

وزیر بهداشت: ۵۰ درصد ایرانیان اضافه وزن دارند/ورزش کنید



وزیر بهداشت با اشاره به افزایش طول عمر ایرانیان نسبت به گذشته، گفت: اگر بخواهیم در سالمندی دچار معلولیت نشویم باید فعالیت بدنی داشته و ورزش کنیم.

به گزارش ایسنا، دکتر سید حسن هاشمی در مراسم امضای تفاهم نامه همکاری بین وزارتخانه های بهداشت، درمان و آموزش پزشکی و ورزش و جوانان، وزارت ورزش و جوانان را یکی از وزارتخانه های نقش آفرین در توسعه امیدواری و نشاط اجتماعی بیان کرد و گفت: در بسیاری از موارد در گذشته مانند دفاع مقدس، این جوانان بودند که در صحنه های خطیر صف کشی کردند و کشور را از آسیبها و حوادث مصون نگه داشتند.

وزیر بهداشت افزود: در حال حاضر طول عمر در زنان بیشتر از ۸۰ سال و در مردان به حدود ۷۹ سال افزایش یافته است، اما ممکن است حدود ۱۰ سال از این عمر همراه با معلولیت باشد.

هاشمی با بیان این که در حال حاضر حدود ۵۰ درصد افراد جامعه اضافه وزن دارند، افزود: میزان اضافه وزن در زنان بیشتر از مردان است و بنابر این اگر بخواهیم در سالمندی دچار معلولیت نشویم باید فعالیتهای بدنی داشته و ورزش کنیم.

وزیر بهداشت با تاکید بر نقش رسانه ملی در ارتقاء فرهنگ ورزش در جامعه گفت: رسانه ها می توانند با تبلیغ ورزش و فعالیت بدنی در پیشگیری از بروز بیماری های غیرواگیر نقش موثری داشته باشند.

هاشمی، افزایش جمعیت سالمندی در سال های آینده در کشور را از مشکلات خانواده ها، جامعه و دولت بیان کرد و گفت: حدود ۷۰۰ هزار نفر در کشور مبتلا به آلزایمر هستند که هر سال به این تعداد افزوده می شود و سایر بیماری های دوران کهنسالی علاوه بر ایجاد مشکلات برای خود فرد سالمند، موجب درگیر شدن خانواده فرد هم می شود. ورزش و تحرک ذهن و جسم می تواند در پیشگیری از ابتلا به بیماری های دوران سالمندی بسیار موثر باشد.

وی ابراز امیدواری کرد تا با این تفاهم نامه، کم تحرکی افراد جامعه سامان یابد و مردم در راستای افزایش فعالیت بدنی توانمند شوند و بتوانیم ۲۵ درصد مرگ و میر ناشی از بیماری های غیرواگیر را کاهش دهیم.

بنابر اعلام وبدا، هاشمی افزود: امید است با مدیریت خوب و مناسب، موفقیت های خوبی در جهت خود مراقبتی در میان مردم داشته باشیم و رسانه ها هم در راستای ارتقای فرهنگ ورزش و افزایش فعالیت های بدنی و خود مراقبتی سهم برجسته تری داشته باشند.