



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی مشهد
معاونت بهداشت

انعکاس نشست خبری هفته ملی دیابت – آبان ماه ۹۷



روابط عمومی معاونت بهداشت

دانشگاه علوم پزشکی مشهد

انعکاس نشست خبری هفته ملی دیابت - آبان ماه ۹۷

ردیف	عنوان خبر	منبع
۱	دیابت در خراسان رضوی کمتر از شاخص کشوری است	ایرنا
۲	نقش ۹۰ درصدی تغذیه در ابتلا به دیابت	ایرنا
۳	۱۱ درصد افراد بالای ۳۰ سال خراسان رضوی؛ مبتلا به دیابت	خبرگزاری صدا و سیما خراسان رضوی
۴	۱۱ درصد افراد بالای ۳۰ سال خراسان رضوی؛ مبتلا به دیابت	قدس آنلاین
۵	اضافه وزن مهم ترین عامل مستعدکننده دیابت	ایسنا
۶	نقش سیستم بهداشتی و دولت در کاهش دیابت نوع ۲ ضروریست	ایسنا
۷	تحمیل هزینه‌های گزاف از «مرض شیرین»	روزنامه صبح امروز
۸	۱۱ درصد از جمعیت بالای ۲۵ سال کشور، دیابت دارند	روزنامه همدلی
۹	آماده سازی دو کلینیک ویژه در مشهد	باشگاه خبرنگاران جوان
۱۰	مهم ترین عامل مستعدکننده دیابت؟	خبرگزاری ناطقان
۱۱	نقش ۹۰ درصدی تغذیه در ابتلا به دیابت	اکونیوز
۱۲	دیابت در خراسان رضوی کمتر از شاخص کشوری است	اکونیوز
۱۳	اضافه وزن مهم ترین عامل مستعدکننده دیابت	آفتاب
۱۴	اضافه وزن مهم ترین عامل مستعدکننده دیابت	خبر خودرو
۱۵	نقش سیستم بهداشتی و دولت در کاهش دیابت نوع ۲ ضروریست	روزنامه کسب و کار
۱۶	دیابت در خراسان رضوی کمتر از شاخص کشوری است	تی نیوز
۱۷	آماده سازی دو کلینیک ویژه در مشهد	تی نیوز - خبر پو
۱۸	مهم ترین عامل مستعدکننده دیابت؟	آفتاب
۱۹	مهم ترین عامل مستعدکننده دیابت؟	بهداشت نیوز
۲۰	مهم ترین عامل مستعدکننده دیابت؟	خبر فارسی
۲۱	۱۱ درصد افراد بالای ۳۰ سال خراسان رضوی؛ مبتلا به دیابت	خبر وان
۲۲	اضافه وزن مهم ترین عامل مستعدکننده دیابت	آفتاب
۲۳	اضافه وزن مهم ترین عامل مستعدکننده دیابت	تی نیوز
۲۴	ایرانی ها به دلیل اضافه وزن و کمی تحرک مستعد بیماری دیابت هستند	اخبار علمی
۲۵	نقش سیستم بهداشتی و دولت در کاهش دیابت نوع ۲ ضروریست	فانوس
۲۶	ایرانی ها به دلیل اضافه وزن و کمی تحرک، مستعد بیماری دیابت هستند	پایگاه اطلاع رسانی وبدا دانشگاه علوم پزشکی مشهد
۲۷	تغذیه نامناسب نقش موثری در ابتلا به دیابت دارد	پایگاه اطلاع رسانی وبدا دانشگاه علوم پزشکی مشهد
۲۸	۱۱ درصد از افراد بالای ۳۰ سال خراسان رضوی مبتلا به دیابت هستند	پایگاه اطلاع رسانی وبدا دانشگاه علوم پزشکی مشهد
۲۹	سن ابتلا به دیابت در ایران کمتر از کشورهای دیگر است	روابط عمومی معاونت بهداشت

دیابت در خراسان رضوی کمتر از شاخص کشوری است



مشهد- ایرنا- قائم مقام بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی مشهد مبتلایان به دیابت را در سطح کشور ۱۱ درصد از کل جمعیت ذکر و بیان کرد: در خراسان رضوی ۹ درصد جمعیت بالای ۳۰ سال در مناطق زیر پوشش این دانشگاه به دیابت مبتلا هستند.

دکتر سیدکاظم فرهمند روز سه شنبه در جمع خبرنگاران به مناسبت هفته پیشگیری از دیابت شایعترین سن ابتلا به دیابت را در خراسان رضوی و کشور بین ۴۵ تا ۵۵ سالگی ذکر و بیان کرد:

دیابت در بین جمعیت شهری بیشتر از روستایی و در کشورهای پیشرفته بیشتر از کشورهای در حال توسعه شیوع دارد. وی افزود: همچنین ۲۵ درصد مبتلایان به دیابت از بیماری خود اطلاع ندارند. دیابت به دو نوع ارثی و در بین کودکان و نوجوانان و دیابت نوع ۲ که از سنین میانسالی آغاز شده و به رژیم غذایی و سبک زندگی بستگی دارد تقسیم می شود. قائم مقام بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی مشهد ادامه داد: بیماری دیابت در ایران در حال گسترش است و نظام بهداشتی درمانی مجبور است بطور مثال برای مبتلایان به نارسایی کلیه که از عوارض ثانویه دیابت می باشد مراکز همودیالیز متعدد ایجاد کند. وی نارسایی قلبی و عروقی، عوارض چشمی و قطع پای دیابتی را از دیگر عوارض ثانویه بیماری دیابت عنوان کرد. ۱۴ نوامبر برابر با ۲۵ آبان ماه 'روز جهانی دیابت' نامگذاری شده است.



نقش ۹۰ درصدی تغذیه در ابتلا به دیابت



مشهد- ایرنا- مدیر گروه آموزش تغذیه دانشگاه علوم پزشکی مشهد گفت: بر اساس تحقیقات پزشکی، رژیم غذایی و تغذیه نقش حدود ۹۰ درصدی در ابتلا به دیابت نوع ۲ یا بزرگسالان دارد.

ه گزارش ایرنا، دکتر محسن نعمتی روز سه شنبه به مناسبت روز جهانی دیابت در جمع خبرنگاران افزود: با تغذیه صحیح و رعایت وزن بدن می توان از بیماری دیابت بزرگسالان پیشگیری کرد، اما بیماری دیابت نوع یک که بین کودکان و نوجوانان شیوع دارد، ارثی است.

وی اظهار داشت: پیشگیری اولیه از بیماری دیابت بزرگترین خدمتی است که علم تغذیه می تواند انجام دهد، به طوریکه با تغذیه درست می توان از تبدیل افراد پیش دیابتی یا 'پره دیابتی' به بیمار مبتلا به دیابت جلوگیری نمود. وی گفت: افراد پره دیابتی، مستعد بیماری دیابت بوده و افراد چاق با وزن زیاد هستند، کم تحرکند و چربی دور شکم آنها زیاد است و تعداد آنها بسته به رژیم غذایی هر منطقه متفاوت می باشد. دکتر نعمتی افزود: ایرانی ها به دلیل چاقی و اضافه وزن که ۶۵ درصد افراد جامعه را در برمی گیرد و همچنین زیاد بودن چربی دور شکم و کم تحرکی بیشتر از افراد کشورهای اروپایی مستعد ابتلا به دیابت هستند.

