

## در نشست خبری چهاردهمین کنگره بین المللی غدد درون ریز و متابولیسم مطرح شد

# ۶۰ درصد جمعیت بالغ کشور اضافه وزن دارند

مصرف نمک در کشور بیش از دو برابر حد مجاز است



میزان

### گزارش خبری

محدثه جعفری خبرنگار

رئیس پژوهشکده غدد درون ریز و متابولیسم دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی میزان مصرف روزانه نمک را به ۱۰ گرم در روز رسانده‌اند. در برخی مناطق کشور با مصرف بیش از حد نمک، سرنانه مصرف نمک را به ۱۰ تا ۴ گرم در روز رسانده‌اند. فریدون عزیز، در نشست خبری کنگره غدد درون ریز و متابولیسم در جمع خبرنگاران گفت: در سال‌های اولیه انقلاب اسلامی، ۶۸ درصد دانش‌آموزان کوتاه‌دشتند که این امر به خاطر عدم تأمین ید کافی در بدنشان بود، به همین دلیل در سال ۱۳۴۸ مسئولان کشور تصمیم گرفتند ید را به نمک مصرفی مردم اضافه کنند. افزوده شدن ید در نمک ایرانی‌ها ضمن افزایش ضریب جلوگیری از ایجاد ۵۰ میلیون گوآتر (بزرگی تیروئید) و ده‌ها هزار عمل جراحی تیروئید در کشور شده است.

مجازی بر سلامت جامعه تأثیر گذاشته است. یکی از مشکلات اصلی در زمینه بیماری‌های غدد درون ریز و متابولیسم باورهای غلطی است که متأسفانه از طریق فضای مجازی در اختیار مردم قرار می‌گیرد و خواهش می‌کنیم مردم اطلاعات درست را از منابع رسمی دنبال کنند.

### ۲ درصد جامعه کم‌کاری تیروئید دارند

عزیزی با اشاره به اینکه معمولاً ۲ درصد جوامع دچار کم‌کاری تیروئید می‌شوند، بیان کرد: این افراد باید تا آخر عمر دارو مصرف کنند، مگر یک مورد از آنها که مربوط به زنانی است که در طول دوران بارداری به کم‌کاری تیروئید دچار می‌شوند. نیمی از این گروه با درمان بعد از یک تا دو سال بهبودی می‌یابند. رئیس انجمن متخصصین غدد ایران در پاسخ به سؤال «ایران» در خصوص تأثیر مشکلات تیروئید در باروری زنان و مردان هم گفت: کم‌کاری و پرکاری تیروئید درمان نشده احتمال بارداری را کاهش می‌دهد. نکته مهم مراقبت از بیماران درگیر با کم‌کاری یا پرکاری تیروئید در زمان بارداری است که خوشبختانه کتاب‌های مرجع آموزشی آن در همین پژوهشکده نوشته شده و در سطح بین‌المللی مورد استفاده قرار می‌گیرد.

وی در ادامه به پرکاری تیروئید و راه‌های درمان آن نیز اشاره کرد و گفت: در مورد پرکاری تیروئید سه روش درمانی یعنی داروهای ضدتیروئید، ید رادیواکتیو و جراحی وجود دارد. در روش دوم و سوم، تیروئید کامل از بین می‌رود و فرد دچار کم‌کاری تیروئید می‌شود و تا آخر عمر مجبور به مصرف قرص برای کم‌کاری تیروئید خواهد بود. اما در مورد داروهای ضدتیروئید باید بگویم با مصرف حدود دو سال منظم دارو، تا ۵۰ درصد بهبود حاصل می‌شود. اگر دوره درمان ۵ ساله طی شود تا ۸۵ درصد از پرکاری‌های تیروئید درمان می‌شود.

### ۷۰ درصد تهرانی‌ها اضافه وزن دارند

رئیس جلی غدد درون ریز و بین‌المللی غدد ایران با اشاره به چاقی و اضافه وزن در افراد جامعه، افزود: نمای توده بدنی یا همان BMI اگر در بدن افراد خیلی پایین یا خیلی بالا باشد می‌تواند سلامت فرد را تهدید کند. میزان چاقی طبیعی دچار چالش‌کننده است. میان‌اندازه توده بدنی بین ۱۸ تا ۲۵ است، این عدد اگر به ۳۰ برسد فرد دچار اضافه وزن و از ۳۵ به بالا چاقی است. در شهرهای بزرگ حدود ۶۰ تا ۷۰ درصد از جمعیت بالغ اضافه وزن دارند و این آمار در تهران ۷۰

درصد است، به طوری که فقط ۳۰ درصد از جمعیت بالغ در محدوده وزن طبیعی هستند.

