

برگزاری اندیشگاه سلامت با تاکید بر تحرک فیزیکی بانوان - استان ایلام

همزمان با هفته سلامت بانوان، دومین نشست اندیشگاه سلامت با عنوان سلامت بانوان با تاکید بر تحرک فیزیکی به همت معاونت اجتماعی و با حضور مدیر کل امور بانوان استانداری ایلام، مدیران گروه های آموزش بهداشت و تربیت بدنی دانشگاه، دکتر بازگیر فوق تخصص روماتولوژی، خانم دکتر جانبخشی عضو محترم شورای شهر ایلام، مدیر گروه جمعیت و خانواده مرکز بهداشت استان و نماینده امور بانوان ادارات مرتبط با سلامت و سازمان های مردم نهاد و کارشناسان معاونت اجتماعی و رییس خانه مشارکت مردمی دانشگاه علوم پزشکی ایلام، در محل سالن مرکز توسعه معاونت آموزشی دانشگاه علوم پزشکی ایلام برگزار گردید.

دکتر جمیل صادقی فر، معاون اجتماعی دانشگاه علوم پزشکی ایلام، از حضور فعال بانوان در جلسه اندیشگاه سلامت تقدیر کرد و گفت: یکی از مشکل سازترین موضوعاتی که در این سال ها در حوزه سلامت زنان وجود دارد، بحث کم تحرکی و کمبود فعالیت های ورزش همگانی در بانوان است. وی معتقد است که راه حل رفع مشکل کم تحرکی در زنان نیازمند خردجمعی و تمرکز بر اجرای راه حل های عملی در سطح کوتاه مدت، میان مدت و بلند مدت می باشد و ترویج فرهنگ ورزش و فعالیت بدنی به عنوان یکی از موضوعات کلیدی فرهنگ سلامت می تواند از بسیاری از مشکلات مزمن ناشی از بی تحرکی جلوگیری کند.

معاون اجتماعی دانشگاه تاکید کرد که برگزاری جلسات اندیشگاه سلامت به دنبال ایجاد مجموعه ای از راهکارهای مناسب در حوزه های مختلف است که این راهکارها ناشی از تجارب موثر ذینفعان مختلف و الگوگیری از تجارب ارزنده ملی و بین المللی در عرصه های مختلف است. دکتر صادقی فر ابراز امیدواری کرد که با قرار دادن خروجی های این اندیشگاه به شکل مستند و قابل استفاده در اختیار حوزه های مختلف تصمیم گیری استان، شاهد اجرای برنامه های خوبی برای افزایش تحرک فیزیکی بانوان استان باشیم.

شادیوند، مدیر کل امور بانوان استانداری، ضمن ارائه آماری از تعداد بانوان شاغل و خانه دار در استان و همچنین مقایسه وضعیت نرخ سواد و تحرک فیزیکی بین زنان شاغل و خانه دار، گفت: شیوه زندگی مدرن، سبب کم تحرکی زنان شده است که این موضوع موجب به خطر افتادن وضعیت سلامتی آنان گردیده است. وی گفت: زنان رکن اصلی خانواده هستند و بی تحرکی، آنها را در معرض بیماری ها و ناتوانی های جسمی و روحی فراوان قرار می دهد، و به تبع آن خانواده و در نتیجه جامعه، متحمل آسیب های مختلف می شود. شادیوند افزود: ورزش زنان از دو بعد حائز

اهمیت است: ورزش و فعالیت فیزیکی مناسب، بر سلامت زنان و در نتیجه سلامت جامعه تاثیر بسزائی دارد، از سوی دیگر، زنان به دلیل نقش مادر و همسری، باعث نهادینه شدن فرهنگ زندگی سالم خواهند شد.

خانم دکتر جانبخشی عضو شورای شهر ایلام، در خصوص استفاده از ظرفیت شورای شهر، جهت افزایش تحرک فیزیکی بانوان و روند تاسیس پارک بانوان در استان گزارشی ارائه نمود.

خانم دکتر غضنفری، ظرفیت کانون های سلامت محله را در جهت کمک به بهبود تحرک فیزیکی در بانوان موثر دانسته و آن را گام موثری در زمینه سلامت خانواده عنوان کرد. ایشان، در ادامه سخنان خود، خاطر نشان کرد: زنان ما به دلایل مختلف با تحرک فیزیکی مناسب فاصله دارند که از جمله این دلایل می توان به سطح سواد سلامت زنان، وضعیت اقتصادی خانواده ها، وضعیت فرهنگی جامعه و... اشاره کرد. وی در ادامه، به اهمیت راه اندازی کانون سلامت محلات اشاره کرد و گفت، امیدواریم گردانندگان سرای محلات بیشتر از بین بانوان انتخاب شوند تا زمینه را برای فعالیت های اجتماعی مربوط به سلامت زنان، فراهم آید.

خانم دکتر بازگیر، فوق تخصص روماتولوژی، در ابتدای سخنان خود به بیماریهای مرتبط با کم تحرکی اشاره کرد و گفت: مهمترین خطراتی که زنان را تهدید می کند، افزایش وزن و چاقی است که به دلیل فقر حرکتی پیش می آید. وی بیماریهای قلبی - عروقی، سرطان، بیماری های ریوی، سکته های مغزی، آلزایمر و دیابت را شایعترین علل مرگ و میر در دنیا عنوان کرد و گفت: در تمام این بیماری ها "تحرک" نقش کلیدی دارد.

خانم ملکی، مدیر جمعیت و خانواده مرکز بهداشت استان، ضمن اینکه به تشریح کامل و آماری بیماریهای شایع در استان پرداخت، گفت: والدین بخصوص مادران محور سلامت خانواده هستند لذا سلامت آنها بر تمام ابعاد زندگی اعضاء خانواده و جامعه موثر است. ایشان یکی از مهمترین برنامه های وزارت بهداشت در راستای بهبود سلامت را " ارائه بسته خدمات ادغام یافته سلامت " عنوان کرد.

در پایان جلسه، با مدیریت خانم دکتر غضنفری، با توجه به حوزه فعالیت هر یک از حضار، حاضرین در جلسه به ۵ گروه: مدیران، کارشناسان دانشگاه علوم پزشکی، سازمان های مردم نهاد، امور بانوان دستگاه های مرتبط و دانشجویان آموزش بهداشت دانشگاه علوم پزشکی تقسیم شده تا موانع، علل و راهکارهای تحرک فیزیکی در بانوان را در هر گروه مورد بحث و بررسی قرار دهند. در خاتمه موانع و راهکارهای عنوان شده در هر گروه، توسط نماینده گروه ها ارائه گردید.