چشم‌انداز

ابعاد زیستی، اجتماعی و فرهنگی تندرستی
چتر گسترده سلامت

حمیدرضا نمازی*

سلامت در جهان جدید از چارچوب تن آدمی فراتر رفته و ابعادی اجتماعی، فرهنگی و حتی سیاسی پیدا کرده است. مفهوم سلامت، در فلسفه پزشکی از مناظر مختلف بررسی شده است. از این میان سه منظر که ابعاد ملموس‌تری از زندگی مردمان را دربر می‌گیرد، در ادامه می‌آید.

یکم- تعریف بیماری

دو نگاه به سلامت و به تبع آن، بیماری وجود دارد. نگاه اول سلامت و بیماری را واقعی و به تمامی عینی می‌داند و بر این باور است که بیماری فاصله‌گرفتن از معیاری است که در عالم خارج (تجربه) برای سلامت لحاظ شده است. تکامل‌گرایان در طب و همچنین کسانی که سلامت را فقط در آینه آمار می‌بینند، از این دسته‌اند. نگاه دوم، سلامت را مسبوق به ارزش‌ها و پیش‌فرض‌های اجتماعی و فرهنگی می‌داند. به تعبیری هم به تفسیر افراد از بیماری و هم به تأثیر آن در تعیین محدوده بیماری توجه می‌کند. فرق است میان دردکشیدن کسی که بر مزار عزیز درگذشته‌اش چهره می‌خراشد، با کسی که دندان‌درد در محیط کار، امانش را بریده است. همچنین فرق است میان آنکه سکته قلبی، عملکرد اجتماعی او را کاهش داده است، با پدربزرگی که بستگان و خانواده، پس از سکته، توجه بیشتری به او می‌کنند. به دیگر سخن، بیماری از این منظر فقط اختلال در مکانیسم بدن انسان نیست بلکه درنهایت بسته به عوامل ارزشی و فرهنگی تعریف می‌شود.

دوم- طبی‌سازی

توسعه سلامت در جهان جدید شاید جدی‌ترین و ملموس‌ترین موهبت رشد علم و فناوری باشد. افزایش طول عمر و کیفیت ...

سوم- اقسام سلامت

* عضو گروه اخلاق پزشکی دانشکده پزشکی علوم پزشکی تهران

رئیس انستیتو تحقیقات تغذیه‌ای و صنایع غذایی کشور در گفت‌وگو با «شرق» تاکید کرد
«از مزرعه تا سفره» نیازمند نظارت هستیم

با توجه به گسترش زندگی شهرنشینی، امروزه بسیاری از مردم غذاهایی را می‌خورند که خودشان یا خانواده‌شان هیچ نقشی در تهیه و تولیدشان نداشته و درنتیجه، هیچ اطلاعاتی هم از کیفیت غذا ندارند. در چنین وضعیتی، نقش سازمان‌های نظارتی بسیار پررنگ‌تر می‌شود، به‌ویژه آنکه بسیاری از محصولاتی را که صنایع بزرگ عرضه می‌کنند، با وجود نداشتن ارزش تغذیه‌ای، به‌دلیل جذابیت‌های بصری، مشتریان فراوانی را به گرد خود جمع کرده‌اند. به گمان برخی از مردم تهیه استانداردهای سخت‌گیرانه برای تولید و توزیع مواد غذایی و همچنین نظارت مستمر بر رعایت این قوانین، تنها چاره کار است. هرچند این موارد بسیار ضروری است، اما آیا باید از نقش خود شهروندان که مصرف‌کننده‌نهایی هستند، غافل شد؟ با توجه به فرارسیدن هفته سلامت (اول تا هفتم اردیبهشت) و همچنین شعار جهانی هفته سلامت امسال (ایمنی مواد غذایی، از مزرعه تا سفره) و آشناشدن با ابعاد مختلف این موضوع، با دکتر «مجید حاجی‌فرجی»، رئیس انستیتو تحقیقات تغذیه‌ای و صنایع غذایی کشور گفت‌وگو کرده‌ایم که خلاصه‌ای از آن پیش‌روی شماست.

