جهت سایت شبکه

امروزه بیماری های غیروا گیر شایع ترین علل مرگ و میر در کشورهای پیشرفته و در حال توسعه هستند. بیماری های غیر وا گیر ا کثراً مزمن بوده و سبب ناتوانی میشوند. مبتلایان به این بیماری ها برای ادامه حیات به آموز شهای خاص و سرپرستی و مراقبت دایم وطولانی نیاز دارند.

به دلیل روند صعودی مرگ و میر ناشی ازبیماری های غیر واگیر، به ویژه در کشورهای در حال توسعه، سازمان جهانی بهداشت(WHO)از دو دهه پیش بیماری های غیروا گیر را جزو اولویت های بهداشتی کشورهای در حال توسعه اعلام کرده است.

هم اکنون، بیماری های غیر وا گیر از جمله علل اصلی مرگ و ناتوانی در جهان هستند. در گزارش سال 2002 سازمان جهانی بهداشت، 60 % ازموارد مرگ و 43 % از بار جهانی بیماری ها به بیماری های عمده غیروا گیر مربوط بود هاست. در کشورهای با درآمد پائین و متوسط،%79موارد مرگ و 85 % بار بیماری ها به بیماری های غیروا گیر اختصاص داشت هاست. چهار بیماری عمده غیروا گیر )بیمار یهای قلبی و عروقی، سرطان، بیماری انسدادی مزمن ریوی و دیابت( مستقیما به سه عامل خطر اصلی قابل پیشگیری شامل مصرف سیگار،تغذیه نامناسب و عدم فعالیت بدنی مناسب وابسته هستند. آموزش و مشاوره تغذیه به منظور تنظیم برنامه غذایی افرادی که دارای ریسک فا کتورهای تغذیه ای بیماری های غیر وا گیر فوق هستند و به کارشناس تغذیه ارجاع داده شده اند نقش مهمی در اصلاح الگوی مصرف غذایی و کاهش عوامل خطر مذکور دارد.رژِیم غذایی مناسب، نیازهای روزانه فرد از جمله انرژی و مواد مغذی را تامین می کند و باید به همراه آن قند خون،چربی خون، فشارخون و وزن افراد مبتلا به دیابت کنترل شود.هدف از تنظیم رژیم غذایی کنترل قند خون، کنترل چربی خون و کنترل وزن بدن و همچنین تنظیم زمان مصرف وعد ه های اصلی و میان وعد ه ها به منظور پیشگیری از تغییر قند خون در افرادی است که دارو مصرف می کنند. با رعایت یک رژیم غذایی منظم می توان به پیشگیری و درمان عواقب بیماری های مزمن کمک نمود.