



منبع: باشگاه خبرنگاران جوان

گروه: علمی پزشکی

تاریخ خبر: ۱۳۹۲/۰۷/۰۵

ممنوعیت استفاده از صابون های قالبی در مدارس

دکتر احمدرضا فرسار معاون بهداشتی و دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی در گفتگو با خبرنگار بهداشت و درمان باشگاه خبرنگارانبا اشاره به آغاز سال تحصیلی جدیدگفت: ما در این ۹ ماه بر روی مواد غذایی توزیعی بوفه مدارس کنترل و نظارت انجام میدهیم و بازرسان ما هم در مدارس در خصوص رعایت بهداشت فردی به دانش آموزان آموزش می دهند.وی با بیان این که در طی بازدید بازرسان از مدارس باید حتما صابون مایع به جایصابون قالبی در سرویس های بهداشتی وجود داشته باشد تصریح کرد: یکی از مشکلات مدارسنبود مربی های بهداشت به دلیل عدم اعتبارات کافی است که بازرسین ما در این خصوصهمکاری های لازم را با مدارس انجام می دهند و آموزشهای لازم را به دانش آموزان درحوزه های مختلف می دهند.ع ۲

کد خبر: ۱۰۷۰۳۵۹۷



۹۵ درصد حاملگی‌ها به عمل سزارین ختم می‌شوند

به گزارش خبرگزاری تسنیم، محمود متین استاد دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی در مراسم دهمین کنگره بین‌المللی زنان و مامایی ایران با بیان اینکه تاریخ مامایی از پیدایش انسان آغاز شده و برای بقای زندگی کوشش پایاپای تمدن و مدنیت قدم برداشته تا به پیشرفت‌های امروز در کلیه شئول‌زندگانی رسیده است، اظهار داشت: باید دانست که از ابتدا دو ارگان در ایران موضوع بهداشت و درمان و سلامت مادران و نوزادان در اولویت قرار می‌داده‌اند، به طوری که این امر مهم در حیطه مسئولیت‌های وزارت بهداشت بود و با تنظیم برنامه‌های آموزشی مانند مدارس مامائی در نقاط مختلف شهرهای بزرگ برقرار می‌نموده است.

وی با اشاره به اینکه در این میان با تاسیس دانشگاه تهران در سال ۱۳۱۵ اقدام‌های بسیار سودمند در پیشرفت بهداشت مادران و نوزادان برداشتند، اظهار کرد: آمار نشان می‌دهد قسمت اعظم زایمان‌ها در منازل توسط ماماها یا تحصیل‌کرده یا سنتی انجام می‌شد در حالی که تعدادی زایمان به منظور آموزش زنان و مامائی مخصوصاً در دانشگاه تهران انجام می‌شد.

این استاد دانشگاه شهید بهشتی تصریح کرد: از طرف دیگر تمام زایمان‌های غیرطبیعی به مراکز دانشگاه روانه می‌شد که از جمله عوارض زایمان‌های غیرطبیعی می‌توان به پارگی زهدان - فیستول‌های وزیکوواژینال که به دنبال زایمان دیده می‌شوند اشاره کرد.

وی با بیان اینکه جا دارد که از کوشش دکتر محسنیان و استاد گرامی دکتر غفور زاده قدردانی کنم ادامه داد: به یاد دارم دورانی که متخصص زنان و مامایی را در بیمارستان زنان تحت سرپرستی استاد فقید شادروان دکتر جهان‌شاه صالح که به حق متخصص زنان و مامائی را بنیاد نهاد و این رشته را از جراحی عمومی جدا کرد، متخصص زنان و مامائی را به طور استقلال در ردیف دروس دانشکده پزشکی قرار داد که در حال حاضر یکی از چهار ستون آموزش پزشکی محسوب می‌شود.

متین با بیان اینکه در گذشته در دوره متخصصین زنان و مامائی در بیمارستان زنان یک بخش اختصاص به عفونت‌های بعد از زایمان بود که از کلیه نقاط کشور مراجعه کرده و بعد از بستری، تحت درمان قرار می‌گرفتند، افزود: اغلب بیماران در حال شوک سبک ارجاع می‌شدند که با وسایل محدود آن زمان سرنوشت این بیماران جز

مرگ چیز دیگری نبود.

این استاد دانشگاه شهید بهشتی یادآور شد: خونریزی های شدید از یک طرف و نبود سازمان انتقال خون از طرفی باعث مرگ تعدادی از بیماران می شد که در این بین مسمومیت های حاملگی نیز از جمله علل مرگ و میر نوزادان و مادران بود که اکثراً در حال اکلامیسی مراجعه کرده و دچار سرنوشت متفاوت بودند.

