

## کاهش سن ابتلا به عوارض چاقی / ۲۴ میلیون ایرانی اضافه وزن دارند

رئیس پنجمین کنگره پیشگیری و درمان چاقی ایران گفت: سن ابتلا به عوارض ناشی از چاقی (دیابت و فشارخون) به حدود ۱۰ تا ۱۹ سال رسیده است.



رئیس پنجمین کنگره پیشگیری و درمان چاقی ایران گفت: سن ابتلا به عوارض ناشی از چاقی (دیابت و فشارخون) به حدود ۱۰ تا ۱۹ سال رسیده است.

به گزارش خبرگزاری مهر، دکتر فریدون عزیزی در افتتاحیه پنجمین کنگره پیشگیری و درمان چاقی ایران و دومین کنگره بین المللی جراحی های چاقی و متابولیک با اشاره به این که بیش از ۲۴ میلیون نفر از جمعیت حدود ۷۵ میلیونی ایران مبتلا به اضافه وزن و یا چاقی هستند، افزود: مقابله با چاقی کودکان نباید به نوجوانی موکول شود، بلکه باید از دو تا سه سالگی آغاز و در سنین سه تا پنج سالگی با جدیت پیگیری شود.

وی افزود: هر چه سن افزایش یابد، مقابله با چاقی سخت تر می شود، به همین جهت دبیرکل سازمان جهانی بهداشت اعلام کرده است که کشورها باید اقدامات پیشگیرانه خود را از سنین کودکی و مدرسه آغاز و برنامه های مدونی در این زمینه طراحی کنند.

عزیزی ادامه داد: آمارها نشان می دهد هیچ یک از کشورها نتوانسته اند به طور کامل روند چاقی را متوقف کنند، زیرا سبک زندگی افراد تغییر کرده و رژیم غذایی ناسالم در بین جوامع افزایش یافته است. با توجه به این امر، رسانه ها و صنایع غذایی باید در جهت کاهش چاقی قدم های لازم را بردارند؛ صنایع غذایی باید به سمت تولید غذای سالم بروند و در سطح مدارس و جامعه نیز لازم است که اقدامات زیربنایی صورت گیرد تا نتیجه مطلوب حاصل شود.

رئیس پژوهشکده غدد درون ریز و متابولیسم دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی در رابطه با عوارض چاقی در کودکان اظهار کرد: چاقی در کودکی زمینه ساز بروز دیابت نوع ۲، سکتة های قلبی عروقی، ناباروری، فشار خون بالا و همچنین مشکلات روانی در سنین بالاتر می شود.

وی با بیان اینکه چاقی کودکان در حوزه نظام سلامت کشور به عنوان یکی از مسائل اساسی مطرح است، افزود: علاوه بر این که لازم است والدین از دوران کودکی فرزندان، اقدامات لازم را برای پیشگیری از چاقی آنها انجام دهند، جامعه نیز باید با ایجاد محیطی مناسب از بروز چاقی و عوارض ناشی از آن که می تواند بار سنگین هزینه های درمانی و اجتماعی را بر افراد و نظام سلامت کشور وارد کند، برنامه ریزی کند.

عزیزی به لزوم مراقبت های لازم پیش از دوران بارداری اشاره کرد و گفت: سلامت مادران و پدران به ویژه مادران پیش از بارداری در پیشگیری از بروز چاقی در کودکان بسیار حائز اهمیت است، بنابراین باید اختلالات احتمالی در مورد میزان ویتامین ها، کم وزنی و تغذیه ناسالم مادر قبل از لقاح و بارداری مورد بررسی قرار گیرد.

وی افزود: توجه به دیابت دوران بارداری، تغذیه مناسب مادر در دوران بارداری، زایمان طبیعی، شیردهی، مواد غذایی مورد مصرف مادر در دوران شیردهی و همچنین تغذیه اصولی کودکان در سال های اول زندگی می تواند از جمله عوامل موثر در پیشگیری از چاقی در کودکان باشد.

رئیس کنگره پیشگیری و درمان چاقی گفت: توجه به مجموع موارد ذکر شده در کنار اقدامات کلان دولتی و رسانه ای می تواند نقش موثری در پیشگیری از چاقی و عوارض و هزینه های ناشی از آن داشته باشد.

عزیزی به انجام یک بررسی در زمینه رشد چاقی در جوامع در سطح دنیا اشاره کرد و گفت: نتایج بررسی روی ۲۸ میلیون نفر در سراسر جهان در چهار دهه اخیر نشان می دهد که اضافه وزن و چاقی به شدت رو به افزایش است؛ اضافه وزن و چاقی از ۲۲ کیلوگرم به ۲۴ کیلوگرم در مقیاس BMI رسیده است و حدود سه درصد از جمعیت افرادی که در سطح جهان شاخص BMI کمتر از ۱۸ داشته اند، کاهش یافته است و جمعیت افراد چاق با BMI معادل ۳۰ حدود ۷ تا ۸ درصد افزایش یافته است.

وی با بیان این که چاقی به عنوان عامل مرگ ۲.۸ میلیون نفر در سال شناخته شده است، افزود: بررسی ها نشان می دهد اگر از

این روند پیشگیری نشود تا سال ۲۰۲۵ ، ۱۸ درصد افراد دنیا مبتلا به چاقی با BMI بالای ۳۰ خواهند بود.

پنجمین کنگره پیشگیری و درمان چاقی ایران و دومین کنگره بین المللی جراحی های چاقی و متابولیک از ۲۵ تا ۲۷ آذر ۹۴ با در سالن شهید غرضی بیمارستان میلاد برگزار می شود.