

济南市卫生健康委员会文件

济卫卫生免疫发〔2025〕2号

济南市卫生健康委员会 关于印发济南市科学补碘——保障母婴健康 “七个一”活动实施方案的通知

各区县（功能区）卫生健康局，委属有关单位：

为深入贯彻落实济南市地方病防治巩固提升行动方案（2023-2025年），提高孕妇碘营养水平，保障母婴健康，巩固地方病防治成果，根据省疾病预防控制中心、省卫生健康委员会《关于印发〈山东省科学补碘——保障母婴健康“六个一”活动方案〉的通知》（鲁疾控卫免字〔2024〕10号）要求，结合我市

实际，制定《济南市科学补碘—保障母婴健康“七个一”活动实施方案》，现印发给你们，请认真贯彻落实。

济南市卫生健康委员会
2025年1月21日

（此件主动公开）

济南市科学补碘——保障母婴健康 “七个一”活动实施方案

碘是人体新陈代谢和生长发育必不可少的微量营养素，对促进人体尤其是大脑的生长发育非常重要。胎儿期和婴幼儿期(0-3岁)是孩子大脑发育的关键时期，缺碘会影响大脑正常发育，严重的会造成克汀病、听力障碍、智力损伤等。孕妇和哺乳期妇女需要同时保障自身以及胎儿和婴幼儿碘营养需要，对碘的需要量多于普通人群。监测数据显示，近年来，济南市部分人群特别是孕妇碘营养水平持续降低，部分地方出现了因孕期碘营养不足影响胎儿生长发育的情况。为切实提高孕妇碘营养水平，巩固碘缺乏病消除成果，根据《山东省科学补碘——保障母婴健康“六个一”活动实施方案》要求，结合我市实际，制定本方案。

一、活动主题

科学补碘——保障母婴健康

二、活动范围和时间

活动在全市所有碘缺乏地区开展，时间为2025年1月下旬至2025年底。

三、活动目标

到2025年底，碘缺乏地区达到并保持以下目标：

(一) 孕妇碘缺乏病防治知识宣传普及率达95%以上，防治知识知晓率达90%以上。

(二) 孕妇合格碘盐食用率达到90%以上。

(三) 孕妇尿碘中位数达到 $150\mu\text{g/L}$ - $250\mu\text{g/L}$ 。

四、活动内容

(一) 发放一封公开信。各区县(功能区)承担婚前、孕前免费检查的医疗卫生机构,对参加检查的夫妻进行科学补碘健康教育,发放《致全市备孕妇女科学补碘的公开信》(模板见附件1),引导其树立科学补碘的正确理念,充分认识碘缺乏的危害,增强碘对人体健康特别是智力发育重要性的认识,关注自身碘营养状态,增强健康意识和自我保健能力。

(二) 开展一次膳食碘营养评估。承担孕产期保健、助产技术服务的医疗卫生机构,在孕妇建档或开展常规孕检时,由医生指导其扫描“碘盐选择小帮手”二维码(附件2),开展一次膳食碘营养自我评估,引导孕产妇了解自己的膳食碘营养状况,并给予科学补碘指导。

(三) 开具一张健康教育处方。承担孕产期保健、助产技术服务的医疗卫生机构,在孕妇建档时,由临床医生开具《孕妇科学补碘健康教育处方》(模板见附件3),普及孕期碘营养知识,告知我市碘缺乏地区行政村(社区)名单可在济南市卫生健康委官方网站查询,指导其在孕期进行科学补碘。

(四) 上一次健康教育课。承担孕产期保健、助产技术服务的医疗卫生机构,在孕妇建档或开展常规孕检时,医务人员利用孕妇学校、妈妈课堂等,为孕妇上一次碘营养健康教育课(课件模板另行制发),介绍碘缺乏病的危害、碘缺乏病防治知识、碘缺乏防治现状以及保障孕期碘营养充足的科学方式。

