



بازی‌های رایانه‌ای، کودکان را در معرض ابتلا به دیابت قرار می‌دهد

دانشیار دانشگاه علوم پزشکی تهران با بیان ...

سلامت نیوز: دانشیار دانشگاه علوم پزشکی تهران با بیان اینکه «احتمال ابتلا به دیابت نوع دو در افراد چاقی که زمینه ژنتیکی دارند بیشتر است؛ گفت: « با کاهش وزن و ورزش، شانس ابتلا به دیابت نوع دو 50 درصد کاهش می‌یابد.

دکتر مجتبی ملک در گفتگو با خبرنگار سلامت نیوز گفت: «همانطور که می‌دانید ما دو نوع دیابت تیپ 1 و تیپ 2 داریم که در دیابت تیپ 1 بدن انسولین نمی‌سازد و پانکراس این افراد هیچ انسولینی ترشح نمی‌کند که این نوع دیابت در بچه‌ها شایع‌تر است، ولی ممکن است برخی بزرگسالان زیر 30 سال هم به این نوع دیابت مبتلا شوند.

این فوق تخصص بیماری‌های داخلی و غدد درون ریز و متابولیسم ادامه داد: «عوامل موثر در دیابت نوع یک شناخته شده نیست ولی محرک‌های محیطی در ابتلای این کودکان نقش مهمی دارد و 10 درصد بیماران دیابتی را بیماران دیابتی نوع یک تشکیل می‌دهند، 90 درصد بیماران دیابتی به دیابت نوع دو مبتلا هستند و معمولا افراد بالای 30 سال به این نوع دیابت مبتلا می‌شوند.

این استاد دانشگاه تصریح کرد: « با توجه به شیوع چاقی در کودکانی که پدر و مادر آنها به دیابت مبتلا هستند و استفاده مداوم از غذاهای فست فودی و تیپ بازی بچه‌ها که معمولا نشستن شده و بازی‌های رایانه‌ای بدون تحرک است، ممکن است کودکان نیز به این نوع دیابت مبتلا شوند.

دکتر ملک گفت: «در دیابت نوع دو، بدن انسولین می‌سازد اما ترشح انسولین متناسب با بدن نیست و مقاومت به انسولین در این افراد داریم و علل موثر در بروز دیابت نوع عواملی چون ژنتیک و چاقی و عوامل محیطی است.

این دانشیار دانشگاه علوم پزشکی تهران خاطر کرد: «در خانواده‌ای که زمینه ژنتیکی دارند، شانس ابتلا به دیابت در اعضای چاق خانواده بیشتر است و افراد چاق می‌توانند با کاهش حداقل 10 درصد از وزن خود و ورزش منظم شانس ابتلا به دیابت نوع دو را تا 50 درصد کاهش بدهند و اگرچه هیچ راهی برای پیشگیری از دیابت نوع 1 وجود ندارد اما در دیابت نوع دو با کاهش وزن و نیم ساعت ورزش روزانه منظم افراد می‌توانند از ابتلا به دیابت نوع دو پیشگیری کنند.