گوناگون

ماموریت ویژه وزارت بهداشت برای جوانی جمعیت

معاون بهداشت وزارت بهداشت با بیان اینکه ۴۳ ماده از مجموع ۷۳ ماده قانون جوانی جمعیت بر عهده وزارت بهداشت است، گفت: وزارت بهداشت در حوزه جوانی جمعیت در کانون توجه قرار گرفته و ماموریت ویژه دارد.

به گزارش پیام آشنا، حسین فرشیدی در نشست خبری «هفته ملی جمعیت» که صبح شنبه، ۲۲ اردیبهشت‌ماه برگزار شد، اظهار کرد: حدود دو سال از زمان اجرای قانون «جوانی جمعیت و حمایت از خانواده» می‌گذرد. بررسی‌ها بیانگر این است تمام معاونت‌های وزارت بهداشت در اجرای قانون جوانی جمعیت نقش‌آفرینی کرده‌اند.

وی با بیان اینکه قانون جوانی جمعیت و حمایت از خانواده ۷۳ ماده دارد، افزود: ۴۳ ماده از مجموع ۷۳ ماده قانون جوانی جمعیت بر عهده وزارت بهداشت است. ارتباط وزارت بهداشت با ۴۳ ماده قانون جوانی جمعیت به این معنا است وزارت بهداشت در حوزه جوانی جمعیت در کانون توجه قرار گرفته و ماموریت ویژه دارد.

اهمیت تجویز و مصرف منطقی دارو در کشور

معاون وزیر و رئیس سازمان غذا و دارو با اشاره به ضروت تجویز و مصرف منطقی دارو در کشور گفت: معتقدیم علیرغم همه تلاش‌های صورت گرفته، هنوز مصرف و تجویز دارو در کشور منطقی نشده و این موضوع دلایل متعددی دارد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا، سیدحیدر محمدی در دومین همایش ملی تجویز و مصرف منطقی دارو، با تاکید بر اهمیت بحث تجویز و مصرف منطقی دارو، گفت: معتقدیم علیرغم همه تلاش‌های صورت گرفته، هنوز مصرف و تجویز دارو در کشور منطقی نشده و این موضوع دلایل متعددی دارد.

وی ادامه داد: طبق اعلام سازمان بهداشت جهانی، تقریبا حدود نیمی از داروها دارای تجویز و مصرف نامناسب هستند. در عین حال نیمی از بیماران نیز در مصرف صحیح داروها کوتاهی می‌کنند؛ این در حالیست که استفاده نامناسب از داروها می‌تواند منجر به هدر رفت منابع شود.

وی با اشاره به چالش‌های اصلی تجویز و مصرف منطقی دارو در کشور تصریح کرد: سازمان غذا و دارو در این زمینه کمیته کشوری تجویز و مصرف منطقی دارو را تشکیل داده است و دستورالعمل‌های مربوطه نیز در این راستا تدوین شده است.

وی همچنین به اقدامات مرتبط با تامین پایدار دارو و آموزش‌های صورت گرفته در راستای تجویز و مصرف منطقی دارو در دانشگاه‌ها اشاره کرد و افزود: کمیته کشوری تجویز و مصرف منطقی دارو از سال ۱۳۷۹ در کشور تشکیل شده است و هدف تشکیل این کمیته ارتقای سطح خدمات در حوزه دارو و ارائه الگوی صحیح مصرف داروها بوده است.

رئیس سازمان غذا و دارو با اشاره به ضروت تجویز و مصرف منطقی دارو گفت: معتقدیم قیمت داروها در ایران بالا نیست به شرط آنکه پوشش صحیح بیمه‌ای داشته باشد.

او با بیان اینکه موضوع مصرف منطقی همیشه به معنای کم کردن مصرف نیست، بلکه در برخی موارد داروهایی که باید مصرف شود نیز به صورت صحیح مصرف نمی‌شوند، افزود: تامین دارو به سختی در کشور انجام می‌شود و تامین نقدینگی، تامین مواد اولیه و جابجایی ارز نیز با سختی صورت می‌گیرد. لذا امیدواریم با مجموعه اقدامات انجام گرفته، تجویز و مصرف دارو در کشور مدیریت شود.

