



خبرگزاری: فارس

حوزه: استانها

تاریخ: ۱۳۹۴/۱۰/۵

## نماینده مردم پاکدشت در مجلس خبر داد:

### مجوز احداث بیمارستان ۱۳۰ تختخوابی در شریف آباد پاکدشت صادر شد

تخت بیمارستانی

پاکدشت - نماینده مردم پاکدشت در مجلس شورای اسلامی گفت: مجوز احداث بیمارستان ۱۳۰ تختخوابی در شریف آباد پاکدشت صادر شد.

به گزارش خبرنگار مهر، فرهاد بشیری شامگاه جمعه در جمع خبرنگاران با اشاره به نیازهای پاکدشت در زمینه های بهداشتی و درمانی اظهار داشت: همواره ارتقای سرانه های بهداشتی و درمانی از سوی مردم شهرستان دنبال شده است.

وی افزود: طی سال های گذشته تلاش های خوبی برای ارتقای سرانه بهداشتی و درمانی شهرستان پاکدشت انجام شده است.

بشیری ادامه داد: هم اکنون تمرکز در حوزه بهداشتی و درمانی شهرستان، بر روی به نتیجه رسیدن پروژه بیمارستان ۱۳۰ تختخوابی شهدای پاکدشت بود که با تکمیل این بیمارستان، احداث یک بیمارستان ۱۳۰ تختخوابی دیگر در دستور کار قرار می گیرد.

وی اضافه کرد: مجوز احداث بیمارستان ۱۳۰ تختخوابی در شریف آباد شهرستان پاکدشت در محل بیمارستان زعیم اخذ شده است.

نماینده مردم پاکدشت در مجلس شورای اسلامی در خاتمه عنوان کرد: ساخت بیمارستان ۱۳۰ تختخوابی زعیم، جز نیازهای ضروری شهرستان محسوب می شود که با جدیت تا به نتیجه رسیدن آن دنبال خواهد شد.



روزنامه: جام جم

حوزه: بهداشت و درمان

تاریخ: ۱۳۹۴/۱۰/۵

## عوارض تغذیه با مواد پرکالری در کنار کاهش فعالیت بدنی به سوءتغذیه پنهان منجر می‌شود

### سوءتغذیه دارید، اما نمی‌دانید

آیا شما هم از جمله کسانی هستید که وقتی می‌شنوید فردی سوءتغذیه شدید دارد به یاد کودکان بسیار نحیف آفریقایی می‌افتید؟ خیلی‌ها تصورشان از سوءتغذیه، دریافت نکردن مواد غذایی کافی، گرسنگی و لاغری ناشی از کم‌غذایی است، اما این برداشت، فقط یک روی سوءتغذیه را به تصویر می‌کشد.

تصویر سوءتغذیه دارید، اما نمی‌دانید

خوب است بدانید بدن انسان به دو منظور اصلی، نیاز به مواد غذایی دارد. یکی برای تأمین انرژی به منظور انجام فعالیت‌های روزمره و دوم به منظور تأمین مواد اولیه برای رشد و نمو و ترمیم بافت‌های فرسوده. هنگامی که فردی نسبت لازم در دریافت گروه‌های غذایی را رعایت نکند، دچار تأمین نشدن نیازهای تغذیه‌ای و سوءتغذیه می‌شود. به همین منظور و به دنبال برآورد نیازهای تغذیه‌ای انسان، الگویی با عنوان هرم تغذیه‌ای طراحی شده که با تقسیم‌بندی مواد غذایی به گروه‌های اصلی پنجگانه میزان نیاز افراد با توجه به جنسیت و ابعاد بدن را به هر یک از این گروه‌ها مشخص کرده است.