### میزان چاقی کودکان به ۲۰ درصد رسیده است

این استناد غدد با اشاره به ارتباط خواب زیاد و افزایش وزن در کودکان عنوان کرد: کودگانی که در سال اول بیشتر از ۱۰ تا ۱۲ ساعت خواباند شانس چاق شدن بیشتری خواهند داشت. همچنین کودگانی که تا ۴ و ۵ سالگی چاق باشند احتمال چاقی‌شان در سنین بالاتر ۵ برابر بیشتر از سایرین است یعنی از کودکان دارای وزن طبیعی، چاق‌تر خواهند بود. میزان چاقی کودکان تهرانی اکنون به ۲۰ درصد رسیده و این در حالی است که درصد چاقی کودکان در گذشته ۵ درصد بوده است. یابوری اشتباه در میان خانواده‌ها رواج یافته است مبنی بر اینکه دوست دارند نوزادانی تیل و چاق داشته باشند. اضافه وزن در بزرگسالی هم برای آنها چالش‌هایی را ایجاد کند.

### مصرف شیر و لبنیات را جدی بگیرد

رئیس انجمن متخصصین غدد ایران اعلام کرد: برای پیشگیری از بروز پوکی استخوان موارد زیادی توصیه می‌شود که مهمترین آنها دریافت کافی کلسیم، ویتامین D و فعالیت بدنی مناسب است. متأسفانه با اخبار نامناسب ناشی از مواد مضر در شیر و نیز گران بودن قیمت لبنیات، بسیاری از خانوارها و بویژه خانم‌ها که در معرض بیشتر پوکی استخوان هستند شیر مصرف نمی‌کنند و مصرف لبنیات نیز به حداقل رسیده است. عزیز به میزان مصرف ویتامین D هم اشاره کرد و گفت: کمبود ویتامین D در همه کشورهای شایع شده زیرا بدن انسان کمتر در معرض تابش اشعه خورشید قرار می‌گیرد. این امر در کشور ما نیز در زمره عوامل تشدید پوکی استخوان است.

با مصرف یک قرص ۵۰ هزار واحد در ماه یا مصرف روزانه قرص‌های ۱۰۰۰ یا ۲۰۰۰ واحدی می‌توان ویتامین D کافی دریافت کرد. پیش‌بینی می‌شود که شیوع پوکی استخوان در حال افزایش باشد. لذا توصیه می‌شود که دریافت کلسیم از طریق مصرف شیر و لبنیات و مصرف ویتامین D را همه افراد جامعه و بویژه دختران و زنان بسیار جدی بگیرند.

گفتنی است، چهاردهمین کنگره بین‌المللی غدد درون ریز و متابولیسم اول تا سوم آذرماه جاری در مرکز همایش‌های دانشگاه شهید بهشتی برگزار می‌شود.

## وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی:

# روند استخدام ۱۴ هزار پرستار در حال انجام است

وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی به صدور مجوز استخدام ۲۵ هزار کادر درمان اشاره کرد و گفت: از این تعداد ۱۴ هزار نفر پرستار هستند و روند مصاحبه آنها طی می‌شود. البته خود را مدیون جامعه پرستاری می‌دانیم و سعی در برطرف کردن مشکلات و مطالبات آنها داریم.

به گزارش ایبنا، دکتر بهرام عین‌اللهی همایش روز پرستار با بیان اینکه پرستار نباید فقط در بخش درمان فعال باشد، افزود: پیشگیری مهم‌تر از درمان است. پرستار باید بتواند در تیم سلامت به شناسایی بیماری‌های شایع و غیرواگیر از جمله کنترل دیابت و فشارخون بالا به تیم پزشکی کمک کند و ضروری است فرهنگ درمان محور در بیمارستان تغییر یابد. عین‌اللهی با اشاره به اهمیت حرفه پرستاری و جایگاه خاص آن در جامعه، اظهار داشت: اکنون ۲ هزار و ۱۵۶ عضو هیأت علمی پرستاری در کشور وجود دارد و سالانه ۱۰ هزار نفر در ۲۰۹ مرکز آموزشی تربیت می‌شوند.

وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی ادامه داد: در حوزه پژوهش نیز در سال ۲۰۲۳ حدود ۲ هزار و ۳۱۱ مقاله پرستاری داشتیم و در این زمینه از رتبه اول منطقه برخورداریم.

### معاون پرستاری وزارت بهداشت خبر داد

## اشتغال بیش از ۲۳۰ هزار پرستار در مراکز درمانی

معاون پرستاری وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی گفت: کارکنان گروه پرستاری بیش از ۲۳۰ هزار نفر هستند که در ۱۰۵۰ بیمارستان، اورژانس و مراکز بهداشتی فعالیت می‌کنند. به گزارش ویدا، عباس عبادی در همایش روز پرستار در مرکز همایش‌های رازی افزود: میانگین ۱۰۸ پرستاری به تخت ۱.۲ است، اما استاندارد آن ۱.۸ است و ما سعی داریم از طریق استخدام نیرو، به این استاندارد نزدیک شویم.

