



تاکید بر اهمیت خودمراقبتی در همه مراحل تشخیص، درمان و پیشگیری بیماری آسم

## همایش روز جهانی آسم برگزار شد

مزمّن تنفسی مبتلا هستند که از این تعداد ۵۰۰ میلیون نفر آلرژی بینی دارند.

وی در مورد تعداد مبتلایان به آسم در جهان گفت: در حال حاضر تعداد مبتلایان به این بیماری به ۳۳۵ میلیون نفر رسیده و پیش‌بینی می‌شود تا سال ۲۰۲۵ میلادی این تعداد به ۴۰۰ میلیون نفر برسد.

دکتر معین ادامه داد: آسم بیماری مزمن ریوی و سیستم تنفسی است که موجب التهاب و انقباض راه‌های هوایی می‌شود و هوا را به ریه‌ها منتقل می‌کند و در نتیجه بروز این حالت، فرد توانایی تنفس به‌طور طبیعی را از دست داده و دچار مشکل تنفسی می‌شود.

در نوزدهمین همایش روز جهانی آسم، موضوعاتی چون دخانیات و بیماری‌های مزمن تنفسی، نقش آلرژن‌ها و مواد محرک در آسم، تغییرات آب‌وهوا و تأثیر آن بر آسم و آلرژن‌ها، اپیدمیولوژی و بار بیماری آسم و اقدامات وزارت بهداشت در راستای پیشگیری و کنترل این بیماری، مورد بررسی قرار گرفت.

دکتر مصطفی معین رییس کمیته ملی بیماری‌های مزمن تنفسی وزارت بهداشت، در نوزدهمین همایش روز جهانی آسم که دوشنبه ۱۳ اردیبهشت ۹۵ در بیمارستان امام خمینی تهر برگزار شد، گفت: نزدیک به یک میلیارد نفر، معادل ۲۲ درصد جمعیت جهان به یکی از بیماری‌های





آموزش عمومی و ترویج رفتارهای صحیح در این زمینه تأکید کرد و گفت: گسترش آموزش عمومی سبب آشنایی بیشتر مردم با عوامل خطرزای این بیماری می‌شود و در این صورت مردم با پرهیز از عوامل خطرزا، می‌توانند از بروز این عارضه جلوگیری کنند.

وی با اشاره به اینکه ژنتیک، نقش اصلی در بروز این بیماری دارد اظهار کرد: مهم‌ترین ریز فاکتور و عامل خطر بیماری آسم و آلرژی‌ها ژنتیک است. البته در چند سال اخیر واژه جدیدی وارد ادبیات بیماری‌های مزمن از جمله آسم شده که اپی ژنتیک است. اپی ژنتیک یا فرا وراثت شامل تغییرات محیطی از جمله آلودگی هوا، رژیم غذایی، استرس‌های روحی و هیجانات است که می‌تواند بر روی ساختار ژنتیک اثر بگذارد.

دکتر معین با اشاره به اینکه افزایش شیوع آلرژی‌ها و آسم و حتی بیماری‌های غیر واگیر دیگری مانند بیماری قلب و عروق، سرطان‌ها، بر اثر سبک جدید زندگی است، افزود: محیط پاک، کاهش عوامل خطر مانند سیگار و دخانیات، تغذیه سالم، تحرک بدنی و ورزش می‌تواند از بروز آسم جلوگیری کند.

وی با اشاره به افزایش مبتلایان به بیماری آسم در شهرها گفت: از لحاظ آماری تفاوت قابل توجهی بین شهر

رییس کمیته ملی بیماری‌های مزمن تنفسی وزارت بهداشت، با اشاره به میزان مرگومیر در اثر بیمارهای مزمن تنفسی گفت: این بیماری از لحاظ مرگومیر در حال حاضر رتبه ششم در بین بیماری‌ها را دارد و پیش‌بینی می‌شود تا سال ۲۰۲۰ میلادی بعد از سکته‌های قلبی و مغزی به رتبه سوم برسد.

وی استفاده از هوای پاک را حق مسلم شهروندی دانست و افزود: عوامل اجتماعی و محیطی مانند هوای آلوده نقش مهمی در بروز و شیوع بیماری آسم دارند.

دکتر معین ادامه داد: در سال‌های گذشته بیماری‌های حاد عفونی واگیردار مانند طاعون، وبا، سل و دیفتی‌تری بیشترین تلفات را به خود اختصاص می‌دادند اما در سال‌های اخیر بیماری‌های مزمن غیر واگیر همچون بیماری‌های تنفسی مانند آسم و آلرژی، قلبی و عروقی، سرطان‌ها، دیابت و سکته‌های قلبی و مغزی جایگزین آن‌ها شده‌اند.

رییس همایش روز جهانی آسم با اشاره به اینکه بیشترین تلفات ناشی از بیماری‌ها به بیماری‌های مزمن غیر واگیر اختصاص دارد، گفت: بیشتر این بیماری‌ها در کشورهای در حال توسعه و جهان سوم مشاهده می‌شود.

