

## ۶۰ درصد ایرانی ها اضافه وزن دارند

دبیر همایش چاقی، با اشاره به عوارض چاقی بر سلامت افراد، گفت: بیش از ۶۰ درصد مردم ایران اضافه وزن دارند.



دبیر همایش چاقی، با اشاره به عوارض چاقی بر سلامت افراد، گفت: بیش از ۶۰ درصد مردم ایران اضافه وزن دارند.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از مهر، علی ناصر مستوفی، در حاشیه همایش چاقی، با بیان اینکه چاقی یکی از مهمترین فاکتورهای ابتلاء به دیابت نوع ۲ است، افزود: بیش از ۲۳ تا ۲۵ درصد مردم ایران چاق هستند؛ اگر شاخص توده بدنی مساوی یا بالاتر از ۳۰ باشد، فرد چاق است.

وی گفت: بیش از ۶۰ درصد مردم ایران اضافه وزن دارند، در حالی که استاندارد جهانی این عدد حدود ۱۳ درصد است.

دبیر همایش چاقی افزود: در مطالعاتی که در کشور انجام شده چاقی در کودکان و نوجوانان نیز به شدت رو به افزایش است که علت آن نحوه زندگی و تغذیه نادرست است.

مستوفی با تاکید بر اینکه چاقی می تواند سبب بیماری های قلبی عروقی، افزایش فشار خون، چربی خون و برخی سرطان ها باشد، گفت: اگر کسی با تغییر شیوه زندگی و تغذیه صحیح، ورزش و تحرک نتواند وزن خود را متعادل کند باید به پزشک مراجعه کند تا با داروهای استاندارد کاهش وزن داشته باشد.

وی با گلایه از کسانی که از داروهای تبلیغی در ماهواره ها و مجلات زرد برای کم کردن وزن استفاده می کنند، افزود: این افراد بدانند دارویی که مورد تأیید سازمان غذا و دارو نباشد بیش از فایده می تواند ضرر داشته باشد، بنابراین بهتر است تنها از داروهایی که پزشک معتبر تجویز می کند، استفاده شود.

### تبعات شیوه نادرست زندگی

ساسان شرقی استاد دانشگاه علوم پزشکی تهران، در حاشیه همایش چاقی گفت: در سال ۲۰۰۵ پیش بینی می شد تا سال ۲۰۲۵ تعداد بیماران دیابتی ۲ برابر شود، اما متأسفانه این اتفاق در سال ۲۰۱۱ رخ داد.

وی افزود: افزایش چاقی در همه جای دنیا رو به افزایش است و ایران نیز از این امر مستثنی نیست. در ایران شیوع دیابت در سال ۲۰۰۵ زیر ۵ درصد بود و حالا آمار کشور در حدود ۱۰ درصد است.

این فوق تخصص غدد، گفت: این آمار لجام گسیخته هزینه های زیادی به جامعه و خانواده تحمیل می کند و عمده علت آن نیز افزایش غربی شدن شیوه زندگی، بی تحرکی، استفاده غیرمعمول از ابزارهای تمدن و رفتار اشتباه تغذیه ای است.