**بيماري كم كاري تيروييد و فنیل کتونوری نوزادان**

چه كنيدكه نوزاد دلبندتان دچار بيماري كم كاري تيروييد و فنیل کتونوری و عقب ماندگي ناشي از آن نشود؟

1. قبل از بارداري با مراجعه به پزشك و انجام آزمايشات مربوط به تيروييد، از سلامت تيروييد خود باخبر شويد.
2. در صورت ابتلا به بيماري هاي تيروييدي، قبل و در دوران بارداري بايد به طور مستمر تحت نظر پزشك باشيد.
3. در صورت ابتلا به بيماري هاي تيروييدي، در دوران بارداري، خودسرانه داروهاي مصرفي را قطع، كم و يا زياد نكنيد.
4. با استفاده از نمك تصفيه شده يددار از بروز مشكلات مربوط به كمبود يد پيشگيري نماييد.
5. غربالگري نوزادان از پاشنه پا را، در روزهاي 5-3 تولد نوزادتان، انجام دهيد.
6. با انجام غربالگري نوزادان روزهاي 5-3 تولد، شانس تشخيص زودرس و درمان به هنگام را به نوزاداتان بدهيد.
7. غربالگري نوزادان را در مراكز بهداشتي درماني دولتي انجام دهيد تا، در صورت شك و يا ابتلاي نوزادتان به بيماري، امكان پيگيري تيم سلامتي وجود داشته باشد.
8. با انجام غربالگري نوزادان، به وجود بيماري كم‌كاري تيروييد و فنیل کتونوری، كه يكي از مهم‌ترين علل عقب‌ماندگي ذهني در كودكان است، پي‌ببريد.
9. با انجام غربالگري نوزادان و تشخيص به هنگام از عقب‌ماندگي ذهني، كوتاهي قد و افت تحصيلي كودك عزيزتان پيشگيري كنيد.