دکتر محمد هاشمی، دبیر انجمن علمی پیشگیری و درمان چاقی ایران در گفت‌وگو با جام جم با اشاره به این که سوءتغذیه از مشکلات قدیمی جوامع گوناگون بشری بخصوص جوامع فقیر بوده و بیشتر در طول تاریخ در همراهی با کمبود وزن تظاهر پیدا کرده است، می‌گوید: پس از جنگ جهانی دوم و به خصوص در دهه‌های اخیر و به دنبال توسعه زندگی ماشینی در کنار دسترسی به خوراکی‌های پرکالری، چهره دیگری از سوءتغذیه با نام سوءتغذیه پنهان نمایان شد. در این نوع سوءتغذیه، فرد به واسطه دریافت مواد پرکالری، مشکلی در میزان انرژی مورد نیاز برای فعالیت روزمره خود ندارد و به واسطه کالری بالای مواد غذایی، نه تنها دچار کمبود وزن نیست بلکه اضافه وزن نیز دارد، اما درخصوص تأمین مواد اولیه مورد نیاز واکنش‌های حیاتی، دچار نقصان است.

این متخصص می‌افزاید: شیوع این شکل از سوءتغذیه به سرعت در حال گسترش است و چنین اتفاقی در کنار شیوع رو به افزایش اضافه وزن و چاقی به عنوان یکی از مهم‌ترین معضلات بهداشتی در همه جوامع رخ‌نمایی می‌کند.



افراد چاقی که سوء تغذیه دارند

جالب است بدانید سوء تغذیه پنهان در کشورهای در حال توسعه بسیار شایع است که مبتلایان به این نوع اختلال تغذیه‌ای نه تنها کمتر غذا نمی‌خورند بلکه در هر وعده، حجم بالایی از غذا مصرف می‌کنند که به دلیل الگوی بد تغذیه‌ای، نیازهای لازم و ضروری بدن را تامین نمی‌کند.

به بیان دیگر، با آن که ما باید در وعده‌های غذایی از همه گروه‌های مواد خوراکی استفاده کنیم تا مواد مغذی، پروتئین‌ها و انواع ویتامین‌های مورد نیاز بدن تأمین شود ولی در بیشتر موارد، در رژیم‌های غذایی مان از مواد غذایی بخصوصی به مقدار زیاد استفاده می‌کنیم که همین باعث اضافه وزن و کاهش برخی مواد مغذی ضروری در بدن می‌شود.

به گفته دکتر هاشمی، عوارض تغذیه با مواد پرکالری نظیر فست فودها، سرخ کردنی‌ها، میان وعده‌ها و دسرهای چرب و شیرین در کنار کاهش فعالیت بدنی به سوء تغذیه پنهان و در نتیجه اضافه وزن و چاقی منجر شده و پیامدهایی نظیر دیابت، چربی بالای خون، پرفشاری خون، بیماری‌های قلبی عروقی و انواع بیماری‌های غیرواگیر را برای مبتلایان خود به همراه می‌آورد.

#### کودکان چاق و سوء تغذیه

در حال حاضر مشکل چاقی و اضافه وزن بین گروه کودکان و نوجوانان نیز در حال ازدیاد است که به شدت سلامت نسل آینده را تهدید می‌کند.

دبیر انجمن علمی پیشگیری و درمان چاقی ایران در این باره می‌گوید: شیوع چاقی و اضافه وزن در کودکی به این مفهوم است که کودکان چاق امروز در سنین جوان‌تری نسبت به نسل پیشین خود گرفتار عوارض اضافه وزن و چاقی می‌شوند. بر این اساس، آنها نمی‌توانند مهره‌های کارآمدی برای جامعه خود باشند و در نهایت سبب کاهش بهره‌وری و افت شاخص‌های توسعه جوامع خود خواهند شد.

#### مفهوم سیری چیست؟

دکتر هاشمی با اشاره به تلقی نادرست عمومی که از واژه «سیری» در میان مردم ما جاافتاده است، اظهار می‌کند: سیری به مفهوم دریافت کافی غذا، زمانی حاصل می‌شود که ما علاوه بر انرژی، انواع مواد اصلی مورد نیاز فعالیت‌ها و واکنش‌های حیاتی سلول‌های بدن را نیز دریافت کنیم. به عبارت دیگر «سیری شکم» الزاماً با «سیری سلولی» یکسان نیست زیرا ممکن است فردی به لحاظ حجم و کالری غذای مصرفی سیری شکم و دستگاه گوارش را تجربه کند در حالی که به علت فقدان مواد لازم هنوز به مرز سیری سلولی نرسیده باشد.



