

عوارض حذف لبنیات از سفره مردم بررسی شد

درمان ۲۰ ملیونی به‌جای شیر ۱۰۰ هزار تومانی



اصلاح نشود، پیامدهای جدی همچون کوتاهی قد کودکان، ضعف ذهنی و فیزیکی، و هزینه‌های درمانی سنگین بیش‌ازپیش سلامت جامعه را تهدید خواهد کرد. شما به‌درستی به اهمیت مصرف لبنیات و اثرات حذف آن از سفره خانوارها اشاره کردید. گزارش‌ها نشان می‌دهند که افزایش قیمت‌ها باعث شده بسیاری از افراد به ناچار مصرف مواد لبنی را کاهش دهند یا به‌طور کامل کنار بگذارند. اما چرا لبنیات این‌قدر اهمیت دارند؟

زمانی که بدن به مقدار کافی پروتئین دریافت نمی‌کند، یکی از نخستین اعضایی که آسیب می‌بیند، کبد است. نبود تغذیه مناسب می‌تواند موجب بروز سیروز کبدی شود. همچنین سوءتغذیه بر سیستم ایمنی اثرات منفی گذاشته، شرایط را برای بروز بیماری‌های خودایمنی فراهم می‌کند. علاوه بر این، کمبود مصرف شیر و لبنیات عامل اصلی بروز نرمی استخوان و ضعف استخوان‌ها است. همچنین کم‌خونی یکی از اختلالات شایع ناشی از فقر مواد مغذی در بدن است. به‌طور کلی، سوءتغذیه خطر ابتلا به بیماری‌های گوناگون را افزایش می‌دهد.

* صحبت از چنین عوارض و بیماری‌هایی نشان می‌دهد که افراد در شرایط ابتلا، علاوه بر تهدید سلامت خود، متحمل هزینه‌های بالای درمان نیز خواهند شد. آیا گرانی و نبود دسترسی کافی به مواد غذایی پایه مانند لبنیات، می‌تواند اقتصاد سلامت جامعه را با فشارهای بیشتری مواجه کند؟

قطعاً همین‌طور است. وقتی افراد

اتحادملت - گروه جامعه؛ افزایش چشمگیر قیمت مواد غذایی و حذف تدریجی اقلامی نظیر گوشت و لبنیات از سفره مردم، نگرانی‌های جدی را در مورد گسترش سوءتغذیه و تأثیر آن بر سلامت عمومی پزشکان هشدار می‌دهند که تداوم شرایط فعلی، خطر افزایش بیماری‌ها را به همراه دارد و هزینه‌های سنگینی را بر دوش خانواده‌ها و سیستم سلامت تحمیل خواهد کرد.

قیمت مواد غذایی در سال جاری تا ۷۰ درصد افزایش یافته است. مرکز آمار نیز اعلام کرده تورم خوراکی‌ها از این مقدار هم فراتر رفته و تأثیری منفی بر توانایی مردم برای تامین نیازهای اساسی غذایی گذاشته است. با بالارفتن قیمت‌ها، بسیاری از اقلام ضروری همچون گوشت، مرغ و لبنیات از سفره مردم حذف شده‌اند. صدای زنگ خطر سوءتغذیه بیش از هر زمان دیگری به گوش می‌رسد، به‌ویژه در زمینه کاهش مصرف مواد پروتئینی، مسئله‌ای که به گفته مقامات وزارت بهداشت می‌تواند عواقب طولانی‌مدتی برای سلامت عمومی کشور به همراه داشته باشد.

ایرج خسروپنا، رئیس جامعه پزشکان متخصص داخلی، نیز ضمن تأکید بر گسترش سوءتغذیه در بخش‌های مختلف جامعه، معتقد است این پدیده موجب بروز بیماری‌ها و اختلالات جدی مانند مشکلات کبدی خواهد شد. وی هشدار می‌دهد که افت سلامت عمومی و ضعف جسمانی افراد جامعه نه‌تنها زندگی آن‌ها را دشوارتر می‌کند بلکه هزینه‌های درمانی را نیز به طرز چشمگیری افزایش می‌دهد و معیشت خانوارهای کم‌درآمد را بیش از پیش تحت فشار قرار می‌دهد.

* وضعیت نگران‌کننده گرانی مواد غذایی که تورم ۷۰ درصدی آن تایید شده، تأثیر مستقیمی بر کاهش مصرف کالاهای اساسی از جمله لبنیات داشته است؟

این امر می‌تواند تبعات غیرقابل جبرانی به همراه داشته باشد، زیرا کمبود لبنیات تعادل کلسیم و ویتامین D بدن را مختل کرده و روند طبیعی جذب چربی‌ها را دچار مشکل می‌کند. همچنین، کاهش دریافت پروتئین به تحلیل عضلات، مشکلات کبدی و کلیوی، ضعف عمومی، و در نهایت افت کیفیت زندگی افراد منجر خواهد شد. تداوم چنین وضعیتی می‌تواند بحران سلامتی در مقیاس ملی ایجاد کند و بار زیادی بر دوش نظام درمان کشور بیندازد.

