

为什么碘是人体必需的微量元素 人体每天需要多少碘

2024年5月15日是全国第31个“防治碘缺乏病日”，活动主题是“食盐加碘防疾病，平衡营养健康行”。

碘缺乏病曾在我国大部分地区流行，是影响群众身体健康和人口素质的重大公共卫生问题。通过推行普遍食盐加碘为主的综合防治措施，我国碘缺乏病防治工作取得举世瞩目的成就，2010年以来持续保持消除碘缺乏病状态。然而，我国碘缺乏病防治工作仍然面临诸多挑战，我国大部分地区为缺碘地区，如果没有持续的科学补碘措施，碘缺乏病可能会卷土重来。因此，需要长期坚持落实有效的防治措施，特别是提高思想认识，普及防治知识，指导公众科学补碘。

为什么碘是人体必需的微量元素？

碘是人体必需的微量元素，在人体的含量仅为20~50毫克（平均30毫克），尽管含量极低，却是身体各系统，特别是神经

系统发育所不可或缺的。

碘是人体合成甲状腺激素的重要原料，甲状腺每天都需要碘合成甲状腺激素。在碘摄入停止的情况下，体内储备的碘仅够维持2~3个月。人体的碘完全依赖自然环境供应，一旦缺乏，就会造成甲状腺激素合成不足，导致一些临床或亚临床症状，如：无力、精力（体力和脑力）不足、精神不集中、易疲劳、工作效率下降等。碘缺乏最主要的危害是影响胎儿和0~3岁婴幼儿的脑发育和体格发育，造成不可逆的损伤。

人体每天需要多少碘？

2023年中国营养学会发布的健康人每人每日碘参考摄入量：0~0.5岁婴幼儿的适宜摄入量(AI)约为85微克/天，0.5~1岁婴幼儿的AI约为115微克/天，1~11岁儿童的推荐摄入量(RNI)为90微克/天，12~14岁儿童的RNI为110微克/天，15

岁(含)以上儿童及成人的RNI为120微克/天，孕妇的RNI为230微克/天，乳母的RNI为240微克/天。

每日碘推荐摄入量是指可以满足某一特定性别、年龄及生理状况群体中绝大多数个体(97%~98%)需要量的碘摄入量。长期以碘推荐摄入量水平摄入碘，可以满足机体对碘的需求，维持组织中适当的碘储备和机体健康。

为什么食盐加碘是防治碘缺乏危害的最好方法？

预防碘缺乏病的根本措施就是补碘。由于自然环境缺碘是长期存在的，人体对碘的储存能力有限，因此补碘应遵循长期、微量、日常和方便的原则。人每天离不开食盐，通过食用加碘盐补碘，符合长期、微量、日常和方便的原则。经实践证明，食盐加碘具有安全、有效、简单易行、价廉、能够长期坚持的优势，是补碘的最佳途径。



医疗保障基金使用监督管理条例

第三章 监督管理

第二十二条 医疗保障、卫生健康、中医药、市场监督管理、财政、审计、公安等部门应当分工协作、相互配合，建立沟通协调、案件移送等机制，共同做好医疗保障基金使用监督管理工作。

医疗保障行政部门应当加强对纳入医疗保障基金支付范围的医疗服务行为和医疗费用的监管，规范医疗保障经办业务，依法查处使用医疗保障基金的行为。

第二十三条 国务院医疗保障行政部门负责制定服务协议管理办法，规范、简化、优化医药机构定点申请、专业评估、协商谈判程序，制作并定期修订服务协议范本。

国务院医疗保障行政部门制定服务协议管理办法，应当听取有关部门、医药机构、行业协会、社会公众、专家等方面意见。

第二十四条 医疗保障行政部门应当加强与有关部门的信息交换和共享，创新监督管理方式，推广使用信息技术，建立全国统一、高效、兼容、便捷、安全的医疗保障信息系统，实施大数据实时动态智能监控，并加强共享数据使用全过程管理，确保共享数据安全。