وی تاکید می‌کند: راه حل خروج از این مشکل، رعایت یک الگوی تغذیه‌ای صحیح مبتنی بر هرم غذایی و حتی الامکان، پرهیز از غذاهای پرانرژی و فرآوری شده است. با رعایت چنین شیوه‌ای فرد علاوه بر پیشگیری و مقابله با عوارض ناشی از سوءتغذیه، اضافه وزن و چاقی، نیازی به مکمل‌های تغذیه‌ای و ویتامین‌ها نیز نخواهد داشت.

جذب ویتامین و املاح، چگونه؟

گرچه مصرف قرص ویتامین و املاح برای برخی افراد مانند سالمندان، برخی از کودکان، مبتلایان به بیماری‌های مزمن و کسانی که تحت رژیم‌های غذایی خاص قرار دارند یا مبتلا به بیماری‌های گوارشی هستند توصیه می‌شود، اما بیشتر پزشکان معتقدند خوردن مکمل‌های ویتامین و املاح در برخی مواقع خاص می‌تواند باعث جذب بیشتر آنها شود، اما مصرف آنها با بعضی از خوراکی‌ها می‌تواند از اثربخشی آنها بکاهد.

دبیر انجمن پیشگیری از چاقی نیز در این باره تاکید می‌کند: اساساً مکمل‌های غذایی و ویتامین‌ها فقط در گروه‌های خاصی از بیماران که توانایی جذب مواد لازم را از طریق غذا ندارند یا به واسطه شرایطی مانند نوزادی یا سالخوردگی نیازمند دریافت مقادیر بیشتری از برخی ویتامین‌ها هستند کاربرد دارد و عمده موارد مصرف این گونه مواد در بین جامعه امروز ما فاقد پشتوانه علمی است.



روزنامه کیهان صفحه 5 شنبه 1394/10/5



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید بهشتی

## «آگهی احضاریه»

نظر به اینکه پرونده آقای دکتر هومن بخشی فرزند تاجبخش استادیار گروه ارتوپدی مرکز پزشکی، آموزشی و درمانی امام حسین (ع) در هیئت بدوی رسیدگی انتظامی اعضای هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید بهشتی به دلیل ترک خدمت مطرح می‌باشد. لذا بر اساس مقررات به نامبرده ابلاغ می‌گردد. چنانچه در ایران سکونت دارند ظرف مدت یک ماه و در صورت سکونت خارج از کشور ظرف مدت دو ماه مراجعه و یا دفاعیه خود را کتبا به دبیرخانه معاونت آموزشی دانشگاه واقع در بزرگراه شهید چمران - اوین - جنب بیمارستان آیتا... طالقانی ساختمان شماره ۱ - طبقه پنجم تحویل و رسید دریافت دارند و در غیر این صورت پس از مهلت مقرر اقدام قانونی برابر مقررات به عمل خواهد آمد.

روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی  
و خدمات بهداشتی درمانی شهید بهشتی

م الف ۳۱۰۰



خبرگزاری : مهر

حوزه: استانها

تاریخ: ۱۳۹۴/۱۰/۵

## نماینده مردم پاکدشت در مجلس شورای اسلامی:

### حق آبه پاکدشت از سد ماملو از دست نرفت / بیمارستان پاکدشت آماده است

استانها < تهران

پاکدشت-نماینده مردم پاکدشت در مجلس با رد برخی شایعات درباره از دست رفتن حق آبه شهرستان پاکدشت از سد ماملو گفت: با پیگیری های انجام شده حق آبه شهرستان پاکدشت از سد ماملو در نظر گرفته شده است .

به گزارش خبرنگار مهر، فرهاد بشیری عضو کمیسیون آموزش و تحقیقات مجلس شورای اسلامی شامگاه پنجشنبه، در جمع خبرنگاران با اشاره به اهمیت انتخابات پیش روی مجلس شورای اسلامی و مجلس خبرگان رهبری اظهار داشت: حضور باشکوه مردم در انتخابات مجلس شورای اسلامی و مجلس خبرگان رهبری، توطئه های دشمن را خنثی می کند.

وی افزود: حضور باشکوه مردم در انتخابات و انتخاب آگاهانه و صحیح، دو مقوله مهم و اساسی است که پیام همدلی و اتحاد ملت ایران را به گوش دشمنان انقلاب اسلامی خواهد رساند.

