



12 درصد کودکان ایرانی فشارخون بالا دارند/ مضرات غذاهای آماده با نمک

رئیس دومین کنگره مشترک قلب و عروق ایران نسبت به مضرات مصرف فست فودها و غذاهای آماده که نمک و چربی زیادی دارند، هشدار داد ...

رئیس دومین کنگره مشترک قلب و عروق ایران نسبت به مضرات مصرف فست فودها و غذاهای آماده که نمک و چربی زیادی دارند، هشدار داد و گفت: متأسفانه 50 درصد از افراد جامعه که دچار فشارخون بالا هستند، از بیماری خود خبر ندارند و این می تواند خطرناک باشد.

به گزارش خبرنگار مهر، دکتر فریدون نوحی در نشست خبری دومین کنگره مشترک قلب و عروق ایران که قرار است از 6 تا 9 اسفند ماه امسال در تهران برگزار شود، افزود: فشارخون بالا، بیماری است که در مراحل اولیه هیچ علامتی ندارد و از همین رو، این بیماری را قاتل خاموش می نامند.

وی با اعلام اینکه بیش از 35 درصد مبتلایان به فشارخون بالا برای درمان خود هیچ اقدامی نمی کنند، گفت: فقط 16 درصد مبتلایان به این بیماری برای درمان و کنترل فشارخون خود اقدام می کنند.

رئیس انجمن قلب و عروق ایران با تأکید بر اصلاح روشهای زندگی و تغذیه مناسب به عنوان راهکارها و درمانهای غیر دارویی در مبتلایان به فشارخون بالا، ادامه داد: حدود 4 درصد از مرگهای قلبی و عروقی به دلیل فشارخون بالا اتفاق می افتد و این خیلی نگران کننده است.

وی نسبت به مصرف بالای نمک در غذای ایرانیها هشدار داد و گفت: آمار مصرف نمک در ایران 2 برابر میانگین جهانی است که باید این میزان را به نصف کاهش دهیم تا بتوانیم فشارخون بالا را کنترل کنیم.

نوحی با تأکید بر اینکه کاهش مصرف نمک در غذای ایرانیها کار ساده ای نیست، تصریح کرد: یکی از منابع مهم افزایش ورود نمک به بدن، مصرف زیاد فست فودها و غذاهای آماده که دارای نمک و چربی فراوانی هستند، از جمله دلایل بروز فشارخون بالاست.

رئیس دومین کنگره مشترک قلب و عروق ایران در پاسخ به سؤال خبرنگار مهر مبنی بر اینکه وضعیت فشارخون کودکان ایرانی با توجه به اینکه گرایش و تمایل زیادی به مصرف فست فودها و غذاهای آماده دارند، چگونه است، گفت: 12 درصد کودکان زیر 15 سال کشور دچار فشارخون بالا هستند که متأسفانه این افراد نیز از بیماری خود اطلاعی ندارند و عوارض این فشارخون در سنین بلوغ به بعد بروز می کند.

نوحی در همین زمینه ادامه داد: فشارخون بالا در زمان کوتاهی، روی اندامهای حیاتی کودکان اثر می گذارد و خطرناک است.