

لاغری باطعمه روان گردان

درباره مصرف قرص های لاغری

که سلامتی جسم وروان افراد را

تهدید می کنند

گزارش روز

مهرداد قمری

تبلیغات وسوسه انگیز ،وعده کاهش وزن سریع وفشارهای اجتماعی، مصرف قرص های لاغری را به انتخابی رایج برای بسیاری از شهروندان ،به ویژه زنان، تبدیل کرده است. اما پشت این ظاهر فریبنده، خطرات جدی پنهان شده اند؛ از آسیب های جسمی گرفته تا تأثیرات روانی جبران ناپذیر. آرش انیسیان، مدیرکل دفتر برنامه ریزی اقتصاد سلامت سازمان نظام پزشکی، اخیراً هشدار داده است که برخی از این داروها حاوی آمفتامین و سایر روان گردان های خطرناک هستند؛ موادی که نه تنها سلامت مصرف کنندگان را تهدید می کنند، بلکه می توانند وابستگی شدید ایجاد کنند، با این حال بازار این قرص ها همچنان داغ است ونظارت های وزارت بهداشت وسازمان غذاودارودر برابر هجوم آن ها به جامعه، مرحله ای سخت را پیش رودارد.



حرکت جامعه به سوی «بدن مندی»

حامد بخشی، جامعه شناسی است که صحبتش را با خبرنگار ما، با طرح پرسشی آغاز می کند مبنی بر اینکه چرا امروزه زنان به ظاهر زیبایی خودشان بیشتر توجه می کنند و در نتیجه بیشتر سراغ روش هایی می روند که آن ها را به معیارهای زیبایی در جامعه نزدیک کند؟ او پاسخ این پرسش را این طور می دهد: یکی از دلایل این موضوع، می تواند ضرورت به رسمیت شناختن آن ها در جامعه باشد. او یکی از اقدامات زیبایی رادر حوزه پزشکی وکاهش وزن می داند و بیان می کند: آنچه باعث می شود زنان به سمت کاهش وزن یا جراحی بینی وگونه بروند و خود را به معیارهای زیباشناسانه نزدیک کنند واین موضوع حتی به بهای سلامتی شان ختم شود، این است که افراد با به دست آوردن معیارهای زیبایی، می توانند ارزش هایی را که برایشان مهم است، کسب کنند. به گفته بخشی، این ارزش ها می تواند احترام، تحسین دیگران وکسب دیگر هیجانات مثبت از سمت اطرافیان باشد، اما آنچه مهم است، این است که این هیجانات مثبت به دلیل روابط اجتماعی افراد با یکدیگر، نه تنها برایشان مهم است، بلکه از این هیجانات لذت می برند.

این جامعه شناس با بیان اینکه برای شهروندان اهمیت دارد که از واکنش هایی همچون تحقیر وکم احترامی دیگران دوری کنند، ادامه می دهد: آن ها از طریق نزدیک شدن به معیارهای زیباشناختی، سعی می کنند هیجانات مثبت را از دیگران دریافت کنند.

اما از نظر بخشی، علاقه مند بودن به دریافت هیجانات مثبت، موضوع جدیدی نیست، بلکه در طول تاریخ، آدم ها همواره دنبال تحسین واحترام بوده اند. او در ادامه این پرسش را مطرح می کند که چه ویژگی های اجتماعی باعث شده است تمایلات وبازخودهای مثبت اجتماعی ما مرتبط با ظاهر فیزیکی مان باشد؟ پاسخ این است که امروزه دیگر مانند گذشته، موقعیت های خانوادگی وروابط مبتنی بر پیوند های خانوادگی، تعیین کننده احترام افراد نیست، بلکه افراد خودشان به تنهایی ومسئقل ازاین نسبت هادر جامعه باید این معیارهای احترام را کسب کنند وما بیش از پیش در جامعه مدرن، با افرادی سروکار داریم که در گام اول با ویژگی های ظاهری شان، آن ها را قضاوت می کنیم.