افزایش ۳۵ درصدی ابتلا به دیابت

پزشک فوق تخصص بیماریهای غدد درون ریز و متابولیسم دانشگاه علوم پزشکی مشهد نیز گفت: تحقیقات انجام شده در شهر تهران نشان می دهد بیماری دیابت در این شهر طی ۶ سال گذشته ۳۵ درصد افزایش داشته است. دکتر ربابه بیگم ابوترابی افزود: بر اساس تحقیق انجام شده طی سالهای ۲۰۰۵ تا ۲۰۱۱ میلادی که بین جمعیت ۲۵ تا ۶۵ ساله تهرانی انجام شد، شیوع دیابت از هشت درصد به ۱۱,۵ درصد افزایش یافته است. وی اظهار داشت: بیماری دیابت از نظر ماهیتی شیرین است ولی عوارض آن بسیار تلخ است و این در حالی است که ابتلا به دیابت و عوارض آن قابل پیشگیری می باشد و تشخیص به موقع، در درمان و کنترل عوارض آن نقش مهمی دارد. وی گفت: تغییر سبک زندگی، کاهش وزن بدن به مقدار هفت درصد، تحرک بدنی و ورزش به مدت ۱۵۰ دقیقه نقش مهمی در پیشگیری از دیابت و عوارض آن دارد.

انعکاس نشست خبری هفته ملی دیابت - آبان ماه ۹۷

دکتر ابوترابی بر نقش حمایتی سیستم بهداشتی و درمانی در کنترل بیماری دیابت تاکید کرد و افزود: اگر بیماری دیابت به موقع تشخیص و درمان شود و دسترسی ها به معاینه و مراقبت های دوره ای افزایش یابد می توان از نارسایی کلیه، عوارض چشمی، بیماریهای قلبی و قطع پا در بیماران دیابتی جلوگیری نمود. وی اظهار داشت: اگر دولت هزینه های بیماری دیابت را به جای تمرکز در حوزه درمان در بخش پیشگیری توسعه و گسترش دهد، می توان ادعا کرد که در کنترل و مقابله با بیماری دیابت موفق عمل کرده ایم.

سن ابتلا به دیابت در ایران کمتر از کشورهای دیگر است معاون مدیر گروه پیشگیری از بیماریهای دانشگاه علوم پزشکی مشهد نیز گفت: طبق غربالگری های انجام شده حدود ۸۵ هزار بیمار دیابتی در استان خراسان رضوی شناسایی شده که زیرپوشش مراقبت های بهداشتی و درمانی قرار دارند. دکتر زهرا نهبندانی افزود: غربالگری دیابت در مراکز بهداشتی و درمانی به صورت رایگان است و افراد بیش از ۳۰ سال را شامل می شود.

وی اظهار داشت: بر اساس ارزیابی های انجام شده ۹ درصد جمعیت این استان مبتلا به دیابت هستند که شیوع این بیماری در جوامع شهری بیشتر از جوامع روستایی است. وی با بیان اینکه سن شیوع دیابت در ایران کمتر از سایر کشورهاست گفت: بیشترین سن ابتلا به دیابت در ایران بین ۴۵ تا ۵۵ سالگی است که یک دهه زودتر از کشورهای دیگر می باشد.

ارائه خدمات تخصصی به بیماران دیابتی مسئول امور بیماریهای خاص دانشگاه علوم پزشکی مشهد هم گفت: هم اکنون پنج بیمارستان و مرکز درمانی شامل منتصریه، امام رضا (ع)، شهید هاشمی نژاد، علوی، شمس الشموس ارتش و کلینیک چشم آفتاب در مشهد، خدمات و مراقبت های لازم به بیماران دیابتی را ارائه می کنند. دکتر جواد رجبیان افزود: کلینیک های تخصصی دیابت در شهرستانهای کاشمر، چناران، بردسکن و قوچان استان خراسان رضوی نیز فعال است. وی اظهار داشت: در این مراکز معاینه های تخصصی و مراقبت های لازم با هدف کنترل عوارض کلیوی، قلبی و عروقی، چشم و پای بیماران دیابتی انجام می شود. وی گفت: انجام حدود ۱۷ هزار معاینه تخصصی، حدود ۶ هزار معاینه فوق تخصصی و انجام حدود ۲ هزار و ۵۰۰ مشاوره تغذیه از خدمات ارائه شده به بیماران دیابتی در این استان طی سال گذشته بوده است. ۱۴ نوامبر برابر با ۲۳ آبان ماه روز جهانی دیابت نامگذاری شده است.



۱۱ درصد افراد بالای ۳۰ سال خراسان رضوی؛ مبتلا به دیابت



به گزارش خبرگزاری صدا و سیما، مرکز خراسان رضوی، قائم مقام معاونت بهداشت دانشگاه علوم پزشکی مشهد در نشست خبری هفته پیشگیری از دیابت اظهار کرد: این در حالی است که بر اساس مطالعات سال ۹۵، ۱۱ درصد از جمعیت بالای ۳۰ سال کشور نیز مبتلا به دیابت هستند و استان خراسان نیز در همین شرایط قرار دارد.

دکتر فرهمند با اشاره به اینکه بیمار مبتلا به دیابت در صورت درگیر شدن با عوارض بیماری، فشار اقتصادی و روانی زیادی را بر خانواده خود تحمیل می کند، افزود: به همین منظور در سال جاری شعار روز جهانی دیابت، "دیابت و خانواده" نامگذاری شده است.

وی با اشاره به اینکه تا پیش از اجرای برنامه تحول نظام سلامت، بیماری دیابت در مراکز معدودی از حوزه بهداشت کنترل می شد، اظهار کرد: با اجرای این برنامه در حال حاضر مراقبت و کنترل بیماری دیابت در تمامی مراکز جامع سلامت و خانه های بهداشت در مراکز شهری و روستایی اجرا می شود که این امر گام مهمی در شناسایی بیماران و پیشگیری از بروز عوارض بیماری دارد. وی با اشاره به اینکه باید با اطلاع رسانی و آموزش مردم را نسبت به بیماری دیابت حساس کرد افزود: در صورت ایجاد عوامل تعدیل کننده در بیماری دیابت، حتی افرادی که زمینه ژنتیکی این بیماری را دارند دیرتر مبتلا شده و با عوارض کمتری روبرو می شوند.

۱۹ تا ۲۵ آبان ماه هفته ملی دیابت نامگذاری شده است.



اضافه وزن مهم ترین عامل مستعد کننده دیابت



مدیر گروه آموزشی تغذیه دانشکده علوم پزشکی مشهد گفت: ۶۵ درصد از ما ایرانی ها اضافه وزن داریم، اضافه وزن و چاقی مهم ترین و یکی از ریزفاکتورها و عامل مستعد کننده دیابت است. به گزارش ایسنا، محسن نعمتی در نشستی خبری، به مناسبت روز جهانی دیابت که در مرکز معاونت بهداشتی استان برگزار شد گفت: ایرانیان به دو دلیل مستعد دیابت هستند، به این دلیل که با توجه به آمار ۶۵ درصد از ما ایرانی ها اضافه وزن داریم، اضافه وزن و چاقی مهم ترین و یکی از ریزفاکتورها و عامل مستعد کننده دیابت است.

وی افزود: با توجه به همین آمار ما ایرانیان مستعد دیابت هستیم، دلیل دومی که ایرانیان مستعد دیابت هستند این است که در آسیا چاقی مرکزی است و چربی ها در دور شکم جمع می شود که این الگوی چاقی سیبی شکل با به وجود آمدن دیابت در افراد رابطه مستقیم دارد.

مدیر گروه آموزشی تغذیه دانشکده علوم پزشکی مشهد ادامه داد: عدم تحرک یکی دیگر از عوامل دیابت است، در حالی که در دیگر مناطق و دیگر کشورها تحرک بالا است تمام افراد امکانات در اختیار دارند اما مردم کشور ما به صورت بدی از این امکانات برای مثال خودرو استفاده می کنند که این بی تحرکی یکی از پایه های افزایش استعداد دیابت است.