آیا چاقی بر عملکرد واکسن روی بدن تاثیر می‌گذارد؟

چاقی یکی از عوامل زمینه‌ساز ابتلا به برخی بیماری‌ها است. در دوران همه‌گیری کرونا افرادی که با چاقی یا چاقی مفرط مواجه بودند، بیشتر در معرض ابتلا به نوع وخیم کووید قرار گرفتند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایندیپندنت، اکنون متخصصان دریافته‌اند که چاقی بر عملکرد واکسن روی بدن نیز تاثیر می‌گذارد.

توانایی موش‌های چاقی که رژیم غذایی‌شان پیش از تزریق واکسن آنفلوآنزا به رژیم کم‌کالری تغییر کرده بود، در مبارزه دربرابر این ویروس افزایش یافت. این نتایج نشان می‌دهد که واکسن آنفلوآنزا برای افراد چاقی که پیش از تزریق واکسن وزن کم کرده‌اند یا رژیم غذایی‌شان را تغییر داده‌اند، احتمالا موثرتر است.

«استیسی شولتز چری» از بیمارستان تحقیقاتی کودکان «سنت جود» در تنسی می‌گوید که احتمالا حتی با ایمن‌سازی هم افراد چاق دو برابر دیگران در معرض ابتلا به این بیماری قرار می‌گیرند. آنان دربرابر موارد وخیم این بیماری نیز آسیب‌پذیرترند اما اینکه چه طور ممکن است چاقی تاثیر واکسن را کاهش دهد یا مانع تاثیرگذاری آن شود، هنوز مشخص نیست.

برای روشن شدن این موضوع او و همکارانش ۲۰ موش را که از نظر ژنتیک مستعد چاقی بودند، مدت چهار ماه با رژیم غذایی پرچرب بررسی کردند سپس به آن‌ها واکسن آنفلوآنزا تزریق کردند. دو هفته بعد رژیم غذایی نیمی از موش‌ها را به رژیم کم‌چرب تغییر دادند که به کاهش وزن قابل توجهی منجر شد. در مرحله بعد این حیوانات را با دز کشنده ویروس آنفلوآنزا آلوده کردند. همه موش‌ها مردند جز دو موش از گروه غذایی کم‌چرب.

این تیم تحقیقاتی سپس این آزمایش را در گروه جداگانه‌ای از موش‌ها تکرار کردند اما این بار نیمی از جوندگان یک ماه پیش از واکسیناسیون رژیم غذایی کم‌چرب را آغاز کردند، نه بعد از آن. هنگامی که متخصصان حیوانات را با همان مقدار مشابه ویروس آنفلوآنزا آلوده کردند، همه آنهایی که رژیم غذایی کم‌چرب داشتند، زنده ماندند، در حالی که همه موش‌هایی که رژیم غذایی پرچرب داشتند، مردند.

شولتز چری می‌گوید: کاهش وزن بر اثربخشی واکسن نقش دارد اما زمان کاهش وزن تفاوت بسیاری ایجاد می‌کند. او تاکید می‌کند که تحقیقات بیشتر مشخص خواهد کرد که آیا رژیم غذایی یا کاهش وزن منجر به این پیشرفت‌ها شده است یا خیر؟

زنان و خانواده

ساده‌انگاری جامعه نسبت به سقط جنین

به گفته یک جراح متخصص زنان و زایمان، متأسفانه تعداد قابل ملاحظه‌ای حتی در بین خانواده‌های متدین سقط را خیلی ساده می‌انگارند و تصور می‌کنند که چون پدر و مادر هستند، حق دارند راجع به جنین خودشان تصمیم بگیرند و به هر طریقی شده راهی برای سقط پیدا می‌کنند؛ در حالی که این مسئله عوارض جانبی خطرناکی در پی دارد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایرنا، متأسفانه امروزه نسبت به دهه‌های قبل خانواده‌ها ساده‌تر به سقط جنین فکر می‌کنند و برخی افراد اقدام به سقط‌های غیرقانونی می‌کنند. «دکتر شیرین نیرومنش» جراح متخصص بیماری‌های زنان و زایمان، فلوشیپ پریناتولوژی یا حاملگی‌های پرخطر در گفت‌وگو با خبرنگار ایرنا زندگی با اشاره به این موضوع گفت: «استفاده از روش‌های پیشگیری از بارداری که سال‌های قبل به طور رایگان در اختیار خانواده‌ها و جوان‌ها بود، چند سالی است که ممنوع شده و به همین سبب، متأسفانه میزان حاملگی‌های ناخواسته در کشور افزایش یافته است». او استفاده نکردن از روش‌های پیشگیری از بارداری و افزایش بارداری‌های ناخواسته را بویژه در سال‌های ابتدای زندگی مشترک را در افزایش سقط جنین مؤثر دانست و افزود: «زوج‌های جوان بدون توجه به عوارض و قتل عمد بودن سقط جنین، با استفاده از روش‌های غیرقانونی یا قرص‌ها اقدام به سقط جنین می‌کنند». این متخصص زنان و زایمان تأکید کرد: «متأسفانه تعداد قابل ملاحظه‌ای حتی در بین خانواده‌های متدین سقط را خیلی ساده می‌انگارند و تصور می‌کنند که چون پدر و مادر هستند، حق دارند راجع به جنین خودشان تصمیم بگیرند و به هر طریقی شده راهی برای سقط پیدا می‌کنند؛ در حالی که این مسئله عوارض جانبی خطرناکی در پی دارد».