شعار امسال هفته جهانی سلامت «ایمنی مواد غذایی، از مزرعه تا سفره» انتخاب شده است. اهمیت این شعار در چیست؟

شعار جهانی هفته سلامت امسال، «ایمنی مواد غذایی، از مزرعه تا سفره» انتخاب شده است. وجود عبارت ایمنی غذا در این شعار بیانگر اهمیت آن است. ایمنی غذا به‌عنوان یک رکن از ارکان غذا و تغذیه محسوب می‌شود. وقتی از امنیت غذا و تغذیه بحث می‌کنیم، یعنی باید دسترسی همه افراد را در همه شرایط و در همه حال، به یک غذای ایمن و سالم به صورت پایدار و با کفایت تغذیه‌ای برای داشتن یک زندگی فعال و سالم فراهم کنیم. این گفته به معنای آن است که هم غذای ایمن و سالم وجود داشته باشد و هم دسترسی اقتصادی در همه شرایط و به وضعیت پایدار، ممکن باشد و درعین‌حال کفایت تغذیه‌ای هم داشته باشد. این موضوع به امنیت تغذیه‌ای معروف ...

> وقتی از امنیت غذا و تغذیه بحث می‌کنیم، یعنی باید دسترسی همه افراد را در همه شرایط و در همه حال، به یک غذای ایمن و سالم به صورت پایدار و با کفایت تغذیه‌ای برای داشتن یک زندگی فعال و سالم فراهم کنیم ...

در برچسب مواد غذایی چه مواردی ذکر می‌شود و چه اهمیتی دارد؟

برای بهینه‌سازی چرخه تولید مواد غذایی سالم چه می‌توان کرد؟

اصلا چرا این مواد غذایی آسیب‌رسان تولید می‌شود؟

موضوع چراغ راهنما که در این سال‌ها مطرح شده است، چیست و چه اهمیتی دارد؟

مسئولان برای آنکه این دغدغه‌ها را رفع کنند، چه چاره‌ای اندیشیدند؟

گذشته در جلسه‌های شورای سلامت و امنیت غذایی کشور، از جمله نکات بسیار برجسته بود که ساعت‌های متوالی در چندین جلسه و با حضور ذی‌نفعان (مانند وزارت جهاد کشاورزی، وزارت بازرگانی، سازمان ملی استاندارد، سازمان غذا ...

باید در نظر داشت در بسیاری از موارد کشاورز ناچار است از برخی انواع سموم و کودها استفاده کند اما تأکید می‌کنم همه این سموم باید استاندارد باشد. در بحث بررسی و ارزیابی کیفیت این مواد بر اساس سموم، باید به ...

چه تجهیزاتی، استفاده کنند. کشاورزان برای آنکه بتوانند به بهترین نحو از تکنولوژی و ابزارهای سمپاشی استفاده کنند، باید آموزش ببینند. در ضمن چنین مواد و ابزارهایی باید با قیمت مناسب و حمایتی در اختیار کشاورزان و باغداران ...

مدتی است بحث که رهگیری و شناسه‌دارکردن محصولات غذایی مطرح شده است. ویژگی‌های این طرح چیست و سرانجام به کجا رسید؟

کد رهگیری دقیقا به چه معناست و چگونه کار می‌کند؟

سازمان‌های نظارتی در این میان چه نقشی دارند؟

> ما در این سال‌ها تعامل بسیار خوبی با صنایع داشتیم. امروزه مشکل اصلی ما صنف‌ها هستند. با تغییر سبک زندگی مردم در سال‌های اخیر، بسیاری از اقشار جامعه از غذاهای بیرون برخی از اصناف یا رستوران‌هایی استفاده می‌کنند که سازمان غذا و دارو کنترل و نظارتی بر عملکرد این دسته از اصناف ندارد ...

امروزه مهم‌ترین مشکل در زمینه تولید محصولات غذایی صنعتی چیست؟

فراسودمندی دقیقا به چه معناست؟

مهم‌ترین مشکل در زمینه کیفیت محصولات غذایی در چه بخشی است؟

چندی پیش موضوعی ذهن مردم را به خود مشغول کرد: مثل موضوع وجود روغن پالم در لبنیات. این موارد چگونه پیگیری و بررسی می‌شود؟

زاویه دید

پیشنهاد راهکارهایی برای ارتقای سلامت جامعه
جادوی فراموش‌شده رسانه

حمید خواجه‌پور
کارشناس و تحلیلگر حوزه سلامت

همه ما کم‌وبیش در زندگی روزمره خود و در ارتباط با افراد گوناگون، گاه با موارد جالب‌توجه و غیرمنتظره‌ای برخورد می‌کنیم که باعث شگفتی و حیرتمان می‌شوند. از صحبت‌های پرمغز و حکیمانه یک کارگر ساده و شریف ساختمانی در مورد اهداف و سیاست‌های استراتژیک هسته‌ای کشور گرفته تا بی‌اطلاعی ناباورانه مدیری ...

