



شکایت از پزشکان رو به افزایش است  
**کار به بدرفتاری و بر خورد  
فیزیکی با کادر درمان کشیده؟**

صفحه ۴



سال ۱۱ شماره ۶۰۹ چهارشنبه ۳ تیر ۱۳۹۴ ۱۲ صفحه ۴ صفحه شنبه ۱۰۰۰ تومان



رئیس ادار بهیماری های مشترک انسان و دام وزارت بهداشت  
**۱۹ ابتلا و ۳ مرگ ناشی از  
تب کریمه کنگو**

صفحه ۳

رئیس سازمان انتقال خون هشدار داد

**روند کاهش اهدای خون  
کاهش ذخایر خونی کشور**

صفحه ۲

**امیدواری به رفع اختلافات قدیمی  
وزارت بهداشت و بیمه ها**

صفحه ۲

رئیس دانشگاه آزاد اسلامی

**تعرّفه بیمارستان های مارا  
غیر دولتی کنید**

صفحه ۳

معاون فرهنگی دانشجویی وزارت بهداشت  
**خلع عاطفی دانشجویان پزشکی  
آنهارا به بیراهه می کشاند**

صفحه ۴

کارگروه خدمات پیشگیرانه ایالات متحده منتشر کرد  
**راهنمای جدید برخورد با  
هپاتیت B**

صفحه ۸

واکسن هانتشی مهم تر از نجات جان انسان ها دارند  
**واکسیناسیون باعث ۷۳ میلیارد دلار  
صرفه جویی سالانه در دنیا می شود**

صفحه ۹

**در ستایش مقام و جایگاه استاد دکتر علیرضا پلدا**

**مردی از جنس بلور**

تجربه ۸۵ سال زندگی ام را در یک جمله خلاصه می کنم:  
باید شاد بود و لذت می بردن شاد بودن محبت کردن است.

چه اشکالی دارد یک دکتر به بیمارانش با یک لبخند و  
مهربانی، محبت کند. این ها هیچ هزینه ای ندارد، ولی  
تأثیری که در رابطه بیمار و دکتر دارد بی نظیر است.



صفحات ۷ و ۶

سازمان بهداشت جهانی

**گزارش**

سپید عرصه بی رویه مکمل ها را در گفتگو با کارشناسان بررسی می کند

**رسیدگی به امور مکمل ها متولی خاصی ندارد**

**پدیده مظفری**

زندگی ماشینی امروزی، غذاهای فست فودی و بسیاری دیگر از عواملی که تکنولوژی بر آن دامن زده است، جامعه کنونی را به سمت مصرف هر چه بیشتر مکمل های غذایی و دارویی سوق داده است. تا جایی که گاه دیده می شود مصرف بی رویه و توقعات نابجایی که از مکمل ها انتظار می رود، در سراسر کشور و نه تنها سوئد رسیده بلکه شاید آسیب رسان نیز باشد.

مصرف بدون تجویز مکمل ها از یک طرف، بازار داغ قاچاق مکمل ها از طرفی دیگر، موضوعی است که نیاز به توجه ویژه دارد. بازار قاچاقی که اینک نه تنها در مراکز غیرقانونی همچون بازار ناصر خسرو که در مراکز قانونی حتی در باشگاه های بدنسازی نیز رسوخ کرده است. بازار داغ استفاده از پودرها و مکمل های تقویتی در باشگاه های بدنسازی مشکلات فراوانی را در جامعه به وجود آورده که بیشتر گریبانگیر قشر جوان جامعه شده است. خبری که به تازگی به گوش می رسد، وجود غیرقانونی پودر کراتین و مصرف بدون تجویز پزشک است که این روزها بسیار گسترش پیدا کرده است. کراتین عصاره پروتئین است و در رشته بدنسازی برای حجیم شدن عضلات بدن کاربرد دارد، اما متأسفانه عوارض بسیاری دارد. مصرف این پودر بدون تجویز پزشک باعث دیلیز در افراد می شود. مصرف بالای کراتین سبب نارسایی کلیه، مشکلات کبدی، تخریب سلول های کبدی، مشکلات گوارشی و بالا رفتن اوره خون می شود.