ارتقای جایگاه شهرستان پاکدشت پیگیری می شود

عضو کمیسیون آموزش و تحقیقات مجلس شورای اسلامی ادامه داد: پس از پیروزی انقلاب اسلامی ایران، دشمن از تمامی وسائل و امکانات برای ضربه زدن به انقلاب اسلامی استفاده کرد اما به برکت رهبری امام راحل و مقام معظم رهبری و هوشیاری و بصیرت ملت ایران، این توطئه ها خنثی شد.

نماینده مردم پاکدشت در مجلس شورای اسلامی متذکر شد: امروز به برکت ولایت فقیه و ایستادگی ملت ایران، شاهد گسترش مبانی انقلاب اسلامی در دورترین مناطق جهان هستیم.

وی با اشاره به اقدامات انجام شده در حوزه شهرستان پاکدشت افزود: تلاش کردیم که جایگاه شهرستان پاکدشت در حوزه های مختلف ارتقا پیدا کند که خوشبختانه بسیاری از برنامه ها و مسائل پیگیری شده، به ثمر نشسته است.

تخصیص حق آبه از سد ماملو و افتتاح تصفیه خانه مشکل کم آبی را کاهش می دهد



بشیری گفت: افتتاح تصفیه خانه سد ماملو به منظور بهبود وضعیت کمی و کیفی آب در پاکدشت که طی روزهای اخیر توسط رییس جمهور افتتاح شد، از آخرین اقداماتی بود که با پیگیری های صورت گرفته به نتیجه رسید.

وی با اشاره به این نکته که شهرستان پاکدشت با مشکل کم آبی مواجه است، یادآور شد: نشست ها و جلسات مختلفی با مسئولان وزارت نیرو و آب استان تهران برگزار و تصمیمات خوبی برای حل مشکل کمبود آب در این منطقه گرفته شد.

نماینده مردم پاکدشت در مجلس شورای اسلامی تأکید کرد: تخصیص حق آبه از سد ماملو و افتتاح تصفیه خانه آن، از جمله طرح ها و اقداماتی بود که در حل مشکل کمبود آب در شهرستان پاکدشت بسیار موثر و حیاتی است که خوشبختانه تحقق یافت.

نماینده ناظر مجلس شورای اسلامی در هیات عالی گزینش با رد برخی شایعات درباره از دست رفتن حق آبه شهرستان پاکدشت از سد ماملو گفت: با پیگیری های انجام شده حق آبه شهرستان پاکدشت از سد ماملو در نظر گرفته شده است.

بیمارستان پاکدشت آماده بهره برداری است

وی با اشاره به مطالبات مردم در حوزه بهداشت و درمان یادآور شد: مردم شهرستان پاکدشت در حوزه بهداشت و درمان دارای مطالبات و خواسته هایی بودند که این دغدغه ها مورد پیگیری قرار گرفت، چرا که ارتقای سرانه بهداشتی و درمانی در این منطقه احساس می شد.

نماینده مردم پاکدشت در مجلس با انتقاد از برخی سخنان که تلاش دارد، این اقدام بزرگ را کم رنگ جلوه دهد، گفت: ساخت بیمارستان از جمله مطالبات مردم در حوزه سلامت بود که با پیگیری ها و تلاش های انجام شده، بیمارستان شهدای پاکدشت آماده بهرداری شده است که می تواند در ارتقای سرانه بهداشتی این شهرستان موثر باشد.

وی با اشاره به تاریخچه ساخت بیمارستان شهدای پاکدشت افزود: بیمارستان شهدای پاکدشت در سال ۸۵ به تصویب رسید اما هیچ اقدام عملیاتی برای شروع پروژه انجام نشد تا اینکه در سال ۸۸، کلنگ آن با حضور مسئولین وقت بر زمین خورد و امروز آماده خدمت رسانی است.

بشیری در ادامه به زمان افتتاح رسمی این پروژه اشاره کرد و یادآور شد: پذیرش بیماران در بیمارستان شهدای پاکدشت آغاز خواهد شد و روند خدمت رسانی به مردم سرعت پیدا می کند و در زمان مناسبی، افتتاح رسمی این پروژه مهم و حیاتی با حضور مسئولان انجام خواهد گرفت.