سقط جنین تنها در برخی موارد مجاز است

نیرومنش، ناقص‌الخلقه بودن جنین را یکی از عوامل جواز سقط جنین عنوان کرد و گفت: «یک تعداد بسیار کمی از افراد هستند که در غربالگری‌ها متوجه نقص در جنین شده و از آنجایی که جنین باعث عسر و هرج در خانواده می‌شود، بر اساس فتوای قبلی بسیاری از مراجع، دریافت مجوز قانونی سقط جنین برای این افراد وجود دارد». این متخصص زنان و زایمان به مورد دیگری از جواز شرعی سقط جنین اشاره کرد و گفت: «از آنجایی که سلامتی مادر از هر چیزی مهم‌تر است، در مواردی که ادامه حاملگی خطر جانی برای مادر به همراه دارد می‌توان به‌راحتی از پزشکی قانونی مجوز سقط جنین دریافت کرده و در شرایط علمی و مراکز دولتی یا خصوصی به طور قانونی بستری شد و اقدام به سقط جنین کرد. مثل مادری که بیماری قلبی شدید، فشارخون بالا، بیماری کبدی و کلیوی، سرطان و... دارد و بنا بر نظر پزشک متخصص ادامه بارداری برای او خطرناک است. لازم به ذکر است که سقط جنین در این موارد خطر آن چنانی ندارد».

خطرات سقط غیرقانونی در مراکز غیربهداشتی

نیرومنش با بیان اینکه سقط جنین اگر در مرکز درمانی مجهز، زیر نظر پزشک متخصص و با مجوز انجام گیرد، دارای عوارض بسیار کمی است، گفت: «سقط جنین در مراکز قانونی چون با تشخیص درست و بر اساس نظارت و تجربه پزشکان انجام می‌شود دارای عوارض کمی است. در این موارد از داروها یا به‌ناچار از کورتاژ استفاده می‌شود». این متخصص زنان و زایمان تاکید کرد: «متاسفانه گاهی برخی افراد آن قدر مستاصل می‌شوند که می‌خواهند به هر طریقی جنین را از بین ببرند، به همین دلیل با پرداخت هزینه‌های گزاف به مراکز غیرقانونی و زیرزمینی مراجعه می‌کنند. براساس گزارش‌های به دست آمده، سقط جنایی در این مراکز توسط افراد نابلد و با استفاده از وسایلی غیر استریل انجام می‌شود و به همین دلیل سقط خطراتی برای مادر به همراه دارد». او با اشاره به خطرات سقط غیرقانونی در مراکز غیربهداشتی گفت: «این گونه سقط‌های جنایی باعث عفونت، خونریزی باقی ماندن قطعاتی از جنین یا جفت، تب، لرز، عفونت خون، گاهی پاره شدن رحم، صدمه به روده‌ها، پاره شدن روده‌ها، گاهی ناباروری در حاملگی‌های بعدی در سال‌های بعد و گاهی حتی مرگ مادر می‌شود».

