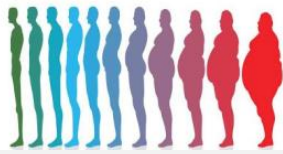


۶۰ درصد از مردم ایران دارای اضافه وزن هستند!!!



8 خطر مرگ آور «چاقی» در کمین ایرانیان/ کدام شهرهای ایران چاق‌ترین مردم را دارد؟

رئیس دفتر مدیریت بیماری های غیرواگیر وزارت بهداشت گفت: بیماری های مثل بیماری های قلبی و عروقی، سکته های مغزی و قلبی، فشارخون، انواع سرطان ها، دیابت، بیماری های عضلانی و اسکلتی، پوکی استخوان و ساییدگی مفاصل همگی از عواقب چاقی هستند.

رئیس دفتر مدیریت بیماری های غیرواگیر وزارت بهداشت گفت: بیماری های مثل بیماری های قلبی و عروقی، سکته های مغزی و قلبی، فشارخون، انواع سرطان ها، دیابت، بیماری های عضلانی و اسکلتی، پوکی استخوان و ساییدگی مفاصل همگی از عواقب چاقی هستند.

دکتر افشین استوار در گفت و گو با جام جم آنلاین با بیان اینکه در حال حاضر مهم ترین علل مرگ و میر و ناتوانی در کشور «بیماری های قلبی و عروقی»؛ «سوانح و حوادث ترافیکی»؛ «سرطان ها» است تاکید کرد: این 3 عامل بالاترین هزینه درمان را به خود اختصاص داده اند.

وی افزود: تغذیه ناسالم، مصرف دخانیات و الکل، اضافه وزن و چاقی، فعالیت کم فیزیکی، فاکتورهای خطری هستند که در صورت توجه نکردن به خطرات ممکن است بیماری را برای فرد رقم بزنند.

استوار با اشاره به اینکه 56 درصد مردم کشور فعالیت بدنی و تحرک کافی ندارند تاکید کرد: متأسفانه آمارها در حال افزایش است و مردم کشور از نظر چاقی و اضافه وزن وضعیت خوبی ندارند و حدود 25 درصد از بزرگسالان و حدود 60 درصد کل جمعیت کشور درگیر اضافه وزن هستند.

رئیس دفتر مدیریت بیماری های غیرواگیر وزارت بهداشت آمار چاقی و اضافه وزن در زنان را بالاتر از آقایان عنوان کرد و گفت: آمار چاقی در زنان 2 برابر مردان است، بطوری که از هر 3 زن ایرانی 1 نفر و از 6 مرد ایرانی 1 نفر دچار چاقی هستند.

این متخصص افزود: در سنین 35 تا 50 سال آمار زنان چاق ایرانی بالای 40 درصد بوده که این آمار نگران کننده است.

وی با اشاره به آمار کودکان چاق در کشور اضافه کرد: چاقی در کودکان ایرانی نیز تقریباً 20 درصد گزارش شده که این ارقام نشان از رشد چاقی در کشور دارد.

وی «کم تحرکی» و «تغذیه نامناسب» را 2 عامل افزایش بالای چاقی در کشور دانست و گفت: سبک زندگی مردم کشور به گونه ای شده که کالری اضافه به بدن می رسد و سوخت و ساز کمتری صورت می گیرد در نتیجه تعادل میان دریافت و مصرف کالری بهم خورد و تجمع چربی در بدن شکل می گیرد.

استوار با هشدار نسبت به اضافه وزن و کم تحرکی افراد افزود: بیماری های مثل بیماری های قلبی و عروقی، سکته های مغزی و قلبی، فشارخون، انواع سرطان ها، دیابت، بیماری های عضلانی و اسکلتی، پوکی استخوان و ساییدگی مفاصل همگی از عواقب چاقی هستند و چاقی به تنهایی می تواند کیفیت زندگی افراد را به شدت تحت شعاع قرار دهد.

رئیس دفتر مدیریت بیماری های غیرواگیر وزارت بهداشت خاطرنشان کرد: تمامی استان های کشور با معضل چاقی روبه رو هستند و استانی نیست که وضعیت مناسبی در این رابطه داشته باشد. شدت مسئله در استان های شمالی و مرکزی کشور مانند آذربایجان، اردبیل، گیلان، مازندران، گلستان، سمنان و یزد بیشتر است والگوهای غذایی در این مناطق باعث شده که کالری بیشتری نسبت به دیگر استان ها دریافت شود.

وی در خصوص مبارزه با چاقی افزود: براساس هدف گذاری سازمان بهداشت جهانی، باید افزایش شیوع چاقی در کشور متوقف شود اما مسئله آنقدر پیچیده و دشوار است که به آسانی نمی توان طرح کاهش شیوع چاقی را اجرا کرد.

استوار با تاکید بر اینکه در این زمینه نیازمند مشارکت مردم و همکاری تمامی سازمان های در موضوع و نظام سلامت

هستیم. افزود: وزارت بهداشت به تنهایی قادر نیست به این هدف برسد چون بیش از 70 تا 80 درصد بحث چاقی خارج از کنترل وزارت بهداشت است.