ایلام سلامت
سال۷، شماره ۷۵ ، مرداد ماه ۹۵

خـــــبر

اجرای طرح تشدید نظارت بر مراکز پخت و پز نان درشهر ایلام

مسئول واحد بهداشت محیط مرکز بهداشت شهرستان ایلام گفت:طرح تشدید نظارت بـروضعیت نانوایی ها باحـضور بازرســین ادارات صنعت معدن، مرکز بهداشت، تعزیرات حکومتی، غله، فرمانداری در روزهای دوشنبـه وچهارشنبـه در شهرستان ایلام انجام گرفته است.

به گزارش خبرنگار وب دا، مهندس عبدالرضا عزیزی در این رابطه اظهار داشت: توجه به کیفیت و بهداشت نان باید در سرلوحه کاری نانوایی ها قرار گیرد و دراین زمینه هیچ گونه کم کاری پذیرفتنی نیست.

وی ادامه داد: عدم نظارت و پخت نامناسب نان و خدمات دهی نا مطلوب نانوایی ها در واقع خسارت به اقتصاد کشور و منطقه است. زیرا تامین گندم و آرد مراحـل دشواری طی می کند و با این اوصاف، پخت نامناسب نان و افزایش ضایعات آن، دور از انصاف است .

مسئول واحد بهداشت محیط مرکز بهداشت شهرستان ایلام خاطر نشان کرد: ارائه آمار دقیق از تعداد واحدهای نانوایی شهرستان بازرسی و نظارت بـر وضعیت پخت نان و همچنین بررسی وضعیت پروانه کسب این واحدها از سـوی اتحـادیه می تواند به خدمات دهی مناسب در این بخش کمک کند.

عزیزی در پایان سخنان خود بـا بـیان این مطلب که مسـئله آرد و پخت و پز نان مستقیم بـا سـلامت مردم سـر و کار دارد، یادآور شـد: بـا تلاش همکاران واحـد بهداشت محیط در تلاشیم تا با برنامه ریزی و نظارت بر کیفیت نان، فعالیت مراکز پخت و پز نان را بیش از پیش ارتقاء دهیم.

یک هکتار زمین کشاورزی محل کشت سبزی با آب آلوده فاضلاب در ایلام تخریب شد

بیش از یک هکتار زمین کشاورزی محل کشت سبزی بـا آب آلوده فاضلاب در روستای بانقلان از توابع شهرستان ایلام تخریب شد.

به گزارش خبرنگار وب دا، رئیس مرکز بهداشت شهرستان ایلام در این رابـطه اظهار کرد: طبق بـازدیدهایی که از قبـل توسـط نیروهای خدوم و وظیفه شـناس بهداشت محیط این مرکز از زمین های زیر کشت سبزی روستای بانقلان از توابع شهرستان ایلام، محرز گردید که برخی از این زمین ها توسط آب آلوده آبیاری می شوند.

دکتر علیرضا شریفی افزود: لذا در این راستا نیز برای حصول اطمینان بیشتر از این تخلف، نمایندگان ادارات عضو شـورای سـلامت شهرسـتان ایلام بـازدیدهایی میدانی از مزارع سبزی وصیفی حاشیه شهر ایلام به عمل آوردند.

وی خاطرنشان کرد: در ادامه نیز جلسات متعدد شـورای سـلامت تشـکیل شـد و مساله آبیاری مزارع سبزی کاری حاشیه شـهر ایلام بـمنظور کنترل مسـتمر این موضوع انجام شـد و روند و اقـدامات کشـاورزان در خصوص جلوگیری از ورود فاضلاب به داخل کانالهای آبیاری مزارع مورد بررسی قرار گرفت.

رئیس مرکز بهداشت شهرستان ایلام تصریح نمود: خوشبختانه با اقدام بـه موقـع در گرفتن حکم قضایی و با حضور نیروهایی از مرکز بهداشت شهرسـتان، محـیط زیسـت، جهاد کشـاورزی، نیروی انتظامی، بخشـداری و اداره آب و فاضلاب این سبزی کاری ها، تخریب شدند.

وی بـا بـیان اینکه اخطارهای قبـلی بـه کشـاورزانی که اقـدام بـه کشـت این سبزی کاریها کرده بودند از قبل داده شده بـود، گفت: سـبزی کاران متخلف بـاید بدانند مسئولین مرکز بهداشت شهرسـتان ایلام هیچ اغماضی در بحـث سـلامت مردم ندارند.

