

وضعیت نگران‌کننده سطح ویتامین دی در مازندران

شهریور ۱، ۱۴۰۲



به گزارش کیا پرس: دکتر علیپور، معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی مازندران، اعلام کرد که حدود ۵۰ درصد از شهروندان این استان سطح ویتامین دی کافی ندارند. این درصد بسیار بالا، نشان از عدم موفقیت تلاش‌ها در تأمین غذاهای حاوی ویتامین دی و نور آفتاب برای شهروندان دارد.

وی افزود، حدود ۲۷ تا ۲۸ درصد از افراد سطح ویتامین دی کمتر از ۲۰ دارند که این وضعیت نگران‌کننده است و در برخی شهرستان‌ها این عدد به بالای ۷۰ درصد نیز می‌رسد.

معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی مازندران تصریح کرد: این نشان می‌دهد که تأمین کامل نور آفتاب و غذاهای حاوی ویتامین دی برای شهروندان موفقیت‌آمیز نبوده است.

وی افزود: بنابراین، به نظر می‌رسد ضرورت دارد تا برنامه‌هایی برای تأمین ویتامین دی از طریق مکمل‌ها در دستور کار قرار گیرد.

دکتر علیپور اضافه کرد: این برنامه‌ها می‌توانند به شهروندان کمک کنند تا سطح ویتامین دی خود را به حداکثر برسانند.

وی تأکید کرد: به علاوه، باید توجه داشت که علت اصلی کاهش سطح ویتامین دی در افراد، عدم توجه به این موضوع یا فراموشی در مصرف غذاهای حاوی ویتامین دی است.

دکتر علیپور با اشاره به اینکه در برنامه‌های آموزشی خود باید به

این مسئله تأکید کرده و با تکرار آن، افراد را به مصرف منظم ویتامین دی تشویق کرد افزود: با طراحی برنامه‌های مناسب و اجرای آموزش‌های مکمل ویتامین دی، امیدواریم که بهبودی قابل توجهی در سطح ویتامین دی شهروندان استان مازندران ایجاد شود.