وی با بیان اینکه محدودیت های عمل سزارین اغلب با عواقبی مانند خونریزی، فیستول ها و پارگی های رحم را به همراه داشت، گفت: موضوع دیگر که مرگ و میر مادران را در پی داشت کورتاژ در شرایط غیربهداشتی و به دست افراد ناآگاه بود که خوشبختانه با تاسیس سپاه بهداشت و درمان و تاسیس کلینیک های بهداشت مادران و نوزادان و تنظیم خانواده که از سایر نقاط دور دست حتی روستاها برگزار شد تحول بزرگی در پیشرفت سلامت مادر و کودک و جامعه برداشته شده است.

متین با بیان اینکه براساس آمارهای موجود در حال حاضر ۹۵ درصد حاملگی ها به عمل سزارین ختم می شوند، خاطرنشان کرد: تاسیس کلینیک های تنظیم خانواده جهت پیشگیری از حاملگی های ناخواسته از دیگر قدم های مهم در این عرصه بوده است.

انتهای پیام/

کد خبر: ۱۰۷۰۶۲۴۴

اخبار مرتبط:

✓ عصر ایران: ۹۵ درصد حاملگی ها در ایران به سزارین ختم می شوند

✓ انتخاب: ۹۵ درصد حاملگی ها در ایران به سزارین ختم می شوند

✓ ایسنا: ۹۵ درصد حاملگی ها به سزارین ختم می شوند

✓ خبرنامه دانشجویان: ۹۵٪ حاملگی ها به سزارین ختم می شود

✓ تعامل: ۹۵ درصد حاملگی ها در ایران به سزارین ختم می شوند

✓ روزگار نو: پایان ۹۵ درصد حاملگی ها در ایران با سزارین



منبع: پارسینه

گروه: سلامت

تاریخ خبر: ۱۳۹۲/۰۷/۰۵



آیا پنیر پیتزا کم چرب وجود دارد؟

«آیا ادعاهایی که کارخانه های مواد غذایی در مورد سس های مایونز و پنیر پیتزاهای کم چرب می کنند، صحت دارد؟ لطفا درباره درستی یا نادرست بودن این ادعاها بگویید.

پنیر پیتزا

محققان در سال ۱۹۹۷ تخمین زدند که سالانه حدود ۲ میلیارد پوند پنیر پیتزا در آمریکا و ۲۰۰ میلیون پوند از این پنیر در اروپا تولید می شود.

پنیر پیتزا جزو پرطرفدارترین محصولات غذایی در میان ایتالیایی ها، آمریکایی ها و نروژی هاست. هرچند که تاریخچه دقیقی از تولید اولین نوع پنیر پیتزا در دسترس نیست، اما آمار و ارقام نشان می دهند انواع اولیه این پنیر، تقریباً به شکل امروزی اش، از حدود ۵۰ سال پیش تولید می شده است.

این در حالی است که بیشتر از ۲۰-۲۵ سال، از عمر پنیر پیتزا در کشور ما نمی گذرد. پنیر پیتزا، محصولی خوشمزه اما چرب است. به همین دلیل هم خیلی ها با وجود میل باطنی، دور مصرف آن را خط کشیده اند. تولیدکنندگان هم دست به کار شدند و به تازگی اقدام به تولید پنیر پیتزای کم چرب برای طرفداران غذاهای رژیمی کرده اند.

در این مطلب، دکتر سید امیرمحمد مرتضویان، متخصص صنایع غذایی و عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی (انستیتوی تحقیقات تغذیه و صنایع غذایی کشور) درباره این نوع پنیر توضیحاتی می دهند.

اگر موافق باشید، بحثمان را با تعریف پنیر پیتزا شروع کنیم؟

پنیر پیتزا، پنیر موزارلاست که معمولاً چربی و رطوبت نسبتاً بالایی دارد. به همین دلیل، میزان فسادپذیری اش هم زیاد است و برای پیشگیری از فاسد شدن آن، باید پیش از پایان تاریخ مصرفش، حتماً آن را داخل فریزر و در حالت انجماد نگهداری کرد.

ویژگی پنیرهای این خانواده چیست؟

خاصیت کش و الاستیک، جزو ویژگی های خاص این نوع پنیرهاست. پنیر پیتزا، یک محصول میانی یا واسطه است؛ یعنی نمی توان آن را به تنهایی با نان مصرف کرد.

