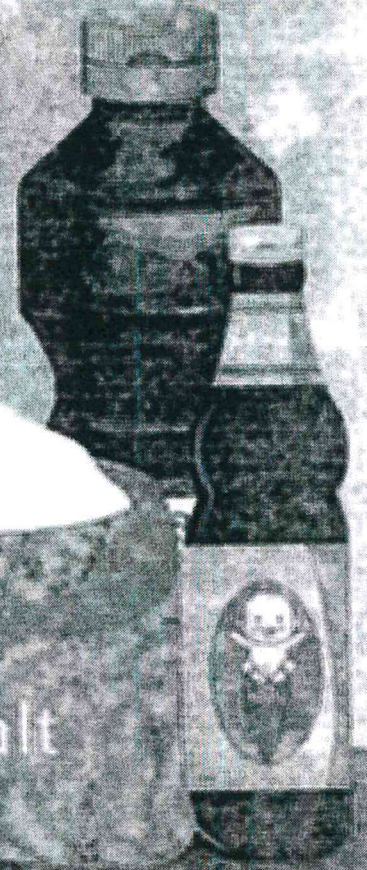


ช่วยการจับตัวโปรตีน
ควบคุมการกระจายตัวของ
น้ำในช่องว่าง

9



ป้องกันไม่ให้เด็กพิการ
หญิงตั้งครรภ์ง่าย
และเสื่อมสมรรถภาพ
ทางเพศในผู้ชาย



Salt

กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี

แนวทางการจัดงานรณรงค์ เนื่องในวันไอโอดีนแห่งชาติ
“สานพลังเมืองนักปราชญ์ เสริมพลังสร้างชาติด้วยไอโอดีน”
๒๕ มิถุนายน ๒๕๖๑

๑. จัดงานรณรงค์เนื่องในวันไอโอดีนแห่งชาติ
“สานพลังเมืองนักปราชญ์ เสริมพลังสร้างชาติด้วยไอโอดีน”

สถานที่ ตามความเหมาะสม

- มอบหมาย / กระตุ้นให้ อสม. (ทูตไอโอดีน) ทบทวนบทบาทของทูตไอโอดีน
บทบาทและหน้าที่ทูตไอโอดีน (อสม.)

๑. ให้ความรู้เรื่องโรคขาดสารไอโอดีน
๒. ตรวจสอบเกลือบริโภคในร้านค้า ครั้วเรือน
๓. สกัดเกลือที่จำหน่ายเพื่อการบริโภคแต่ไม่เสริมไอโอดีน ไม่ให้เข้ามาจำหน่ายในพื้นที่
๔. แนะนำให้ชาวบ้านรู้จักเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารเสริมไอโอดีน มาบริโภคในครั้วเรือน
๕. ร่วมขับเคลื่อนชุมชน/หมู่บ้านไอโอดีน
๖. ติดตามหญิงตั้งครรภ์ให้รับฝากครรภ์ตั้งแต่ทราบว่าตั้งครรภ์และกินยาวิตามินเสริมไอโอดีนทุกวันตลอดการตั้งครรภ์จนหลังคลอด ๖ เดือน ที่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่

๒. จัดทำป้าย หรือ คัทเอ๊าท์ขนาดใหญ่ เขียนข้อความ

วันไอโอดีนแห่งชาติ ๒๕ มิถุนายน

“สานพลังเมืองนักปราชญ์ เสริมพลังสร้างชาติด้วยไอโอดีน”

● กิจกรรมในงาน

- ประธาน อสม. (ทูตไอโอดีน) MOU กับประธานเปิดงาน จะปฏิบัติหน้าที่ของทูตไอโอดีนเพื่อส่งเสริมสติปัญญาของคนไทย
- หรือ มีการแจกรางวัลแก่ อสม. (ทูตไอโอดีน) ดีเด่น ประเมินจากผลงานที่ผ่านมา
- จัดนิทรรศการให้ความรู้
- สาธิตการตรวจคุณภาพเกลือบริโภค
- สาธิตการประกอบอาหาร ที่ปรุงประกอบด้วยผลิตภัณฑ์เสริมไอโอดีน
- ออกร้านจำหน่ายอาหารจากร้านที่ใช้ผลิตภัณฑ์ปรุงรสเสริมไอโอดีน
- จัดกิจกรรมอื่นๆ ตามความเหมาะสม