دکتر شریفی به روند مطلوب کاهش کشت سبزیجات بـا اسـتفاده از آب فاضلاب در سـطح شهرسـتان اشـاره کرد و افزود: خوشـبختانه بـا اقـدامات آموزشـی و برخوردهای قاطع مسئولین مربـوطه، کشـت سبـزیکاریهای آلوده کاهش بسـیار محسوسی یافته است.

وی در پایان سخنان خود ضمن تقدیر از تلاش و خدمات واحـد بهداشـت محـیط این مرکز و همه دسـتگاهها، ارگان ها و نهادها در راسـتای تخریب این سـبـزی کاری آلوده از نمونه‌بـرداری مسـتمر از بـخش عرضه سـبـزی و صیفی جات شهرستان ایلام خبر داد و بـیان کرد: در صورت مشـاهده عرضه سـبزی آلوده بـه شدت با افراد متخلف برخورد خواهد شد.

سرپرست جدید شبکه بهداشت و درمان شهرستان دره شهر معرفی شد

مراسم تودیع و معارفه مدیران سابق و جدید شبکه بهداشت و درمان دره شهر بـا حـضور معاون بهداشتی دانشگاه، مسـئول حراسـت دانشگاه، مدیر روابـــط عمومی دانشگاه، کارکنان شبکه بهداشت و درمان دره شـهر و نماینده بـرخی ادارات در محـــل ســـالن کنفرانس شبکه بهداشت و درمان دره شـهر برگزار گردید.

بـه گزارش خـبرنگار وب دا، در ابتدای این مراسـم بـعد از تلاوت آیاتی از قـرآن کریم، مهندس محـــمد رضا سپهر مدیر روابـــط عمومی دانشگاه علوم پزشـکی ایلام ضمن خوش آمد گویی به حضار بیان کرد: از اینکه در جمع صمیمی شبکه بهداشـت دره شـهر حضور یافته ایم، بسیار خرسندیم و امیدواریم که در روزهای آتی شاهد پیشرفت این شبکه باشیم که خوشبختانه این ظرفیت در پرسنل شبکه دره شهر دیده می شود.

وی ادامه داد: جابـجایی سـمت ها و تصدی آنان توسط همکاران در سطح دانشگاه یکی از مسائل نهادینه شده است که همکاران بـه خوبی هرچه تمام تر این جابـجایی ها را می پذیرند.

مدیر روابط عمومی دانشگاه علوم پزشـکی ایلام بـــا بـــیان اینکه گردش مدیریتی و اسـتفاده از ایده ها و راهکارهای مختلف بـه ارتقاء سـطح خدمات خواهد انجامید، ابـراز کرد: با بکارگیری دیدگاهها و توان مدیریتی و مضاعف می توان ارائه سـطح خدمات بـه مردم را به نحو مطلوب ارتقاء بخشید.

مهندس سپهر در پایان ســـخنان خود از خدمات دکتر مازیار طهمـاسـبی بـــه عنوان مدیر سابـــق شبـــکه بهداشـــت و درمان شهرستان دره شهر تقدیر نمود و بـرای دکتر ایوب بـالاوندی بـه عنوان سرپرسـت جدید این شبـکه از خداوند موفقیت و سربـلندی مسئلت نمود.

در ادامه این مراســم معاون بهداشـــتی دانشگاه علوم پزشـکی ایلام بـیان کرد: شبکه دره شهر بـهترین بـدنه از نظر نیروی کارشناســی را دارد که این می تواند بـــه پیشـرفت هر چه بیشـــتر این شبـــکه در خصوص ارتقاء شاخصهای بهداشـتی کمک کند.

دکتر راضی ناصری فر افزود: این شبـــکه ظرفیت پیشرفت زیادی دارد بطوریکه حـتی طرح پایلوت کشوری می تواند در این شبکه انجام شـود که این نشـان دهنده تعامل و همکاری کارکنان این شبـکه بـا مدیریت شبـکه می باشـد و در آینده نیز این تعامل و همکاری باید ادامه داشته باشد تا شاهد رشد هر چه بیشتر شاخصهای بهداشتی باشیم.

وی خاطرنشـان کرد: دکتر طهمـاسـبی در زمان تصدی خود بـــه عنوان مدیر مرکز بهداشت شهرستان دره شهر، خدمات بـارز و برجسته ای را بـه شـهروندان و جامعه هدف ارائه نموده که قابل تقدیر است.

معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی ایلام ادامه داد: از دکتر مازیار طهماسبی که در این مدت مدیریت شبکه را در عهدار بودند تشکر می کنم و بـــرای دکتر ایوب بـــالاوندی سرپرسـت جدید شبـکه آرزوی موفقیـت و سربلندی در راستای رسالت سازمانی دارم.

در ادامه نیز مدیر حراســـت دانشگاه علوم پزشکی ایلام بـیان کرد: مردم شـریف و ولایتمدار شهرستان دره شهر مردمی پایبـند بـه آرمانهای نظام اسـلامی هســتند که در برهه های مختلف حامی این انقـلاب بـوده اند که شایستگی بهترین خدمات در بـخش های مختلف را دارند.

احســان نظری گفت: شبـکه دره شـهر از شبکه هایی است که همیشه داری مدیریتی قوی بوده که پرسنل بـا هم همکاری لازم را داشته اند و همین بـاعث رشـد و شـکوفایی مجموعه خواهد شد.

وی افزود: در هر مجموعه نیروی انســانی سرمایه اصلی می باشد که باید همت شـود که این نیروی انســانی حـفظ شـود و جو صمیمانه ای حاکم باشد تا شاهد شکوفایی هرچه بیشتر این شبکه باشیم.

مدیر حراسـت دانشگاه علوم پزشـکی ایلام در بخش دیگری از سخنان خود تاکید کرد: مسئولیت یک تکلیف است و مسـئولیت کار بسیار سـنگینی اسـت که هر مسـئول بـاید تلاش کند که در ارائه هرچه بیشـتر خدمت به مردم گام بردارد چرا که وظیفه اصلی همه ما خدمت به مردم می باشد.

مدیر اسبق شبـکه بهداشـت و درمان دره شهر نیز در ادامه این مراسم ضمن تشـکر از حضور همه در این مراسم اظهار کرد: توفیق خدمت‌رسانی به مردم شهرستان دره شهر از عنایات خداوند متعال است که در اختیار بنده قرار گرفت و تمام توان خود را بـه کار گرفتم تا در راه خدمت بـه مردم از هیچ تلاشـــی فروگذاری ننماییم.

دکتر مازیار طهمـاسـبی افزود: شبـکه دره شهر دارای پتانسیل بـالایی است که این را مدیون زحـمات پرسنل خدوم و همکاری و تعاملی که پرسنل بـا مدیریت داشـــته اند و تمام تلاش خود را در راه تحقق اهداف مورد نظر در این شبکه بکار بسته اند.

وی خاطرنشان کرد: تلاش در جهت ارتقـاء سلامت جامعه، یک وظیفه همگانی اسـت و امیدواریم که در هر سنگر و سمتی که باشیم بتوانیم در راه ارتقـاء سـطح خدمات و امکان خدمت در ابعاد گسـترده‌تر و با سرعت بیشـتر فراهم نماییم.

وی ضمن ارائه گزارشـی از عملکرد شبـکه دره شـهر در زمان مدیریتش افزود: از همه کسانی که در زمان مدیریتشـ بـا من همکاری داشـته اند، تقـدیر و تشـکر می کنم و بـرای دکتر بـــالاوندی آرزوی توفیق روز افزون و موفقـــیت در ادامه راه را از خداوند منان خواستارم و امیدوارم که پرسـنل شبـکه دره شـهر مثل گذشـته بـا وی همکاری لازم را داشته باشند.

در ادامه دکتر ایوب بـالاوندی سرپرسـت جدید شبکه دره شهر ضمن تبـریک ولادت باسعادت امام رضا (ع) بیان کرد: خوشبختانه این شبـکه دارای نیروی انسـانی کار آمد و فعال می باشد و انگیزه کاری دراین پرسـنل به خوبی دیده می شـود که این می تواند در ادامه راه کمک کننده باشد.

وی افزود: بـا توجه بـه سابقـه مدیریتی اینجانب در شبـکه بهداشـت دره شـهر، امیدوارم بتوانم باهمکاری و هماهنگی که با پرسنل خواهم داشت شاهد پیشرفتهایی در زمینه ارائه خدمات بهداشتی درمانی به مردم باشیم.

