



آذربایجانی‌ها 3 برابر استاندارد جهانی نمک مصرف می‌کنند

معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی تبریز گفت: مردم آذربایجان شرقی سه برابر میزان استاندارد جهانی نمک مصرف می‌کنند.

معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی تبریز:

آذربایجانی‌ها 3 برابر استاندارد جهانی نمک مصرف می‌کنند

معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی تبریز گفت: مردم آذربایجان شرقی سه برابر میزان استاندارد جهانی نمک مصرف می‌کنند.

احمد کوشا امروز در گفت‌وگو با خبرنگار فارس در تبریز با اشاره به اینکه فشار خون بیماری مهمی است و ضروری است این بیماری در جامعه جدی گرفته شود، افزود: ارتقا، پیشرفت و امنیت یک جامعه به طور مستقیم و غیرمستقیم به سلامت آن جامعه ارتباط دارد.

وی با بیان اینکه با تغییر الگوی زندگی و تغذیه و افزایش استرس‌ها بیماری‌های قلبی و عروقی نیز افزایش یافته است، گفت: فشار خون علایم اختصاصی ندارد و به همین دلیل متأسفانه بسیاری از مردم حتی قشر تحصیل کرده جامعه فشار خون را به خوبی نمی‌دانند و برای درمان آن اقدام نمی‌کنند.

رئیس دانشگاه علوم پزشکی تبریز با بیان اینکه سن ابتلا به بیماری فشار خون در کشور و استان از بسیاری از متوسط جهانی پایین‌تر است، اظهار کرد: در کشور ما سن ابتلا به این بیماری در دهه سوم و چهارم زندگی افراد است.

وی ادامه داد: این بیماری اگر به موقع شناسایی و درمان نشود، موجب نارسایی کلیوی، مشکلات قلبی و عروقی و آسیب به ارگان‌های انتهایی بدن می‌شود.

کوشا کاهش مصرف نمک را از مهمترین عوامل پیشگیری و درمان فشار خون بالا دانست و گفت: یکی از راه‌های ابتلا به فشار خون بالا، عدم پیروی از رژیم غذایی سالم است. پیروی از یک رژیم غذایی سالم و فعالیت جسمی مداوم در پیشگیری از فشار خون افراد مبتلا به آن مؤثر است و از مهمترین عوامل در پیشگیری و درمان فشار خون بالا، کاهش مصرف نمک (سدیم) است.