



نقش مکمل یاری مکادوز ویتامین D

بر جنبه‌های مختلف سلامت جسمانی و روانی دختران دبیرستانی

(گزارش نتایج طرح مکمل‌یاری مکادوز ویتامین D در دختران دبیرستانی شهرستان‌های مشهد و سبزوار)

عنوان و نام پدیدآور: نقش مکمل یاری مگادوز ویتامین D بر جنبه‌های مختلف سلامتی جسمانی روانی دختران دبیرستانی: گزارش نتایج طرح مکمل یاری مگادوز ویتامین D در دختران دبیرستانی شهرستانهای مشهد و سبزوار / تألیف مجید غیور میرهن... [و دیگران]. مشخصات نشر: مشهد: دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی مشهد، ۱۳۹۵.
مشخصات ظاهری: ۱۲۴ ص.؛ تصویر، جدول نمودار (رنگی).
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۶۹-۰۸۷-۵

وضعیت فهرست نویسی: فیفا
یادداشت: مولفان: سید غیور میرهن، حمید رضا بهرامی طاقانکی، سید جمال میرموسوی، زهرا اباضلتی، کیهان گنودی، سید امیر طباطبائی زاده.
عناوین دیگر: گزارش نتایج طرح مکمل یاری مگادوز ویتامین D در دختران دبیرستانی شهرستانهای مشهد و سبزوار.

موضوع: ویتامین D — مصارف درمانی

موضوع: Vitamin D — Therapeutic use

موضوع: شاگردان — ایران — نمونه پژوهی

موضوع: Student — Iran — studies

موضوع: ویتامین D در تغذیه انسان

موضوع: Vitamin D : human nutrition

شناسه افزوده: غیور میرهن، مجید،

شناسه افزوده: دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی مشهد

رده بندی کنگره: ۷/۷۷۲QP ن ۱۳۹۵

رده بندی دیویی: ۶۱۳/۷۸۶

شماره کتابشناسی ملی: ۴۵۷۹۶۹۶

نقش مکمل یاری مگادوز ویتامین D

بر جنبه‌های مختلف سلامتی جسمانی روانی دختران دبیرستانی

(گزارش نتایج طرح مکمل یاری مگادوز ویتامین D در دختران دبیرستانی شهرستانهای مشهد و سبزوار)

تألیف:

دکتر مجید غیور میرهن، دکتر حمید رضا بهرامی طاقانکی، دکتر سید جمال میرموسوی
دکتر زهرا اباضلتی، دکتر کیهان گنودی، دکتر سید امیر طباطبائی زاده

۱۲۴ صفحه، ۱۰۰۰ نسخه، چاپ اول، زمستان ۹۵

امور فنی و چاپ: موسسه چاپ و انتشارات دانشگاه فردوسی مشهد

حق چاپ محفوظ است.

مقدمه معاون بهداشتی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

بنام خدا

در سال های اخیر بیماری های غیر واگیر یکی از چالش های عمده سلامت در جهان به شمار می روند. سالانه ۳۸ میلیون نفر مرگ زودرس مربوط به بیماری های غیر واگیر است. ۱۷/۵ میلیون نفر در اثر بیماری های قلبی عروقی ۸/۲ میلیون نفر در اثر سرطان ۴ میلیون نفر بیماری های مزمن تنی و ۱/۸ میلیون نفر در اثر دیابت فوت می کنند. در ایران نیز براساس شواهد موجود، ۷۶ درصد علل مرگ و میر را بیماری های قلبی عروقی، سرطان، دیابت و آسم و بیماری های مزمن تنفسی شامل می شود. تمام گروه های سنی در تمام کشورهای دنیا در معرض عوامل خطر بیماری های غیر واگیر هستند. صرف زیاده قند، نمک و چربی، مصرف کم سبزی و میوه بعنوان مهمترین عوامل خطر تغذیه ای در بروز این بیماری ها نقش دارند. مطالعات اخیر حاکی از آن است که کبود وی تا بین نزدیک عامل خطر مهم در افزایش بروز بیماری های غیر واگیر از جمله دیابت نوع ۲، بیماری های تنفسی مزمن از جمله "ام اس"، آسم و آلرژی در کودکان به شمار می رود. کبود وی تا بین از مشکلات تغذیه ای شایع است که در همه کشورهای جهان مشاهده و گزارش شده است.