جامعه شناس کشورمان با تأکید بر اینکه شاهد هستیم جامعه امروز نسبت به دیروز خیلی «بدن مند» شده است، در این باره توضیح می دهد: بدن مند یعنی مطرح شدن بدن به عنوان قالبی که ما در این دنیا، در آن زیست می کنیم وبان یاد دیگران در تعامل هستیم؛ بدن به نوعی در کانون توجه ما در زندگی روزمره وتعاملاتمان قرار گرفته است.

او یادآوری می کند: سوی دیگر ماجرا این است که چگونه می شود معیارهای ارزشی بدن مندی را به گونه ای تغییر داد که افراد کمتر ناچار شوند خودشان را آذیت کنند؟ باید به گونه ای فرهنگ سازی کنیم که افراد در برابر ویژگی های بدنی خودشان، احساس راحتی داشته باشند وکمتر تلاش کنند که خودشان را به معیارهای انتزاعی باغیرواقعی نزدیک کنند.

بخشی تصریح می کند: با وجود اینکه در جامعه شاهد استقلال واشتغال زنان هستیم، این باور هم وجود دارد که یک زیبایی مطلوب، می تواند موفقیت اولیه را ایجاد کند تا شهروندان بتوانند با فردی که مورد علاقه شان است، رابطه ای بلندمدت داشته باشند که بعداً این رابطه تبدیل به ازدواج شود.

نباید فراموش کرد که اگر قرص های لاغری را پزشک برای بیمار تجویز می کند، شرط و شروطی دارد. مهرداد مزاری، پزشک فعال در زمینه زیبایی، تناسب اندام و مشاور روان، درباره این شرط وشروط به خبرنگار شهرآرا می گوید: داروهای لاغری که پزشک به صورت خوراکی با تزریقی تجویز می کند، زمانی توصیه می شوند که یا بیمار اضافه وزن شدید دارد و تمایلی به جراحی های لاغری ندارد یا به علت مشکلات روحی یا مفصلی، امکان وانگیزه ورزش وسبک زندگی سالم برایش فراهم نیست.

کنته قابل توجه این است که مصرف قرص های لاغری تجویز شده، پایان ماجرای درمان بیماران نیست. مزاری در این باره توضیح می دهد: البته در این وضعیت هم داروی لاغری، یک اقدام موقت محسوب می شود؛ چرا که با راجاع بیماران دچار اختلالات افسردگی به تریاپیست یا روان پزشک و تجویز رژیم غذایی متناسب، می توان در مراحل بعدی آن ها را برای ورود به یک زندگی سالم آماده کرد.

او با تأکید بر اینکه داروهای لاغری حتماً باید مورد تأیید سازمان غذاودارو باشد، برجسب سبب سلامت داشته باشد و صرفاً از داروخانه ها تهیه شود، بیان می کند: قرص های لاغری ارائه شده توسط برخی عطاری ها و باشگاه های ورزشی، بیشتر حاوی شیشه ومشتقات آن هستند که سبب اعتیاد مصرف کننده می شود و آن ها را در آینده ای نزدیک مستعد ابتلا به اسکیزوفرنی

مصرف قرص های لاغری با شرط وشروط

می کند. همچنین پارانو یا یاشک شدید به دیگران و بدگمانی، رفتارهای پر خاشگرانه خطرناک وبی خوابی وریزش موی شدید، از عوارض این قرص ها محسوب می شود.

این پزشک فعال در حوزه تناسب اندام وزیبایی بیان می کند: افرادی که اضافه وزن شدید ندارند و مانعی برای ورزش کردن در آن ها وجود ندارد، با فعالیت بدنی منظم و تغذیه سالم می توانند در هر ماه، تا چهار کیلو کاهش وزن داشته باشند. بیش از این مقدار کاهش ماهانه، می تواند فرد را دچار ریزش موی شدید وشلی وافتادگی پوست صورت وبدن کند.