در یک سال گذشته علاوه بر اینکه دادستانی استان تهران صدها نوع باشگاه متخلفی را که به فروش این اقلام می پرداختند، پلمب کرده، از آنها جریمه گرفته و فدراسیون

پزشکی ورزشی و اداره کل بدنسازی استان ها نیز در حال مقابله با این پدیده هستند. مصرف بی رویه این پودر در باشگاه های بدنسازی نایب رئیس یونسکو در حوزه دوپینگ جهانی را بر آن داشت که نسبت به عرضه پودر کراتین در باشگاه های بدنسازی هشدار دهد. نایب رئیس یونسکو در حوزه دوپینگ جهانی ضمن هشدار در خصوص مصرف بدون تجویز پزشک گفت: «متأسفانه در باشگاه های بدنسازی کشور، پودر کراتین بدون تجویز پزشک مصرف می شود که باعث نارسایی کلیه، تخریب سلول های کبدی، بالا رفتن اوره خون و در نهایت مرگ تدریجی سلول ها می شود. لطفعلی پورکاظمی تاکید کرد: «مصرف بیش از حد هر نوع پروتئین موجب نارسایی حاد یا مزمن کلیه می شود. بنابراین اگر در باشگاه های ورزشی هر نوع مکمل پروتئین، نشاسته و ویتامین تجویز می شود، باید زیر نظر مثلث کارشناس تغذیه، مربی و پزشک با دوز مشخصی که بر روی هر بسته نوشته شده، انجام شود. وی ادامه داد: «بیماری های با عنوان هایپرپروتئینمی (از دیاد پروتئین) وجود دارد که باعث مرگ زودرس سلول های بدن می شود که فروش پودر کراتین به دلیل داشتن مقادیر پروتئین بالا به همین جهت خطرناک است.»

نایب رئیس یونسکو در حوزه دوپینگ جهانی گفت: «هیچ نوع مکملی توسط مربی و افراد در باشگاه ها نباید فروخته شود و باید حتماً در داروخانه ها و با نسخه پزشک تجویز شود.» رئیس انجمن مکمل ها نیز در این خصوص به خبرنگار ما گفت: «این موارد به کرات در باشگاه های ورزشی دیده می شود. گروه هایی هستند که اینگونه مواد را به صورت قاچاق در بازار توزیع کرده و در حال حاضر پای آنها به باشگاه های بدنسازی نیز باز شده است.» میرفخرایی ادامه داد: «جوانان ما نیز در این باشگاه ها که

در پی حجیم سازی هیکل خود و رسیدن هر چه زودتر به اندامی متناسب و دلخواه هستند، بدون فکر و اندیشه از این مواد استفاده می کنند و متأسفانه هیچ گونه نظارتی روی این مسائل وجود ندارد.» وی ضمن تاکید بر اینکه این موارد هیچ گونه متولی خاصی ندارد گفت: «بارها به سازمان غذا و دارو و به وزارت بهداشت اطلاع رسانی شده و خواستار پیگیری اینگونه مشکلات شده ایم که متأسفانه آنها نیز به دلیل داشتن مأموران بازرسی محدود و وجود باشگاه های متعدد در سطح شهر از نظارت درست روی این مکان ها عاجز هستند.» میرفخرایی یادآور شد: «در این راستا حتی با وزارت ورزش و جوانان نیز بارها مشورت و همفکری شده است، اما آنها نیز نتوانستند در این خصوص کاری کنند. تنها چیزی که می توان گفت، این است که فساد در مملکت زیاد شده است. همین فساد است که باعث می شود حتی مأموران نظارتی نیز در صورت رویت اینگونه مشکلات با دریافت مقداری پول از طرف باشگاه ها سکوت کرده و این موارد ناکفته و بدون پیگیری باقی بماند که این خود باعث تشدید اوضاع می شود.» رئیس انجمن مکمل ها در خصوص دیگر مکمل ها و دارو ها نیز گفت: «در مصرف سایر مکمل ها نیز وضع به همین منوال است. به طور مثال در خصوص فرماتون باید بگویم از آنجا که بنده خود به شخصه پیگیر آن بودم، چندین فروشگاه و مغازه را در بازار ناصر خسرو پیدا کردم که بعد از اطلاع رسانی، وزارت بهداشت و سازمان غذا و دارو گفتند که چنین امکانات و بازرسانی ندارند که بفرستند و این موارد را پیگیری کنند، در نتیجه از خود بنده خواستند که پیگیر این ماجرا باشم. بنده خود شخصاً با مأمور بدنبال آنها رفته و با همکاری نیروی انتظامی چند مورد را شناسایی و دستگیر کردم، اما پیگیری چند مورد تنها، نمی تواند این مسائل را در کشور ریشه کن کند.»