در کشورمان نتایج دوا بین بررسی ملی تحت عنوان پژوهش ملی در وضعیت ریز مغزی مادر ایران "پورا-۲" که در سال ۱۳۹۱ توسط مرکز بهداشت تغذیه جامعه و با همکاری دانشکده علوم تغذیه و رژیم شناسی دانشگاه علوم پزشکی تهران و آژانسگاه ملی سلامت انجام شد نشان داد که ۷۶ درصد نوجوانان کشور دچار کبود وی تا بین هستند. همچنین کبود وی تا بین در ۶۱/۸ درصد کودکان ۶ ساله و ۸۵/۳ درصد زنان باردار ۱۵ ساله و بیشتر وجود دارد. یکی از مهمترین راهکار های پیشگیری و کنترل کبود وی تا بین طبق توصیه سازمان جهان بهداشت مکل یاری

گروه‌های در معرض خطر است. در این راستا، براساس سیاست‌های پیشنهادی و تشریح و تقوید جامعه‌کلی یاری‌ماننده دانش‌آموزان دبیرستانی با کل ۵۰ هزار واحدی ویتامین D از سال ۱۳۹۳ در مناطق مشکل دار بصورت پیلوت و از سال ۹۵ به صورت بهمانی در کشور انجام شد. مطمئناً هر مدخله‌ای نیازمند بررسی و پایش می‌باشد، لذا بدنبال یکگیری‌های مجدانه بهکاران دانشگاه علوم پزشکی مشهد پژوهش‌های بررسی تاثیر طرح کلی یاری‌ها و ویتامین D بر جنبه‌های مختلف سلامت جسمانی و روانی دختران دبیرستان طراحی گردید که از کلیه بهکاران که این مطالعه را علیرغم مشکلات پیش‌رو در کوتاه‌ترین زمان ممکن به انجام رسانند تشکر و قدردانی می‌گردد. امید است تمامی واحد‌های نیابتی با تداوم از نتایج این بررسی و تاثیر به‌سزای آن بر جنبه‌های مختلف سلامت پیش‌از گذشته به اهمیت تاکید به دریافت کلی بهخصوصاً ویتامین D از طریق منابع مناسب و کلی یاری و غنی‌سازی مواد غذایی اہتمام و رزیده تا شاید به شرف‌ت چشگیری در بهبود وضعیت جاری و ارتقاء سلامت مردم ایران بایم.

دکتر علی اکبر سیار

بهمن ماه ۱۳۹۵

پیام روسای دانشگاه های علوم پزشکی مشهد و سبزوار

یکی از اهداف اصلی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی و به تبع از دانشگاه های علوم پزشکی کشور حفظ ارتقا سلامت آحاد جامعه می باشد. این امر مخصوص بهنجاری پر رنگ ترمی گردید که حفظ سلامت مربوط به جامعه کاری کشور و مادران آینده باشد. مادرانی که می بایست فرزندان سالمی را تحویل جامعه دهند که این فرزندان بتوانند گروه های مختلفی را در کشور باز کرده و با سلامتی خود ضمن کاهش بار بیماری با کاهش هزینه های درمان نیز کمک شایانی نمایند. متأسفانه آمارهای میزان کمبود ویتامین دی در کشور آن هم ویتامینی که نه بعنوان یک ویتامین بلکه بعنوان یک عنصر ضروری در سلامت بدن انسان دارد بسیار نگران کننده می باشد. از طرفی مشکل دیگر هزینه بسیار بالای مکمل های ویتامین دی که به زنان به طرح زیربنایی در دستور کار وزارت متبوع قرار گرفته است می باشد و اینکه آیا این طرح کارایی و بهره لازم را دارد یا خیر؟

بسیار خرسندیم که کارخان ماد معاونت های پژوهشی و بهداشتی دانشگاه این موارد را در این پروژه پژوهشی بررسی نموده و با همکاری همه جانبه می مرکز بهداشتی و مدارس و بامیدریست خوب جریان طرح، انشاء الله با تهیه راهنمای کارشناسان در ارتقاء سلامت مردم و بیند سازی سیاست های وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی نیز کمک نمایند.

دکتر علیرضا مسلم
رئیس دانشگاه علوم پزشکی سبزوار

دکتر مصطفی مهربانی بهار
رئیس دانشگاه علوم پزشکی مشهد

پیام مجری طرح

ویتاین دی بسون یکی از ویتهای بنی ضروری بدن که لحاظ اهمیت آن نام بورمون نهاده اند در اکثر ارگان های بدن نقش بسیار محوری در عملکرد مینوده میکیری از بسیاری از بیماری ها دارد. بخصوص نقش آن در سیستم اعصاب، اسکلتی، مایچه ای، کبوی و قلب و عروق بسیار مشخص بوده بگونه ای که کبود آن می تواند بیماری های متعددی را باعث شود که این امر خود بیماری ها را افزایش داده و هزینه های زیادی را به سیستم سلامت کشور تحمیل می نماید.