مزاری با یادآوری این نکته که متأسفانه برخی مراجعان، عجله زیادی برای کاهش وزن دارند وانتخاب آن ها راه های میان بر و آسان است فقط از پزشک یا کارشناس تغذیه کمک بگیرد دارد، اضافه می کند: به یاد داشته باشیم که هر کسی باید در حوزه تخصصی خود کار کند، بنابراین اگر ورزش می کنید ونیاز به رژیم درمانی دارید، فقط از پزشک یا کارشناس تغذیه کمک بگیرید و تجویز مکمل فقط توسط پزشک صورت بپذیرد؛ چرا که مربی باشگاه صرفاً در حیطه تمرینات ورزشی، دانش وتجربه کافی را دارد. قرص ها و مکمل های باشگاهی می تواند سلامتی شما را در معرض خطرهای جدی برگشت ناپذیر مانند کبد چرب شدید، به هم خوردن تعادل هورمونی، مشکلات پوست ومو و آسیب های روان وحتی اعتیاد قرار دهد.

فروش داروهای لاغری، بدون مجوز در فضای مجازی

از آنجایی که کارشناسان تأکید می کنند تهیه قرص های لاغری باید با تجویز پزشک واز داروخانه های باتأیید معاونت غذاوداروی دانشگاه های علوم پزشکی باشد، به سراغ دکتر جواد دانایی باغی، رئیس اداره داروهای طبیعی سنتی ومکمل وشیرخشک معاونت غذاوداروی دانشگاه علوم پزشکی مشهد، می رویم تا بدانیم نظارت بر عطاری ها به چه نحوی انجام می شود. همچنین، معاونت غذاودارو چه اقداماتی در حوزه کشف داروهای لاغری بدون مجوز کرده است.

دانایی در ابتدا از ابلاغ نامه ای توسط وزارت بهداشت وقت در سال ۹۷ به تمام دانشگاه های علوم پزشکی کشور می گوید که براساس آن، عطاری ها می توانند گیاه رافقط به صورت خشک یاکت و جزئی به شهروندان بفروشند وفروش داروهای فشرده حاوی چند گیاه دارویی در قالب های مختلف از جمله قرص وکپسول در عطاری ها، از همان سال ۹۷ تاکنون ممنوع اعلام شده است.

او به نظارت ها وبازدیدهایی اشاره می کند که در مرحله اول لازم است توسط اتحادیه عطاری هانجام شود و در ادامه بیان می کند: این نظارت براساس مواد قانونی ۵۹ و ۶۰ قانون نظارت بر اصناف انجام می شود و در مرحله بعد، بازرسان

شهر

شماره ۴شنبه ۰۱ مرداد ۱۴۰۴مجموعه ۲۷شماره ۱۳۳SHAHRAHNEWS.IR

۱۳

↓

گزارش

دیدگاه

کاهش وزن صنعتی؛ از وابستگی تا افسردگی

نژاد همدی

دکتر مهدی یار احمدی خراسانی

در دنیایی که معیارهای زیبایی بیش از هر زمان دیگری با بدن های لاغر واندام های ایده آل تعریف می شود، عجله برای کاهش وزن بدون زحمت به وسوسه ای فراگیر تبدیل شده است. فضای مجازی، سلبریتی ها، اینفلوئنسر ها وحتی برخی پزشکان غیرمتعهد، تصویری رؤیایی از «لاغری سریع» می سازند. قرص های لاغری با وعده هایی چون «بدون رژیم وورزش» یا «کاهش وزن ۰ کیلویی در یک ماه»، وارد سبد مصرف بسیاری از جوانان، به ویژه بانوان شده اند. این استقبال گسترده، نشانه ای از تغییر سبک زندگی نیست، بلکه هشدار دهنده رواج یک توهم خطرناک است.

صنعت کاهش وزن، یکی از تجارت های سودآور جهان است. شرکت های تولیدکننده قرص های لاغری، از طریق تبلیغات هدممند در شبکه های اجتماعی ووب سایت های زیبایی، احساس ناکافی بودن را به افراد القا می کنند. جمله هایی چون «بدنت را دوست داشته باش»، هم زمان با ارائه «محصول معجزه گر»، عملاً فرد را در تله مصرف گرایی می اندازد. درواقع، ترس از چاقی وطرد اجتماعی، به سرمایه ای برای فروش بیشتر بدل شده و اخلاق حرفه ای را قربانی سودآوری کرده است.