سیاست‌های تشویقی برای حل معضل سقط جنین کافی نیست

نیرومنش با اشاره به تأثیر سیاست‌های تشویقی قانون جوانی جمعیت در افزایش فرزندآوری و کاهش آمار سقط جنین بیان کرد: «سیاست‌های مالی بد نیست؛ ولی مهم‌ترین مسئله در تشویق جمعیت به فرزندآوری و مقابله با سقط جنین ایجاد امید به آینده در کسانی است که در سن باروری به سر می‌برند». او با بیان اینکه در صورتی که یک خانواده و یک زوج جوان از آینده خود مطمئن باشد، بعید به نظر می‌رسد که تمایلی به بچه‌دارشدن نداشته باشد، ناامیدی از زندگی آینده را زنگ خطر برای کاهش فرزندآوری و افزایش سقط جنین در جامعه دانست. او راهکار برای کاهش آمار سقط جنین را اقدامات فرهنگی و نگاه واقع‌بینانه مسئولین دانست و گفت: «مسئولین باید مثل یک پدر و مادر به فکر تمام جمعیت جوان و نوجوان و میان‌سال باشند و جمعیت جوان را مثل فرزندان خودشان بدانند. جوانان ما با دارا بودن شغل مناسب، امکانات تحصیلی مناسب و درآمد مکفی برای زندگی نیازمند امید و انگیزه برای ازدواج و فرزندآوری هستند؛ لذا سیاست‌های تشویقی قانون جوانی جمعیت خوب است اما کافی نیست». نیرومنش ادامه داد: «افراد اول باید خودشان به آینده‌شان امیدوار باشند و زندگی خوبی داشته باشند تا به فکر فرزندآوری بیفتند. امیدواریم با رفع این مشکلات و کارهای فرهنگی بتوانیم بحرانی که در رابطه با کاهش میزان زادوولد در جامعه ایجاد شده را حل کنیم».

او تأکید کرد: «این مشکلات حل نخواهد شد مگر اینکه به‌صورت واقع‌بینانه و دلسوزانه و با شنیدن حرف و سخن مشکلات کسانی که درگیر این مسائل هستند به فکر راه‌حل باشیم».

جعل آرم سازمان غذا و دارو در فرآورده‌های تقلبی!



مدیرکل امور فرآورده‌های آرایشی و بهداشتی سازمان غذا و دارو، جعل آرم سازمان در برخی محصولات آرایشی و بهداشتی تقلبی را تایید کرد!

به گزارش پیام آشنا به نقل از مهر، محمود آل بویه با بیان اینکه تمام تلاش خود را به کار بسته‌ایم تا زمینه تولید داخل را برای محصولات آرایشی بهداشتی در کشور فراهم کنیم، گفت: باید سرانه بالای مصرف فرآورده‌های آرایشی و بهداشتی در کشور را به فرصت تبدیل کنیم.

وی افزود: در حال حاضر سرانه مصرف اقلام آرایشی و بهداشتی در خانواده‌های ایرانی بیش از متوسط جهانی است. حال ممکن است برخی این آمار را تهدید تلقی کنند، ولی اگر از آن برای اشتغال زایی استفاده کرده و امکان دسترسی به محصولات سالم را فراهم کنیم این موضوع برای ما یک فرصت و نقطه قوت است و نگرانی از بابت آن نداریم.

همچنین با اشاره به ضرورت منطقی شدن و مصرف درست محصولات آرایشی بهداشتی افزود: باید توجه داشت که سلامت این محصولات از بعد آلاینده‌ها، فلزات سنگین، آلاینده‌های میکروبی و سایر موارد بسیار مهم است؛ چرا که این محصولات مستقیماً با پوست در تماس هستند.

وی تصریح کرد: تلاش می‌کنیم که تولید داخلی این محصولات را افزایش داده و رویکردمان هم افزایش تولید داخلی فرآورده‌های آرایشی بهداشتی است.

آل بویه به موضوع قاچاق در حوزه آرایشی بهداشتی هم پرداخت و آن را عمدتاً در محصولات محافظ‌های پوست، رنگ مو و اقلام آرایشی که بیشتر مصرف پوستی دارند، دانست.

وی با ذکر اینکه در دنیا همواره مجموعه‌های متقلب بسیار جلو هستند و بر همین اساس در کشور ما هم گاهی آرم سازمان را در بخشی از فرآورده‌های تقلبی جعل می‌کنند، تاکید کرد: باید مردم را با مصرف صحیح و منطقی این فرآورده‌ها آشنا کنیم بر همین اساس باید کاری کرد تا مردم از اصالت فرآورده‌ها مطمئن شوند.

برش

جامعه ایرانی چقدر به اخبار سیاسی توجه نشان می‌دهد؟

سیاست در حاشیه

در کنار «خاموش کردن کولر» که به‌نوعی طبق یک قاعده نانوشته به مؤلفه شخصیتی پدران ایرانی تبدیل شده، یک سنجه دیگر هم برای شناخت آنها شکل گرفته است!