* در آینده‌ای نزدیک، اگر روند فعلی

صاحب امتیاز و مدیرمسئول: پویا وکیلی

اعضای شورای سیاستگذاری: دکتر مصطفی مسجدی و حسن وکیلی

دفتر مرکزی: یوسف آباد، خیابان اسدابادی، بین خیابان ۱۹ و ۲۱ پلاک ۲۰۷، واحد ۵ تلفن: ۰۲۱۸۸۹۸۲۱۳۷ - ۰۲۱۸۸۳۹۶۱۴۹

پست الکترونیک: etchademelat.ir / ایمیل: etchademelat.ir@gmail.com

سازمان آگهی‌ها: ۰۲۱۸۶۰۵۲۳۹۰ - ۰۲۱۸۶۰۵۴۱۱۸ - ۰۲۱۸۶۰۵۴۱۱۸ / چاپ: شاخه‌سبز

کوناکون

یکشنبه ۱۴ دی ۱۴۰۴

شماره ۲۱۱۸

۱۴ رجب ۱۴۴۷

۴ ژانویه ۲۰۲۶

زندگی بهتر

داروها پس از تاریخ انقضا قابل مصرف هستند؟



سخنگوی سازمان غذا و دارو بر اهمیت رعایت دقیق تاریخ انقضای دارو برای حفظ ایمنی مصرف‌کنندگان تأکید کرد و گفت: هیچ دارویی پس از تاریخ انقضا نباید مصرف شود .

به گزارش خبرنگاران، دکتر محمد هاشمی در گفت‌وگو با ایسنا، درباره اظهارات مطرح‌شده در یک برنامه گفت‌وگومحور در فضای مجازی، بر اهمیت رعایت دقیق

تاریخ انقضای دارو برای حفظ ایمنی مصرف‌کنندگان تأکید کرد.

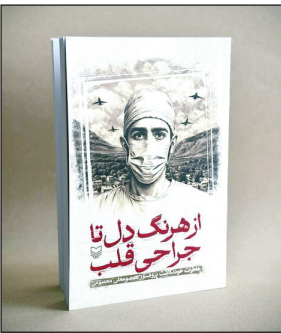
وی با اشاره به نقش تاریخ انقضا در تضمین کیفیت دارو گفت تاریخ انقضا تنها یک عدد روی بسته‌بندی نیست بلکه حاصل مطالعات علمی مدون و دستورالعمل‌های بین‌المللی است که پس از بررسی‌های دقیق توسط سازمان غذا و دارو تأیید می‌شود. ایمنی، کیفیت و اثربخشی دارو وابسته به رعایت همین تاریخ است

وی افزود: مصرف دارو پس از تاریخ انقضا می‌تواند سلامت فرد را به خطر اندازد و اثربخشی دارو را کاهش دهد. این تاریخ بر پایه محاسبات دقیق علمی تعیین شده و نادیده گرفتن آن خطری جدی برای جامعه محسوب می‌شود سخنگوی سازمان غذا و دارو با اشاره به برخی مطالعات آزمایشگاهی عنوان کرد: در شرایط کاملاً کنترل‌شده ممکن است بعضی داروها پس از تاریخ انقضا پایداری نسبی داشته باشند، اما این موضوع هرگز قابل تعمیم به استفاده عمومی نیست و اتکا به آن می‌تواند سلامت افراد را تهدید کند

هاشمی در پایان تأکید کرد سازمان غذا و دارو صریحاً توصیه می‌کند هیچ دارویی پس از تاریخ انقضا مصرف نشود و در صورت هرگونه تردید، مراجعه به داروسازان و منابع رسمی وزارت بهداشت و سازمان غذا و دارو تنها راهتمای معتبر برای مصرف ایمن دارو است.

کتابخانه

خطرات خودنگاشت چهره ماندگار جراحی قلب ایران منتشر شد



کتاب «از هرنگ دل تا جراحی قلب» به قلم پروفسور معصومعلی معصومی از سوی انتشارات سوره مهر منتشر شد.

به گزارش مهر، کتاب «از هرنگ دل تا جراحی قلب»، خاطرات خودنگاشت پروفسور معصومعلی معصومی، چهره ماندگار جراحی قلب ایران است. معصومی در مقدمه کتاب درباره علت نگارش

این اثر آورده است: «سال‌هاست که وسوسه نوشتن خاطرات برابم دغدغه‌ای شده است. پزشکی که همه زندگی‌اش صرف خواندن درس و کتاب و بعد معاینه مداوم بیماران و شب‌زنده‌داری در بیمارستان می‌شود، چه می‌تواند بنویسد؟ جز حرف‌هایی تکراری؟ اما لحظات تلخ و شیرینی در زندگی هرکس وجود دارد که در آن‌ها دنیایی تجربه نهفته است.

حیف است که این تجربیات حاصلی نداشته باشد! و چه انسان‌های شریفی در سرنوشت آدم نقش دارند که نفس گرم، روح بی‌آلایش، احساسات لطیف و محبت‌های بی‌کرانشان، در زندگی تأثیرگذار است و در بیان این زیبایی‌هاست که درنگ جایز نیست. نوشتن این خاطرات از سال ۱۳۸۶ شروع شد. برخی از خاطرات مربوط به موضوعات پزشکی بود که همان ابتدای کار نوشتم، می‌دادا که عمر وفا نکند. تکمیل این نوشتار تا سال ۱۳۹۹ طول کشید و شیوع کرونا فرصتی بود تا بتوانم آن را به اتمام برسانم.

بدیهی است که این خاطرات، تاریخ نیست اما واقعیت‌های تاریخی به حساب می‌آیند، چون خود شاهد آن‌ها بودهام. به عبارتی نمونه‌های کوچکی از تاریخ هستند. نمونه‌هایی از تاریخ انقلاب، جنگ و مدیریت در ایران، در مقیاسی کوچک‌تر.»

انتشارات سوره مهر، کتاب «از هرنگ دل تا جراحی قلب» به قلم پروفسور معصومعلی معصومی را در ۷۳۴ صفحه و بهای ۷۹۵ هزار تومان منتشر کرده است.

اینفوگراف

هنر مند: علی میرایی

داستان مصور

بدون شرح



نوسان نرخ دلار در دوره‌های مختلف ریاست بانک مرکزی

