



خبرگزاری : مهر

حوزه: حوزه و دانشگاه

تاریخ: ۱۳۹۴/۱۰/۷

## ایجاد بزرگترین «اتاق تمیز» در دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

### علی اصغر پیوندی

حوزه و دانشگاه < آموزش عالی

رئیس دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی از ایجاد بزرگترین کلین روم یا اتاق تمیز دانشگاه‌های علوم پزشکی سراسر کشور در این دانشگاه خبر داد.

علی اصغر پیوندی در گفتگو با خبرنگار مهر با اشاره به برنامه های دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی در زمینه پژوهش گفت: باید حداقل یک تا ۳ درصد کل بودجه خود را به پژوهش اختصاص دهیم.

وی ادامه داد: بودجه مصوب سال ۹۳ دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی یک میلیارد و ۳۰۰ میلیون تومان بود که ما حدود ۱۵ میلیارد و ۶۰۰ میلیون تومان آن را به کارهای تحقیقاتی اختصاص دادیم.

رئیس دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی افزود: در سال ۹۴ بودجه مصوب ما ۳ میلیارد و ۶۰۰ میلیون تومان بود که ۲۲ میلیارد تومان آن را برای کارهای تحقیقاتی اختصاص دادیم، این نشان می دهد که ما علاقه داریم که کارهای تحقیقاتی انجام دهیم.

وی افزود: ما برای فعالیت تحقیقاتی کارهای عمده ای انجام داده ایم که می توان به تاسیس بزرگترین کلین روم یا اتاق تمیز در دانشگاه های علوم پزشکی سراسر کشور اشاره کرد که ۴۵۰ متر بوده و می تواند برای تولید محصول استفاده شود.

پیوندی تاکید کرد: در بخش پژوهش باید به سمت تولید محصول و رفع نیاز مردم حرکت کنیم که ما در دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی سعی می کنیم از بودجه و تلاش خودمان در این راستا استفاده کنیم تا این مساله اجرایی شود.



روزنامه : اطلاعات

حوزه:حوزه و دانشگاه

تاریخ:۱۳۹۴/۱۰/۷

## دکتر ملک‌زاده برترین محقق ایران در تولید مدارک علمی

اطلاعات پایگاه اسکوپوس که دربردارنده داده‌های استنادی بیش از ۲۲ هزار نشریه علمی از سراسر دنیاست، نشان می‌دهد کل مدارک علمی منتشر شده محققان ایرانی که آذرماه سال جاری در مجلات نمایه شده اسکوپوس منتشر شده است، یک هزار و ۸۵۵ عنوان بوده که این مدارک ۱۸۲ استناد دریافت کرده‌اند.

در مقایسه با آبان ماه امسال، تعداد مدارک علمی ایران در آذر ماه، ۴۰۰ مدرک و تعداد استنادها نیز ۵ واحد افزایش داشته است. حوزه‌های مهندسی با ۴۴۷ مدرک، علوم پزشکی با ۴۰۹ مدرک، علوم مواد با ۳۱۳ مدرک، شیمی با ۲۸۸ مدرک و فیزیک و نجوم با ۲۸۰ مدرک بیشترین مدارک علمی را منتشر کرده‌اند.

بر همین اساس در میان مدارک علمی که بیش از ۴ استناد به خود اختصاص داده‌اند مقاله **The applications of cone-beam computed tomography in endodontics: A review of literature** با ۷ استناد، بیشترین تعداد استناد را در میان مدارک علمی کشور به خود اختصاص داده است.

همچنین در این گزارش نویسندگانی که بیشترین مدرک علمی منتشر شده را داشته‌اند، دکتر رضا ملک‌زاده، معاون تحقیقات و فناوری وزیر بهداشت و رییس پژوهشکده گوارش بیمارستان شریعتی و استاد دانشگاه علوم پزشکی تهران با ۸ مقاله علمی و نیز دکتر شادپور ملک پور از گروه شیمی دانشگاه اصفهان با ۷ مقاله علمی، دکتر مسعود صلواتی نیاسری از موسسه نانو تکنولوژی دانشگاه کاشان با ۶ مقاله علمی، دکتر محمد محسن مومنی از گروه شیمی دانشگاه اصفهان هرکدام با ۵ مقاله، بوده‌اند.

همچنین مقاله‌های منتشر شده مهتا فضل‌یاب از دانشگاه شهید بهشتی تهران با دریافت ۹ استناد، محمد جعفر اقبال با دریافت ۸ استناد، امیرحسین کیارودی، یاسر صافی و محمد مهدی اقدسی هرکدام با دریافت ۷ استناد نویسندگان برتری هستند که مقالاتشان هفت یا بیش از هفت استناد دریافت کرده است.



براساس گزارش دفتر علم سنجی مرکز اطلاعات علمی جهاد دانشگاهی، در آذر ماه سال جاری، دانشگاه های علوم پزشکی تهران با انتشار ۱۷۵ عنوان مقاله، دانشگاه تهران با ۱۶۱ عنوان مقاله و علوم پزشکی شهید بهشتی تهران با ۸۷ عنوان مقاله به ترتیب بیشترین تعداد مدارک علمی کشور را در آذرماه بر اساس داده های پایگاه اسکوپوس منتشر کرده اند.



روزنامه : آفرینش

حوزه: پزشکی

تاریخ: ۱۳۹۴/۱۰/۷

## افراد چاق هم سوءتغذیه دارند !

### 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.

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 جام‌جم 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 سوءتغذیه 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 تامین 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» الزاما 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 می کند: 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.