محصولات میانی باید با غذاهای دیگری ترکیب و مصرف شوند. از آنجا که چنین پنیرهایی بیشتر در تهیه پیتزا استفاده می شوند، خیلی ها به آن ها پنیر پیتزا

می گویند، در حالی که از این پنیرها با خاصیت کشسانی می توان در تهیه غذاهای دیگری مانند لازانیا یا انواع ستا و □ هم استفاده کرد. ضمن اینکه پنیر پیتزا، خاصیت ذوب دارد و به این ترتیب، می تواند باعث چسبندگی مواد به کار رفته در تهیه غذاهایی مانند پیتزا به هم شود.

معمولا طعم نسبتا چرب و ملایم این پنیر، طعم نهایی غذا را بهبود می دهد و همین طعم مطلوب است که خیلی ها را به مصرف پنیر پیتزا مشتاق کرده است.

روند تولید پنیر پیتزا به چه صورت است؟

برای تولید پنیر پیتزا در ایران از پنیری به نام پنیر اولیه استفاده می کنند (البته گاهی هم از خود شیر برای بیه این نوع پنیر استفاده می شود). پنیر اولیه، ضایعاتی از پنیر (مثلا پنیر پروسس، ليقوان و □) است که از منابع مختلفی به دست می آید.

معمولا این ضایعات را داخل تانکی می ریزند و آن را تا حدی اسیدی می کنند. سپس باکتری و استارتر به آن می زنند تا کمی طعم بگیرد و تا اندازه ای هم ترش بشود.

با این کار، محصول به دست آمده لخته می شود. پیش از اینکه لخته ها خیلی سفت بشوند، آن ها را با آب داغ می شویند.

جایگزین های چربی جزو مواد انرژی زا نیستند، آن ها کربوهیدرات هایی هستند که در بدن هضم نمی شوند. اصلا تعریف مواد جایگزین چربی همین است که مصرف آن ها باعث دریافت کالری نشود اما درعین حال بتوانند تا حدی خواص چرب کنندگی، پرکنندگی محصول، پوشش و پرکنندگی دهانی و احساس مطلوب دهانی ایجاد کنند

در نتیجه پروتئین شیر که بیشتر آن کازئین است (پروتئین کازئین خاصیت کش آمدن و الاستیکی دارد)، استخراج و بسته بندی می شود. در نهایت هم این پروتئین استخراج شده را در پنیر پیتزا با مواد دیگری مانند برخی افزودنی ها، طعم دهنده ها و پایدار کننده ها مخلوط می کنند تا پنیر پیتزا با ویژگی هایی که ما می بینیم، در دسترس قرار بگیرد. پنیر پیتزای تولیدشده نهایی که باید رنگ سفید و بافت کشسانی داشته باشد، در سردخانه ها نگهداری و آماده ورود به بازار می شود.

این روزها شاهد ورود پنیر پیتزاهای کم چرب به بازار هستیم. هدف از تولید چنین محصولاتی چه بوده است؟

برای اینکه پنیر پیتزا بتواند تمام ویژگی هایی که نام بردیم، داشته باشد، باید میزان چربی آن بالا باشد زیرا بدون چربی، خواص طعمی و بافتی در چنین محصولی کمتر ایجاد می شود اما مصرف خوراکی های خیلی چرب، از نظر تغذیه ای چندان توصیه نمی شود. از طرف دیگر، این روزها بحث مصرف غذاهای رژیمی هم بسیار داغ است و بیشتر افراد می خواهند کالری دریافتی خود را کاهش دهند. به همین دلیل کارخانه های تولید محصولات غذایی، از جمله کارخانه های تولید پنیر پیتزا برای جلب رضایت مشتری ها اقدام به تولید محصولاتی کم چرب تر و کم کالری تر کرده

تفاوت پنیر پیتزاهای کم چرب با انواع معمولی آن ها چیست؟

برای کم کردن میزان چربی پنیر پیتزا در خط تولید و به هم نخوردن توازن مواد به کار رفته در محصول، مقدار چربی افزوده را کاهش می دهند و برای برگرداندن کارکرد چربی در محصول نهایی هم از پایدار کننده ها به عنوان جایگزین چربی کمک می گیرند. این جایگزین های چربی (مانند صمغ ها) برای بدن ضرری ندارند و می توانند مفید هم باشند. البته وزارت بهداشت باید فرمول تهیه چنین محصولاتی را تایید کند که این کار هم انجام گرفته و پروانه ساخت تولید پنیر پیتزای کم چرب صادر شده است. پنیر پیتزا