وی گفت: در هر سیستمی بـاید همکاری و صمیمیت وجود داشته باشد تا شـاهد رشـد و شـکوفایی باشیم که این صمیمیت در بـین پرسنل این شبکه وجود دارد.

دکتر بـالاوندی از حـضور کلیه مدعوین و زحـمات دکتر طهمـاسـبی در طی دوران مدیریتش تقدیر و تشکر نمود و در بـخش دیگری از سـخنان خود ابـراز امیدواری کرد که بـــا یاری و اهتمام و تلاش خود و همکارانش خدماتی که شایسته مردم شریف شهرستان دره شهر اسـت را بـه مردمان این شهرستان تقدیم نمایند.

در پایان مراسم از خدمات دکتر طهمـاسـبی به عنوان مدیر سابق شبکه بهداشت و درمان دره شهر تقدیر و حکم دکتر ایوب بالاوندی بـه عنوان سرپرسـت جدید این شبـکه بهداشت و درمان به وی اعطاء شد.

نشست گشت مشترک ارتقاء امنیت غذایی در مرکز بهداشت شهرستان ایلام برگزار شد

نشست گشت مشـترک ارتقـاء امنیت غذایی بـا حـضور معاون بهداشتی، رئیس مرکز بهداشت شهرسـتان ایلام، مدیران و نمایندگان تعزیرات حـکومتی اسـتان، صنعت، معدن و تجارت، سازمان نظام پزشکی، اداره دامپزشـکی و دیگر اعضای این گشـت مشـترک در شهرسـتان ایلام برگزار شد.

به گزارش خبرنگار وب دا، در ابتدای این نشسـت معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی ایلام ضمن خیرمقدم بـه حـاضران اظهار کرد: این بـازدیدها به منظور تشـدید نظارت بـــر عرضه مواد غذایی در مراکز تهیه و توزیع مواد غذایی و اماکن عمومی انجام می شود تا بـتوانیم بـا یاری همدیگر سلامت مردم را تامین کنیم.

دکتر راضی ناصری فر ادامه داد: خوشبختانه بـا تلاش و اهتمام شایسته همکاران و بر اساس ارزیابی های وزارت بهداشت، استان ایلام در سطح کشور رتبه سوم کشـور در راسـتای کشـف مواد غذایی فاسد نسبت بـه جمعیت را کسب نموده که افتخاری بزرگ برای همه ماست.

وی افزود: این امر حاصل یک مسئولیت کلان بوده که با همکاری سایر دستگاه ها و ارگان ها انجام شـد و قـطعاً همه ادارات و ارگان هایی که ما را در این راه یاری نمـوده اند، در این موفقیت با ما سهیم هستند.

معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی ایلام خاطرنشـان کرد: اجرای عملیات ضربتی نظارت بـر عرضه مواد غذایی در مراکز تهیه و توزیع مـواد غذایی و اماکـن عمومـی در سطح استان از اقدماتی است که بـا حـفظ سـلامت مردم بطور مستقیم مرتبـط اسـت و اگر کوتاهی کنیم سـلامت مردم را به خطر انداخته ایم .

وی در ادامه گفت: فصل گرما و تابستان خطرات همجون ابتلای به وبا و سایر بـیماری ها پیش روی ما بـوده که بـا نظارت و کنترل ها و اقدامات و پیگیری ها احـتمال بـروز بیماری های منتقله از آنان را به صفر رسانده ایم.

دکتر ناصری فر ضمن تقدیر از مسئولان ادارات، نهادها و ارگان ها در راستای اجرای این بـرنامه یادآور شـد: حـوزه بهداشت حوزه گسـترده ای اسـت که تلاش و همکاری و همراهی همه ارگان ها و نهاد و دسـتگاه ها را لازم دارد و حـضور این عزیزان بـه مـا قـوت قـلب می دهد. همچنین بخش بهداشت به عنوان یک امانت در دست ماسـت و در راه حفظ سلامت یقـیناً از هیچ تلاشـی فروگذار نخواهیم بود.

در ادامه نیز رئیس مرکزبهداشـت شهرسـتان ایلام ضمن تقدیراز خدمات و همکاری‌های شایسته دستگاهها، ادارات و ارگانها در راستای اجرای موفق عملیات ضربـتی نظارت بـر عرضه مواد غذایی در مراکز تهیه و توزیع مواد غذایی و اماکن عمومی در سطح شهرستان ایلام ابراز کرد: با یاری و کمک همکاران بهداشت محیط در سـه ماهه اول سـال ۹۵ درگشت های مشترک بـا دیگر ادارات بـیش از۱۵تن مواد غذایی فاسد و تاریخ مصرف گذشـته کشـف و معدوم سازی گردید.