زمین پاک

لزوم دستیابی به سلامت پایدار در عرصه تولیدات کشاورزی
از سنت تولید به مدرنیته مصرف

عبدالحسین طوطیایی
پژوهشگر حوزه کشاورزی

به موازات گذار از سنت به مدرنیته، مناسبات و شیوه‌های تولید کشاورزی، به‌عنوان اصلی‌ترین منبع تولید غذا، دستخوش دگرگونی‌های زیادی شد. فرایند توسعه صنعتی و به‌دنبال آن گسترش شهرها، به آن اندازه که از سطح و تعداد تولیدکنندگان کشاورزی کاسته و به منابع مصرف افزوده، اما همسان با ابزار علم و فناوری به افزایش بازده و ...

آژیر

مشارکت مردمی و خودمراقبتی
راهبردهای کلیدی آمادگی ایرانیان برای بلایا

علی اردلان*

همچنین کشور خودمان، از رویکردهای مؤثر در کاهش خطر بلایا، مدیریت مردم‌محور است. در این راستا اقدام‌های ارزشمندی در سطح کشور انجام شده است که سازمان‌های مختلف از جمله رسانه ملی، جمعیت هلال احمر، وزارت بهداشت و شهرداری‌ها در آن نقش بسزایی داشته‌اند اما تا دستیابی به آمادگی مطلوب، راهی ...

* رئیس آکادمی سلامت در حوادث و بلایا دانشگاه علوم پزشکی تهران

آینه‌های مات

امنیت غذایی از جنینی تا سالمندی
دغدغه والدین سلامتی فرزند باشد نه رنگ چشم

ناهید خداکرمی
رئیس انجمن علمی مامایی ایران

یکی از دغدغه‌های زوج‌های جوان، داشتن کودکانی با شکل و شمایل و جنسیتی به دلخواه خودشان است. زیاد می‌شنویم که زوجی ابراز می‌کنند دلمان یک دختر خوشگل می‌خواهد یا دیگری می‌گوید من دختر دارم دوست دارم یک پسر هم داشته باشم. برای اینکه متوجه شویم که چگونه جنینی پسر یا دختر می‌شود، به نسبت ...

از سلامت بهتری برخوردار خواهند بود زیرا به‌هرحال محروم‌کردن مادر از برخی مواد غذایی با هدف تعیین جنسیت جنین، ممکن است اثرات سوئی بر سلامت مادر و جنین داشته باشد که ما از آن بی‌خبریم.

رنگ چشم نوزاد

پوست و چشم از پدیده‌ای کاملا ژنتیک تبعیت می‌کنند. دلیل اصلی رنگی‌شدن عنبیه چشم، رنگدانه‌های کوچک ملانین است، اما رنگ چشم به دو عامل اصلی ژنتیک و میزان رنگدانه‌های موجود در عنبیه بازمی‌گردد. در تمامی چشم‌ها، رنگدانه‌های سیاهی به نام ملانین وجود دارد ...

ابتدایی‌ترین حقوق کودک است و کسی حق ندارد با تعیین روز تولد نوزاد، این حق را از وی بگیرد، حتی پدر و مادر.

۲- تولد به روش طبیعی و آنچنان که خداوند مقدر کرده است، اصلی‌ترین خواسته یک نوزاد است که همواره فریاد می‌زند پدر، مادر، خانم دکتر اجازه دهید تا خودم از کانال زایمان، عبور کنم، این حق را از من نگیرید ...

چرخه بهداشت

۱۵ رفتار کلیدی برای «ایمنی غذا؛ از مزرعه تا سفره»
افزایش دانش مردم برای خودمراقبتی

شهرام رفیعی‌فر*

- مواد غذایی خام و پخته را جدا نگهداری کنید.
- مواد غذایی را کاملا بپزید.
- مواد غذایی را در دمای مناسب نگه دارید.
- از آب و مواد اولیه سالم استفاده کنید.

۵ رفتار کلیدی برای یک رژیم غذایی سالم

۵ رفتار کلیدی برای فعالیت بدنی مناسب

خودمراقبتی برای بهبود ایمنی غذا

۵ رفتار کلیدی برای ایمنی مواد غذایی

* سرپرست دفتر آموزش و ارتقای سلامت وزارت بهداشت