یعنی جایگزین های چربی، بدون کالری هستند؟

بله، خوشبختانه جایگزین های چربی جزو مواد انرژی زا نیستند، آن ها کربوهیدرات هایی هستند که در بدن هضم نمی شوند. اصلاً تعریف مواد جایگزین چربی همین است که مصرف آن ها باعث دریافت کالری نشود اما درعین حال بتوانند تا حدی خواص چرب کنندگی، پرکنندگی محصول، پوشش و پرکنندگی دهانی و احساس مطلوب دهانی ایجاد کنند. هرچند که پنیر پیتزاهای کم چرب از نظر طعم با انواع معمولی خود تفاوت دارند اما این تفاوت به اندازه ای نیست که وقتی آن را داخل پیتزا یا غذاهای دیگر می ریزیم، به سادگی متوجه آن بشویم.

یعنی افرادی که رژیم کم کالری دارند، می توانند بدون دغدغه از این نوع پنیر پیتزاهای کم چرب در برنامه غذایی شان استفاده کنند؟

نه، فردی که رژیم می گیرد، باید بر اساس دستورالعملی که متخصص تغذیه برایش تعیین کرده، برنامه خود را پیش ببرد. شاید متخصص تغذیه با قرار دادن مقداری پنیر پیتزا در رژیم غذایی، سهمی از چربی های روزانه را در نظر گرفته باشد.

به همین دلیل افرادی که تحت رژیم درمانی های خاص هستند، حتی خوراکی های کم چرب را هم نمی توانند خودسرانه و با میل خود مصرف کنند ولی فردی که رژیم غذایی ندارد، وزنش هم بالا نیست و فقط می خواهد دریافت کالری روزانه اش را کاهش دهد تا وزن خود را ثابت نگه دارد، می تواند از محصولات کم چرب تر و کم کالری تر مانند پنیر پیتزای کم چرب استفاده کند.

منبع: تبیان



قبل از استفاده از تردمیل حتما بخوانید!

به گزارش سرویس علمی جام، دکتر لیلا صدیقی پور، متخصص طب فیزیکی و توانبخشی و عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی در گفتگو با باشگاه خبرنگاران درخصوص اثرات استفاده از تردمیل و دوچرخه ثابت گفت: کسانی که قصد شروع ورزش با تردمیل و دوچرخه ثابت را دارند به ویژه کسانی که بالای ۴۰ تا ۴۵ ساله هستند اگر سابقه بیماری قلبی ریوی دارند یا کسانی که دچار دردهای زانو یا کمردرد هستند و یا هر مشکلی دارند حتما باید قبل از شروع ورزش به ویژه ورزش های سنگین با پزشک مشورت کنند و ویزیت داشته باشند تا شدت ورزشی که برایشان مناسب است را شروع کنند.

وی در ادامه گفت: کسانی که با استفاده از تردمیل یا دوچرخه ثابت علائم قلبی، ریوی یا علائم اسکلتی عضلانی پیدا کردند حتما باید به پزشک مراجعه کنند ولی افراد جوانی که هیچ مشکل یا بیماری زمینه ای ندارند می توانند با شدت متوسط شروع کنند و به تدریج آن را افزایش دهند.

وی اظهار داشت: تردمیل و دوچرخه ثابت هر دو می توانند باعث لاغری شوند چون افراد با استفاده از هر کدام کالری سوزی دارند به شرط اینکه شرایط فرد و شدت آن رعایت شود.

این متخصص طب فیزیکی گفت: به عنوان مثال شخصی که یک روز در هفته از تردمیل استفاده می کند با شدتی که ضربان قلبش افزایش پیدا نمی کند مطمئنا این ورزش هیچ تاثیری نخواهد داشت و باید این فعالیت یک شدت مشخصی داشته باشد. به عبارت دیگر دفعات استفاده از این وسایل و نیز میزان شدت آن باید به نحوی باشد که ضربان قلب افزایش یابد. تا فرد تعریف کند، ضمن اینکه حتما با رژیم همراه باشد.

* منبع استفاده از دوچرخه ثابت برای افراد مبتلا به زانو درد دکتر صدیقی پور افزود: دوچرخه ثابت برای کسانی که زانو درد دارند مناسب نیست از طرفی کسانی که تنگی کانال نخاع دارند دوچرخه برای آنها بهتر است همچنین افرادی که دیابت دارند یا پای آنها زخم است تردمیل برای آنها مناسب نیست چون به پای آنها فشار می آورد و در عوض کسانی که اختلال تعادل دارند با دوچرخه راحت هستند.