نعمتی اظهار کرد: ما با خوردن یک غذای معمولی دیابت نمی گیریم و این بیماری پیرو یک رابطه علت و معلولی نیست. اما اگر فردی کربوهیدرات های ساده و قند بیش از حد معمول بخورد بیشتر مستعد دیابت خواهد بود. ما هم می توانیم دیابت را به تاخیر بندازیم و هم به تعجیل بیندازیم و با توجه به ارثی بودن دیابت نوع دوم لزوماً به این معنا نیست که اگر پدر یا مادر دیابت داشته باشد شما هم به آن دچار شوید و با ورزش، فعالیت فیزیکی منظم و وزن طبیعی می شود از بروز این بیماری جلوگیری کرد. وی تاکید کرد: از نظر علم پزشکی ما نه رژیم دیابتی داریم و نه کیک دیابت و تنها باید توصیه تغذیه ای در مورد دیابت را انجام دهیم و اگر ما با توصیه های اشتباه یکی از لذت های انسان را از او بگیریم به آن ها ظلم کرده ایم، لذت خوردن را هیچ متخصص تغذیه ای نباید از فرد بگیرد و خورده معلومات هستند که این اتفاق را منجر می شوند. این عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی مشهد با اشاره به اینکه «ما توصیه تغذیه ای داریم که فرد لذت ببرد و مهم ترین اصل این است که فرد توزیع وعده غذایی داشته باشد»، گفت: این توصیه ها نواسانات را کنترل خواهد کرد، رژیم فرد دیابتی متفاوت از دیگر افراد نیست، اما باید توزیع غذایی انجام شود. نعمتی تصریح کرد: دیابت یک بیماری هورمونی است که آن را در کتاب ها با تغذیه مرتبط می دانیم، در کتاب ها و مقالات قدیمی دیگر گفته می شود که ۸۰ درصد از این بیماری با تغذیه مرتبط است اما در مقالات جدیدتر ۹۰ درصد تغذیه را با این بیماری مرتبط می دانند.

مدیر گروه آموزشی تغذیه دانشکده علوم پزشکی مشهد بیان کرد: علم تغذیه در سه مرحله به پیشگیری از دیابت می تواند کمک کند که به سه بخش اولیه، ثانویه و ثالثیه تقسیم می شود. بزرگترین خدمتی که علم تغذیه می تواند انجام دهد، این است که پیشگیری اولیه را انجام دهد، این به این معناست که افرادی که پیش دیابتیک هستند و می توانند به دیابتیک تبدیل نشود. وی افزود: با تلاش افراد در بهداشت، این افراد افرادی هستند که وزن بالایی دارند، چربی خون و کلسترل بالایی دارند و دور کمرشان هم زیاد شده است که به این افراد، افراد پیش دیابتیک و یا در عبارات علمی سندرم متابولیک می گوئیم. نعمتی ادامه داد: با توجه به تحقیقاتی که انجام شده است، در استان ها آمار سندرم متابولیک متفاوت است، در بعضی از استان ها ۱۰ تا ۲۰ درصد و برخی دیگر تا ۴۰ درصد است که در یزد از همه بیشتر است. باید برنامه ریزی کنیم تا پیش دیابتیکی ها به دیابت تبدیل نشود. مدیر گروه آموزشی تغذیه دانشکده علوم پزشکی مشهد اظهار کرد: در مرحله دوم گروه تغذیه باید به این افراد کمک کنند تا افرادی که دیابت دارند و به عوارض این بیماری مبتلا نشوند. بیماری های مزمن ارمغان سبک جدید زندگی بشری هستند. با علم تغذیه باید به این فرد کمک کنیم که عوارض برایشان ایجاد نشود.

وی افزود: ما می توانیم دیابت را با تغییر سبک جدید زندگی به تاخیر بیندازیم و اگر فردی چاق است، بتواند ۷ درصد وزنش را کم بکند و یا ۱۵۰ دقیقه در هفته ورزش بکند، تا حد زیادی از این بیماری پیشگیری خواهد شد.

نعمتی اضافه کرد: در نتیجه علم تغذیه می تواند پیشگیری ثانویه را داشته باشد تا تبدیل به کبد چرب، نارسایی قلب و کلسترول بالا نشود. اگر مرحله دوم هم گذشت و دیابتیک شد و توصیه ها را عملی نکرد وزن بالا دارد و کلسترول و عارضه هم برایش ایجاد شده است، پیشگیری ثالثیه داریم و نمی گذاریم تا این افراد به مرگ دچار شوند

نقش سیستم بهداشتی و دولت در کاهش دیابت نوع ۲ ضروریست



عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی مشهد گفت: دولت باید از بیماران دیابتی حمایت بیشتری نماید و اگر جامعه سالمی می خواهند بیماران دیابتی را دریابند. به گزارش ایسنا، رباب بیگم ابوترابی، در نشستی خبری به مناسبت روز جهانی دیابت که در مرکز معاونت بهداشتی استان برگزار شد گفت: بیماری دیابت اسم شیرینی دارد اما عوارض آن بسیار تلخ است؛ اما خوشبختانه به دلیل اینکه قابل پیشگیری است، می توانیم از بسیاری از معلولیت ها و هزینه های هنگفتی که به سیستم های بهداشتی وارد می شود جلوگیری کنیم. وی افزود: اگر یک بیمار دیابتیک به موقع تشخیص داده

شود و به موقع درمان شود و حمایت کافی را داشته باشد که جزو بیماری های خاص قلمداد شود، مطمئناً در هزینه های بیمار کاهش چشم گیری رخ خواهد داد. این عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی مشهد اظهار کرد: باید من هشدار بدهم که اگر کسی نگران سلامت جامعه است باید به بیماران دیابتی فکر کند و روی آن ها سرمایه گذاری کند، اولاً بیماریابی شود، شناخته شود و بعد حتماً آموزش کافی برای پیشگیری از دیابت داده شود. ابوترابی با بیان اینکه «بسیاری از افراد در معرض بیماری این هستند»، ادامه داد: اما به آن فکر نمی کنند، عمداً بیماری را نادیده می گیرند و معتقدند من به دیابت فکر نمی کنم و آن هم به سراغ من نخواهد آمد، درحالیکه این امر اشتباه است. در خانواده هایی که یک فرد دیابتی دارند، افراد دیگر هم در معرض خطر هستند و بهتر است این امر آموزش داده شود می توان از این بیماری پیشگیری کرد تا به وجود نیاید. این فوق تخصص غدد داخلی و متابولیسم خاطرنشان کرد: دیابت نوع دو یک بیماری ارثی است و جلوی ارث را نمی شود گرفت اما با حساسیت هایی که در ورزش و تغذیه هست باید جلوی آن گرفته شود؛ در اینجا نقش سیستم بهداشتی و حمایت دولت بسیار ضروری است. وی با اشاره به اینکه «در شرایط فعلی پیشگیری راحت تر از درمان است»، ادامه داد: اگر ما یک دیابتی را در حال حاضر پوشش بدهیم خیلی بودجه کمتری خواهد داشت، تا اینکه یک دستگاه دیالیز خریداری شود و بیمار دیالیز شود و یا برای قطع عضو به ما مراجعه کند و از بیمه قطع عضو استفاده کند. کافی است به بیماران آموزش دهیم که دیابت را نادیده نگیرند، اگر دیابت را فراموش کنند، دیابت آن ها را فراموش نخواهد کرد. ابوترابی تصریح کرد: باید بودجه ای برای بیماران دیابتی در نظر گرفته شود که نه ویزیت پرداخت کنند و نه هزینه درمان بدهند و جزو بیماران خاص باشند که این افراد مشکلات بسیار زیادی دارند. مریضی که توانایی مالی ندارد و در الفبای زندگی معطل است، در اینجا عاجزانه استدعا می کنم که دولت بیماران دیابتی را حمایت بیشتری کند و اگر دلسوز افراد جامعه هستند و جامعه سالمی می خواهند بیماران دیابتی را دریابند. وی بیان کرد: در سال ۲۰۰۵ مطالعه ای بر روی ۷۰ هزار و ۹۸۱ نفر انجام شد که ۲۵ تا ۶۴ ساله بودند، ۸ درصد از این افراد که حدود ۲ میلیون نفر می شدند، دیابتیک بودند که ۵۰ درصد از این افراد از دیابت خود اطلاع نداشتند و تقریباً ۱۷ درصد از آن ها در مرحله قبل از دیابت بودند. در سال ۲۰۱۱، این آمار از ۸ درصد به ۱۱ و نیم درصد