● กิจกรรมต่อเนื่อง

- ขับเคลื่อนชุมชน หมู่บ้านทุกแห่ง สู่การเป็นหมู่บ้านไอโอดีน

(ตัวอย่าง) ร่างแผนปฏิบัติการขับเคลื่อนระบบเกลือเสริมไอโอดีนยั่งยืน ปี 2560 - 2564

หน่วยงานรับผิดชอบ	โครงการ/แผนงาน	กิจกรรม	งบประมาณ (รายปี)		
			2561	2562	2563
กระทรวงมหาดไทย	<p>โครงการ/แผนงาน</p> <ul style="list-style-type: none"> - แผนสร้างเสริมความเข้มแข็งของชุมชน/หมู่บ้านไอโอดีนอย่างยั่งยืน 	<ul style="list-style-type: none"> - อปท. ตั้งข้อบัญญัติงบประมาณให้มีเรื่องการป้องกันและควบคุมโรคขาดสารไอโอดีนในชุมชนให้อยู่ในแผนการดำเนินงาน 4 ปี โดยเน้นแผนงานที่ชุมชนร่วมกันคิดร่วมกันทำ และดำเนินการร่วมกับหน่วยงานสาธารณสุข และครูในพื้นที่ - รมว.สาธารณสุข โดยเน้นการสื่อสารถึงความสำคัญของการได้รับสารไอโอดีนต่อสุขภาพแม่และเด็ก เพื่อให้ชุมชนเกิดความตระหนัก และเกิดการรณรงค์ด้านไอโอดีนอย่างต่อเนื่อง - อปท. ร่วมกับหน่วยงานสาธารณสุข จัดประกวดชุมชน/หมู่บ้านไอโอดีน เพื่อเชิญเกียรติหรือให้รางวัลแก่ชุมชน/หมู่บ้านดีเด่น และต้องเข้าไปประเมินและให้ความช่วยเหลือชุมชน/หมู่บ้านที่ไม่ผ่านการประเมินหรือคะแนนประเภทย่อย เพื่อศึกษาสภาพปัญหาในแต่ละพื้นที่และวางแผนแก้ไขร่วมกันให้มีชุมชน/หมู่บ้านไอโอดีนที่มีคุณภาพมากขึ้น - ส่งเสริมให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นใช้กองทุนหลักประกันสุขภาพในระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่มากขึ้น เพื่อการสนับสนุนงบประมาณและส่งเสริมองค์ความรู้เรื่องความสำคัญของการป้องกันโรคขาดสารไอโอดีนในชุมชนอย่างต่อเนื่อง - จัดตั้งกองทุนเกลือเสริมไอโอดีนในชุมชน ดำเนินการร่วมกับผู้ผลิตเกลือเสริมไอโอดีนในชุมชน และกำกับ ติดตาม ตรวจสอบให้การดำเนินงานของกองทุนสามารถดำเนินการได้อย่างต่อเนื่อง ยั่งยืน - ประสานผู้ว่าราชการจังหวัดทุกจังหวัด และสำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นจังหวัดทั่วประเทศ ให้มีการส่งเสริมให้ประชาชนเลือกบริโภคเกลือและผลิตภัณฑ์เสริมไอโอดีนที่มีคุณภาพอย่างต่อเนื่อง *** รูปแบบกิจกรรมขึ้นอยู่กับพื้นที่ในแหล่งผลิตของแต่ละจังหวัด 	2561	2562	2563
สำนักงานปลัดกระทรวงมหาดไทย และสำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นจังหวัด	<ul style="list-style-type: none"> - การสร้างเสริมความเข้มแข็งของชุมชน/หมู่บ้านไอโอดีนอย่างยั่งยืน 				