وی اضافه کرد: توصیه ما این است که اگر فرد مشکلی ندارد اعم از کمردرد زانو درد و

یا بیماری های عروقی و دیابت فعالیت خود را با تردمیل شروع کند چرا که تردمیل به فیزیولوژی بدن نزدیک تر است و دوچرخه در اولویت بعد است.

وی تصریح کرد: کسانی که از نظر قلبی ریوی یا سیستم عضلانی اسکلتی مشکلی ندارند و سن آنها جوان است می توانند تردمیل و دوچرخه را در منزل از شدت کم شروع کنند به این شکل که هر روز نیم ساعت یا یک روز در میان یک ساعت از تردمیل یا دوچرخه ثابت استفاده کنند تا حدی که ضربان قلب و تعداد تنفس افزایش پیدا کند.

صدیقی پور در ادامه گفت: افراد توجه داشته باشند که ورزش برای آنها در حد متوسط سخت باشد یعنی نه خیلی سخت باشد و نه خیلی آسان ولی اگر کسی در حین استفاده از هر نوع وسیله ورزشی دچار تنگی نفس، تپش قلب یا علائم ریوی شد حتما ورزش را قطع کند و با پزشک مشور کند.

وی درخصوص بیماران قلبی عروقی گفت: افرادی که مشکلات قلبی عروقی یا هر مشکل دیگری دارند برای استفاده از این وسایل باید حتماً با پزشک مشورت کنند. چرا که شاید نیاز بر این باشد که این افراد در سیستم های توانبخشی قلبی ریوی تحت نظارت پزشک و پرستارهایی که در این زمینه آموزش دیده اند و مهارت و تجربه لازم را دارند ورزش انجام دهند.

وی در پایان گفت: افرادی که زانو درد دارند از دوچرخه هایی که زمین بلند دارند استفاده کنند و کسانی که برای اولین بار می خواهند از دوچرخه یا تردمیل استفاده کنند از یک کارشناس کمک بخواهند تا طرز درست استفاده کردند را به آنها آموزش دهد.

همچنین استفاده از کفش و لباس ورزش مناسب ضروری است.

۲۰۰۳

کد خبر: ۱۰۷۰۱۰۴۸



سیگار، سراب دنیای متجدد غرب برای زیبایی خانم ها

به گزارش فارس، پسر سلانه سلانه در حالیکه کوله پشتی خود را از این دست به آن دست می کند وارد خانه می شود، پدر و مادر با نیم نگاهی به یکدیگر با هم حرف می زنند و آرام از هم می پرسند: «لباس هایش بوی سیگار می داد؟». این آغاز نگرانی های یک خانواده در سال های گذشته بود تا مبادا پسر نوجوان و جوانشان به سمت سیگار متمایل شود و در جمع محافل دوستانه سیگار، نقل و نبات محافل دوستانه آنها باشد. اما متأسفانه با گذشت زمان و گسترش وسایل ارتباط جمعی شاهد نفوذ زیرپوستی فرهنگ غربی در کشور هستیم و بدون اینکه دختر و پسر نوجوان و جوان ایرانی با فلسفه کارهای هنرپیشه های هالیوودی آشنا شوند آنها را الگوی رفتاری خود قرار می دهند و با تقلید از آنها سعی می کنند خود را همسان آنها کنند، اما این همسان کردن چرا و به چه قیمتی اتفاق می افتد؟ سیگار بهانه ای برای ترک قلیانیکی از معضلاتی که در سال های اخیر شاهد روند افزایشی آن در میان دختران کشورمان هستیم گرایش به استفاده از سیگار در محافل دوستانه است که زنگ خطر را برای جامعه شناسان و مسئولان به صدا درآورده است، دختران و پسران ما با این شتاب به کجا خواهند رسید؟ سمیه پورنسب دختر دانشجویی که اولین سیگار خود را در جشن تولد دوستش استعمال کرده است می گوید: قبل از اینکه سیگار استفاده کنم در میهمانی ها و جشن های خانوادگی ما قلیان همیشه وجود داشت و حتی قلیان وسیله ای است که هم اکنون نیز به عنوان یکی از وسایل اصلی در جهیزیه دختر باید وجود داشته باشد. وی ادامه داد: در مراسم تولد یکی از دوستانم که در یکی از بوستان های تهران بود سیگار لایت به من تعارف شد و دوستانم می گفتند مضرات سیگار به مراتب کمتر از قلیان است و تو که قلیان استفاده می کنی چرا تا کنون سیگار را امتحان نکرده ای؟ در آن مراسم به من پیشنهاد دادند برای اینکه مصرف قلیان را کم کنم با سیگار لایت شروع کنم هم اکنون با گذشت سه سال نه تنها با سیگار نتوانستم قلیان را رها کنم بلکه الان در روزهایی که قلیان نمی کشم سیگار را استفاده می کنم. خوشبختانه هنوز قبح خرید سیگار از دکه برای خانم ها شکسته نشده است یکی از فروشندگان سیگار معتقد است خانم ها برای اینکه خود را هم ردیف با مردان نشان دهند به استفاده از سیگار روی می آورند و اکثر خانم ها نیز سیگارهای لایت و خیلی سبک را دوست دارند و معتقد هستند که آنها ضرر و زیان