به گزارش پیام آشنا به نقل از جام‌جم آنلاین، شاخصه‌ای که هر چند از خاستگاهی مطایبه‌آمیز برآمده اما به شکل معنادار و عجیبی اشتراکات فراوانی در پدران‌مان دارد و آن چیزی نیست جز علاقه وافر به شنیدن اخبار سیاسی. احتمالا این تصویر که کنترل تلویزیون در اختیار تام و تمام پدران است، تصویر پرتکراری برای ما بوده اما سوی دیگر این تصویر قفل شدن کانال‌های تلویزیون برای شنیدن پرتکرار اخبار سیاسی است. به‌گونه‌ای که برخی از آنها به شکل عجیبی از هیچ‌کدام از بخش‌های مختلف خبری تلویزیون نمی‌گذرند و هرقدر هم این اخبار تکراری باشد چیزی از علاقه آنها به دوباره شنیدن و دیدن‌شان کم نمی‌کند اما حالا پیمایش صورت‌گرفته نشان می‌دهد باید کم‌کم این مؤلفه را از خصوصیات رفتاری ثابت آنها جدا کنیم، چراکه اساسا نتایج داده‌های پیش‌رو نشان می‌دهد اخبار سیاسی از اقبال کمتری برای جامعه ایرانی برخوردار است. این‌که چقدر این موضوع می‌تواند جای پژوهش داشته باشد یا آیا اساسا این رفتار تازه و بی‌علاقگی آشکار نشان از واکنش به اتفاقات روزمره است یا نه، جای دیگری برای بررسی می‌طلبد اما آنچه روشن است این‌که به شکل آشکاری طی دو دهه اخیر، علاقه جامعه ایرانی به اخبار سیاسی کاهش یافته است. نتایج آخرین پیمایش ارزش‌ها و نگرش‌ها نشان می‌دهد بی‌تفاوتی نسبت به اخبار سیاسی در کشور گسترش یافته است. درصد افرادی که اخبار سیاسی را کم یا خیلی کم پیگیری می‌کنند، نسبت به پیمایش سال‌های ۸۲ و ۹۴ به بیشترین میزان خود رسیده است اما از پدران و نسل‌های پیشین هم که بگذریم باید به یک آورده دیگر این پیمایش هم توجه کرد و آن درصد بالای بی‌تفاوتی به این اخبار از سوی جوانان است. نکته مهم دیگر در این نتایج، بی‌توجهی به اخبار سیاسی در میان جوانان است.



۲/۷۲ درصد از افراد ۱۵ تا ۲۹ سال اخبار سیاسی را کم یا خیلی کم پیگیری می‌کنند. این درصد در میان افراد ۵۰ سال به بالا، حدود ۵۱ درصد است. این نتایج می‌تواند نشانه‌هایی از افزایش بی‌تفاوتی نسبت به رویدادهای سیاسی در جامعه ایران داشته باشد.

۱۴۰ مرکز در زمینه درمان ناباروری در کشور فعال است

ستاد ملی جمعیت اعلام کرد: ۸۷ مرکز تخصصی (سطح دو) و ۵۳ مرکز ناباروری فوق تخصصی (سطح سه) برای تشخیص و درمان ناباروری در بستر دولتی و تحت پوشش، بیمه‌های پایه در سطح کشور در حال خدمت‌رسانی هستند.

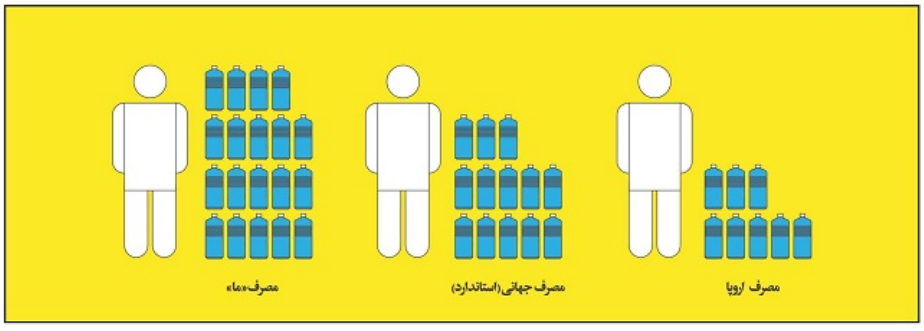
به گزارش پیام آشنا به نقل از ستاد ملی جمعیت، دولت سیزدهم متفاوت با اسلاف خود در نخستین روزهای سکانداری موضوع جوانی جمعیت را در اولویت خود قرار داد و تا به امروز در حوزه مشوق‌های فرزندآوری رویدادهای مهمی را رقم زد که کالابرگ ماهیانه برای مادران و خدمات گسترده ناباروری همراه با خدمات بیمه‌ای بخشی از آن است. بر طبق آمار موجود در دولت سیزدهم و براساس ماده ۴۴ قانون حمایت از خانواده و جوانی جمعیت، همه مادران باردار و بچه‌های تا سن ۵ سالگی فاقد بیمه تحت پوشش بیمه سلامت قرار گرفتند که این بیمه در دهک‌های پایین رایگان است.

