

ضرورت توجه به اصلاح سبک تغذیه و مراقبت های بهداشتی / به مراکز خدمات جامع سلامت مراجعه کنید

مدیرکل دفتر بهبود تغذیه وزارت بهداشت به مناسبت هفته سلامت گفت: در نظام مراقبت های بهداشتی، توجه به اصلاح سبک تغذیه و مراقبت های تغذیه ای، یکی از اجزای اصلی این مراقبت ها است.

به گزارش ایسکانیوز، دکتر زهرا عبداللهی با اشاره به شعار هفته سلامت مبنی بر مراقبت های اولیه بهداشتی راهی به سوی پوشش همگانی سلامت گفت: بعد از برنامه تحول سلامت، برای ارائه خدمات و مراقبت های تغذیه ای دستورالعمل و سیاست ها به نحوی تدوین و تعریف شد که همه اقشار جامعه در تمام مناطق کشور از خدمات و مراقبت های تغذیه ای به صورت رایگان بهره مند شوند.

دکتر عبداللهی با اشاره به حضور فعال کارشناسان تغذیه در مراکز جامع خدمات سلامت، گفت: ارائه خدماتی مثل آموزش، مشاوره های تغذیه ای، تنظیم رژیم غذایی و ارائه برنامه غذایی مناسب برای بیماران مبتلا به دیابت، فشار خون بالا و قلبی و عروقی به صورت رایگان از فعالیت های این کارشناسان در مراکز جامع خدمات سلامت است.

وی در ادامه مهمترین علت مرگ و میر در کشور را ابتلا به بیماری های غیر واگیر بیان کرد و گفت: عدم رعایت الگوی غذایی و سبک زندگی مناسب، مهمترین عامل ابتلا به بیماری های دیابت، سرطان و بیماری های قلبی و عروقی است و به همین علت از طریق نظام مراقبت های بهداشتی و با بکارگیری کارشناسان تغذیه و آموزش های مناسب تغذیه ای می توانیم از ابتلا به بیماری های غیر واگیر پیشگیری کنیم.

ارائه خدماتی مثل آموزش، مشاوره های تغذیه ای، تنظیم رژیم غذایی و ارائه برنامه غذایی مناسب برای بیماران مبتلا به دیابت، فشار خون بالا و قلبی و عروقی به صورت رایگان از فعالیت های این کارشناسان در مراکز جامع خدمات سلامت است

مدیرکل دفتر بهبود تغذیه وزارت بهداشت با اشاره به مصرف زیاد قند و شکر، چربی، نمک و فست فود، افزود: نوشیدنی های شیرین مثل نوشابه، سرخ کردن غذا و مصرف نمک و مصرف کم میوه، سبزی و حبوبات و لبنیات عوامل خطر تغذیه ای هستند.

دکتر عبداللهی افزود: در برنامه خودمراقبتی تغذیه ای، بسته هایی تدوین و تهیه شده و تیم هایی وجود دارد که با استفاده از رسانه های جمعی، صداوسیما، کارکنان و کارشناسان تغذیه بهداشتی، توصیه های تغذیه ای به اقشار جامعه داده می شود.

وی بر ضرورت کاهش مصرف نمک تاکید کرد و گفت: براساس توصیه سازمان جهانی بهداشت روزانه کمتر از ۵ گرم نمک باید مصرف شود و در ایران این میزان، حدود ۱۰ گرم است و مصرف نمک یکی از عوامل مهم ابتلا به فشار خون بالا است که به دنبال افزایش فشار

خون، ابتلا به سکته های قلبی و مغزی و برخی سرطان ها مثل سرطان معده را خواهیم داشت.

انتهای پیام/