کمتری دارد. وی می گوید: معمولاً دخترانی که سیگار استفاده می کنند خودشان برای خرید سیگار مراجعه نمی کنند چون هنوز خوشبختانه قبح خرید سیگار برای دختران هنوز شکسته نشده است و نگاه ها به دختری که از یک دکه سیگار می خرد نگاه خوبی نیست. سعیده.ت دختری که در یکی از آرایشگاه های غرب تهران مشغول به کار است می گوید: یک روز در آرایشگاه با خانمی آشنا شدم که عنوان کرد با استفاده از سیگارهای لاغری توانسته در مدت کوتاهی به وزن ایده آل خود دست پیدا کند. وی ادامه داد: این خانم مدعی بود که علی رغم اینکه مدت ها برای لاغری رژیم های متنوعی را استفاده کرده بود اما به نتیجه نرسیده بود اما با استفاده از سیگارهای اسلیم توانسته بود در مدت کوتاهی به وزن ایده آل خود برسد. این دختر آرایشگر افزود: با توجه به اینکه من آن زمان به شدت به دنبال لاغر کردن خودم بودم سیگار اسلیم را امتحان کردم که بعد از چند ماه نتیجه ای نگرفتم و متوجه شدم سیگار کشیدن فقط به یک عادت برای من تبدیل شده است که گاهی در جمع دوستان هم برای اینکه خودم را با کلاس تر از بقیه نشان بدهم از سیگار استفاده می کردم. رئیس مرکز تحقیقات و پیشگیری کنترل دخانیات دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی گفت: آمار سرطان دهان در سیگارهای «لایت» بیشتر از سیگارهای معمولی است و سیگارهای سبک و خنک تنها ترفند تبلیغاتی است. زهرا حسامی با اشاره به آمار ۱۵ درصدی مبتلایان به سیگار در کشور بیان داشت: در سیگارهایی که در آن از بیوفیلتر استفاده می شود، به دلیل این که فرد سیگاری پک های عمیق تری می زند، میزان دود بیش تری وارد ریه فرد می شود بنابراین استفاده از بیوفیلتر، سرابی بیش نیست. زیبایی دستاویز رسانه های غربی برای ترویج استفاده از سیگار در بین زنان در این میان نباید از تبلیغات رسانه های بیگانه غافل بود، رسانه های بیگانه با شناسایی دغدغه های زیبایی شناسی زنان تلاش دارند در بیان فواید استفاده از سیگارهای تبلیغی خود مواردی را بیان کنند که خانم ها برای رسیدن به آنها حاضر هستند هزینه های گزافی را پرداخت کنند مانند لاغری و داشتن اندامی متناسب که در سال های اخیر شاهد گسترش تبلیغات در خصوص استفاده از این نوع سیگارها هستیم. این رسانه ها معمولاً با بیان اینکه این سیگارها کاملاً از مواد گیاهی ساخته شده اند و هیچگونه عوارضی ندارند سعی در همراه کردن مخاطب با خود دارند و معمولاً قیمت هایی برای این سیگارها گفته می شود که معمولاً برای تمام اقشار به راحتی قابل تهیه باشد. محمدرضا مسجدی دبیرکل جمعیت مبارزه با استعمال دخانیات با اعلام خطر در مورد افزایش تبلیغات سیگارهای متنوع مخصوص زنان گفت: مصرف سیگار در زنان حدود ۳ درصد و در مردان حدود ۲۸ درصد است. به همین خاطر لازم است برای جمعیت زنان اقدامات فرهنگی گسترده تری انجام شود، چرا که این کمپانی ها بر روی افزایش مصرف دخانیات بر روی دختران و زنان جوانان ما سرمایه گذاری کرده اند. وی اضافه کرد: به عنوان مثال در حال حاضر سیگارهای مخصوص لاغری، سیگارهای مخصوص زنان باردار و سیگارهایی با رنگ های حیات بخش، تولید و به

