

نمک یددار را ابتدای پخت به غذا اضافه نکنید

معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی اراک تاکید کرد: به هیچ عنوان نباید از ابتدای پخت غذا به آن نمک اضافه کرد؛ چرا که ید موجود در آن از بین می‌رود...



معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی اراک تاکید کرد: به هیچ عنوان نباید از ابتدای پخت غذا به آن نمک اضافه کرد؛ چرا که ید موجود در آن از بین می‌رود.

دکتر عباس اسماعیلی در گفت‌وگو با ایسنا اظهار کرد: در حال حاضر رستوران‌ها و برخی از نانوائی‌ها به مصرف نمک‌های غیر یددار مبادرت می‌ورزند و این در حالی است که در صورت شناسایی این واحدها طبق مقررات قانونی با متخلفین برخورد می‌شود.

وی با بیان این که در کشورمان از طریق نمک، ید مورد نیاز بدن، تامین می‌شود، افزود: کمبود ید می‌تواند زمینه ساز مشکلات عدیده‌ای از جمله گواتر و عقب ماندگی‌های ذهنی و جسمی باشد.

اسماعیلی ادامه داد: از طریق آزمایش ادرار در کودکان، مشخص شده است که کمبود ید در استان به یک مشکل عمده تبدیل نشده است.

وی در خصوص نمک‌های تصفیه نشده گفت: نمک‌های تصفیه نشده سرشار از انواع آلودگی است و حتی می‌تواند منجر به سرطان‌زایی در افراد شود.

معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی اراک در پایان تصریح کرد: به طور مستمر از نمک‌های مورد استفاده در نانوائی‌ها آزمایش به عمل می‌آید و در صورت شناسایی متخلفین طبق قانون، آن‌ها به پرداخت جزای نقدی محکوم می‌شوند.