



27 میلیون ایرانی در گروه میانسالی قرار دارند

امید به زندگی در ایران برای زنان 76 و برای مردان 74 سال تعیین شده و مرگ قبل از این سن، زود هنگام تلقی می‌شود و قابل پیشگیری است.

امید به زندگی در ایران برای زنان 76 و برای مردان 74 سال تعیین شده و مرگ قبل از این سن، زود هنگام تلقی می‌شود و قابل پیشگیری است.

رئیس اداره سلامت میانسالان وزارت بهداشت گفت: 27 میلیون نفر از کل جمعیت 80 میلیونی ایران، در گروه سنی میانسالان قرار دارند.

به گزارش انتخاب، مطهره علامه در کارگاه کشوری سلامت میانسالان در شیراز، افزود: گروه سنی میانسالان در هر جامعه و خانواده‌ای، گروه مولد محسوب و شامل افراد 30 تا 60 ساله‌ها می‌شوند.

او گفت: رشد این گروه جمعیتی بیشتر از سایر گروه‌های جمعیتی است و به طور مداوم تعداد این جمعیت در حال افزایش بوده و همین موضوع لزوم برنامه‌ریزی دقیق برای سلامت آنان را متذکر می‌شود.

علامه با بیان اینکه در جهان مرگ و میر افراد 30 تا 70 ساله، مرگ زود هنگام تلقی می‌شود، خاطرنشان کرد: امید به زندگی در ایران برای زنان 76 و برای مردان 74 سال تعیین شده و مرگ قبل از این سن، زود هنگام تلقی می‌شود و قابل پیشگیری است.

این مقام مسئول در وزارت بهداشت، با اشاره به تعهد ایران نسبت به سازمان‌های بین‌المللی برای کاهش مرگ و میر این گروه سنی و تدوین برنامه‌های سلامت آنان، گفت: بیشتر مرگ و میرها در این گروه سنی ناشی از بیماری‌های مزمن غیرواگیر مانند دیابت، فشارخون بالا و قلبی عروقی است.

او اضافه کرد: موضوعاتی شامل شیوه و سبک زندگی نادرست، تغذیه نامناسب، نداشتن فعالیت فیزیکی، زندگی بدون تحرک و مصرف دخانیات، از عوامل مهم خطر ساز برای این گروه سنی به‌شمار می‌رود.

علامه با بیان اینکه ایجاد تغییر اندک در سبک زندگی هزینه‌ای نداشته و موجب ارتقاء سلامت افراد می‌شود، گفت: بخش زیادی از مرگ و میر در این گروه سنی به ویژه در مردان، بر اثر حوادث شغلی است. در این گروه سنی به دلیل اینکه با مسائل شغلی مانند استرس و حوادث شغلی هم مواجه هستند، پیشگیری از حوادث به ویژه حوادث شغلی در محیط کار اهمیت بالایی دارد.

او حوادث ترافیکی را از دیگر ریسک فاکتورهای مخاطره آمیز در این گروه سنی بیان و اضافه کرد: بیماری‌های مزمن غیرواگیر در تمام دنیا به عنوان یک موضوع اصلی تهدید کننده سلامت در این گروه سنی مد نظر و مطرح است.

علامه با بیان اینکه بیماری‌های قلبی در ایران نخستین عامل مرگ و میر در این گروه سنی است، گفت: حوادث ترافیکی و سرطان از دیگر علل شایع مرگ و میر در این گروه سنی است.

او خودمراقبتی را یکی از موضوعات مهم تاثیرگذار در نظام سلامت جهان بیان و اضافه کرد: اینکه مردم بدانند هیچ فردی بیشتر از خودشان نمی‌تواند سلامت آنان را تامین کند، نیازمند ارتقاء سواد سلامت جامعه بوده و رسانه‌ها در این زمینه بسیار تاثیرگذار هستند.

علامه گفت: از سوی دفتر آموزش سلامت پروژه‌ای با عنوان "تربیت سفیران سلامت" در دست اقدام است که بیشتر از دانش آموزان به عنوان پیام‌آوران سلامت خانواده استفاده می‌شود؛ این دانش‌آموزان در مدرسه آموزش می‌بینند و نکات بهداشتی مختلف را به خانواده انتقال می‌دهند.

وی همچنین از تهیه مجموعه‌های آموزشی به شکل نرم‌افزار تلفن همراه تحت عنوان "نرم افزار خودارزیاب میانسالان" و ارائه