میرفخرایی همچنین گفت: «در همین راستا قرار است، کنگره ای در خصوص آشنایی بیشتر با مصرف صحیح مکمل ها در مرداد ماه سال جاری برگزار شود که در این کنگره مسئولان وزارت بهداشت، سازمان غذا و دارو و مسئولانی از وزارت ورزش و جوانان برای بررسی اوضاع مکمل های دارویی و پیگیری یک راهکار جامع حضور به هم می رسانند.» رئیس فدراسیون پزشکی ورزشی در خصوص برگزاری این کنگره گفت: «این سومین کنگره و همایش مکمل های غذایی و رژیمی است که امسال با نگاهی ویژه به مکمل های ورزشی برگزار می شود.» محمد تقی خانی افزود: «ویژگی این همایش تمرکز و توجه بیشتر به مباحث علمی مکمل های ورزشی است. تلاش ما این است که با برگزاری این همایش بتوانیم به طور کلی توجه مسئولان، ورزشکاران و متولیان امر را به مکمل های ورزشی بیشتر جلب کنیم. جنبه های علمی و سلامت استفاده از مکمل های ورزشی را مورد توجه قرار دهیم و در زمینه چگونگی مصرف صحیح مکمل های ورزشی و احتمال خطراتی که ممکن است در اثر ناهنگامی در مصرف این فرآورده ها به وجود بیاید آگاهی بخشی کنیم.» عضو شورای سیاست گذاری سومین همایش مکمل های غذایی و رژیمی در ارتباط با بهترین شیوه فرهنگ سازی و آگاهی بخشی به خانواده ها در زمینه مصرف مکمل ها، گفت: «هر اندازه فرهنگ مردم در این زمینه افزایش یابد و رسانه ها رسالت اصلی خود را که آگاهی دادن به مردم است بیشتر کنند، به طور قطع مشکلات مصرف مکمل کمتر خواهد شد. اگر مردم آگاهی داشته باشند که مکمل چیست و چگونه باید مصرف شود، قطعاً از مصرف بی رویه آن جلوگیری خواهد شد.» اکبر عبدالمطلبی اصل معاون نظارت و برنامه ریزی سازمان غذا و دارو نیز با ابراز تأسف از وقوع چنین مواردی در کشور در این خصوص اظهار داشت: «در سازمان غذا و

دارو مکمل ها در طبقه بندی خاصی قرار می گیرند که محل عرضه آنها فقط دارو خانه ها هستند و عرضه خارج از آن ممنوع است.» وی افزود: «بنا به تعاریف سازمان جهانی بهداشت اگر فرآورده دارویی و مکمل از زنجیره تأمین رسمی خارج شود به دلیل سرنوشت نامعلومی که در پروسه تولید، انبارداری، نقل و انتقال و ... به دست می آورد، هم تقلبی محسوب شده و هم قاچاق تلقی می گردد.» عبدالمطلبی اصل با بیان اینکه وضعیت در برخی باشگاه های بدنسازی و آرایشگاه های زنانه بسیار اسفناک است، تصریح کرد: «در چنین مراکزی عموماً دو گروه فرآورده مورد استفاده قرار می گیرد. گروه نخست شامل فرآورده های مکملی هستند که عوارض خاص خود، را دارند و گروه بعدی هورمون دارو هایی هستند که بعضاً به عنوان ماده دوپینگ هم شناخته می شوند، هورمون هایی از قبیل استروئیدی، جنسی و دارو های اشتها آور.» وی با اشاره به اینکه فرآورده های موجود در این مراکز عموماً فرآورده هایی هستند که نه از سازمان غذا و دارو و وزارت بهداشت و نه هیچ ارگان دیگری مجوز ندارند، اظهار داشت: «تجویز، مصرف و عرضه خارج از سیستم درمانی آنها بدون نظر پزشک ممنوع است.» معاون نظارت و برنامه ریزی سازمان غذا و دارو در ادامه سخنانش به عوارض ناشی از مصرف این مکمل ها و دارو ها بدون تجویز پزشک و متخصص نیز اشاره کرد و عقیم شدن و ابتلا به برخی سرطان ها را از خطرات محتمل در این سوء مصرف برشمرد. وی در خاتمه یادآور شد: «بعضی ناخالصی ها که به دلیل تقلبی بودن در مواد آرایشی و بهداشتی تقلبی از جمله رژ لب، ریمل انواع کرم و ژل ها وجود دارد، آسیب های جدی به بدن می رساند و عوارض جبران ناپذیری دارد.»

● هزینه اشتراک هفته نامه سلامت (۴۸ شماره در سال) ۸۰,۰۰۰ تومان است. برای دریافت هفتگی سلامت (بعد از کسر ۱۰ درصد تخفیف)، مبلغ ۷۲ هزار تومان در وجه نشریه سلامت به شماره کارت ۰۷۵۷۱۴۰۰۷۲۷۴۱۲۱۱۴۰ بانک اقتصاد نوین واریز نمایید.  
● شماره فیش بانکی یا کد پیگیری آن را به همراه نام و نشانی و کد پستی ده رقمی به تلفن ۲۲۸۸۷۳۵۷-۹ اعلام نمایید. اصل فیش بانکی یا کد پیگیری را تا پایان دوره اشتراک نزد خود نگه دارید.  
● اعتبار قیمت در داخل کشور و فقط تا پایان تیر ۹۴ است.  
● اشتراک شما ظرف مدت سه هفته و با پست مطبوعات برقرار می شود.



**هفته نامه سلامت  
شنبه ها از روزنامه فروشی ها خواهید**