(五) 检测一次尿碘。各医疗卫生机构在开展常规孕检时,按照知情自愿的原则,建议孕早期妇女开展一次尿碘、甲状腺功能检测,准确掌握孕妇碘营养水平。

(六) 开展一次面对面精准干预。医疗卫生机构对尿碘值低

于 $100\ \mu\text{g/L}$ 的孕妇，指导其在食用碘盐的基础上，补充补碘制剂或富碘食品，实施强化补碘干预，改善碘营养状况；对尿碘值在 $100\ \mu\text{g/L}$ — $300\ \mu\text{g/L}$ 的孕妇，指导其长期坚持食用碘盐；对尿碘值高于 $300\ \mu\text{g/L}$ 的孕妇，根据孕妇饮食结构，进行针对性指导，调整富碘食品或制剂摄入量。鼓励有条件的地区，对食用碘盐的孕妇孕期免费发放碘盐，对孕妇孕期碘营养和甲状腺功能进行追踪监测。

(七)进行一次碘缺乏防治知识调查。在孕 20-24 周孕检时，医疗卫生机构通过产科门诊、孕妇学校、二维码答题等途径，对孕妇开展一次碘缺乏病防治知识和健康干预调查（调查问卷模板见附件 4），了解孕妇碘营养健康素养水平和健康干预情况。

五、进度安排

(一)部署发动阶段(2025 年 1 月)。各区县(功能区)卫生健康局要建立工作机制，明确责任分工，并面向承担婚前、孕前免费检查和孕产期保健、助产技术服务的医疗卫生机构相关专业人员开展技术培训。相关医疗卫生机构结合单位实际，细化本单位工作流程，明确每项活动内容的具体责任人员，确保责任到人。

(二)推动落实阶段(2025 年 2 月至 10 月)。承担婚前、孕前免费检查和孕产期保健、助产技术服务的医疗卫生机构，按照要求，落实各项活动内容。各区县(功能区)卫生健康局要跟进调度活动推进情况，及时了解和掌握工作推进中的难点问题，协调解决并督促落实。

(三)总结评估阶段(2025 年 11 月至 12 月)。组织对活动成效进行全面总结，适时启动活动成效总结评估等工作。

六、有关要求

(一)提高政治站位，加强组织领导。各区县(功能区)、

各有关单位要提高政治站位，从巩固地方病防治成果、保障母婴健康的高度，充分认识加强母婴碘营养干预工作的重要性和紧迫性。要加强组织领导，建立由各区县（功能区）卫生健康局，疾病预防控制中心和妇幼保健机构牵头，各相关医疗卫生机构共同参与的工作网络，各区县（功能区）卫生健康局要分别指定负责地方病、妇幼工作科室和区疾控中心、区妇幼保健机构各1名同志负责此项工作，并于1月27日前将名单（附表5）通过邮箱报送市卫生健康委卫生免疫处。要进一步梳理本辖区负责婚前、孕前检查和孕产期保健、助产技术服务的所有医疗卫生机构，每个单位确定1名联系人，组建区县工作网络，明确各单位职责，细化工作流程，强化工作落实，确保工作实效。

（二）强化顶层设计，细化责任分工。各区县（功能区）卫生健康局负责本辖区活动的组织实施工作，要加强疾控和妇幼工作融合，将此项工作列入医防融合的重要内容。要确定辖区一所妇幼保健机构，与辖区疾控中心共同负责做好人员培训和技术指导，及时与上级机构对接，根据本区实际，创新工作模式，做好顶层设计，优化工作流程，按照属地化管理原则，指导辖区医疗卫生机构，落实相关工作。要及时了解活动开展情况，并适时对活动进展进行总结评估。市疾控中心、市妇幼保健院负责全市的人员培训和技术指导工作。孕妇处于碘缺乏状态（尿碘中位数低于 $100\mu\text{g/L}$ ）的区县在省、市疾控中心指导下，从县级层面全面开展孕妇碘营养强化干预。各相关医疗卫生机构要根据单位职责和流程，组织相关人员参加培训，认真抓好工作落实，确保工作覆盖率和质量，并按照规定，定期上报有关资料和报表。

（三）加强工作结合，强化信息共享。各级医疗卫生机构要将此项活动与婚检、孕检、孕产妇健康管理服务项目工作密切

结合。市、区疾控中心、妇幼保健机构、二级以上医疗卫生机构要加强信息共享和工作联动，建立母婴碘营养相关监测数据的共享机制，定期共享孕妇尿碘、甲状腺功能检测和新生儿 TSH 监测等数据，强化数据比对分析，全面、准确掌握辖区孕妇碘营养状况。要积极推进医防融合，加强联合科研攻关。

