



۲۵ میلیون نفر در ایران دارای اضافه وزن و یا چاقی هستند

رئیس پژوهشکده غدد درون ریز و متابولیسم ایران گفت: یک سوم جمعیت کشور معادل ۲۵ میلیون نفر دارای اضافه وزن و یا چاقی هستند که از این تعداد ۴۳ درصد را مردان و ۵۷ درصد را زنان تشکیل می‌دهند.

همشهری آنلاین: رئیس پژوهشکده غدد درون ریز و متابولیسم ایران گفت: یک سوم جمعیت کشور معادل ۲۵ میلیون نفر دارای اضافه وزن و یا چاقی هستند که از این تعداد ۴۳ درصد را مردان و ۵۷ درصد را زنان تشکیل می‌دهند.

به گزارش ایرنا، دکتر "فریدون عزیزی" روز یکشنبه در نشست با خبرنگاران به مناسبت برگزاری چهارمین کنگره پیشگیری و درمان چاقی ایران اظهار داشت: ۸ میلیون نفر از ۲۵ میلیون نفر مبتلا به چاقی و ۱۷ میلیون نفر مبتلا به اضافه وزن هستند.

وی با بیان این که آمار افراد مبتلا به چاقی و یا اضافه وزن در کشورهای مختلف دنیا متفاوت است، افزود: در کشورهای آفریقایی آمار کم وزنی بیشتر از چاقی است و در کشورهای پیشرفته دنیا مانند آمریکا حدود ۶۰ تا ۷۰ درصد مبتلا به چاقی و یا اضافه وزن هستند که این آمار در مورد اضافه وزن با کشور ما یکسان و در مورد چاقی حدود ۱۰ درصد بیشتر است.

آمار مبتلایان به چاقی یا اضافه وزن در شهرهای مختلف کشور با یکدیگر متفاوت است به گونه‌ای که در تهران این آمار در جمعیت مردان به ۶۰ درصد و در جمعیت زنان به ۷۰ درصد می‌رسد.

فوق تخصص غدد درون ریز و متابولیسم در مورد جمعیت کودکان چاق ایرانی اظهار داشت: میزان ابتلای کودکان به چاقی بین ۳ تا ۲۳ درصد در استان‌های مختلف گزارش شده است؛ آمار ۲۳ درصد مربوط به استان‌های شمالی و آمار ۳ درصد مربوط به استان‌های کوچک مانند ایلام و سیستان و بلوچستان است.

در ۱۰ سال گذشته آمار کودکان چاق تهرانی ۱۸ درصد بوده است. به طور متوسط روزانه ۶ تا ۸ ساعت از عمر کودکان صرف نوشتن تکالیف مدرسه، بازی کامپیوتری و تماشای تلویزیون می‌شود و این موضوع یکی از علل افزایش چاقی در این دسته از افراد جامعه به شمار می‌رود.

علت این که چاقی به عنوان یکی بیماری خاص در نظر گرفته می‌شود، شیوع فزاینده آن در ایران و جهان است؛ تا پایان جنگ جهانی دوم مردم جهان بیشتر از کم وزنی به دلیل نبود امکانات صنعتی و کمبود غذا رنج می‌بردند اما پس از پایان این دوره با توجه به توسعه کشورها، ماشینی شدن زندگی، افزایش تولید مواد غذایی، در دسترس بودن آن در تمام فصول سال و بی تحرکی مردم مشکل اضافه وزن و چاقی در جهان رو به افزایش گذاشت.

عزیزی از بین رفتن بسیاری از بیماری‌های واگیردار از طریق واکسیناسیون و گسترش بهداشت و درپی آن افزایش سن افراد و کم تحرکی ناشی از بالا رفتن سن را از دیگر علل شیوع چاقی در جهان عنوان کرد.

رئیس پژوهشکده غدد درون ریز و متابولیسم گفت: نماد توده بدنی از شاخص‌های تعیین اضافه وزن و چاقی است به گونه‌ای که اگر وزن فرد به کیلوگرم بر قد به متر تقسیم شود و به توان ۲ برسد و عدد به دست آمده کمتر از ۲۵ باشد طبیعی، بالای ۲۵ تا ۳۰ مبتلا به اضافه وزن، بالاتر از ۳۰ مبتلا به چاقی، ۳۰ تا ۳۵ مبتلا به چاقی درجه یک، ۳۵ تا ۴۰ دارای چاقی درجه دو و ۴۰ به بالا دارای چاقی مفرط است.

میزان مرگ و میر در افراد دارای چاقی و یا چاقی مفرط ۲.۵ تا ۳ درصد نسبت به سایر افراد جامعه بیشتر است. میزان مرگ و میر ناشی از چاقی را نمی‌توان به درستی تخمین زد زیرا بیشتر عوارض ناشی از چاقی مانند بیماری‌های قلبی عروقی و دیابت منجر به مرگ افراد می‌شود.

وی عوامل چاقی را شامل عوامل ژنتیکی و عوامل محیطی دانست و گفت: بیشتر عوامل محیطی مانند کم تحرکی و مصرف زیاد مواد غذایی در بروز چاقی موثر است و علل ژنتیکی نیز تا زمانی که علل محیطی فراهم نباشد، نمی‌تواند تاثیر چندانی داشته

باشد.

عزیزی توصیه کرد: تغییر شیوه زندگی مناسب‌ترین راه در پیشگیری از بروز چاقی است و در صورت بروز مشکل چاقی نیز برای درمان آن بهترین روش تغییر شیوه زندگی با افزایش تحرک و کمتر مصرف کردن مواد غذایی است.

وی استفاده از قرص‌های لاغری را رد کرد و افزود: قوی‌ترین داروهای لاغری تنها می‌تواند 7 تا 8 کیلو وزن افراد را کاهش دهد اما استفاده از آنها فرد را با عوارض جبران‌ناپذیری روبه‌رو می‌کند.

عزیزی استفاده از اعمال جراحی را نیز تنها برای برخی موارد مانند افراد دیابتی که وزن آنها قابل کنترل نیست و یا افراد چاقی که به چاقی‌های مفرط مبتلا و با احتمال مرگ و میر ناشی از اضافه وزن روبه‌رو هستند، مجاز دانست.

وی ادامه داد: تمهیدات دولتی برای کم‌کالری و کم‌چربی کردن مواد غذایی مانند فست‌فودها و همچنین افزایش آموزش عمومی در مورد مسایل مربوط به چاقی در کاهش آمار مبتلایان به چاقی در کشور بسیار موثر خواهد بود.

چهارمین کنگره پیشگیری و درمان چاقی ایران از 13 تا 15 آذرماه در دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی با حضور جمعی از متخصصان غدد درون‌ریز و متابولیسم برگزار می‌شود.