بسیاری از قرص های لاغری، حتی آن هایی که به عنوان «گیاهی» معرفی می شوند، حاوی ترکیبات محرکی مانند سبوترامین، آفدرین، کافئین بالا یا مواد ادرارآور وملین هستند. مصرف این ترکیبات می تواند به عوارضی همچون تیش قلب، فشار خون بالا، اختلالات خواب، اضطراب، ریزش مو، نارسایی کبد و کلیه ودر موارد شدید، به مرگ منجر شود. نبود نظارت کافی بر تولید وتوزیع این محصولات، مخصوصاً در بازارهای آنلاین، زمینه را برای جولان محصولات تقلبی وقاچاق فراهم کرده است.

برخلاف تصور عمومی، بسیاری از مصرف کنندگان قرص های لاغری، نه تنها دچار بهبود پایدار نمی شوند، بلکه وارد چرخه ای بیمارگونه از افزایش وکاهش وزن می شوند. بدن پس از مدتی در برابر ترکیبات قرص ها مقاوم می شود وفرد برای حفظ وزن یا کاهش وزن بیشتر، مجبور به افزایش دز مصرفی می شود. این وابستگی با آسیب به سلامت روان همراه است؛ اضطراب، وسواس درباره وزن، کاهش اعتماد به نفس وحتی افسردگی. درواقع، راهی که برای زیبایی آغاز می شود، می تواند به زشتی درونی ختم شود.

رواج مصرف بی رویه قرص های لاغری، نشان دهنده خلأ جدی در نظام سلامت، آموزش ونظارت است. متأسفانه در بسیاری از مواقع، خانواده ها، مدارس و رسانه ها، آموزش صحیحی درباره تغذیه، تصویر بدنی وشویه های اصولی کاهش وزن ارائه نمی دهند. ازسوی دیگر، نظارت کافی بر عرضه داروهای غیرمجاز، چه در داروخانه ها وچه در فضای مجازی، صورت نمی گیرد ودرحالی که باید این مسئله به عنوان یک معضل بهداشتی اجتماعی جدی گرفته شود، برخورد ها بیشتر نمادین ومقطعی است.

مشکل اصلی در مصرف قرص های لاغری، تنها در خطرات فیزیکی آن ها نیست، بلکه در فرهنگی ریشه دارد که سلامت را با لاغری یکی می داند. رسانه ها و جامعه، با تحسین افراطی افراد لاغر وطرد افراد دارای اضافه وزن، زمینه ای برای شکل گیری اختلالات روانی ایجاد می کنند. تا زمانی که معیار زیبایی، عددی روی ترازو باشد، مصرف قرص های لاغری برای افرادی که از تصویر بدنی خود رنج می برند، الگوسازی رسانه ای از افراد با اندام های متنوع وسالم برای شکستن تصویر قالبی بدن ایده آل.

قرص های لاغری، شاید در ظاهر راهی میان بر برای رسیدن به «بدن رؤیایی» باشند، اما در واقعیت، پلی هستند به سوی نابودی آرام جسم وروان. راه حل کاهش وزن، نه در تبعیدن کپسول های رنگارنگ، بلکه در اصلاح سبک زندگی، تغذیه متعادل، تحرک منظم وپذیرش خود است. جامعه سالم، جامعه ای نیست که همه افراد آن لاغر باشند، بلکه جامعه ای است که انسان ها در آن از بدن خود مراقبت می کنند، نه با ترس، بلکه با آگاهی وعشق.