（四）抓好督导总结，确保工作实效。各区县（功能区）要将此项活动纳入医院公共卫生职责清单，认真落实属地责任，根据工作进展情况，至少每半年进行 1 次工作调度和督促指导，重点了解和掌握活动组织实施、活动内容落实、活动工作成效等，发现问题及时督促整改，确保活动各项内容落实落地。各地在开展活动过程中，要深入挖掘好的经验做法，及时进行总结，形成典型案例并进行宣传推广，示范引领活动开展。市里将选取各地活动中的好措施、好做法和好经验，在全市进行宣传推广，并视情向省级推荐。

联系人：市卫生健康委卫生免疫处 崔 炜 51707339

市卫生健康委人口妇幼处 张明镜 51701679

市疾控中心地方病防制所 王勤富 81278801

邮 箱：jncdcdfb@jn.shandong.cn

- 附件：1. 致全市备孕妇女科学补碘的公开信（模板）
2. “碘盐选择小帮手” 二维码
3. 济南市孕妇科学补碘健康教育处方（模板）
4. 济南市孕妇碘缺乏病防治知识和健康干预调查问卷（模板）
5. 济南市科学补碘保障母婴健康“七个一”活动联系人名单

附件 1

致全市备孕妇女科学补碘的公开信（模板）

尊敬的备孕妇女朋友们：

备孕是指育龄妇女有计划地怀孕并进行必要的前期准备，备孕妇女的营养状况直接关系到新生命的质量。为了您和胎儿的健康，防止碘缺乏危害，我们郑重提醒您**重视碘营养**！

碘是人体新陈代谢和生长发育必不可少的微量营养素，也是人体合成甲状腺激素的主要原料，对促进人体尤其是大脑的生长发育非常重要。因此，**碘被称为智力元素**。胎儿期和婴幼儿期（0-3岁）是孩子大脑发育的关键时期，如果孩子在胎儿期和婴幼儿期缺碘，会影响大脑正常发育，严重的造成克汀病、听力障碍、智力损伤等。因此，保持孕妇、哺乳期妇女适宜的碘营养水平，对孩子的生长尤为重要。

碘缺乏地区居民需要长期坚持食用碘盐。按照国家划分碘缺乏地区的现行标准，我市以行政村（社区）为单位，99.89%以上行政村（社区）的居民饮用水中碘含量低于40微克/升，符合碘缺乏地区的判断标准。在碘缺乏地区，如果停止补碘，人体内储存的碘最多能维持3个月，因此要长期坚持食用碘盐，才能满足人体对碘的需要。我市碘缺乏地区行政村（社区）名单可在济南市卫生健康委官方网站和微信公众号查询。

孕妇、哺乳期妇女对于碘的需求量高。普通成人碘的推荐摄入量为120微克/天，孕妇和哺乳期妇女需要同时保障自身以及胎儿和婴幼儿碘营养需要，其推荐摄入量分别为230、240微克/天。

近年来，部分碘缺乏地区群众受到“不缺碘”舆论的影响，对科学补碘的认识存在知识误区，盲目选择未加碘食盐，碘营养水平持续降低，孕妇、哺乳期妇女的碘缺乏状况较为严重，部分地方出现了因孕期碘营养不足影响胎儿生长发育的情况。因此，应该更加注意孕妇、哺乳期妇女的碘营养状况。

海带、紫菜类海产品不能代替碘盐。海带、紫菜类海产品含碘量丰富，是较理想的补碘食品，其它类海产品均为非富碘食品。由于我们在日常生活中不能保证对海带、紫菜类海产品的适宜食用频次及摄入量，因此，食用海带、紫菜类海产品不能作为碘营养的稳定可靠来源。