رسیده است که شیوع دیابت تقریباً ۷۵ درصد مانند یک بیماری اپیدمی، درحالیکه بیماری واگیر نیست پیشرفت کرده است. این عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی مشهد اظهار کرد: شاید آنقدر مردم درگیر مسائل اقتصادی هستند به ورزش و تغذیه شان اهمیت نمی دهند، همین عوامل دست به دست هم می دهند تا این بیماری افزایش داشته باشد. می توانیم بسیاری از بودجه ها را حذف کنیم و در عوض به افراد دیابتی اختصاص دهیم به این دلیل که هر یک از ما در خانواده یک عضو دیابتیک داریم و باید این مسئله را جدی بگیریم. ابوترابی گفت: شعار امسال روز جهانی دیابت، دیابت نگرانی هر خانواده است و این امر باعث شده که افراد زیادی با اینکه دیابت دارند، اما به پزشک مراجعه نکنند و از نادیده گرفتن خودشان بهره ببرند. همه ما بهم وابسته ایم و خانواده درگیر است و مانند دیگر جوامع نیستیم که فرد به تنهایی با مشکلش دست و پنجه نرم کند، بلکه تمام خانواده درگیر این وابستگی است. این فوق تخصص غدد داخلی و متابولیسم بیان کرد: یکی از لذت های زندگی آزاد خوردن است؛ زمانیکه برای بیمار محدودیت ایجاد می کنیم و یکی از لذت هایش را از آن می گیریم و در عوض تزریق انسولین و استفاده از دستگاه گلوکومتر را جایگزین می کنیم، زندگی و روان این فرد بر اثر این بیماری تحت الشعاع قرار خواهد گرفت



تحلیل هزینه‌های گزاف از «مرض شیرین» - ۹۷/۸/۲۳



قائم مقام معاون بهداشت دانشگاه علوم پزشکی مشهد گفت: بیماری به ظاهر شیرینی که کام مردم ما و دیگر کشورها را تلخ کرده و بار هزینه‌ای زیادی را بردوش ما قرار داده است . به گزارش روزنامه «صبح امروز» سید کاظم فرهمند در نشست خبری که به منظور افزایش آگاهی در جهت کاهش آسیب‌های این بیماری که در صبح روز سه‌شنبه در ساختمان معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی با حضور دکتر ابوترابی و دیگر استادان در این حوزه افزود: امروزه در هر خانواده‌ای حداقل یک نفر با بیماری دیابت درگیر بوده و دست و پنجه نرم می‌کند و اکنون با توجه به فراگیر بودن این بیماری امروزه حتی در شهرهای کوچک نیز مجبور به ایجاد بخش همولیزه شده‌ایم.

وی تصریح کرد: در شهرهای کوچکی که هنوز بخش‌های دیگر آن به طور کامل راه‌اندازی نشده ما مجبور به ایجاد و شروع فعالیت بخش دیالیز در این بیمارستان‌ها بوده چرا که متأسفانه به دلیل عدم کنترل دیابت این افراد به نارسایی کلیه دچار شده و باید حتماً تحت درمان همولیز و دیالیز که بار هزینه‌ای زیادی را به همراه داشته و کیفیت زندگی افراد را تحت تأثیر قرار می‌دهد.

۴ میلیون مرگ و میر هرساله بر اثر دیابت

فرهمند اظهار داشت: در بهداشت عموم دو اصل همیشه مورد توجه قرار گرفته و بر اساس این دو اصل سیاست‌گذاری انجام می‌دهیم که اولین اصل افزایش امید به زندگی و طول عمر افراد بوده و دومین اصل نیز افزایش و بهبود کیفیت زندگی افراد در طی مدتی که زندگی می‌کنند که دیابت هر دو این اصول را نشانه گرفته است.

وی عنوان کرد: هر سال از بین آمار مرگ و میر در دنیا دیابت عدد ۴ میلیونی را به خود اختصاص داده که امروزه نیز حدود ۵۰۰ میلیون نفر از مردم دنیا درگیر بیماری دیابت بوده که از این بین حدود ۵۰۰ هزار نفر آن‌ها به دیابت «نوع یک» دچار بوده و این بیماری در کشورهای پیشرفته بیشتر از کشورهای در حال توسعه دیده می‌شود.

درگیری دیابت با یک میلیون نوجوان

فرهمند ادامه داد: از میان آمار داده شده عدد یک میلیون نفر که به این بیماری دچار هستند از میان نوجوانان در رده سنی ۱۹ سال بوده و بیش‌ترین راهکارهای موثر در پیش‌گیری برای دیابت نوع دوم است که می‌توانیم بر سطح زندگی افراد تأثیر گذاشته و درصدد کاهش این بیماری که به عنوان پنجمین عامل برتر در مرگ و میر شناخته شده، باشیم.

خاطر نشان کرد: بیش‌ترین قطع عضو در دنیا بر اثر بیماری دیابت بوده که این حادثه تلخی بوده و قسمت‌های مختلفی از بدن را به خود درگیر کرده است و به خاطر شیوع آن روز جهانی تحت این عنوان برای این بیماری در نظر گرفته شده است و باید در جامعه در خصوص این بیماری آگاهی‌سازی شود و با کنترل بهتر و بیش‌تر این بیماری کیفیت بهتری به زندگی این بیماران هدیه می‌دهیم.

فرهمند بیان کرد: امروزه کمتر خانواده‌ای را می‌توان مشاهده کرد که درگیر این بیماری نبوده و اکنون حدود ۱۱ درصد از جمعیت کشور ایران با این بیماری درگیر بوده که آمار بسیار بالایی است که در سطح استان نیز آمار حدود همین عدد است.

وی متذکر شد: در بحث طرح سلامت به علت اهمیت این بیماری با وجود تکنیک‌های دیابت برآن شدیم تا کنترل دیابت را در مراکز بهداشت و درمانگاه‌ها برگزار کنیم تا مردم را نسبت به این موضوع حساس کرده تا حمایت و سیایت حاکمیت را برای کاهش این بیماری جذب کنیم.

در ادامه این نشست دکتر نعمتی متخصص تغذیه یادآور شد که بیماری دیابت یک بیماری هورمونی بوده که مرتبط با تغذیه است و حدود ۸۰ درصد با تغذیه مناسب می‌توان از این بیماری پیش‌گیری کرد

ارثیه‌ای به نام دیابت

در ادامه این نشست مهم عضو هیئت علمی دانشگاه و فوق تخصص غدد در خصوص راه‌های پیش‌گیری دیابت گفت: بیماری دیابت اسم شیرینی داشته اما عوارض بسیار تلخی را با خود به همراه دارد اما با سرمایه در بخش پیشگیری بیماری دیابت می‌توانیم مانع از بسیاری از معلولیت‌ها و ناتوانی‌ها شویم.

رباب ابوترابی افزود: اگر بیمار دیابتی به موقع شناسایی شده و نیز تحت کنترل در بیاورد و به عنوان بیماری خاص شناخته شده و در این زمینه آموزش‌های لازم به افراد مستعد دیابت داده شود چرا که این بیماری ارثی بوده و نمی‌توان از آن پیش‌گیری کرد اما با تغییر زندگی می‌توان در جهت کاهش آسیب‌های آن تلاش کرد و آن را به تعویق انداخت.

دیابت بیماری خاص

وی تصریح کرد: اگر امروزه در خصوص دیابت و درمان و انواع دارو آن سیاست گذاری جدی و موثری انجام شود از قطع عضو و دیالیزی یک فرد می‌توان جلوگیری کرد که این آسیب‌ها برای هر خانواده‌ای فاجعه است و باید به بیماری دیابت به عنوان بیماری خاص شناخته شود و برای درمان آن هزینه‌ای پرداخت نشود.

ابوترابی اظهار داشت: اگر داروی بیماران دیابتی رایگان انجام شود هزینه‌های بسیار کتری را به دنبال دارد چرا که پرداخت داروهای یک بیمار دیابتی بسیار پایین تر از قیمت خرید یک دستگاه دیالیز بوده و یا در مراحل بالاتر بیماری نیاز به خرید عضو مصنوعی برای این افراد نیست.

