

بیماری‌های خطرناک در کمین افراد چاق ؛ از افسردگی تا سرطان‌ها

4 آبان 1403

مدیر پژوهشی پژوهشکده جراحی مغز و اعصاب عملکردی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، از مضرات چاقی و کم تحرکی گفت و اینکه کدام بیماری‌های خطرناک، سلامت افراد چاق و دارای اضافه وزن را تهدید می‌کند.

دکتر سارا رحمتی رودسری پزشک و MPH بیماری‌های واگیردار گفت: چاقی یکی از مشکلات اپیدمیک در سراسر جهان است که بر روی بسیاری از جنبه‌های زندگی افراد و جوامع تأثیر فراوان داشته است.

وی با عنوان این م طلب که شیوع چاقی به میزان زیادی در کشورهای صنعتی و در حال توسعه رو به افزایش است، افزود: سازمان بهداشت جهانی، چاقی را به عنوان بیماری تعریف کرده است.

رحمتی ادامه داد: چاقی از جمله بیماری‌های مزمن مرتبط با اختلال در متابولیسم چربی است. در این بیماری چربی زیادی در بافت‌های چربی تجمع یافته و سلامت فرد را به خطر می‌اندازد.

وی افزود: پژوهش‌های صورت گرفته در ایران نشان می‌دهد که شیوع چاقی و اضافه وزن در کشور رو به افزایش است.

رحمتی با عنوان این مطلب که چاقی به طور جدی بر روی سلامت و رفاه بزرگسالان تأثیرگذار است و خطر ابتلاء به طیفی از امراض از جمله دیابت نوع ۲، سرطان و بیماری‌های قلبی عروقی را افزایش می‌دهد، گفت: طبق مطالعات مختلف، بیماری‌های مرتبط با اضافه وزن و چاقی در بزرگسالان، شامل آسم، سرطان (لوسمی، پستان، مثانه، رحم، پانکراس، پروستات، روده، مری، آندومتر، سلول‌های کلیوی)، بیماری‌های قلبی عروقی، عروق کرونر، دمانس، افسردگی، اختلالات باروری و تولید مثل، بیماری رفلکس مری و معده، بیماری کلیوی، کبدی، آرتروز، پانکراتیت، مشکلات بارداری و تولد و اختلالات خواب است.

وی تأکید کرد: بررسی‌ها نشان می‌دهد شیوع و بروز چاقی با سبک زندگی ناسالم، به خصوص رژیم غذایی نامناسب و بی تحرکی افزایش می‌یابد. به همین دلیل راهبردهای ارتقا سلامت شامل اصلاح رفتارهای سبک زندگی، یک اصل ضروری در پیشگیری از همه گیری چاقی است.

رحمتی افزود: با توجه به اهمیت مدیریت اضافه وزن و چاقی در کشور و با در نظر گرفتن نقش کلیدی زنان و مادران در سبک زندگی خانواده و فرزندان (اعم از تهیه سفره غذایی سالم) بر آن شدیم تا به مناسبت هفته ملی سلامت بانوان ایرانی (سبا) و در راستای اجرای سیاست‌های وزارت بهداشت، دوره آموزشی اضافه وزن و چاقی را برگزار کنیم.

شعار امسال هفته ملی سلامت بانوان ایرانی از سوی معاونت بهداشت وزارت بهداشت، «بانوی سالم، مادر سالم، نسل سالم» اعلام شده است.



به گفته مدیر پژوهشی پژوهشکده جراحی مغز و اعصاب عملکردی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، سرفصل‌های دوره آموزشی اضافه وزن و چاقی، در هفت بند تعریف شده است که عبارتند از:

۱. تشخیص اضافه وزن و چاقی در بزرگسالان

۲. پیشگیری از اضافه وزن و چاقی در بزرگسالان

۳. برنامه‌های مدیریت وزن و پشتیبانی جهت حفظ کاهش وزن در بزرگسالان

۴. تشخیص و غربالگری اضافه وزن و چاقی در کودکان و افراد جوان

۵. پیشگیری از اضافه وزن و چاقی در کودکان و افراد جوان

۶. درمان اضافه وزن و چاقی در کودکان و افراد جوان

۷. سبک زندگی سالم جهت پیشگیری از اضافه وزن و چاقی

دوره آموزشی شغلی «اضافه وزن و چاقی: مدیریت و طبابت بالینی» با همکاری دفتر امور بانوان و خانواده دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، در روزهای ۵ لغایت ۹ آبان ۱۴۰۳ برگزار می‌شود.

این دوره مصوب، دارای ۶ امتیاز شغلی برای شرکت کنندگان است که در صورت قبولی در آزمون، در کارنامه ارزشیابی سالیانه آنها درج خواهد شد. این دوره آموزشی به مدت ۵ روز در سطح دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی و واحدهای تابعه (با ظرفیت ۱۰ هزار نفر) برگزار خواهد شد.

سارا رحمتی رودسری مدیر پژوهشی پژوهشکده جراحی مغز و اعصاب عملکردی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، به همراه ریتا رحمتی رودسری معاون بهداشتی شبکه بهداشت و درمان شمیرانات، برگزاری این دوره آموزشی را بر عهده دارند.