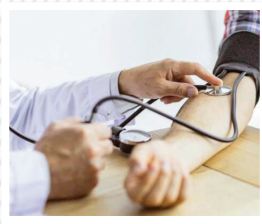


آغاز غربالگری فشارخون بالا و دیابت

محسن بارونی، رئیس مرکز مدیریت شبکه وزارت بهداشت، با بیان اینکه فشارخون بالا عامل مرگ و میر حدود ۸۵ هزار نفر و دیابت نیز مستقیماً عامل مرگ و میر حدود ۱۳۰ هزار نفر در کشور است، گفت: وزارت بهداشت با توجه به اهمیت بالای پیشگیری از فشارخون بالا و دیابت، غربالگری این دو بیماری را آغاز کرده است.



عوارض مصرف خودسرانه آنتی بیوتیک ها

آزیتامینول، سرپرست گروه ارزیابی فناوری سلامت و مطالعات مدیریتی و اقتصادی سازمان غذا و دارو، مهم ترین عوارض جانبی مصرف خودسرانه آنتی بیوتیک ها را از بین رفتن میکروبیوم های مفید و نرمال دانست و گفت: از بین رفتن میکروبیوم های مفید موجب می شود بدن نتواند برخی ویتامین ها را جذب کند و کمبود آنها ایجاد می شود و از سوی دیگر بدن را مستعد عفونت های قارچی می کند.



هلمشهری تندرستی

ویژه نامه تندرستی + ۱۱ آذر ۱۴۰۲ + شماره ۹ + دوره جدید

بُکش و خوش هیکلیم کن!

حوادث مرگبار برای ایرانی ها زیر تیغ جراحی لاغری

روایت +

خانمی که ۳ ماه با شکم باز زندگی کرد

فاطمه، بانوی ۵۵ ساله ای از غرب کشور است که چندی پیش با مراجعه به یکی از کلینیک های شهر خود اقدام به برداشتن چربی های شکم با استفاده از لیزر کرده اما برای او جراحی زیبایی مساوی بوده با سوختگی و عفونت داخل شکم. او تجربه خود را این چنین با فارس در میان گذاشته است: بعد از عمل و درحالی که انتظار داشتیم، دردهایم تسکین پیدا کند، اما روزبه روز حالم بدتر می شد و بسا عفونت بخیه ها متوجه شدم که داخل شکم دچار سوختگی و عفونت شدید شده است. بعد از اطلاع از این موضوع، دیگر به پزشک خود اطمینان نداشتیم، اما پزشک دیگری هم با آن وضعیت مرا قبول نمی کرد، زیرا احتمال انتقال عفونت به کل بدن وجود داشت، تا اینکه نهایتاً یک پزشک آشنا کار درمان را شروع کرد.

فاطمه که هیچ گاه خاطره آن روزها از ذهنش پاک نمی شود، ادامه می دهد: شاید باورتان نشود اما عرض شکم من به مدت ۳ ماه کاملاً باز بود تا هر روز شست و شو و عفونت ها از آن خارج شود. هیچ وقت فراموش نمی کنم زمانی که پرستار مجبور بود همه مشت خود را در شکم من بچرخاند تا کار شست و شو به درستی انجام شود، چقدر فریاد می زدم و خانواده ام چقدر عذاب می کشیدند. واقعا تجربه تلخ و دردناکی بود که امیدوارم برای هیچ کس پیش نیاید.

این روایت فقط بخش بسیار کوچکی از آن چیزی است که بر اثر جراحی های زیبایی ممکن است بر سر افراد بیاید، اما متأسفانه کمتر از این عوارض صحبت می شود، چون نه قربانیان دل شان می خواهد کسی از ناکامی شان خبردار شود و نه علاقه مندان به جراحی، تمایلی به شنیدن این عوارض و تردید در تصمیم شان دارند که خروجی اش می شود ناآگاهی، افزایش روزبه روز آمار جراحی های زیبایی و عوارضی که به قیمت مختل شدن زندگی افراد و خانواده های شان تمام می شود.



بهترین روش برای لاغر شدن

دکتر مریم مظاهر یون، دکتراي تغذیه و رژیم درمانی، عضو انجمن علمی تغذیه ایران و عضو انجمن بین المللی چاقی به هم شهری می گوید: بهترین متد برای لاغر شدن، اصلاح رژیم غذایی روزانه، داشتن فعالیت بدنی رو تین، خواب کافی و مناسب و مدیریت استرس است. اگر این ۴ اصل اولیه و الفبای تناسب اندام را رعایت کنیم، قطعاً به وزن ایده آل و تناسب اندام می رسیم اما اگر آن را رعایت نکنیم از هیچ راهی نمی توانیم به تناسب اندام برسیم. حتی با جراحی های لاغری. چون افراد بعد از جراحی اسلیو و بای پس معده هم دوباره چاق می شوند. دکتر مظاهر یون می گوید: در کنار تغذیه، رژیم درمانی و ورزش اگر شخصی فکر می کند دچار پر خوری عصبی یا مشکلاتی است که از نظر روانی او را به سمت بیشتر خوردن یا کمتر خوردن سوق می دهد، بهتر است با یک روان پزشک که تخصصش در زمینه اختلالات خوردن است، مشورت کند. چون چاقی، یک بیماری مولتی فاکتورال است؛ یعنی عوامل متعددی در آن دخیل هستند و اگر ما به صورت مولتی فاکتورال یا چند عاملی برای درمان آن اقدام کنیم، قطعاً نتایج خوبی به دست خواهیم آورد.