عنوان کرد: باید به بیماران دیابتی روش تغذیه ای مناسب و ساعت ورزشی و نوع حرکات ورزشی مناسب آموزش داده شود و هر چند یک بار باید با مراجعه به مراکز این بیماری را کنترل کنند و هرگز این بیماری را فراموش نکنند چرا که این بیماری افراد را فراموش نمی‌کند.

ابوترابی ادامه داد: اگر دولت به دنبال افراد سالم برای جامعه خود است باید بیماران دیابتی را دریابد و درصدد کاهش آسیب‌های آن و راه‌های پیشگیری و به تعویق انداختن آن سیاست‌گذاری‌های جدی انجام دهد و در سال ۲۰۱۱ با افزایش حدود ۳۵ درصدی شیوع این بیماری روبرو شدیم و این نشان دهنده گسترش و همه‌گیر شدن این بیماری است.

شیوع افسردگی در دیابتی‌ها

وی توضیح داد: خیلی از خانواده‌ها به خاطر استرس و نگرانی از وجود این بیماری در خانواده خود علایم آن را نادید می‌گیرند و از قبول این بیماری فرار می‌کنند چرا که می‌دانند این بیماری ناتوان کننده است و علاوه بر ناتوانی فرد خانواده را درگیر خود کرده و کیفیت خانواده را تحت تاثیر قرار می‌دهد و به این بیماری باید اهمیت ویژه‌ای داده شود و یکی از لذت‌های زندگی آزاد خوردن است و ما این آزادی را از آن‌ها منع می‌کنیم و این موجب شیوع افسردگی در بین این بیماران است.



درصد از جمعیت بالای ۲۵ سال کشور، دیابت دارند

مشهد - سیدعلی شفیعی - خبرنگار همدلی - قائم مقام معاون بهداشت دانشگاه علوم پزشکی گفت: ۱۱ درصد از جمعیت بالای ۲۵ سال کشور مبتلا به دیابت هستند که در این بین، ۲۵ درصد از بیماری خود بی خبرند. سیدکاظم فرهنگد گفت: ما در معاونت بهداشت دو وظیفه داریم، افزایش امید به زندگی و افزایش کیفیت زندگی که بیماری دیابت هردوی این اهداف را نشانه گرفته است.

وی افزود: در دنیا سالانه ۴ میلیون مرگ در اثر دیابت داشته ایم و ۵۰۰ میلیون نفر در جهان به دیابت مبتلا می شوند که این آمار شامل دیابت نوع یک و دو است. در کمتر خانواده هایی می بینیم که ما بیمار دیابتیک نداشته باشیم و متأسفانه با توجه به افزایشی که این بیماری داشته باید در شهرهای کوچک هم بخش های همو دیالیز راه اندازی کنیم.

قائم مقام معاون بهداشت دانشگاه علوم پزشکی مشهد تأکید کرد: افرادی که دیابتشان را کنترل نمی کنند به نارسایی کلیه دچار می شوند که این امر اقتصاد خانواده و عواطف خانواده را نیز تحت الشعاع قرار می دهد. آنچه که ما بیشتر به عنوان آسیب می بینیم، دیابت نوع دو است که گاهی عواملی مانند تعدیل کننده داریم که می تواند بر سبک زندگی تأثیر بگذارد.

فرهنگد با اشاره به اینکه «یکی از اولین عوامل، قطع عضو پا و غیر تروماتیک دیابت است»، گفت: متأسفانه پنجمین علت مرگ در دنیا همین بیماری است. ۱۴ نوامبر روز جهانی دیابت است و شعار امسال آن دیابت و خانواده است.

قائم مقام معاون بهداشت دانشگاه علوم پزشکی مشهد اظهار کرد: اگر بخواهیم بیماران دیابتی را در یک کشور جمع کنیم، سومین کشور پر جمعیت دنیا خواهد شد که این نشان دهنده مسئله بسیار مهمی است.

وی افزود: متأسفانه بسیاری از بیماران دیابتی افتخار می کنند که قندشان ۴۰۰ است که این مسئله باید کنترل شود و کیفیت زندگی آن ها باید افزایش پیدا کند و بر کیفیت دیگر افراد خانواده هم تأثیر خواهد داشت که همچنین، بار روانی و اقتصادی بر افراد خانواده و خود فرد دیابتیک خواهد داشت.

فرهنگد با بیان اینکه «هرچقدر بر روی این موضوع کار شود کم است و باید این مسئله به صورت جدی و تخصصی پیگیری شود»، ادامه داد: بر اساس مطالعه ملی استپ که هر پنج سال یکبار انجام می شود بر آورد شده است، ۱۱ درصد از جمعیت بالای ۲۵ سال کشور مبتلا به دیابت هستند. ما در بیماری فشار خون معتقدیم ۵۰ درصد از مردم از بیماران خود خبر ندارند، اما در بیماران دیابتی ۲۵ درصد از بیماری خود بی خبرند.

وی ادامه داد: بر همین اساس میزان شیوع دیابت در استان خراسان رضوی ۹ درصد برآورد شده است که این آمار در شهر ها بیشتر از روستا ها است. ما در طرح تحول سلامت بر روی دیابت کار خاصی انجام داده ایم اما آنقدر بحث دیابت جدی است که کلینیک ها در سطح یک جواب نمی داد.



آماده سازی دو کلینیک ویژه در مشهد



دو کلینیک ویژه در مشهد در حال آماده سازی و خدمت رسانی به بیماران دیابتی می باشد. به گزارش خبرنگار گروه استان های باشگاه خبرنگاران جوان از مشهد، جواد رجبیان رئیس اداره بیماران خاص دانشگاه علوم پزشکی مشهد، در نشست خبری گفت: در حوزه معاونت درمان دانشگاه علوم پزشکی مشهد به بیماران خدمات ارائه می شود و در همین راستا در مشهد پنج مرکز دیابت و در پنج شهرستان استان نیز مراکزی به همین منظور در حال خدمت رسانی است.

وی بیان کرد: همچنین دو کلینیک ویژه در مشهد در حال آماده سازی و خدمت رسانی به بیماران دیابتی یکی در بلوار صبا منطقه سیدی و دیگری در بلوار فکوری می باشند.

وی افزود: در سال ۹۶ حدود ۱۶۲۰۰ ویزیت تخصصی برای بیماران به صورت رایگان انجام شده است که خوشبختانه در سیستم دانشگاهی برای تشخیص در مرحله سطح یک مراکز جامع سلامت به صورت رایگان انجام می شود.

رجیبیان گفت: در حال حاضر خوشبختانه یکی از عوارض زخم های پای دیابتی که شایع است، از سال گذشته کلینیک زخم پای دیابت در بیمارستان علوی خدمت رسانی می کنند که این بیمارستان در خیابان امام رضا ۶۱ واقع شده است.

وی تصریح کرد: یکی از اقدامات دیگر تشخیص زودرس عوارض چشمی است که با دو دستگاه تخصصی می باشد که توسط همکاران چشم پزشک انجام می پذیرد.

رئیس اداره بیماران خاص دانشگاه علوم پزشکی مشهد افزود: مسئله مهمی که اکنون اتفاق افتاده، همکاری سه جانبه متخصصین و پزشکان، حضور کارشناسان علوم تغذیه و پرستاران برای انجام مراقبت هاست که اکنون این سه ضلع با محوریت بیمار در کشور فراهم و در دسترس است.

وی بیان کرد: با توجه به سیستم ارجاع و پرونده الکترونیک، استفاده از کلینیک های خصوصی نیز در دستور کار دانشگاه انجام گرفته است که بیماران می توانند از این خدمات استفاده کنند.