صورت گسترده تبلیغ می شود. سیگار، ژستی برای عقب نماندن از قافله بازیگرانمجید ابهری جامعه شناس مصرف سیگار و قلیان در دهه گذشته بین نوجوانان و جوانان و بویژه دختران و زنان جوان افزایش چشمگیری داشته است علت اساسی این گسترش بخاطر تاثیرات شبکه ماهواره ای، دوستان و همسالان است. وی ادامه داد: در یک پژوهش میدانی مشخص شد که ۷۰ درصد از دختران و زنان جوان اعلام کردند که بخاطر عقب نماندن از دوستانشان و همچنین بخاطر اینکه امروزی جلوه کنند سیگار یا قلیان استعمال می کنند. ابهری تصریح کرد: ۱۰ درصد اعلام کردند که بخاطر سرگرمی و تفریح این کار را انجام می دهند و ۲۰ درصد باقی مانده دلیل خاصی را برای استعمال سیگار بیان نکرده و عنوان کردند همینطوری سیگار می کشم. این رفتارشناس افزود: البته باید گفته شود که مصرف سیگار دروازه ورود به اعتیاد است و متأسفانه کف سنی مصرف سیگار در بین دختران به ۱۷ سال رسیده است. ابهری تصریح کرد: دو گروه از دختران و زنان جوان در زمینه مصرف سیگار وجود دارد یک گروه طرفداران هنرپیشه ها و بازیگران فیلم ها و سریال های ماهواره ای هستند که برای بزرگتر نشان دادن خود از سن شناسنامه ای خود اقدام به مصرف سیگار می کنند. وی افزود: گروه دوم فقط براساس تقلید کورکورانه و برای اینکه پاسخی به دعوت های دوستان و همسالان خود ندارند مصرف سیگار را می پذیرند در این میان جای خالی مهارت اجتماعی «نه» گفتن دیده می شود و فرزندان ما در خانواده باید با این مهارت آشنا شوند و در مقابل دعوت دوستان و همسالان خود بتوانند نه بگویند و اگر از تمسخر و سرزنش آنها هراسی نداشته باشند مصرف سیگار در میان آنها از بین خواهد رفت. این جامعه شناس افزود: فروش سیگار نخی یا دانه ای در دهه های روزنامه فروشی نیز یکی از دلایل افزایش مصرف سیگار در بین جوانان و دختران است و باید با این مراکز برخورد قانونی صورت گیرد و مغازه ها اجازه نداشته باشند به دختران و پسران کمتر از ۱۸ سال سیگار بفروشند. وی ادامه داد: آموزش های اولیه در مورد زیان های سیگار مخصوصاً در صدا و سیما باید رشد چشمگیری پیدا کند و خانواده ها باید با رفتار خود الگوی مثبت رفتاری برای فرزندان باشند و زیان ها و عواقب خطرناک را به فرزندان خود یادآوری کنند. افزایش مصرف سیگار در میان زنان در کلانشهر های کشور جمعی از اساتید گروه علوم اجتماعی دانشگاه تهران بر اساس پژوهشی گسترده در کلانشهر تهران در رابطه با «عوامل جامعه شناختی موثر بر مصرف سیگار در بین زنان و دختران شهر تهران» به این نتیجه رسیده اند که ۶،۷ درصد از زنان در طول روز بیش از ۲۰ نخ سیگار مصرف می کنند که تحت عنوان «سیگاری قهار» شناخته می شوند. تحقیقی که در سطح شهر تهران با حجم نمونه بیش از ۵۰۰ نفر از زنان تهرانی در مناطق، پایگاه های اجتماعی و سطوح مختلف جایگاه های اجتماعی انجام شده است و نشان دهنده افزایش مصرف سیگار در میان زنان در کلانشهر های کشور است. سیگار درک وارونه ای از پیشرفت و تجددشها لامیرگلوبیات عضو کمیسیون بهداشت و درمان مجلس شورای اسلامی در گفت و گو با خبرنگار جامعه فارس گفت: یکی از مهمترین علت های

