

<b>OBSAH</b>	<b>str.</b>
<b>Predslov</b>	<b>5</b>
<b>Úvod</b>	<b>6</b>
<i>Jód ako esenciálny prvok v humánnej výžive</i>	<b>7</b>
Jód a jeho funkcie v ľudskom tele	7
Metabolizmus jódu	7
Nedostatok alebo nadbytok jódu v strave a v organizme	8
Vyšetrovanie jodúrie (množstvo vylúčeného jódu močom)	10
Poruchy súvisiace s nedostatkom alebo nadbytkom jódu	14
Zdroje a faktory vplývajúce na množstvo jódu v potrave	16
Jodizácia soli	17
Mlieko a mliečne výrobky ako zdroj jódu	18
Kritické skupiny populácie z hľadiska jódovej nedostatočnosti	21
Príjem jódu vo vybranej populačnej skupine	22
<b>Kapitola 1</b>	<b>26</b>
Ovčí jogurt a jeho vplyv na ukazovatele funkcie štítnej žľazy a vybrané zdravotné indikátory	
<b>Kapitola 2</b>	<b>41</b>
Kraský jogurt a jeho vplyv na ukazovatele funkcie štítnej žľazy a vybrané zdravotné indikátory	
<b>Kapitola 3</b>	<b>54</b>
Kraské mlieko a jeho vplyv na ukazovatele funkcie štítnej žľazy a vybrané zdravotné indikátory	
<b>Záver a odporúčania</b>	<b>67</b>
<b>Conclusion and recommendations</b>	<b>69</b>
<b>Zoznam použitej literatúry</b>	<b>71</b>