

موظف هستیم مراقبت در دیابت را به مردم آموزش دهیم

دکتر سیروس موگهی، معاون دانشگاه علوم پزشکی جندی شاپور اهواز اظهار کرد: در بحث سلامت و بهداشت، مردم باید بدانند که چه کارهایی انجام دهند تا به بیماری دچار نشوند و سلامت بمانند. لذا در این جهت خودمراقبتی در بیماری های جزئی، خودمراقبتی در بیماری های مزمن و خودمراقبتی در بیمارهای حاد باید مدنظر قرار بگیرد و رسانه ها در ارائه اطلاعات درست به مردم در این زمینه از طریق دانشگاه علوم پزشکی می توانند یاری گر متولیان حوزه سلامت باشد.



دانشگاه علوم پزشکی جندی شاپور اهواز

با انجام چند کار خیلی ساده تا حد زیادی از مرگ و میر جلوگیری کنند.

وی در ادامه در خصوص خودمراقبتی در بیماری های قلبی عروقی، عنوان کرد: در خودمراقبتی این نوع بیماری ها آنچه که بسیار مدنظر است، بحث تغییر سبک زندگی است و باید این موضوع به طور مرتب به اطلاع مردم برسد. باید مردم در این زمینه بمباران اطلاعاتی شوند. به طور نمونه فست فودها؛ همانطور که در خیابان در حال تردد هستید بوی فست فود که به مشام بخورد به سوی آن کشش پیدا می کنید. لذا لازم است در این زمینه کارهای بسیاری انجام شود تا سبک زندگی تغییر کند.

معاون دانشگاه علوم پزشکی جندی شاپور اهواز گفت: در سبک زندگی سه مورد حایز اهمیت هستند؛ یکی از این موارد عدم استعمال سیگار است، استعمال سیگار یکی از فاکتورهای اصلی سگته های قلبی و مغزی است. یکی دیگر از موارد مهم، تحرک است؛ عدم تحرک بیماری روز ماست که با صنعتی

های قلبی عروقی با شاخصه های سگته های قلبی، سگته های مغزی و فشار خون، حوادث و سوانح رانندگی و بیماری های روانی و رفتاری است که ما موظف هستیم در این سه زمینه تلاش بیشتری داشته باشیم تا بتوانیم سال های از دست رفته ایرانیان را کاهش دهیم.

موگهی گفت: خودمراقبتی در این زمینه کار پیچیده ای نیست و بسیار ساده است و کافی است مردم اطلاع پیدا کنند که می بایست چه کارهایی انجام دهند تا به بیماری ها مبتلا نشوند. در بحث سوانح جاده ای نیز بسیار مشخص است که باید با سرعت مجاز رانندگی کنند، کمربند ایمنی خود را در رانندگی حتما ببندند، در زمان خستگی توقف کنند و به استراحت بپردازند. سوانح و حوادث رانندگی یکی از معضل های اصلی کشورمان به شمار می رود و ما وظیفه داریم مسائل را در این زمینه برای مردم تشریح کنیم و مردم

اصل مهم در حفظ سلامت، ارتقای سواد سلامت مردم است؛ تا وقتی سواد مردم در این زمینه ارتقا پیدا نکند، نمی توان به هیچ یک از اموری که عنوان شد دسترسی یابیم.

معاون دانشگاه علوم پزشکی جندی شاپور اهواز با بیان این مطلب افزود: یک اصطلاحی در سیستم سلامت به نام " سال های از دست رفته عمر در انسان ها" وجود دارد. بخشی از سال های از دست رفته عمر، به دلیل مرگ های زود رس و یا بخشی از آن عمر با ناتوانی است. در ایران بررسی هایی که انجام شد سه علت را برای سال های از دست رفته عمر ایرانیان مشخص کردند که شامل، بیماری