رییس انجمن آسم و آلرژی کشور بر لزوم گسترش

مختلف دامن گیر جامعه نشوند.

۵۵

## ۲ هزینه میلیونی درمان آسم برای هر بیمار

دکتر مهدی نجمی رییس اداره بیماری‌های مزمن تنفسی وزارت بهداشت، به بار مالی ناشی از بیماری آسم اشاره کرد و گفت: بار مالی بیماری آسم با بیماری‌هایی مانند دیابت، ایدز و سل برابری کرده و هزینه هنگفتی را به خانواده‌ها و جامعه تحمیل می‌کند. به طوری که برآورد می‌شود مجموع هزینه‌های ناشی از بیماری آسم اعم از مستقیم و غیرمستقیم سالانه برای هر فرد بیمار بین ۱/۵ تا ۲ میلیون تومان است. با توجه به شیوع تقریبی آسم در کشور این رقم سرسام‌آوری می‌شود که بخشی از آن به عهده خانوارها و بخش دیگر نیز بر عهده نظام سلامت است.



## لزوم سیاست‌گذاری برای کنترل بیماری‌های تنفسی

در ادامه، دکتر علیرضا مهدویانی دبیر نوزدهمین همایش روز جهانی آسم، هدف از برگزاری این همایش را افزایش آگاهی پزشکان، بیماران و خانواده‌های آن‌ها، مسئولین و سیاست‌گذاران برای مقابله با بیماری آسم عنوان کرد و گفت: این همایش به همت انجمن آسم و آلرژی و با

و روستا در مورد مبتلایان این بیماری وجود دارد. محیط روستا پاک‌تر است و استرس کمتری در آنجا وجود دارد و غذا هم طبیعی‌تر و تازه‌تر است به همین دلایل این بیماری در روستاها شیوع کمتری دارد.

دکتر معین در پایان ابراز امیدواری کرد: با اتخاذ سیاست‌های صحیح متولیان می‌توان شاهد پیشگیری اولیه همه بیماری‌ها از جمله آسم باشیم تا بیماری‌های



نشریه  
دانشگاه  
علوم  
پزشکی  
تهران



آلرژن ها، تغییرات آب و هوایی و سبک زندگی در نظر گرفته شده است.

دکتر مهدویانی افزود: گنجاندن دستورالعمل‌های بین‌المللی راهنمایی و آموزش پزشکان عمومی در سیستم بهداشت نیز از اولویت‌های این همایش محسوب می‌شود.

در پایان مراسم افتتاحیه این همایش، به افرادی که در مسابقه نقاشی با موضوع بیماری آسم که به همت انجمن آسم و آلرژی و با همکاری وزارت آموزش و پرورش برگزار شده بود جوایزی به‌عنوان یادبود اهداء شد.

توضیح اینکه، نخستین سه‌شنبه ماه می هر سال میلادی، به‌عنوان «روز جهانی آسم» نام‌گذاری شده است. اولین روز جهانی آسم در سال ۱۹۹۸ در بیش از ۳۵ کشور دنیا مورد تکریم قرار گرفت که به تدریج بر مشارکت سایر کشورها افزوده شد بطوریکه این روز به‌عنوان یکی از رویدادهای مهم در افزایش آگاهی مردم در خصوص بیماری آسم به حساب می‌آید و شعار روز جهانی امسال همانند چند سال اخیر شما هم می‌توانید آسم خود را کنترل کنید نشان‌دهنده اهمیت فراوان خودمراقبتی در همه مراحل تشخیص، درمان و پیشگیری این بیماری است. ▲

همکاری مرکز تحقیقات آسم و آلرژی، مرکز مراقبت‌های بیماری‌های غیر واگیر وزارت بهداشت و اداره سلامت شهرداری تهران و به‌منظور توجه بیشتر به بیماری آسم در سطح کشور برگزار شده است.

وی افزود: هدف از شعار، شما می‌توانید بیماری آسم خود را کنترل کنید، تأکیدی بر اهمیت درمان آسم است که عده زیادی می‌توانند با کسب آگاهی به کنترل آسم دست‌یافته و زندگی عادی داشته باشند.

دکتر مهدویانی ادامه داد: متأسفانه درک متفاوتی از کنترل بیماری آسم بین بیماران و پزشکان وجود دارد. آنچه بیماران از کنترل بیماری آسم در نظر دارند متفاوت از پزشکان است. وی با تأکید بر اینکه مشکلات فعلی بیمار و خطرات و مشکلات آینده بیمار باید مدنظر باشد گفت: موارد متعددی شامل عوامل محیطی بیماری، فرد بیمار، پزشکان و ... در کنترل آسم نقش دارند که اکثر این موارد در مسیر بهبود هستند.

دکتر مهدویانی با اشاره به اطلاع‌رسانی‌هایی که به‌صورت بنر و نمایش تیزر در رابطه با آسم در برخی از ایستگاه‌ها انجام شده، گفت:

وی گفت: عوامل محیطی در بروز این بیماری بسیار اثرگذار است و محورهای متعددی برای این همایش نظیر نقش