

Министерство здравоохранения Удмуртской Республики  
автономное профессиональное образовательное учреждение Удмуртской Республики  
«Республиканский медицинский колледж имени героя Советского Союза Ф.А. Пушиной  
Министерства здравоохранения Удмуртской Республики»

## Проект на тему: Йод

**Выполнила:  
Широбокова О.К.  
студентка гр. СД-104Д**

# Йод



Химический элемент VII группы периодической системы Д.И. Менделеева: относится к галогенам.

Йод активно влияет на обмен веществ, тесно связан с функцией щитовидной железы

53	Иод
I	126,9045
$4d^{10}5s^25p^5$	

Атомный номер йода 53, атомная масса 126,9045. Йод состоит из одного стабильного изотопа с массовым числом 127. Известны 24 радиоактивных изотопа Йода. с массовыми числами от 117 до 139, включая два изомера.

Элементарный Йод представляет собой темно-серые кристаллы с фиолетовым металлическим блеском, температура пл.  $113,6^{\circ}$ , температура кип.  $184,35^{\circ}$ . При медленном нагревании Йод испаряется с образованием фиолетовых паров, имеющих резкий специфический запах



Йод растворим в большинстве органических растворителей, в воде он растворяется гораздо хуже. Он проявляет отрицательную и положительную валентность, однако соединения, в которых йод положительно валентен, мало устойчивы и почти не встречаются в природе.

# Содержание Йода

В природе Йод распространен почти повсеместно, он содержится во всех живых организмах, воде, минеральных водах, минералах, почве.

В земной коре его содержится мало (4.10-5% по массе).

Наибольшее количество Йода сконцентрировано в морской воде (0,06 мг/мл), воздухе и почвах приморских районов.

В этих же районах отмечается наиболее высокое содержание Йода в растительных продуктах и в продуктах животного происхождения.

Относительно много Йода содержится в мясе некоторых морских рыб и устриц.

Особенно богаты Йодом морские водоросли и губки.

Очень много в рыбьем жире. Содержание Йода в 1 л питьевой воды в среднем равно 0,2—2,0 мкг.



# Избыток йода



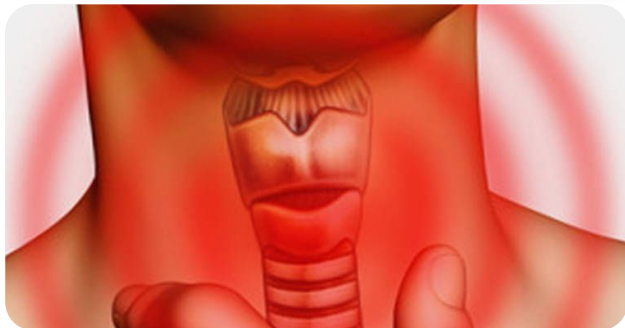
Суточная норма потребления йода не должна превышать 150 мкг.  
Эта норма несколько больше для беременных и кормящих женщин: до 175-200 мкг\сутки.

Употребление одновременно большого количества йода крайне небезопасно для человека. Отравление йодом называется йодизм. Чаще от избытка йода в организме страдают люди, занятые на производстве с использованием йода.

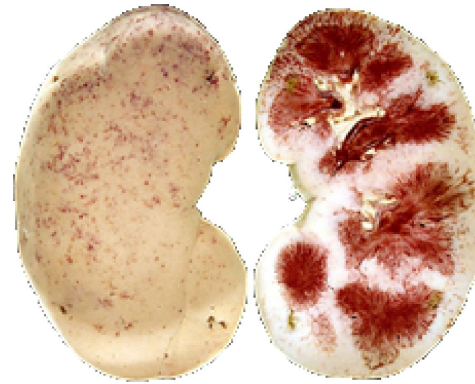
Йодизм может развиваться от вдыхания паров йода, при длительном применении йод-препаратов, при повышенной чувствительности к йоду или его индивидуальной непереносимости.



# Симптомы избытка йода:



# Более редкие симптомы избытка йода:



# Недостаток Йода



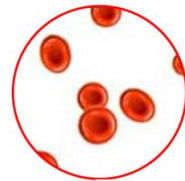
По статистическим данным, более 35% россиян страдают от йододефицита в той или иной степени, а в северных регионах этот показатель достигает 80%



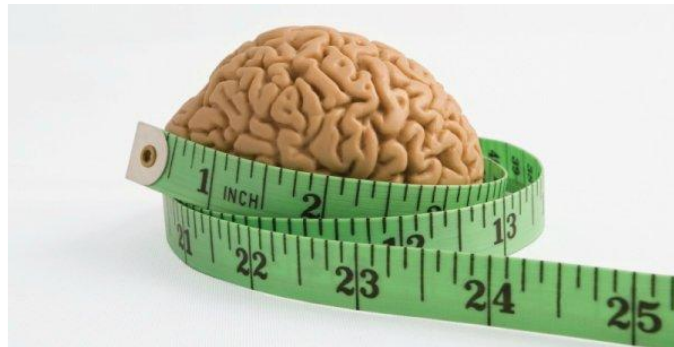
# Симптомы недостатка йода:



**НОРМА**



**АНЕМИЯ**



Спасибо за внимание!

