**Jodversorgung von Schwangeren hat sich wieder verschlechtert**

**Aktuelle Untersuchungen weisen vermehrt Vergrößerungen und Befunde der Schilddrüse nach**

**Obwohl sich die Jodversorgung in Deutschland in den letzten Jahren allgemein verbessert hat, zeichnet sich bei vielen Schwangeren und Stillenden wieder eine Verschlechterung ab. Dies bestätigt auch eine aktuelle Untersuchung von rd. 1000 Schwangeren im Raum Rostock, bei der bei etwa einem Drittel der Untersuchten eine vergrößerte Schilddrüse (Kropf) und bei 60 Prozent auffällige Schilddrüsenbefunde (Knoten, Zysten, Verkalkungen etc.) festgestellt wurden. Dies kann schwerwiegende gesundheitliche Auswirkungen sowohl für Schwangere als auch für Neugeborene haben, warnt der Arbeitskreis Jodmangel.**

Als Grund für die sich verschlechternde Jodversorgung bei Schwangeren und Stillenden nennen die Experten des Arbeitskreises Jodmangel in erster Linie die Tatsache, dass Jodtabletten zur Kropfvorsorge in der Schwangerschaft und Stillzeit nicht mehr verordnet werden dürfen. Auch Untersuchungen der Schilddrüse gehören vielfach nicht mehr zur routinemäßigen Schwangerschafts-Vorsorge.

Viele Schwangere, die von sich aus nicht bewusst auf eine ausreichende Jodversorgung achten, sind somit ungewollt einem Jodmangel ausgesetzt. Dies kann bei Schwangeren und Neugeborenen zu einem Kropf und zu einer Schilddrüsenunterfunktion führen. Dadurch kann es vermehrt zu geistigen und körperlichen Entwicklungsstörungen des Kindes kommen.

Der Trend zu einer Verschlechterung der Jodversorgung bei Schwangeren wird auch bei einer Untersuchung von etwa tausend Schwangeren im Großraum Hamburg/Schleswig-Holstein deutlich, die von dem Hamburger Frauenarzt Professor Dr. Heinz G. Bohnet durchgeführt wurde. Danach hatten in den neunziger Jahren etwa 7,9 Prozent der Schwangeren eine durch Jodmangel bedingte Schilddrüsenunterfunktion. Intensive Aufklärung und eine verbesserte Jodversorgung ließ die Unterfunktionsrate bei Schwangeren 2002 auf 2,5 Prozent zurückgehen. Seitdem ist aber wieder ein kontinuierlicher Anstieg zu registrieren. So lag sie 2005 bereits wieder bei knapp 5,0 Prozent.

Professor Bohnet und die Wissenschaftler des Arbeitskreises Jodmangel appellieren deshalb zu mehr Eigeninitiative der Schwangeren und Stillenden bei der Jodversorgung. Neben einer jodreichen Grundnahrung mit Seefisch, Milch und Milchprodukten, die ebenfalls wichtige Jodlieferanten sind, sowie der Verwendung von Jodsalz im Haushalt und von mit Jodsalz hergestellten Lebensmitteln empfehlen die Experten vor allem, zusätzlich 100 bis 150 Mikrogramm Jod täglich in Tablettenform zu sich zu nehmen. Dies sei die am einfachsten und am leichtesten zu kontrollierende Jodzufuhr, die zugleich eine optimale Jodzufuhr auch für Schwangere und Stillende mit erhöhtem Jodbedarf sicherstellt.

Groß-Gerau, August 2006
AKJ [www.jodmangel.de](http://www.jodmangel.de)