



## برگزاری مراسم کوهپیمایی به مناسبت هفته سلامت در تبریز

برگزاری مراسم کوهپیمایی به مناسبت هفته سلامت در تبریز

مراسم کوهپیمایی به مناسبت هفته سلامت و همزمان با میلاد مولای متقیان حضرت علی (ع) در محل کوه عون بن علی و با همت معاونت بهداشت دانشگاه و مرکز بهداشت شهرستان تبریز و با همکاری سازمان توسعه و عمران عون ابن علی و همچنین اداره کل ورزش و جوانان استان برگزار شد. به گزارش روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی تبریز در این گردهمایی دکتر تبریزی معاون بهداشت دانشگاه علوم پزشکی تبریز ضمن تشکر از همکاری مجموعه دانشگاه و همچنین ادارات مرتبط با سلامت مردم و حضور آحاد مردم در این برنامه افزود: سازمان جهانی بهداشت هر سال با توجه به مسائل بوجود آمده مهمترین مسئله سلامت مردم را مورد توجه قرار داده و به عنوان شعار جهانی سال انتخاب می کند وی ادامه داد علت نامگذاری این سال با عنوان غلبه بر دیابت نیز نشانگر افزایش و شیوع این بیماری در سراسر جهان است. دکتر تبریزی افزود تقریباً 422 میلیون نفر در سراسر جهان 7 میلیون نفر در ایران و تقریباً 250 هزار نفر در استان آذربایجان شرقی به این بیماری مبتلا هستند که آمار بسیار بالایی است. معاون بهداشت دانشگاه افزود بیماریهای چشمی، کلیوی عارضه های عصبی، سکنه های قلبی و مغزی بیماریهایی است که متاثر از ابتلا به بیماری دیابت است. وی ادامه داد تمام اینها عواملی هستند که خود ما میتوانیم از آن پیشگیری و آن را کنترل نماییم. وی در ادامه سه مسئله مهم چاقی، اضافه وزن و تغذیه نادرست و همچنین کم تحرکی را از عوامل مهم ابتلا به این بیماری عنوان کرد و افزود که با مراعات این فاکتورها میتوانیم از ابتلا به این بیماری پیشگیری کرده و یا حداقل آن را کنترل نماییم. وی از آمار خطرناک 50 درصدی نوجوانان، 65 درصدی خانمها و 50 درصدی آقایان که دچار اضافه وزن هستند ابراز نگرانی کرده و آنان را مستعد ابتلا به این بیماری عنوان نمود. وی در پایان سخنان خود از والدین بچه ها خواست که فرزندان خود را از کودکی به غذاهای کم چرب، کم شیرین و کم نمک عادت بدهند. دکتر تبریزی همچنین از آحاد مردم خواست که با کم کردن حداقل 10 درصد وزن بدن و روزانه 30 دقیقه پیاده روی سریع در پیشگیری از این بیماری با هم همکاری کنیم.

قرعه کشی از نفرات شرکت کننده در این برنامه و اهدای 5 دستگاه دوچرخه، سه کمک هزینه سفر به عتبات عالیات و 10 عدد کارت هدیه 200 هزارتومانی پایان بخش این مراسم باشکوه بود.