



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: رسانه‌ها می‌توانند با تبلیغ ورزش و فعالیت بدنی در پیشگیری از بروز بیماری‌های غیرواگیر نقش موثری داشته باشند.

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

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

بنابر اعلام وبدا، هاشمی افزود: امید است با مدیریت خوب و مناسب، موفقیت‌های خوبی در جهت خود مراقبتی در میان مردم داشته باشیم و رسانه‌ها هم در راستای ارتقای فرهنگ ورزش و افزایش فعالیت‌های بدنی و خود مراقبتی سهم برجسته‌تری داشته باشند.