第二十五条 医疗保障行政部门应当根据医疗保障基金风险评估、举报投诉线索、医疗保障数据监控等因素，确定检查重点，组织开展专项检查。

第二十六条 医疗保障行政部门可以会同卫生健康、中医药、市场监督管理、财政、公安等部门开展联合检查。

对跨区域的医疗保障基金使用行为，由共同的上一级医疗保障行政部门指定的医疗保障行政部门检查。

第二十七条 医疗保障行政部门实施监督检查，可以采取下列措施：

- (一)进入现场检查；
- (二)询问有关人员；
- (三)要求被检查对象提供与检查事项相关的文件资料，并作出解释和说明；

(四)采取记录、录音、录像、照相或者复制等方式收集有关情况和资料；

(五)对可能被转移、隐匿或者灭失的资料等予以封存；

(六)聘请符合条件的会计师事务所等第三方机构和专业人员协助开展检查；

(七)法律、法规规定的其他措施。

第二十八条 医疗保障行政部门可以依法委托符合法定条件的组织开展医疗保障行政执法工作。

第二十九条 开展医疗保障基金使用监督检查，监督检查人员不得少于2人，并且应当出示执法证件。

医疗保障行政部门进行监督检查时，被检查对象应当予以配合，如实提供相关资料和信息，不得拒绝、阻碍检查或者谎报、瞒报。

第三十条 定点医药机构涉嫌骗取医疗保障基金支出的，在调查期间，医疗保障行政部门可以采取增加监督检查频次、加强费用监控等措施，防止损失扩大。定点医药机构拒不配合调查的，经医疗保障行政部门主要负责人批准，医疗保障行政部门可以要求医疗保障经办机构暂停医疗保障基金结算。经调查，属于骗取医疗保障基金支出的，依照本条例第四十条的规定处理；不属于骗取医疗保障基金支出的，按照规定结算。

参保人员涉嫌骗取医疗保障基金支出且拒不配合调查的，医疗保障行政部门可以要求医疗保障经办机构暂停医疗费用联网结算。暂停联网结算期间发生的医疗费用，由参保人员全额垫付。经调查，属于骗取医疗保障基金支出的，依照本条例第四十一条的规定处理；不属于骗取医疗保障基金支出的，按照规定结算。

第三十一条 医疗保障行政部门对违反本条例的行为作出行政处罚或者行政处理决定前，应当听取当事人的陈述、申辩；作出行政处罚或者行政处理决定，应当告知当事人依法享有申请行政复议或者提起

行政诉讼的权利。

第三十二条 医疗保障等行政部门、医疗保障经办机构、会计师事务所等机构及其工作人员，不得将工作中获取、知悉的调查对象资料或者相关信息用于医疗保障基金使用监督管理以外的其他目的，不得泄露、篡改、毁损、非法向他人提供当事人的个人信息和商业秘密。

第三十三条 国务院医疗保障行政部门应当建立定点医药机构、人员等信用管理制度，根据信用评价等级分级分类监督管理，将日常监督检查结果、行政处罚结果等情况纳入全国信用信息共享平台和其他相关信息公示系统，按照国家有关规定实施惩戒。

第三十四条 医疗保障行政部门应当定期向社会公布医疗保障基金使用监督检查结果，加大对医疗保障基金使用违法案件的曝光力度，接受社会监督。

第三十五条 任何组织和个人有权对侵害医疗保障基金的违法违规行为进行举报、投诉。

医疗保障行政部门应当畅通举报投诉渠道，依法及时处理有关举报投诉，并对举报人的信息保密。对查证属实的举报，按照国家有关规定给予举报人奖励。

第四章 法律责任

第三十六条 医疗保障经办机构有下列情形之一的，由医疗保障行政部门责令改正，对直接负责的主管人员和其他直接责任人员依法给予处分：

- (一)未建立健全业务、财务、安全和风险管理制度；
- (二)未履行服务协议管理、费用监控、基金拨付、待遇审核及支付等职责；
- (三)未定期向社会公开医疗保障基金的收入、支出、结余等情况。

第三十七条 医疗保障经办机构通过伪造、变造、隐匿、涂改、销毁医学文书、医学证明、会计凭证、电子信息等有关资料或者虚构医药服务项目等方式，骗取医疗保

障基金支出的，由医疗保障行政部门责令退回，处骗取金额2倍以上5倍以下的罚款，对直接负责的主管人员和其他直接责任人员依法给予处分。

第三十八条 定点医药机构有下列情形之一的，由医疗保障行政部门责令改正，并可以约谈有关负责人；造成医疗保障基金损失的，责令退回，处造成损失金额1倍以上2倍以下的罚款；拒不改正或者造成严重后果的，责令定点医药机构暂停相关责任部门6个月以上1年以下涉及医疗保障基金使用的医药服务；违反其他法律、行政法规的，由有关主管部门依法处理：

- (一)分解住院、挂床住院；
- (二)违反诊疗规范过度诊疗、过度检查、分解处方、超量开药、重复开药或者提供其他不必要的医药服务；
- (三)重复收费、超标准收费、分解项目收费；
- (四)串换药品、医用耗材、诊疗项目和服务设施；
- (五)为参保人员利用其享受医疗保障待遇的机会转卖药品，接受返还现金、实物或者获得其他非法利益提供便利；
- (六)将不属于医疗保障基金支付范围的医药费用纳入医疗保障基金结算；
- (七)造成医疗保障基金损失的其他违法行为。

绛县医疗保障局 宣

遗失声明

※不慎将绛县安峪镇刘云丽采摘园营业执照正、副本丢失，统一社会信用代码为：92140826MA7YKH3J04，现声明作废。

※不慎将绛县古泽镇豪欣商店营业执照正、副本丢失，统一社会信用代码为：92140826MA0MBN974T，现声明作废。