وی همچنین گفت: هر بیمار دیابتی باید سالی یکبار توسط متخصصین غدد و چشم پزشک مورد ارزیابی قرار بگیرند. زهرا نهبندانی معاون مدیر پیشگیری و مبارزه با بیماری های معاونت بهداشت دانشگاه علوم پزشکی مشهد در ادامه گفت: طبق پیش بینی سازمان بهداشت جهانی در سال ۲۰۳۵ تعداد افراد مبتلا به دیابت شش و نیم میلیون نفر خواهد بود.

وی افزود: اقدامات برای افراد برای پیشگیری از دیابت؛ اقدامات پایش و کنترل قند خون به صورت رایگان، مراقبت ماهیانه توسط بهورز، مراقبت سه ماهه توسط پزشک و انجام مشاوره ها و جلسات و همکاری با گروه های مردم نهاد برای کنترل دیابت است.

نهبندانی بیان کرد: ۸۴۱۴۸ نفر در خراسان رضوی در محدوده تحت پوشش دانشگاه علوم پزشکی مشهد در پرونده های الکترونیک مورد شناسایی و ثبت شده و در سامانه سینا ثبت شده اند.



مهم ترین عامل مستعد کننده دیابت

مدیرگروه آموزشی تغذیه دانشکده علوم پزشکی مشهد گفت: ۶۵ درصد از ما ایرانی ها اضافه وزن داریم، اضافه وزن و چاقی مهم ترین و یکی از ریزفاکتورها و عامل مستعدکننده دیابت است.

ناطقان: محسن نعمتی در نشستی خبری، به مناسبت روز جهانی دیابت که در مرکز معاونت بهداشتی استان برگزار شد گفت: ایرانیان به دو دلیل مستعد دیابت هستند، به این دلیل که با توجه به آمار ۶۵ درصد از ما ایرانی ها اضافه وزن داریم، اضافه وزن و چاقی مهم ترین و یکی از ریزفاکتورها و عامل مستعد کننده دیابت است.

وی افزود: با توجه به همین آمار ما ایرانیان مستعد دیابت هستیم، دلیل دومی که ایرانیان مستعد دیابت هستند این است که در آسیا چاقی مرکزی است و چربی ها در دور شکم جمع می شود که این الگوی چاقی سیبی شکل با به وجود آمدن دیابت در افراد رابطه مستقیم دارد.

مدیرگروه آموزشی تغذیه دانشکده علوم پزشکی مشهد ادامه داد: عدم تحرک یکی دیگر از عوامل دیابت است، درحالی که در دیگر مناطق و دیگر کشورها تحرک بالا است تمام افراد امکانات در اختیار دارند اما مردم کشور ما به صورت بدی از این امکانات برای مثال خودرو استفاده می کنند که این بی تحرکی یکی از پایه های افزایش استعداد دیابت است.

نعمتی اظهار کرد: ما با خوردن یک غذای معمولی دیابت نمی گیریم و این بیماری پیرو یک رابطه علت و معلولی نیست. اما اگر فردی کربوهیدرات های ساده و قند بیش از حد معمول بخورد بیشتر مستعد دیابت خواهد بود. ما هم می توانیم دیابت را به تاخیر بندازیم و هم به تعجیل بیندازیم و با توجه به ارثی بودن دیابت نوع دوم لزوماً به این معنا نیست که اگر پدر یا مادر دیابت داشته باشد شما هم به آن دچار شوید و با ورزش، فعالیت فیزیکی منظم و وزن طبیعی می شود از بروز این بیماری جلوگیری کرد. وی تاکید کرد: از نظر علم پزشکی ما نه رژیم دیابتی داریم و نه کیک دیابت و تنها باید توصیه تغذیه ای در مورد دیابت را انجام دهیم و اگر ما با توصیه های اشتباه یکی از لذت های انسان را از او بگیریم به آن ها ظلم کرده ایم، لذت خوردن را هیچ متخصص تغذیه ای نباید از فرد بگیرد و خورده معلومات هستند که این اتفاق را منجر می شوند.

این عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی مشهد با اشاره به اینکه «ما توصیه تغذیه ای داریم که فرد لذت ببرد و مهم ترین اصل این است که فرد توزیع وعده غذایی داشته باشد»، گفت: این توصیه ها نواسانات را کنترل خواهد کرد، رژیم فرد دیابتی متفاوت از دیگر افراد نیست، اما باید توزیع غذایی انجام شود.

نعمتی تصریح کرد: دیابت یک بیماری هورمونی است که آن را در کتاب ها با تغذیه مرتبط می دانیم، در کتاب ها و مقالات قدیمی دیگر گفته می شود که ۸۰ درصد از این بیماری با تغذیه مرتبط است اما در مقالات جدیدتر ۹۰ درصد تغذیه را با این بیماری مرتبط می دانند.

مدیرگروه آموزشی تغذیه دانشکده علوم پزشکی مشهد بیان کرد: علم تغذیه در سه مرحله به پیشگیری از دیابت می تواند کمک کند که به سه بخش اولیه، ثانویه و ثالثیه تقسیم می شود. بزرگترین خدمتی که علم تغذیه می تواند انجام دهد، این است که پیشگیری اولیه را انجام دهد، این به این معناست که افرادی که پیش دیابتیک هستند و می توانند به دیابتیک تبدیل نشود. وی افزود: با تلاش افراد در بهداشت، این افراد افرادی هستند که وزن بالایی دارند، چربی خون و کلسترل بالایی دارند و دور کمرشان هم زیاد شده است که به این افراد، افراد پیش دیابتیک و یا در عبارات علمی سندرم متابولیک می گوئیم.

انعکاس نشست خبری هفته ملی دیابت - آبان ماه ۹۷

نعمتی ادامه داد: با توجه به تحقیقاتی که انجام شده است، در استان ها آمار سندرم متابولیک متفاوت است، در بعضی از استان ها ۱۰ تا ۲۰ درصد و برخی دیگر تا ۴۰ درصد است که در یزد از همه بیشتر است. باید برنامه ریزی کنیم تا پیش دیابتی ها به دیابت تبدیل نشود.

مدیرگروه آموزشی تغذیه دانشکده علوم پزشکی مشهد اظهار کرد: در مرحله دوم گروه تغذیه باید به این افراد کمک کنند تا افرادی که دیابت دارند و به عوارض این بیماری مبتلا نشوند. بیماری های مزمن ارمغان سبک جدید زندگی بشری هستند. با علم تغذیه باید به این فرد کمک کنیم که عوارض برایشان ایجاد نشود.

وی افزود: ما می توانیم دیابت را با تغییر سبک جدید زندگی به تاخیر بیندازیم و اگر فردی چاق است، بتواند ۷ درصد وزنش را کم بکند و یا ۱۵۰ دقیقه در هفته ورزش بکند، تا حد زیادی از این بیماری پیشگیری خواهد شد.

نعمتی اضافه کرد: در نتیجه علم تغذیه می تواند پیشگیری ثانویه را داشته باشد تا تبدیل به کبد چرب، نارسایی قلب و کلسترول بالا نشود. اگر مرحله دوم هم گذشت و دیابتیک شد و توصیه ها را عملی نکرد وزن بالا دارد و کلسترول و عارضه هم برایش ایجاد شده است، پیشگیری ثالثیه داریم و نمی گذاریم تا این افراد به مرگ دچار شوند.



ایرانی ها به دلیل اضافه وزن و کمی تحرک، مستعد بیماری دیابت هستند



مدیر گروه آموزشی تغذیه دانشکده پزشکی مشهد، گفت: کم تحرکی و اضافه وزن یکی از مهمترین عوامل ابتلا به دیابت به شمار می رود.

به گزارش وب داء، دکتر محسن نعمتی، در نشست خبری دیابت با بیان اینکه دیابت یک بیماری هورمونی مرتبط با تغذیه است، ابراز کرد: از بیماریهای مزمنی که با تغذیه در ارتباط است می توان به بیماریهای قلبی عروقی، سرطان و دیابت اشاره کرد.