مطالعات قبلی انجام شده در این زمینه نشان از افزایش مستمر میزان این کبود در سطح جامعه دارد. این طرح که با مشارکت معاونت های پژوهشی و فناوری و معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی و دو شهر مشهد و سبزوار در بین دختران دبیرستانی انجام شد دنبال پاسخ به این سوالات اصلی بود که اولاً میزان کبود را مشخص کند و ثانیاً تاثیر آن را بر دانش و اشتیاق فرازش احتمالی سطح ویتاین دی در خون را کاهش یابد یا مشخص کند که چه در زمینه اجرا در سطح دبیرستان ها مشکلات بسیاری که با نگرینا شد و که چه بر می ریزد علاوه بر این است می رسیدیم ولی مساعدت بسیار نزدیک اداره کل آموزش و پرورش خراسان رضوی، به خصوص معاونت تربیت بدنی و سلامت اداره سلامت و بهداشتی آن استان و همچنین محترم دانشگاه میکیری و تلاش عوامل اجرایی، مشکلات را یکی پس از دیگری از سر راه حذف نموده و با لطافت خنده ای این طرح به اتمام رسانید.

در این طرح بکاران از تخصص های مختلف مشارکت داشته اند که به نوبدی خود بسیار ارزشمند می باشد. نتایج اولیه طرح در این کتابچه تقدیم حضور می گردد و نتایج تکمیلی انشاء الله در مطالعات بعدی ارائه خواهد شد. امید است با همکاری این نهادها بتوانیم طرح توانمند باقیم کلامی کوچک در مسیر ارتقاء سلامت مردم برداشته و چراغ راه یا سکه داران بهداشتی کشور باشیم.

در پایان مجدد از مسئولین محترم دانشگاه های علوم پزشکی مشهد و سبزوار و بکاران اجرایی طرح کمال تشکر را دارم چرا که اجرای این طرح بدون بکاران ایشان و کادری که مسترده قابل اجرا نبود. در ادامه می این طرح امید داریم، بتوان با انجام اقداماتی همچون غنی سازی مواد غذایی با ویتاین دی کلام بلندتری برداریم.

دکتر حمید غفور مبرهن

مجری طرح

تاریخچه دانشگاه علوم پزشکی مشهد:

شهر مقدس مشهد که به دلیل وجود بارگاه ملکوتی هشتمین امام شیعیان از دیرباز مورد عنایت مسلمانان بوده است، از نظر علمی و فرهنگی نیز از اهمیت خاصی برخوردار می‌باشد. اولین پیشنهاد برای راه اندازی دانشگاه در مشهد، در سال ۱۳۱۳ همزمان با تأسیس دانشگاه تهران ثبت گردید.

مدتها برای نیل به این مقصد تلاش شد تا اینکه به دلیل نیاز فراوان استان خراسان به وجود پزشک و با پیگیری و حمایت مسوولین وقت و مردم دانش پرور این سرزمین در سال ۱۳۱۸ از سوی دفتر نخست‌رئیس وقت این امر طی نامه‌ای به شماره ۱۷۴۵۰ به وزارت معارف اعلام شد. در ابتدا، بنا به عللی به جای دانشکده پزشکی، آموزشگاه عالی بهداری در مشهد افتتاح گردید و ساختمان فعلی آن سکنه بهداشت که در آن زمان دبستان ۶ کلاسه دولتی "همت" نام داشت، به این کار اختصاص یافت. سرانجام در بهمن‌ماه ۱۳۱۸، در وقت دانشکده پزشکی تهران به این مأموریت برگزیده شد. این امر ناشی از کوشش کارمندان آموزشی و اداری خود و پشتیبانی موثر شادروان دکتر مصطفی حبیبی استاد دانشگاه تهران به تدریج پا گرفت و چهار سال بعد وزارت فرهنگ به تأسیس نظایر آن در شیراز و صفای پرداخت.

از سال ۱۳۲۶ بار دیگر برای تکمیل آموزشگاه عالی بهداری، تبدیل آن به دانشکده پزشکی، مکاتبات و اقداماتی آغاز شد و سرانجام در همان سال موافقت نهایی با تأسیس دانشگاه در مشهد جلب گردید و اساسنامه این دانشگاه مشتمل بر دانشکده‌های پزشکی، ادبیات و علوم معقول و منقول (الهیات و معارف اسلامی) تصویب گردید نخستین آگهی قبولی برای سال اول دانشکده پزشکی در شهریورماه ۱۳۲۸ انتشار یافت و این دانشکده سرانجام در دوم آذرماه ۱۳۲۸ به عنوان اولین مرکز علمی پزشکی توسط مرحوم دکتر زنگنه، وزیر فرهنگ آن زمان، رسماً افتتاح شد و آموزشگاه عالی بهداری نیز با فارغ التحصیل شدن دانشجویان سال آخر منحل گردید.