

رابطه کودک دیابتی و تلویزیون

در کنار این موضوع که برای ما به اثبات رسیده تماشای بیش از حد تلویزیون موجب بروز چاقی..



در کنار این موضوع که برای ما به اثبات رسیده تماشای بیش از حد تلویزیون موجب بروز چاقی و درجه‌ها و دور ماندن آنها از فعالیت‌های مفید روزانه‌شان می‌شود و با توجه به این یافته‌ها می‌توان گفت تماشای تلویزیون به افزایش دیابت، خصوصا در بچه‌ها نیز منجر می‌گردد. به علاوه کنترل دیابت در بچه‌هایی که وقت بیشتری را نسبت به بقیه افراد به تماشای تلویزیون اختصاص می‌دهند، مشکل‌تر می‌باشد. حتما می‌دانید که دیابت در بچه‌ها و نوجوانان به طور معمول از نوع یک یا همان نوع وابسته به انسولین است و بیشتر پزشکان و پژوهشگران معتقدند که هر چه کاهش فعالیت بدنی بچه‌ها بیشتر شود، احتمال عدم کنترل قند خون هم بالاتر می‌رود. این ارتباط بسیار قوی است، به طوری که هر چه ساعات نشستن پای تلویزیون بیشتر باشد، سطح قند خون کودک دیابتی هم بالاتر می‌رود.

با توجه به اهمیت بیماری دیابت در بچه‌ها، به نظر می‌رسد باید به هر شکل ممکن کنترل قند خون در این کودکان را بهبود بخشید. طبق آمار، تنها در کشور نروژ 25 هزار کودک و نوجوان به این بیماری مبتلا هستند. این رقم در سطح جهان به حدود 30 میلیون نفر می‌رسد. دکتر فرانسویس کوفمن، یکی از اساتید بیمارستان کودکان لس‌آنجلس هم در تأیید یافته‌های این مطالعه بزرگ نروژ می‌گوید: "ما مدت‌هاست که خاموش کردن تلویزیون را به عنوان یک درمان کم‌هزینه به خانواده کودکان دیابتی توصیه می‌کنیم.

ما معتقدیم افزایش فعالیت بدنی باعث بهبود کنترل دیابت حتی در کودکان و نوجوانان و مبتلایان به نوع یک دیابت می‌شود. به همین دلیل حتی در بیمارستان خودمان یک تیم بسکتبال نوجوانان تشکیل داده‌ایم تا از این طریق بتوانیم فعالیت بدنی آنها را افزایش دهیم." توصیه ما به خانواده‌های ایرانی نیز تأکید بر همین موضوع است که تماشای طولانی‌مدت تلویزیون و بی‌حرکت شدن در جلوی گیرنده‌ها، برای این کودکان بسیار مضر است و خانواده‌ها باید با این پدیده مضر مقابله کنند.

دکتر فاطمه فرهمند فوق تخصص گوارش کودکان

دانشیار دانشگاه علوم پزشکی تهران