

2010年公卫医师辅导：碘在人体内的代谢公卫执业医师考试
PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/648/2021_2022_2010_E5_B9_B4_E5_85_AC_c22_648931.htm 碘是人体必需微量元素，主要来源于食物，其余来源于水和空气。人体由食物提供的碘几乎占所需碘的90%以上，食物中的无机碘易溶于水形成碘离子。在消化道，碘主要是在胃和小肠被迅速吸收，空腹时1~2h即可完全吸收，胃肠道有内容物时，3h也可完全吸收。由消化道吸收的无机碘经过肝脏的门静脉进入体内循环，正常人血浆无机碘浓度为0.8~6.0mg/L。血液中的碘离子可穿过细胞膜进入红细胞，红细胞碘浓度与血浆相当。经过血液循环，碘离子分布到全身组织器官，但一般仅存在于细胞间液而不进入细胞内。甲状腺是富集碘能力最强的组织，24h内可富集摄入碘的15%~45%。在碘缺乏地区，其浓集能力更强，可达到80%。正常成人体内含碘量约为20~50mg，其中20%存在于甲状腺中。血碘被甲状腺摄取，在甲状腺滤泡上皮细胞内生成甲状腺激素。甲状腺激素中的碘被脱下成为碘离子，再重新被甲状腺摄取作为合成甲状腺激素的原料。

<http://ks.100test.com> 碘主要通过肾脏由尿排出，少部分由粪便排出，极少部分可经乳汁、毛发、皮肤汗腺和肺呼气排出。正常情况下，每日由尿排出50~100mg碘，占排出量的40%~80%。通过唾液腺、胃腺分泌及胆汁排泄等从血浆中清除碘，最后从粪便排出，这部分占10%左右。通过乳汁分泌方式排泄的碘，对于由母体向哺乳婴儿供碘有重要的作用，使哺乳婴儿能得到所需碘。乳汁中含碘量为血浆的20~30倍，母体泌乳会丧失较多碘，约在20mg以上。通常用尿碘排出量来

估计碘的摄入量。碘的最低生理需要量为每人75mg/天，供给量为生理需要量的2倍，即每人150mg/天。更多信息请访问：百考试题医师网校 100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 www.100test.com