وی اظهار داشت: طی دو سال گذشته نزدیک ۲۰ دانشکده یا مرکز آموزش عالی پرستاری جدید تأسیس شده و تعداد این مراکز از ۱۹۶ مرکز به ۲۱۲ مرکز با دانشکده پرستاری در کشور افزایش یافته است. معاون وزیر بهداشت ادامه داد: اکنون به یک هزار و ۵۰۰ دانشجوی رشته پرستاری رسیدیم که با احتساب دانشجویان اتاق عمل و هوشبری این عدد تقریباً نزدیک به ۱۴ هزار نفر است. بنابراین این توجه به احساس نیاز خود، شتاب تربیت نیرو را ایجاد کردیم اما خروجی این تصمیمات مربوط به چهار سال آینده آن است.

### قانون تعرفه‌گذاری وارد سرنانه سلامت شده است

قانون تعرفه‌گذاری در ابتدای راه هستیم و نواقصی هم وجود دارد. قانون



آنگچه در دنیا

به اثبات

رسیده این

است که

نمک‌ها یا

هم هیچ

تفاوتی

ندارند: فرقی

نمی‌کند

نمک آبی

یا سبز یا

نمک دریا

یا نمک کوه

باشد، همه

به یک میزان

در بدن

تأثیرگذارند

اما نکته

آنجاست که

نمک‌های

ما فاقد ید

است و ما به

آن ید اضافه

می‌کنیم

چون خاکی

که در آن

زندگی

می‌کنیم

حاوی ید

نیست و

گیاهانی که

از این خاک

می‌رویند ید

کمی دارند

و همین امر

سبب شده

ید در بدن

ایرانی‌ها

پایین باشد

## در جلسه دیروز شورای شهر تهران عنوان شد

## ماهانه ۴۶ نفر در تصادفات تهران کشته می‌شوند

کریه بالاتر نظارت کند. نرخ‌ها مصوب است و اضافه دریافت ممنوع است.

### انتقاد تشکر هاشمی از احداث رفیوز، در خیابان‌ها

رئیس کمیسیون حمل و نقل شورای شهر تهران از احداث رفیوز میانی خیابان‌های تهران انتقاد کرد.

به گزارش ایسنا، جعفر تشکر هاشمی در جلسه شورای شهر تهران با بیان اینکه یک سالی است که شاهد رقابت مناطق در احداث رفیوزهای میانی خیابان‌ها هستیم، گفت: این قطع می‌شود با مصوبه کمیسیون ماده ۱۷ است. وی با اشاره به اجرای طرح کهاب سازمان پوستان‌ها یا این میزان تلاشی که انجام می‌دهد درختان سالم را قطع نمی‌کند. درختانی که قطع می‌شود با مصوبه کمیسیون ماده ۱۷ است. وی با اشاره به اجرای طرح کهاب در کشور، یادآور شد: تقاضای بنده این است که از وزارت نفت در خصوص طرح کهاب سؤال شود. قرار بود نحوه سوخت‌گیری در جایگاه‌های سوخت مورد نظارت قرار بگیرد تخیر بنزین نداشته باشیم و در صورت وجود آسیب‌رسان نباشد. مشکلات مالی یکی از دلایل عدم اجرای این طرح به صورت کامل است. چمران گفت: از سازمان تاکسیرانی خواستیم در خصوص دریافت



### مرور

### استفاده از برچسب‌های آتی یاب روی مدارک هویتی تخلف است

سازمان ثبت احوال اعلام کرد که شهروندان نیازی به استفاده از برچسب‌های آتی یاب روی مدارک هویتی خود ندارند و هیچ ارتباطی بین این شرکت‌ها و سازمان ثبت احوال وجود ندارد. به گزارش روابط عمومی سازمان ثبت احوال کشور، محمد باقر عباسی، معاون امور هویتی و حقوقی سازمان ثبت احوال کشور گفت: در برخی از دفاتر پیشخوان گزاشانی مبنی بر ضرورت استفاده شهروندان از برچسب‌های آتی یاب روی مدارک هویتی آنان نظیر کارت ملی، به سازمان ثبت احوال کشور اعلام شده است که نه تنها نیازی به این امر نیست بلکه باعث مخدوش شدن این مدارک می‌شود و این یک نوع تخلف است.

وی با تأکید بر اینکه حفظ مدارک هویتی بسیار مهم است و شهروندان باید در حفظ این اسناد کوشا باشند، افزود: این فرایند هیچ ارتباطی با فعالیت‌های این سازمان ندارد و در چرخه امور این سازمان نیست. شهروندان باید نسبت به سوءاستفاده این شرکت‌ها هوشیار باشند.