گرایش خانم‌ها به سیگار این است که استفاده از سیگار را به نوعی پیشرفت و تجدد می‌دانند و اینکه عده‌ای بیان می‌کنند به خاطر فرار از دغدغه‌ها و مشکلات زندگی به سیگار روی می‌آورند اصلاً قابل قبول نیست و بیشتر نفوذ فرهنگ غربی در کشور بر افزایش مصرف سیگار تأثیر گذاشته است. وی ادامه داد: راه پیشگیری از گسترش استفاده از سیگار در بین خانم‌ها راه‌های قهری نیست بلکه آموزش‌ها و دادن آگاهی‌ها در خصوص مضرات سیگار راهکار مفیدی برای جلوگیری از این موضوع است. بیات اظهارداشت: افزایش استفاده از سیگار و قلیان یکی از دلایل افزایش ابتلا به سرطان است و این مسئله می‌تواند باعث بروز امراض ریوی باشد. وی افزود: در کشورهای دیگر نیز استفاده از سیگار بین جوانان افزایش چشمگیری داشته است و هنوز رسانه‌ها به این موضوع به صورت کارشناسانه نپرداخته‌اند، همچنین مدارس و دانشگاه‌ها نیز باید برنامه‌ریزی کنند و اطلاعات و آموزش‌های لازم را در اختیار جوانان قرار دهند.

کد خبر: ۱۰۶۹۹۹۶۳

اخبار مرتبط:

✓ فارس: سیگار، سراب دنیای متجدد غرب برای زیبایی خانم‌ها

✓ افکار نیوز: سیگار، سراب دنیای متجدد غرب برای زیبایی خانم‌ها



توصیه های پاییزی یک متخصص کودکان

سلامت نیوز: یک متخصص کودکان به بازگشایی مدارس همزمان با فرا رسیدن فصل پاییز اشاره و بر ضرورت توجه ویژه مربیان و والدین در مدارس به منظور جلوگیری از بروز آسیب و انتقال بیماری در دانش آموزان تاکید کرد. دکتر اکبر کوشانفر در گفت و گو با ایسنا، با بیان اینکه خطراتی کودکان را که در یک اجتماع چون مدرسه گرد هم آمده اند، تهدید می کند، عنوان کرد: مراقبت و توجه به دانش آموزان باید از لحظه خروج آنها از منزل آغاز شود. وی ادامه داد: در مسافتی که دانش آموزان کم سن از مدرسه تا منزل و برعکس می پیمایند، همواره مخاطراتی وجود دارد و گاهی دیده شده است که به علت بی احتیاطی راننده و کوچک بودن اندام دانش آموز در مقاطع سنی پایین، تصادفاتی رخ داده و متأسفانه کودک به زیر ماشین رفته است. این استاد دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی توصیه هایی نیز در خصوص چگونگی استفاده از سرویس های مدارس ارائه و اظهار کرد: لازم است علاوه بر راننده، یک مراقب همراه دانش آموزان باشد تا در حین سوار و پیاده شدن از اتوبوس مشکلاتی نظیر بروز جراحت و شکستگی ها برای آن ها ایجاد نشود. کوشانفر با بیان اینکه احتمال بروز جراحت و شکستگی اندام در خود مدارس بویژه در زنگ های تفریح که کودکان به دنبال یکدیگر می دوند نیز وجود دارد، ضمن دعوت مربیان به توجه ویژه و مراقبت از دانش آموزان در مدارس، به مادران نیز توصیه کرد تا حتما کفش مناسب برای کودک خود تهیه کرده و کیف وی را کنترل کنند که وزن آن بیش از حد استاندارد نباشد. وی ادامه داد: طبق استانداردها، وزن کیف کودک باید یک پانزدهم وزن وی باشد تا در دراز مدت باعث ابتلایش به کمر درد، شانه درد، افتادگی شانه و مانند آن نشود. این فوق تخصص عفونی کودکانی همچنین به احتمال بالای انتقال آلودگی های ویروسی در مدارس اشاره کرد و گفت: معمولا سرماخوردگی و آنفلوآنزا در فصل پاییز بویژه در اجتماعاتی چون مدارس، شیوع پیدا می کند و به سرعت از فردی به فرد دیگر منتقل می شود. وی تاکید کرد: معمولا سرماخوردگی پس از حدود یک هفته بهبود می یابد و مناسب است با در نظر گرفتن تمهیداتی کودک مبتلا، این مدت را در منزل استراحت کند تا بیماری به همکلاسی هایش منتقل نشود.

✓ دریچه خبر: توصیه های پاییزی یک متخصص کودکان

✓ ایسنا: توصیه های پاییزی یک متخصص کودکان

✓ ابتکار: توصیه های پاییزی یک متخصص کودکان

✓ شفاف: توصیه های پاییزی یک متخصص کودکان

✓ فردا: توصیه های پاییزی یک متخصص کودکان