دکتر نعمتی با بیان اینکه علم تغذیه در اداره دیابت در سه مرحله کمک می کند، اظهار کرد: پیشگیری اولیه یا پیش دیابت که قند خون بالای ۱۰۰ دارند و چربی خون یا دور

کمر بالایی دارند با تغذیه می توانند از ابتلا به این بیماری پرهیز کنند. وی با بیان اینکه در پیشگیری ثانویه نیز فرد مبتلا به دیابت است ولی با رعایت نکات تغذیه ای می توان از ابتلا به کبد چرب و نارسایی کلیه دور شد، عنوان کرد: در مرحله سوم پیشگیری، با نکات تغذیه ای تلاش می کنیم تا بیمار مجبور به قطع عضو نشود.

مدیر گروه آموزشی تغذیه دانشکده پزشکی مشهد با اشاره به اینکه مصرف هیچ گونه غذایی موجب ابتلا به بیماری دیابت نمی شود، خاطر نشان کرد: مصرف بیش از حد کالری در روز موجب چاقی و در مرحله بعدی باعث ابتلا به دیابت می شود. وی با بیان اینکه ابتلا والدین به بیماری دیابت الزاما موجب ابتلا فرزندان به بیماری نمی شود اظهار کرد: می توان با رعایت نکات تغذیه ای ابتلا به دیابت را به تاخیر انداخت و یا مبتلا نشد.

دکتر نعمتی با تاکید بر اینکه از نظر علم پزشکی نباید لذت خوردن را از افراد دیابتی گرفت، ابراز کرد: با رعایت نکات تغذیه ای می توان زندگی لذت بخشی را برای بیماران دیابتی رقم زد.

مدیر گروه آموزشی تغذیه دانشکده پزشکی مشهد گفت: مهمترین اصل تغذیه ای، توزیع برنامه غذایی در وعده های بیشتر است.



۱۱ درصد از افراد بالای ۳۰ سال خراسان رضوی مبتلا به دیابت هستند



قائم مقام معاونت بهداشت دانشگاه علوم پزشکی مشهد اظهار کرد: در حال حاضر ۱۱ درصد از جمعیت بالای ۳۰ سال کشور مبتلا به دیابت هستند.

دکتر فرهنگد در نشست خبری هفته پیشگیری از دیابت با بیان اینکه بیماری دیابت سلامت و کیفیت زندگی بیمار را تحت تاثیر قرار می دهد خاطر نشان کرد: بر اساس مطالعات سال ۹۵، ۱۱ درصد از جمعیت بالای ۳۰ سال مبتلا به دیابت هستند و استان خراسان نیز در همین شرایط قرار دارد.

وی با بیان اینکه ارتقاء کیفیت و افزایش امید به زندگی از اهداف مهم در حوزه بهداشت به شمار می رود خاطر نشان کرد: بیماری دیابت هر دو این هدف را نشانه گرفته است و بیماری که مبتلا به این بیماری است ضمن ابتلا به عوارض بیماری دیابت ضمن کاهش طول عمر کیفیت زندگی مناسبی هم ندارد.

قائم مقام معاونت بهداشت دانشگاه علوم پزشکی مشهد با اشاره به اینکه بیمار مبتلا به دیابت در صورت درگیر شدن با عوارض بیماری، فشار اقتصادی و روانی زیادی را بر خانواده خود تحمیل می کند افزود: به همین منظور در سال جاری شعار روز جهانی دیابت، دیابت و خانواده نامگذاری شده است.

دکتر فرهنگد با اشاره به اینکه تا پیش از اجرای برنامه تحول نظام سلامت بیماری دیابت در مراکز معدودی از حوزه بهداشت کنترل می شد اظهار کرد: با اجرای این برنامه در حال حاضر مراقبت و کنترل بیماری دیابت در تمامی مراکز جامع سلامت و خانه های بهداشت در مراکز شهری و روستایی اجرا می شود که این امر گام مهمی در شناسایی بیماران و پیشگیری از بروز عوارض بیماری دارد. وی با اشاره به اینکه باید با اطلاع رسانی و آموزش مردم را نسبت به بیماری دیابت حساس کرد افزود: در صورت ایجاد عوامل تعدیل کننده در بیماری دیابت، حتی افرادی که زمینه ژنتیکی این بیماری را دارند دیرتر مبتلا شده و با عوارض کمتری روبرو می شوند. وی افزود: با توجه به اهداف سند ملی پیشگیری و کنترل بیماری های غیرواگیر و عوامل خطر مرتبط، ایران متعهد شده است که سیر صعودی شیوع دیابت را تا سال ۱۴۰۴ متوقف کند و همگام با برنامه مراقبت های ادغام یافته بیماری های غیرواگیر، اطلاع رسانی همگانی در زمینه اهمیت این بیماری داشته باشد.

۱۹ الی ۲۵ آبان هفته ملی دیابت با شعار دیابت و خانواده (The Family and Diabetes) نامگذاری شده است و دیابت، رسانه و خانواده- دیابت، آموزش و خانواده- دیابت، تغذیه و خانواده - دیابت، سازمان های مردم نهاد و خانواده_ دیابت، غربالگری و خانواده- دیابت، مشارکت های محلی و خانواده- دیابت، فعالیت بدنی و خانواده از جمله عناوین هفته ملی دیابت به شمار می رود.



تغذیه نامناسب نقش موثری در ابتلا به دیابت دارد



مدیر گروه تغذیه دانشگاه علوم پزشکی مشهد با بیان اینکه تغذیه نامناسب نقش موثری در ابتلا به دیابت دارد اظهار کرد: پیشگیری اولیه از بیماری دیابت بزرگترین خدمتی است که علم تغذیه می تواند انجام دهد، به طوریکه با تغذیه درست می توان از تبدیل افراد پیش دیابتی یا 'پره دیابتی' به بیمار مبتلا به دیابت جلوگیری کرد. دکتر محسن نعمتی در نشست خبری هفته پیشگیری از دیابت با بیان اینکه بر اساس تحقیقات پزشکی، رژیم غذایی و تغذیه نقش حدود ۹۰ درصدی در ابتلا به دیابت نوع ۲ یا بزرگسالان دارد خاطر نشان کرد: با تغذیه صحیح و رعایت وزن بدن می توان از

بیماری دیابت بزرگسالان پیشگیری کرد، اما بیماری دیابت نوع یک که بین کودکان و نوجوانان شیوع دارد، ارثی است. وی گفت: افراد پره دیابتی، مستعد بیماری دیابت بوده و افراد چاق با وزن زیاد هستند، کم تحرکند و چربی دور شکم آنها زیاد است و تعداد آنها بسته به رژیم غذایی هر منطقه متفاوت می باشد.

دکتر نعمتی افزود: ایرانی ها به دلیل چاقی و اضافه وزن که ۶۵ درصد افراد جامعه را در برمی گیرد و همچنین زیاد بودن چربی دور شکم و کم تحرکی بیشتر از افراد کشورهای اروپایی مستعد ابتلا به دیابت هستند.

بیماری دیابت از نظر ماهیتی شیرین اما عوارض آن بسیار تلخ است

پزشک فوق تخصص بیماریهای غدد درون ریز و متابولیسم دانشگاه علوم پزشکی مشهد نیز در این نشست گفت: تحقیقات انجام شده در شهر تهران نشان می دهد بیماری دیابت در این شهر طی ۶ سال گذشته ۳۵ درصد افزایش داشته است.

دکتر ربابه بیگم ابوترابی افزود: بر اساس تحقیق انجام شده طی سالهای ۲۰۰۵ تا ۲۰۱۱ میلادی که بین جمعیت ۲۵ تا ۶۵ ساله تهرانی انجام شد، شیوع دیابت از هشت درصد به ۱۱,۵ درصد افزایش یافته است.

وی اظهار کرد: بیماری دیابت از نظر ماهیتی شیرین است ولی عوارض آن بسیار تلخ است و این در حالی است که ابتلا به دیابت و عوارض آن قابل پیشگیری می باشد و تشخیص به موقع، در درمان و کنترل عوارض آن نقش مهمی دارد.

وی گفت: تغییر سبک زندگی، کاهش وزن بدن به مقدار هفت درصد، تحرک بدنی و ورزش به مدت ۱۵۰ دقیقه نقش مهمی در پیشگیری از دیابت و عوارض آن دارد.