عوارضی که تا پایان عمر با شما می ماند

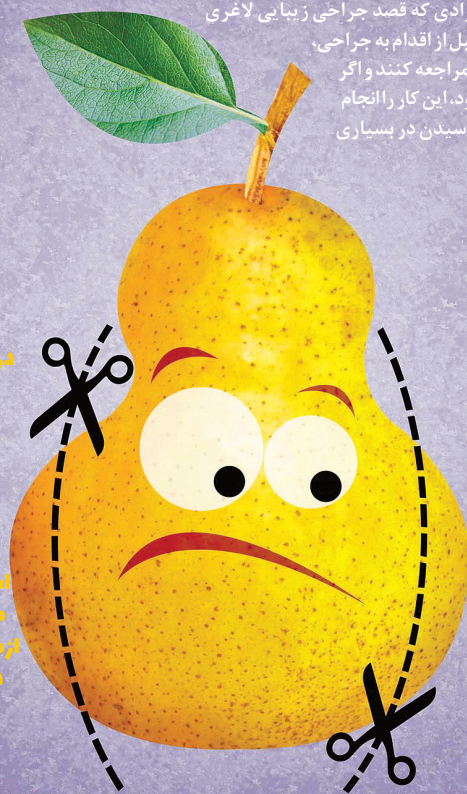
دکتر ایرج خسرو نیا، متخصص بیماری های گوارش و کبد و رئیس انجمن متخصصان داخلی ایران درباره عوارض جراحی زیبایی لاغری به هم شهری می گوید: اکثر افرادی که اقدام به جراحی های لاغری مثل بای پس و اسلیو معده می کنند، مدتی طعم لاغری و زیبایی را می چشند اما بعد دچار عوارض متعددی می شوند. عوارضی مثل اسهال، لاغری مفرط، بی اشتهايي و ناراحتی اعصاب که تا پایان عمر با فرد خواهد ماند. رئیس انجمن پزشکیان متخصص داخلی می گوید: در عمل بای پس، بخش زیادی از معده را برمی دارند که دیگر برگشت پذیر نیست. در جراحی اسلیو معده هم قسمتی از معده را برمی دارند که آن هم قابل برگشت نیست و عوارض زیادی هم دارد. این عوارض صد درصد دائمی است و تا آخر عمر با فرد می ماند. چون همانطور که گفتیم بخشی از معده که بریده شده، دیگر غیر قابل برگشت است.

دکتر خسرو نیا در پاسخ به این سؤال که آیا هرگز نباید به سمت جراحی زیبایی لاغری رفت، می گوید: فقط کسانی باید این جراحی ها را انجام بدهند که واقعا برای شان ضروری است. اما متأسفانه الان افراد زیادی به خصوص خانم ها را می بینیم که به خاطر وسواس زیبایی، اقدام به انجام این عمل جراحی می کنند که اصلاً برای شان ضرورتی ندارد. این متخصص بیماری های گوارش و کبد می گوید: متأسفانه خیلی از افراد بدون مشورت و تجویز پزشک برای عمل جراحی لاغری اقدام می کنند و اصلاً نمی دانند که این جراحی ها می تواند مرگ آفرین باشد. گاهی اوقات عوارض خود جراحی و عوارض بیهوشی باعث مرگ فرد حین عمل می شود. گاهی هم عفونت ها و عوارض پس از عمل باعث مرگ فرد می شود.

این استاد دانشگاه به افرادی که قصد جراحی زیبایی لاغری دارند، تأکید می کند که قبل از اقدام به جراحی، حتماً به یک روان پزشک مراجعه کنند و اگر مشکلی روانی در میان نبود، این کار را انجام دهند. چون چاقی به نظر رسیدن در بسیاری از موارد علت روانی دارد.



در عمل بای پس، بخشی زیادی از معده را برمی دارند که دیگر برگشت پذیر نیست. در جراحی اسلیو معده هم قسمتی از معده را برمی دارند که آن هم قابل برگشت نیست و عوارض زیادی هم دارد. این عوارض صد درصد دائمی است و تا آخر عمر با فرد می ماند. چون بخشی از معده که بریده شده، دیگر غیر قابل برگشت است.



تب جراحی لاغری در ایران طوری بالا گرفته که شبکه های اجتماعی پر از تبلیغات گسترده آن است. این تبلیغات تا حدی فریبنده و پر زرق و برق است که افراد دچار چاقی مفرط یا اضافه وزن یا کسانی که مشکل پر خوری دارند، خیلی راحت وسوسه و به انجام این کار ترغیب می شوند.

اگر عبارت «جراحی لاغری» را در گوگل سرچ کنید، با سایت هایی آشنا خواهید شد که تلاش دارند بای شما را به هر قیمتی به انجام انواع جراحی لاغری باز کنند. از جراحی اسلیو گرفته تا بای پس معده و لاغری با لیزر و... از تبلیغ متسد لاغری کلینیک به عنوان جدیدترین متدها گرفته تا معرفی و تبلیغ پزشک لاغری کلینیک در ردیف ۱۰ پزشک برتر! تبلیغاتی که این توانایی را دارند که خیلی از افراد را دچار وسواس زیبایی کند و آنها را به فکر یاربی شدن بیندازد.

خیلی از سایت ها، پیج ها و کانال ها نوید قسط بندی این جراحی ها را هم می دهد و همین، خیلی ها را دچار وسوسه می کند. غافل از اینکه جراحی های لاغری، عوارض بسیار زیادی دارند و حتی در مواردی مرگبار هستند؛ او آخر ماه گذشته بود که خبر مرگ ۳ زن جوان در تهران که برای عمل زیبایی و لاغری اقدام کرده بودند، رسانه ای شد. این ۳ زن در یک روز و در ۳ کلینیک جداگانه و زیر عمل لاغری و زیبایی جان باختند.