

وزیر بهداشت همزمان با اولین روز هفته سلامت و در حاشیه مراسم پیاده روی خانوادگی:

۵۰ درصد مردم اضافه وزن و بیماریهایی مانند کبد چرب، دیابت و فشار خون دارند

دکتر هاشمی در حاشیه مراسم پیاده روی خانوادگی گفت: ورزش باید از سوی والدین دانش آموزان بعنوان یک فرهنگ، نهادینه شود و کودکان باید ورزش را به عنوان بخشی از سبک زندگی خود بیاموزند.

به گزارش ایسکانیوز، دکتر سید حسن هاشمی همزمان با اولین روز از هفته سلامت و در حاشیه مراسم پیاده روی خانوادگی با اشاره به اهمیت سلامت روان، افزود: سازمان جهانی بهداشت موضوع شعار امسال روز جهانی بهداشت را سلامت روان اعلام کرده است. دکتر هاشمی گفت: با ورزش و فعالیت فیزیکی میتوان علاوه بر تامین سلامت جسم به سلامت روح و روان نیز کمک کرد.

وزیر بهداشت با اشاره به اهمیت توجه مردم به سلامت خود افزود: باید به پیشگیری اهمیت زیادی داد و مردم نباید اینگونه فکر کنند که ابتلا به بیماری فقط برای دیگران اتفاق می افتد و باید توجه داشت افرادی که به پیشگیری اهمیت می دهند کمتر و دیرتر به بیماری مبتلا می شوند.

دکتر هاشمی با بیان اینکه طول عمر ایرانیان به طور میانگین ۷۶-۷۷ سال است، گفت: متأسفانه ایرانیان ۱۰ تا ۱۲ سال پایانی عمر خود را همراه با دردهای استخوانی، کمر درد، زانو درد و به نوعی با معلولیت سپری می کنند. وزیر بهداشت با تأکید بر اینکه برای داشتن طول عمر بیشتر و زندگی سالم تر نیاز به تحرک فیزیکی و ورزش است، افزود: نزدیک به ۵۰ درصد مردم اضافه وزن، کبد چرب، دیابت و فشار خون دارند که درمان اصلی همه این ها پیاده روی و ورزش است.

وی در ادامه در پاسخ به سوالی مبنی بر اندازه گیری قند خون و فشار خون خود گفت: معمولاً سالی یکبار قند خون خود را اندازه گیری می کنم.

دکتر هاشمی با تأکید بر اینکه دانش آموزان باید روزانه ۲۰ دقیقه ورزش کنند افزود: البته کودکان در این سنین جنب و جوش خوبی دارند که این به سلامت آنها نیز کمک می کند.

وزیر بهداشت تأکید کرد: ورزش باید از سوی والدین دانش آموزان بعنوان یک فرهنگ، نهادینه شود و کودکان باید ورزش را به عنوان بخشی از سبک زندگی خود بیاموزند.

دریافت کننده و انتشار: نیوشا یعقوبی