دکتر علیرضا شریفی ادامه داد: در سطح شهرسـتان ایلام در ابتدای این طرح بـیش از ۷۸ نفر متخلف در این عرضه داشته ایم که به مراجع قانونی معرفی و ۳۶ واحـد متخلف نیز پلمب شده اند.

وی خاطرنشـان کرد: این گشـت مشـترک بـا حـضور روشـــای ادارات مرکز بهداشـــت ، تعزیرات حـــکومتی ، بازرسان دامپزشکی ، صنعت معدن وتجارت ، اتاق اصناف ، بازرسان بهداشت محیط و صدا وسیما در سطح شـهر بـا اولویت صنوف حساس و مراکز تهیه و توزیع بامیه زولبیا ، قنادیها ، فروشگاههای مواد غذایی و پروتئینی ، قصابیها و رستورانها انجام گرفته است.

رئیس مرکز بهداشت شهرستان ایلام در رابطه بـا اجرای عملیات ضربـتی نظارت بـر فعالیت مراکز پخت نان در سطح شهرستان گفت: در این بازدیدها از مراکز پخت و پز نان در سطح شهرستان بازدیدهای متعددی به عمل آمده و ۱۷ مورد اخطاریه بـــرای نانوایی های متخلف صادر و همچنین ۱۰ مورد نیز از نانوایی ها نمونه بـــرداری شـــده است.

وی بیان داشت: امسال سبزی کاری و آبیاری آن بـا آب آلوده و فاضلاب را بـــا همکاری و تعامل شایســـته دستگاهها، ارگان ها و نهادها مورد توجه قرار دادیم و اخیراً بیش از یک هکتار سبزی آلوده نیز تخریب شد.

دکتر شریفی همچنین در رابطه بـا مطب های خصوصی پزشـکان و نظارت بـــر آرایشگاه های زنانه و مردانه در سطح شهرستان ایلام افزود: در سطح شهرستان تعداد ۷۲ مورد بازدید از مطب های سطح شهر ایلام انجام شـده که بـرای ۳۵ مطب، ۳۵ مورد اخطاریه صادر شـــده اســـت. همچنین بیش از ۱۳۴ مورد بـازدید از آرایشگاه های زنانه و مردانه از سوی پرسـنل بهداشـت محـیط انجام شـده و تعداد ۴۰ مورد اخطاریه نیز برای صاحبان آنان صادر شـده است.

وی با بیان اینکه اکرفدمی درحوزه سـلامت مردم صورت گرفته نتیجه همدلی و همراهی و حساسیت موضوع بـوده که تمام دسـتگاهها در آن دخالت داشـته اند، خاطرنشـان کرد: از تلاش و حمایت و پشتیبانی همه دستگاه ها، ارگان ها و نهادها که با مرکز بهداشت شهرستان ایلام همکاری صادقانه ای داشته اند، صمیمانه تقدیر می نماییم.

در ادامه این نشست نیز معاون سیاسی امنیتی فرمانداری ایلام و مدیر کل تعزیرات حـکومتی اسـتان ضمن تقـدیر تلاش و اهتمام مرکز بهداشت شهرستان ایلام در راستای حـفظ سـلامت مردم و شـهروندان، آمادگی خود را بـرای هرگونه همکاری و تعامل با این مرکز اعلام نمودند.

ارتعاش و لرزش و سختی و خشک شدن دست و پا، نشانه بیماری پارکینسون است

کندی حـــرکت و نداشـــتن تعادل، دیگر نشانه‌ها است

بـه گفته دکتر الهام نادری، متخصص مغز و اعصاب، بیماری پارکینسـون (بـرای اولین بـار در سـال ۱۸۱۷ میلادی، توسـط دکتر جیمز پارکینسـون، دانشـمند بریتانیایی بـه نام‌فلج‌لرزان توصیف شـده) بـر اسـاس علامت هایی، نظیر: ارتعاش و لرزش دست و پا، کندی حرکت، سختی و خشـک شـدن دسـت و پا و نداشـتن تعادل تشخیص داده می شود.