没有直接证据表明食用碘盐或碘摄入量增加与甲状腺癌的发生相关。近年来，全球主要国家无论是否采取补碘措施，无论碘摄入量是增加、稳定或下降，甲状腺癌的发生率都在增加。

最后，衷心希望您关注碘营养，在备孕、孕期、哺乳期（患有甲亢等疾病除外）坚持食用碘盐，未来能生育一个聪明健康的宝宝。

祝您身体健康、家庭幸福！

济南市卫生健康委员会
济南市疾病预防控制中心

附件 2



碘盐选择小帮手

附件 3

济南市孕妇科学补碘健康教育处方（模板）

姓名： 性别： 年龄：

碘是人体新陈代谢和生长发育必不可少的微量营养素，也是人体合成甲状腺激素的主要原料，对促进人体尤其是大脑的生长发育非常重要。胎儿期是孩子大脑发育的关键时期，如果孩子在胎儿期缺碘，会影响大脑正常发育，严重的造成克汀病、听力障碍、智力损伤等。因此，保持孕妇、哺乳期妇女适宜的碘营养水平，对孩子的生长尤为重要。

孕妇和哺乳期妇女需要同时保障自身以及胎儿和婴幼儿碘营养需要，对碘的需要量明显多于普通人群。普通成人碘的推荐摄入量为 120 微克/天，孕妇和哺乳期妇女需要同时保障自身以及胎儿和婴幼儿碘营养需要，其推荐摄入量分别为 230、240 微克/天。

我市 99.89% 以上行政村（社区）符合碘缺乏地区判断标准。在缺乏地区，如果停止补碘，人体内储存的碘最多能维持 3 个月，因此要长期坚持食用碘盐。我省碘缺乏地区行政村（社区）名单可在济南市卫生健康委官方网站查询。

健康指导建议（请关注“□”中打“√”条目）

- 长期坚持食用碘盐。
- 在坚持食用碘盐基础上，每周吃 1-2 次海带、紫菜等富碘食品。
- 为防止碘损失，做饭时不宜过早放盐，临出锅时再放比较好。不要把碘盐放在锅里炒，更不要在油锅里煎炸。
- 一次购买的加碘食盐不宜过多，存放时间不宜太长。
- 用棕色遮光的瓶或带盖陶瓷罐盛放碘盐。
- 碘盐存放在阴凉、干燥处，远离炉火，避免高温和日光直晒。
- 在 3 个月后进行 1 次尿碘检测。
- 其他指导建议： _____

医生/指导人员签名：

日期： 年 月 日

济南市孕妇碘缺乏病防治知识和健康干预 调查问卷（模板）

1. 您在怀孕前是否食用加碘盐？

A. 是 B. 否 C. 不知道

2. 您比较容易接受哪种方式补碘？

A. 食用碘盐 B. 补碘制剂 C. 食用富碘食品

3. 您在医院建档后是否食用加碘盐？

A. 是 B. 否 C. 不知道

4. 是否收到医疗机构发放的《孕妇科学补碘健康教育处方》？

A. 是 B. 否 C. 不知道

5. 是否食用补碘制剂？

A. 是 B. 否 C. 不知道

6. 人体缺碘的最主要危害是什么？（只选1个答案）

A. 影响智力和生长发育 B. 腹泻（拉肚子）

C. 头痛 D. 不知道

7. 预防缺碘最好的方法是什么？（只选1个答案）

- A. 吃肉 B. 吃碘盐 C. 吃蔬菜、水果 D. 吃药 E. 不知道

8. 以下说法哪个是正确的？

- A. 沿海居民不需要补碘
B. 城市居民不需要补碘
C. 如果停止补碘，人体内储存的碘最多维持3个月
D. 老年人不需要补碘

9. 以下说法正确的是？（多选）

- A. 缺碘可以引起甲状腺肿大
B. 胎儿期和婴幼儿期缺碘会造成智力低下或残疾
C. 儿童期和青少年期缺碘会影响智力和身体发育
D. 成年人缺碘可能会导致甲状腺功能低下，容易疲劳、精神不集中、工作效率下降

10. 是否在医疗机构开展了尿碘检测？

- A. 是 B. 否 C. 不知道

附件5

济南市科学补碘保障母婴健康“七个一” 活动联系人名单

姓名	单位	处室（科室）	电话

济南市卫生健康委员会办公室

2025年1月21日印发