یادداشت

بحران حیات و کمبود شیرخشک های رژیمی

محمدرضا شهیدی ا موانع را باید از سر راه ابرپروژه ملی زادآوری برداشت. این در اندازه خود زادآوری مهم است. بدون هموارسازی مسیر، دعوت به فرزندآوری جا را برای این گفته باز خواهد کرد که می‌گویند سفره نینداخته که میهمان دعوت نمی‌کند! میهمان که بیاید، غذا می‌خواهد، نان می‌خواهد، آب می‌خواهد. تنها در و روی باز کافی نیست. دعوت هم اجابت نمی‌شود وقتی سفره نباشد. شاید توجه ما به این مهم چنان که باید، کامل نبوده که کارت های دعوتمان بازنشده مانده است. خبر بی میلی بیش از ۷۷ درصد از زوج های در سن باروری به فرزندآوری، نشان از مسئله ای چنین دارد. یکی از صدها مسئله ای که زنان و مردان جوان را به تردید وامی‌دارد، قصه شیرخشک است؛ غصه ای که گاه به اصطلاح قدیمی، شیر مادر را خشک می‌کند اما کمتر جواب می‌گیرد؛ به ویژه نوزادانی که دچار ناملایمات زندگی هم باشند. مثل نوزادان مبتلا به بیماری های متابولیک یا حساسیت های شدید که قادر به مصرف شیر مادر نیستند و نیازمند «شیرخشک های رژیمی» اند. آنان – البته – متوجه نیستند اما همه توجه پدر و مادر ها به این موضوع است، چرا که واردات این شیر ها به دلیل تحریم، کمبود ارز و پرداخت نشدن مطالبات شرکت ها با بحران مواجه شده است. وقتی پای درد دل مادران می‌نشینی، می‌گویند شیرخشک مناسب فرزندشان یا پیدا نمی‌شود یا ناگهان تغییر برند می‌دهد و کودک آن را نمی‌پذیرد که منجر به عوارض جدی می‌شود. ادامه گزارش تسنیم این است که برخی افراد ناچارند با هزینه های سنگین مواد لازم را از خارج کشور تهیه کنند، اما آن‌قدر وضعیتشان خوب هست که این «ناچاری» «ناممکنی» شیب پیدا نکند. اما فراوان در فراوان اند پدر و مادر هایی که این ناچاری هم به سیاهه غصه هایشان افزوده می‌شود تا قصه زندگی‌شان طعم حکایت های ناخوشایند بگیرد. در خبرها خواندیم که در سال گذشته تنها ۲.۲ (میلیون قوطی شیرخشک متابولیک تأمین شده است. این کافی نیست. باید با بهره‌گیری از مدیریت و همکاری نهادهای مسئول این ظرفیت را افزایش داد تا پاسخ به نیاز جامعه هدف افزایش یابد. رهبر فرزانه انقلاب، جمله ای طلایی درباره بیماران دارند که هر روز باید خواند: «بیمار به جز رنج بیماری نباید درد دیگری داشته باشد». این کلام معیار ایشان را در این حوزه هم باید بازخوانی کرد. باید برنامه ها و تدبیر ها جوری تحقق پیدا کند که پدر و مادر جز دغدغه بزرگ کردن فرزند رنج هایی از این قبیل راتحمل نکنند. اگر صرفاً موضوع غذایی بود، می‌شد برای آن بدیلی پیدا کرد اما این شیر ها برای نوزادان بیمار، فقط غذا نیستند، بلکه بخشی حیاتی از درمان و ادامه حیات محسوب می‌شوند. اینجاست که با التزام به راهبرد رهبر معظم انقلاب، باید کاری کرد که نوزادان و پدر و مادرشان، درگیر استرس نرسیدن شیرخشک های رژیمی نشوند. مسائلی چنین را اگر بتوانیم درست و به موقع حل کنیم، خود بهترین مشوق برای فرزندآوری خواهد بود. غفلت از این را با طولانی کردن فهرست امتیازات دیگر، نمی‌شود جبران کرد. پدر و مادر فرزند خود را سالم و سرحال می‌خواهند. انواع وام وامتیاز و زمین، فدای یک تار مو و یک لیخند نوزادان ایران!