معاون امور هویتی و حقوقی سازمان ثبت احوال با اشاره به ادعای این شرکت‌ها مبنی بر کاهش هزینه‌ها، صرفه‌جویی در وقت و اطلاع به شهروند در صورت پیدا شدن مدارک افزود: روند تحویل مدارک و اسناد هویتی پیدا شده توسط فرد مشخص است، ضمن اینکه مردم در زمان پیدا کردن مدرکی می‌توانند آن را تحویل مراجع ذی صلاح بدهند.

وی با تأکید بر اینکه شهروندان در صورت پیدا کردن مدارک هویتی باید آن را به نزدیک‌ترین اداره ثبت احوال تحویل دهند افزود: شناسنامه‌ها و کارت‌های هوشمند ملی پیدا شده تحویلی به ادارات ثبت احوال در سامانه‌ای متمرکز به ثبت می‌رسد و افرادی که مدارک آنان مفقود شده است می‌توانند با مراجعه به سامانه سهیم به آدرس sahim.sabteahval.ir با استفاده از کد رهگیری مدارک پیدا شده و وارد کردن اطلاعات خود، مدارک‌شان را جست‌وجو کنند.

### نامه زاکانی به رئیس جمهور

معاون شهردار تهران از مکاتبه علیرضا زاکانی، شهردار تهران با رئیس جمهور در خصوص ترمیم حقوق کارکنان شهرداری‌ها خبر داد.

به گزارش فارس، مجید باقری، معاون شهردار تهران اعلام کرد: با توجه به پیگیری کارکنان شهرداری و دغدغه اعضای شورای اسلامی شهر تهران، دکتر زاکانی شهردار، در خصوص ترمیم حقوق کارکنان شهرداری‌ها با رئیس جمهور مکاتبه کرد. در این نامه از رئیس جمهور درخواست شده است نسبت به بهبود سطح حقوق و مزایای کارکنان شهرداری‌ها اقدامات لازم صورت پذیرد. پیشنهادها و راهکارهایی نیز برای ترمیم و بهبود وضعیت حقوق کارکنان شهرداری‌ها ارائه شده است تا از طریق شورای حقوق و دستمزد کشور به تصویب برسد.

### ناوگان حمل‌ونقل عمومی تهران

#### برقی می‌شود



معاون مالی و اقتصاد شهری شهرداری تهران با اشاره به اینکه ۷۵ درصد از بودجه عمرانی شهرداری به توسعه شبکه حمل‌ونقل عمومی اختصاص دارد، گفت: ناوگان حمل‌ونقل عمومی تهران برقی می‌شود. به گزارش مهر، لطف‌الله فروزنده با تأکید بر اینکه دنیا ۱۰ سال است به سمت خودروهای برقی رفته است، اظهار داشت: ما نیز باید زودتر از این در این زمینه اقدام می‌کردیم. ناوگان حمل‌ونقل عمومی برقی می‌شود و از رسانه ملی می‌هم برای حمایت در این حوزه تقاضای کمک داریم. وی با اشاره به اینکه برقی سازی تأثیر چشمگیری الکتونی الودگی هوا دارد و اجزای این امر می‌تواند الکتونی برای سایر شهرهای ایران باشد، اظهار داشت: مسأله ترافیک و هوای پاک مهم‌ترین مطالبه و دغدغه شهروندان و دولت است.

### فراخوان مشمولان اعزامی

#### پایه خدمتی آذر ماه

سازمان وظیفه عمومی فراجا در اطلاعیه‌ای اعلام کرد: همه مشمولانی که برگ آماده به خدمت به تاریخ آذرماه سال ۱۴۰۲ دریافت کرده‌اند، با مراجعه به یکی از دفاتر خدمات الکترونیک انتظامی (پلیس ۱۱۰)، برگ معرفی‌نامه مشمولان به مراکز آموزش را دریافت و برابر اطلاعات مندرج در آن اقدام کنند. این دسته از مشمولان روز چهارشنبه اول آذرماه سال ۱۴۰۲ باید در ساعت محل و مراکز یکه در برگ معرفی‌نامه مشمولان اعلام شده، حضور یابند و به خدمت دوره ضرورت اعزام شوند.

مشمولان اعزامی همچنین برگ واکسن مننژیت و دوگانه را در روز اعزام به همراه داشته باشند. مشمولان باید اصل مدارک موردنیاز اعم از برگ آماده به خدمت، برگ محل مراجعه، برگ واکسیناسیون، کارت ملی و شناسنامه و مدارک مربوط به شرایط خاص را به همراه داشته باشند.

عدم حضور به موقع در زمان و محل‌های تعیین شده، غیبت محسوب می‌شود و برابر ماده ۵۸ و ۵۹ قانون خدمت وظیفه عمومی با آنان رفتار خواهد شد.