همچنین براساس ماده ۲۴ همین قانون، جهت حمایت از مادران کمتر برخوردار، این مادران از ابتدای دوران بارداری تا خردسالی فرزندانشان سبد بهداشتی - تغذیه‌ای (مطابق فهرست تهیه شده توسط وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی) دریافت می‌کنند. این خدمات از اردیبهشت ماه امسال مطابق الگوی تعیین شده این که شامل پوشک و شیرخشک نیز هست، در قالب کالابرگ ۶۰۰ هزار تومانی ماهیانه به این مادران تعلق می‌گیرد.

گروه هدف بعدی در بحث حمایت‌های اجتماعی زوجین نابارور هستند. وزارت بهداشت جهت ارائه خدمات ناباروری در سراسر کشور و جهت تسهیل دسترسی به این مراکز اقدام به تجهیز یا راه‌اندازی مراکز تخصصی و فوق تخصصی درمان ناباروری کرده است به طوری که اکنون ۸۷ مرکز تخصصی (سطح دو) و ۵۳ مرکز ناباروری فوق تخصصی (سطح سه) برای تشخیص و درمان ناباروری در بستر دولتی و تحت پوشش، بیمه‌های پایه در سطح کشور در حال خدمت رسانی می‌باشند.

همچنین مطابق ماده ۴۲ این قانون دستورالعمل گام به گام ارائه خدمات غربالگری، تشخیص و درمان ناباروری بر اساس نظام سطح بندی خدمات تدوین و توسط وزیر بهداشت درمان و آموزش پزشکی ابلاغ شده است. اهمیت این دستورالعمل گام به گام به اولویت دادن بهداشت، پیشگیری و اصلاح سبک زندگی از یک سو و خدمات ارزانتر و زودبازده تر بر درمان‌های گران و کم تاثیر از سوی دیگر است. این خدمات بر اساس ماده ۴۳ قانون مذکور هم اکنون در سطح فوق تخصصی ناباروری در مراکز دولتی با پوشش بیمه‌ای ۹۰ درصد ارائه خدمت کرده و در سطوح تخصصی دولتی نیز تحت پوشش بیمه است.

حمید چوبینه دبیر انجمن باروری و ناباروری ایران به تازگی با بیان اینکه ۲۰ درصد زوج‌های ایرانی در کشور نابارور هستند، گفته است: حرارت موبایل و لپ تاپ و مشاغلی مانند کار در نانوایی، جوشکاری و آجرپزی باعث ناباروری در مردان می‌شود. به گفته وی، افزایش سن ازدواج به ویژه در زنان و تمایل به فرزنددار نشدن در ابتدای ازدواج از جمله موضوعاتی بوده که به ناباروری در جامعه دامن زده که با توجه بیمه‌ها به این مسأله درمان ناباروری با موفقیت ها و آمار زیادی در ایران درحال انجام است.



مینیمال هایی برای زندگی



یکی از ضعف‌های غمبار روح، و در عین حال یکی از ژرف‌ترین ظرافت‌های آن در این است که هستی آن جز به وساطت تن امکان‌پذیر نیست.

از کتاب قهرمان‌ها و گورها
ارنستو ساباتو
ترجمه: مصطفی مفیدی
انتشارات نیلوفر

سلامت روان

افزایش وزن ایرانی ها نگران کننده است

یک متخصص داخلی، افزایش وزن عمومی در جمعیت کشور را یک نگرانی جدی دانست.

