

## 123-1 甲状腺検査におけるヨード制限食対象食品

※以下の食品は、検査一週間前からの制限をお願いいたします。

種類	食品の例
全ての海藻類 	昆布・昆布のだし汁・わかめ・海苔・ひじき・もずく など
海藻加工食品 	昆布茶・寒天・ところ天・おぼろ昆布・海苔の入ったふりかけ・昆布の佃煮・こんにゃく(黒・緑)など
昆布エキスを含んだ食品 	だしの素・だし入り味噌・めんつゆ・カレールー・ドライカレーの素・スポーツドリンク・ブレンド茶飲料
寒天を含む菓子類 	ようかん・ゼリー・ヨーグルトなど
ヨウ素を添加した食品 	ヨード卵など(通常の卵は摂取可)
ヨウ素を含む着色料を使用した食品 	かまぼこ・ソーセージ・チェリー・はじかみ生姜など ※赤色3号、赤色105号と表示されています
カラギナンを含む食品 	豆乳・ドレッシング・ゼリー・プリン・アイスクリームなど ※「カラギナン」は、以下の表示として含まれている場合があります。 増粘剤・安定剤・ゲル化剤・糊料・増粘多糖類
魚 	まぐろ・ツナ缶・ます・さわら(カジキマグロ)・かつお・さば・あじ・さんま・にしん・いわし・ぶり・ふくらぎ・こぞくら・はまち・かつお節(かつお節のだし汁は可)・さけ・たら・たらの練り製品(かまぼこ・ちくわ・ふかし・はんぺんなど)
貝・えび・かに 	すべて
魚卵 	いくら・たらこなど
動物の内臓肉 	レバーなどのホルモン全般
肉加工食品 	サラミ・ベーコン・ソーセージ・ハム(表示を確認して使用すること)

## 123-1 甲状腺検査の流れ