دکتر ابوترابی بر نقش حمایتی سیستم بهداشتی و درمانی در کنترل بیماری دیابت تاکید کرد و افزود: اگر بیماری دیابت به موقع تشخیص و درمان شود و دسترسی ها به معاینه و مراقبت های دوره ای افزایش یابد می توان از نارسایی کلیه، عوارض چشمی، بیماریهای قلبی و قطع پا در بیماران دیابتی جلوگیری نمود. وی اظهار کرد: اگر دولت هزینه های بیماری دیابت را به جای تمرکز در حوزه درمان در بخش پیشگیری توسعه و گسترش دهد، می توان ادعا کرد که در کنترل و مقابله با بیماری دیابت موفق عمل کرده ایم.



سن ابتلا به دیابت در ایران کمتر از کشورهای دیگر است



معاون مدیر گروه پیشگیری از بیماریهای دانشگاه علوم پزشکی مشهد نیز گفت: طبق غربالگری های انجام شده حدود ۸۵ هزار بیمار دیابتی در استان خراسان رضوی شناسایی شده که زیرپوشش مراقبت های بهداشتی و درمانی قرار دارند. دکتر زهرا نهبندانی افزود: غربالگری دیابت در مراکز بهداشتی و درمانی به صورت رایگان است و افراد بیش از ۳۰ سال را شامل می شود. وی اظهار داشت: بر اساس ارزیابی های انجام شده ۹ درصد جمعیت این استان مبتلا به دیابت هستند که شیوع این بیماری در جوامع شهری بیشتر از جوامع روستایی است.

وی با بیان اینکه سن شیوع دیابت در ایران کمتر از سایر کشورهاست گفت: بیشترین سن ابتلا به دیابت در ایران بین ۴۵ تا ۵۵ سالگی است که یک دهه زودتر از کشورهای دیگر می باشد. ارائه خدمات تخصصی به بیماران دیابتی

مسئول امور بیماریهای خاص دانشگاه علوم پزشکی مشهد هم گفت: هم اکنون پنج بیمارستان و مرکز درمانی شامل منتصریه، امام رضا (ع)، شهید هاشمی نژاد، علوی، شمس الشموس ارتش و کلینیک چشم آفتاب در مشهد، خدمات و مراقبت های لازم به بیماران دیابتی را ارائه می کنند. دکتر جواد رجیبیان افزود: کلینیک های تخصصی دیابت در شهرستانهای کاشمر، چناران، بردسکن و قوچان استان خراسان رضوی نیز فعال است. وی اظهار داشت: در این مراکز معاینه های تخصصی و مراقبت های لازم با هدف کنترل عوارض کلیوی، قلبی و عروقی، چشم و پای بیماران دیابتی انجام می شود. وی گفت: انجام حدود ۱۷ هزار معاینه تخصصی، حدود ۶ هزار معاینه فوق تخصصی و انجام حدود ۲ هزار و ۵۰۰ مشاوره تغذیه از خدمات ارائه شده به بیماران دیابتی در این استان طی سال گذشته بوده است.

* نقش ۹۰ درصدی تغذیه در ابتلا به دیابت

مدیر گروه آموزشی تغذیه دانشکده پزشکی مشهد گفت: با تغذیه صحیح و رعایت وزن بدن می توان از بیماری دیابت بزرگسالان پیشگیری کرد، اما بیماری دیابت نوع یک که بین کودکان و نوجوانان شیوع دارد، ارثی است. دکتر محسن نعمتی اظهار داشت: پیشگیری اولیه از بیماری دیابت بزرگترین خدمتی است که علم تغذیه می تواند انجام دهد، به طوریکه با تغذیه درست می توان از تبدیل افراد پیش دیابتی یا 'پره دیابتی' به بیمار مبتلا به دیابت جلوگیری نمود. وی گفت: افراد پره دیابتی، مستعد بیماری دیابت بوده و افراد چاق با وزن زیاد هستند، کم تحرکند و چربی دور شکم آنها زیاد است و تعداد آنها بسته به رژیم غذایی هر منطقه متفاوت می باشد. دکتر نعمتی افزود: ایرانی ها به دلیل چاقی و اضافه وزن که ۶۵ درصد افراد جامعه را در برمی گیرد و همچنین زیاد بودن چربی دور شکم و کم تحرکی بیشتر از افراد کشورهای اروپایی مستعد ابتلا به دیابت هستند.

* افزایش ۳۵ درصدی ابتلا به دیابت

پزشک فوق تخصص بیماریهای غدد درون ریز و متابولیسم دانشگاه علوم پزشکی مشهد نیز گفت: تحقیقات انجام شده در شهر تهران نشان می دهد بیماری دیابت در این شهر طی ۶ سال گذشته ۳۵ درصد افزایش داشته است. دکتر ربابه بیگم ابوترابی افزود: بر اساس تحقیق انجام شده طی سالهای ۲۰۰۵ تا ۲۰۱۱ میلادی که بین جمعیت ۲۵ تا ۶۵ ساله تهرانی انجام شد، شیوع دیابت از هشت درصد به ۱۱٫۵ درصد افزایش یافته است. وی اظهار داشت: بیماری دیابت از نظر ماهیتی شیرین است ولی عوارض آن بسیار تلخ است و این در حالی است که ابتلا به دیابت و عوارض آن قابل پیشگیری می باشد و تشخیص به موقع، در درمان و کنترل عوارض آن نقش مهمی دارد. وی گفت: تغییر سبک زندگی، کاهش وزن بدن به مقدار هفت درصد، تحرک بدنی و ورزش به مدت ۱۵۰ دقیقه نقش مهمی در پیشگیری از دیابت و عوارض آن دارد. دکتر ابوترابی بر نقش حمایتی سیستم بهداشتی و درمانی در کنترل بیماری دیابت تاکید کرد و افزود: اگر بیماری دیابت به موقع تشخیص و درمان شود و دسترسی ها به معاینه و مراقبت های دوره ای افزایش یابد می توان از نارسایی کلیه، عوارض چشمی، بیماریهای قلبی و قطع پا در بیماران دیابتی جلوگیری نمود. وی اظهار داشت: اگر دولت هزینه های بیماری دیابت را به جای تمرکز در حوزه درمان در بخش پیشگیری توسعه و گسترش دهد، می توان ادعا کرد که در کنترل و مقابله با بیماری دیابت موفق عمل کرده ایم.

* ارائه خدمات تخصصی به بیماران دیابتی

مسئول امور بیماریهای خاص دانشگاه علوم پزشکی مشهد هم گفت: هم اکنون پنج بیمارستان و مرکز درمانی شامل منتصریه، امام رضا (ع)، شهید هاشمی نژاد، علوی، شمس الشموس ارتش و کلینیک چشم آفتاب در مشهد، خدمات و مراقبت های لازم به بیماران دیابتی را ارائه می کنند. دکتر جواد رجبیان افزود: کلینیک های تخصصی دیابت در شهرستانهای کاشمر، چناران، بردسکن و قوچان استان خراسان رضوی نیز فعال است. وی اظهار داشت: در این مراکز معاینه های تخصصی و مراقبت های لازم با هدف کنترل عوارض کلیوی، قلبی و عروقی، چشم و پای بیماران دیابتی انجام می شود. وی گفت: انجام حدود ۱۷ هزار معاینه تخصصی، حدود ۶ هزار معاینه فوق تخصصی و انجام حدود ۲ هزار و ۵۰۰ مشاوره تغذیه از خدمات ارائه شده به بیماران دیابتی در این استان طی سال گذشته بوده است. ۱۴ نوامبر برابر با ۲۳ آبان ماه روز جهانی دیابت نامگذاری شده است.

انعکاس نشست خبری هفته ملی دیابت - آبان ماه ۹۷



انعکاس نشست خبری هفته ملی دیابت - آبان ماه ۹۷

انعکاس خبری در شبکه های اجتماعی