به گزارش پیام آشنا، داریوش آقاخانی با بیان اینکه برخی بیماری‌های ناشی از اختلالات تغذیه‌ای شیوع بالایی در جامعه دارند، گفت: چاقی یکی از مهم‌ترین بیماری‌های ناشی از اختلالات تغذیه‌ای است.

وی افزود: نکته مهم اینکه چاقی پیش زمینه بروز دیابت و حتی سرطان خواهد بود به همین خاطر افزایش وزن عمومی در جمعیت کشور یک دغدغه و نگرانی جدی محسوب می‌شود.

آقاخانی ادامه داد: برای اینکه بخواهیم چاقی را در کشور کنترل و یا درمان کنیم باید از دوران کودکی به فرزندانمان شیوه تغذیه سالم را آموزش دهیم و رفتار نادرست تغذیه‌ای آنان را اصلاح کنیم.

عضو هیأت مدیره جامعه پزشکان متخصص داخلی ایران، با بیان اینکه بسیاری از غذاهای مصرفی ایرانیان مانند نان و برنج، پرکالری است، افزود: به جای غذاهای پرکالری باید سبزیجات و صیفی جات جایگزین شوند چون که کالری زیادی ندارند و موجب سیر نگهداشتن افراد می‌شود.

وی با اشاره به طرح این موضوعات مهم در سی و چهارمین کنگره علمی سالیانه جامعه پزشکان متخصص داخلی ایران در ۲۵ تا ۲۸ اردیبهشت ۱۴۰۳، گفت: تلاش همه جانبه جهت اصلاح تغذیه، آموزش تغذیه سالم و مصرف غذاهای کم کالری یکی از مهم‌ترین نکات کلیدی برای مردم و اجتماع است.

آقاخانی با اشاره به اینکه بیماری‌های دیابت، چربی خون، برخی بیماری‌های دستگاه گوارش با چاقی و اضافه وزن افراد رابطه مستقیم دارند، تاکید کرد: یکی از این مشکلات عارضه ریفلاکس یا همان بازگشت محتویات و اسید معده به مری است.

عضو هیأت مدیره انجمن درون بین دستگاه گوارش ایران، افزود: متأسفانه افراد برای درمان چاقی به سمت جراحی‌های کنترل چاقی گرایش پیدا کردند در صورتی که با تحرک و ورزش کافی همچنین داشتن رژیم غذایی مفید و سالم می‌توان از بروز برخی بیماری‌های متابولیک جلوگیری کرد.

این متخصص بیماری‌های داخلی گفت: یکی از نکات مهم ارائه برنامه غذایی مناسب به بوفه‌های مدارس است به همین خاطر باید از وزارت بهداشت و آموزش و پرورش بخواهیم تا برنامه غذایی مناسب و مورد نظارت، تدوین و در مدارس اجرایی کنند.

عضو هیأت علمی و اجرایی سی و چهارمین کنگره جامعه پزشکان متخصص داخلی ایران، ادامه داد: اینکه در بوفه مدارس آب میوه‌های حاوی شکر و یا ذرت حجیم شده عرضه می‌شود، حتماً در افزایش وزن فرزندانمان تأثیر سو ایجاد می‌کند.

آقاخانی افزود: در دوره‌ای به سر می بریم که فرزندانمان از موبایل، کامپیوتر و فضای مجازی زیاد استفاده می‌کنند به همین خاطر کم تحرکی موجب چاقی فرزندانمان خواهد شد چون استفاده از فضای مجازی، فرصت فعالیت فیزیکی را خواهد گرفت.

عضو هیأت مدیره جامعه پزشکان متخصص داخلی ایران از مسئولین و متولیان امر تقاضا کرد تا روی میزان و نحوه فعالیت‌های جسمانی کودکان و نوجوانان بیشتر توجه داشته باشند که آموزش ورزش و تحرک مناسب از کودکی در آنها نهادینه شود؛ بلکه ورزش صرفاً در همان مدت زنگ ورزش در مدرسه نباشد.

آقاخانی تاکید کرد: فعالیت بدنی منظم حتی پیاده رفتن به سمت مدرسه و بالعکس، پاسخ مناسبی برای تناسب اندام و حفظ شرایط بدنی سالم خواهد داشت؛ باید فعالیت بدنی از همان ابتدای دوران تحصیل نهادینه شود تا وقتی فرد به سنین بالاتر می‌رسد از عوارض کم تحرکی آسیب ندیده باشد.