جوانان از بیماری مصون نیستند

دکتر نادری، اظهار کرد: پارکینسـون، بـیماری مزمن و پیش رونده ای است که بیشتر در افراد مسن و بـعد از ۶۰ سالگی بروز می کند.

این پزشک متخصص شاغل در کلینیک ویژه شماره ۲ دانشگاه علوم پزشـــکی قزوین،هشـــدار داد که این بیماری گاه در افراد جوان تر هم دیده می شـود که تا ۱۰ درصد کل بیماران را شامل می شود.

ایشان، عامل ایجاد بیماری را از بین رفتن سـلول های ترشح کننده دو پامین در جسم سیاه مغزی دانسـت که در اثر فقدان دو پامین حرکات بدن نامنظم می شود.

خوردن مواد غذایی مناسب، راهکاری بـرای پیشگیری

بنا بـه اظهار دکتر نادری، تحقیقـات جدید نشـان داده است، خوردن مواد غذایی حـاوی نیکوتین، مانند: فلفل و گوجه فرنگی و نیز اســـتفاده از غذاهای حـــاوی چربی‌های اشباع نشده و دارای اسـید فولیک، احـتمال ابتلا به بیماری پارکینسون را کاهش می دهد.

وی پرهیز از عوامل افزایش دهنده خطر، مثل: حشـره کش ها و ضربـــه های مکرر بـــه سر(بـــه ویژه در بوکـــورها) را در کاهش ابـتلا بـه این بـــیماری مؤثر دانسـت.

درمان قـطعی در کار نیسـت، فقـط کاهش علائم

این متخصص مغز و اعصاب، بـــا تأکید بـــه اینکه، پارکینسـون، درمان قـــطعی ندارد، اما داروهای تجویز شده از سوی پزشـک، در کاهش علائم بـیماری موثر اســـت؛ روش های حـمایتی را شـــامل: امیدواری و اطمینان دادن بـه بـیماران و درمان دیگر علائم همراه آن، نظیر: افسردگی دانسـت. دکتر نادری افزود: مشاوره برای کمک بـه کاهش افســـردگی، کار درمانی و گفتار درمانی، از دیگر روش های کمک به بیمار است.

توصیه هایی برای پارکینسونی ها

-استفاده از حمام گرم و ماساژ مکرر برای پیشگیری از سفتی عضلانی.

- اصلاح صورت با ریش تراش برقی.

-استفاده از کفش های بـدون بـند، نظیر: کفش های راحتی و کفش های زیب دار.

- اصلاح محیط منزل به نحـوه که از افتادن و آسـیب دیدگی جلوگیری شود.

- محـدودیت تدریجی بـیماری ممکن است، بـاعث عاجز شدن بیمار شود. یافتن راه هایی به منظور حـفظ عملکرد و کاراییِ بـیمار می تواند منجر بـــه تأخیر انداختن ناتوانی شود.

مشـاوره تخصصـی و کمک اعضای خانواده، در کنترل بهتر علایم، مؤثر است.

۷۰ درصد علایم دیابت، بی‌علامتی است

متخصص رژیم درمانی و تغذیه و عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران گفت : دیابـــت نوعی اختلال است که طی آن بـدن نمی تواند بـه انسـولین سـاخته شـده بـدن پاسخ دهد یا کربـــوهیدرات ها را متابولیزه کند.

به گزارش وبـدا ،دکتر حسـین ایمانی متخصص رژیم درمانی و تغذیه شـــاغل در دانشگاه علوم پزشـــکی خراسان شمالی افزود : خستگی، بی حوصلگی، کاهش وزن بدن، لاغری، تاری دید و تاخیر در بهبـود زخم ها از علایم دیابـت نوع ۲ بـه شـمار می رود اما بـــه دلیل افزایش تدریجی قـــند در این نوع بـــه طور معمول علامتی وجود ندارد و یا علایم غیر اختصاصـی همـراه است.

وی تصریح کرد : دیابت نوع ۲ به طور معمول بیشتر در افراد چاق، دارای اضافه وزن و کم تحرک بروز می کند.

وی اظهار داشـت : رژیم غذایی مناسـب و حـــاوی سـبزیجات تازه، همراه بـا ورزش روزانه و کاهش وزن می تواند دیابـت را تحـت کنترل قـرار دهد و وضعیت بیماران را بهبود بخشید.