

الگوی خبر دادن

دانشمندان دانشگاه کالیفرنیا تمایل افراد برای اولویت دادن به شنیدن خبر خوب یا بد را تحلیل کردند.

فرایند دادن یا گرفتن خبر بد برای بسیاری از افراد و به ویژه زمانی که خبر دهنده در خصوص پیش بردن مکالمه مردد است، دشوار است. در مجموعه‌ای از آزمایش‌ها، روانشناسان دریافتند که گیرنده خبر بد بی‌نهایت می‌خواهد که خبر بد را در ابتدا بشنود، در حالی که خبردهنده تمایل دارد خبر خوب را ابتدا به وی بگوید.

چنانچه خبر دهنده خود را جای دریافت‌کننده خبر قرار دهد یا مجبور باشد کاری کند که گیرنده خبر احساس بهتری داشته باشد، ممکن است آن گونه که گیرنده می‌خواهد، به وی خبر بد دهد. در غیر این صورت، یک عدم تطابق رخ می‌دهد.

اما این تمامی ماجرا نیست و محققان حاضر در این پژوهش همچنین تعیین کردند که آیا خبر خوب معرفی شده در مکالمه می‌تواند بر تصمیم‌گیرنده برای عمل کردن یا تغییر رفتارش تأثیر بگذارد یا خیر.

انگالا لیگ و کیت‌سونیو از دانشگاه کالیفرنیا نشان دادند که بسیاری از وب‌سایت‌ها و کتاب‌های مدیریت «ساندویچ خبر بد» یعنی الگوی «خبر خوب-بد-خوب» را توصیه می‌کنند.

اما یافته‌های آن‌ها نشان می‌دهد منفعت برنده اصلی ساندویچ خبر بد نه گیرنده خبر، بلکه خبر دهنده است و گرچه دریافت‌کننده ممکن است با پایان خوش تسکین یابد، از انتظار مضطرابانه برای دریافت خبر بد به طول دریافت خبر خوب اولی لذت نمی‌برد و پنهان کردن خبر بد زمانی که تمایل برای تغییر رفتار فرد وجود دارد، کارآمد نخواهد بود. این مطالعه نشان می‌دهد گیرنده خبر از ترتیب خبر خوب و سپس بد و زمانی که خبر بد برای آن‌ها مفید است، سود می‌برد.

در صورتی که یک پزشک بخواهد تشخیص یا پیش‌بینی که دشوار است را به بیمار بگوید و بیمار نمی‌تواند کاری انجام دهد، نخست باید خبر بد به وی داده شود و از اطلاعات مثبت برای کمک به او برای پذیرش خبر بد استفاده کرد اما چنانچه بیمار نتواند کاری در این زمینه انجام دهد، در آخر باید خبر بد را به وی داد و به او گفت که برای بهتر شدن باید چه کاری انجام دهند.

این مطالعه دارای مضامینی مهم برای ارتباط در بسیاری از حوزه‌ها است.

به گفته محققان، معلمان و پزشکان، هنگام دادن خبر به طرف مقابل، درصورتی که فراموش کنند چنانچه به جای فرد مقابل باشند، چگونه می‌خواهند خبر خوب یا بد را بشنوند، عملکرد ضعیفی در انتقال خبر خواهند داشت.

خبررهنندگان در تلاش برای به تعویق انداختن تجربه ناگوار دادن خبر بد هستند و این کار را با اولویت دادن به خبر خوب انجام می‌دهند، درحالی که دریافت‌کنندگان با دانستن این که خبر بد در راه است، مضطرب می‌شوند.

این تنش می‌تواند ارتباط را از بین برده و برای هر دوی خبردهنده و گیرنده نتایج نامطلوبی به دنبال داشته باشد.

بیماری

عروسک چینی



استخوان‌های انسان در حالت طبیعی بسیار متکم هستند و به راحتی نمی‌شکنند.

اما بیماری به نام **عروسک‌چینی** شناخته شده است که استخوان‌های مبتلایان به آن مانند چینی شکننده است. برای نمونه «هولی هاتر» دختر انگلیسی است که از این بیماری رنج می‌برد. تنها ۱ نفر از هر دو میلیون نفر ممکن است به این بیماری مبتلا شوند بیماری این دختر بچه باعث شده است او با تمام انسان‌های روی زمین متفاوت باشد.

برخلاف انسان‌های دیگر، استخوان بدن این دختر ۴ ساله به مانند شیشهٔ شکننده است و به راحتی با کمترین ضربه‌ای خرد می‌شود. این بیماری در سلول‌های استخوانی نفوذ کرده و از داخل آن‌ها را ضعیف می‌کند. این بیماری به «عروسک چینی» معروف شده است و تنها در عرض چند دقیقه منجمد شده و چنان خود را از دست می‌دهد. استخوان‌ها در این ایستگاه متلاطم کار هستند، یخ‌ها را می‌شکافند تا بتوانند دربره گذشته زمین تحقیق کنند، این ایستگاه با نزدیک‌ترین ایستگاه قبلی، ۱۲۰۰ کیلومتری فاصله دارد. حتی تابستان‌های این منطقه نیز در مقایسه با مناطق دیگر زمستانی وحشتناک به حساب می‌آید اما با این حال در تمام طول تابستان، ۲۵ دانشمند و مهندس در این ایستگاه مشغول فعالیت هستند، این درحالی است که از این تعداد، تنها ۱۳ نفر طاقث تحمل زمستان‌های قطب جنوب را دارند و همچنان از فصل آینده به تحقیقات خود ادامه می‌دهند.

گودالی به عرض ۲۵۵۰کیلومتر در قسمتی از کف اقیانوس آرام و در نزدیکی جزایر ماریانا، گودالی به عرض ۲۵۵۰کیلومتر

رئیس مرکز ملی ذخایر

ژنتیکی و زیستی ایران گفت: یکی از وظایف ما در کشور، حفظ ذخایر بومی و دیگری بازگرداندن ذخایری است که به خارج از کشور برده شده است که ما در این خصوص، توانستیم طی سه سال گذشته، بیش از هفت هزار رقم بذر گیاهی ایرانی که به خارج از کشور رفته بود را به کشور برگردانیم.

سیدابوالحسن شاهزاده فاضلی در گفت‌وگو با ایسنا افزود: مرکز ملی ذخایر ژنتیکی و زیستی ایران تقریباً از نظر شکل و طراحی، کامل‌ترین شکل جهانی است که در حوزه‌های گیاهی، جانوری و میکروارگانیسم‌ها و حتی در حوزه‌های انسانی نیز در داخل کشور فعالیت می‌کند.

وی با اشاره به نگهداری از گیاهچه یک درخت بزرگ برای

دانشمندان برای کشف رمز و رازهای این جهان حاضرند حتی از جان خود هم بگذرند.

بعضی از آزمایشگاه‌هایی که این دانشمندان در آنجا تحقیق و بررسی انجام می‌دهند، خطرناک‌ترین دانشگاه‌های دنیا نامیده شده‌اند. جایی که کمتر افسردگی جرات رفتن به آنجا را داشته‌اند و خیلی‌ها نتوانسته‌اند از این مکان‌ها جان سالم به در ببرند.

آزمایشگاه وستوک

آزمایشگاه وستوک که در قطب جنوب قرار دارد، در واقع متعلق به روسیه است که در سال ۱۹۵۷ به منظور تحقیقات ژئوفیزیک ساخته شد. این منطقه، رکورددار سردترین نقطه روی زمین است که دمای آن در بیشتر اوقات به منفی ۸۹- درجه سانتی‌گراد می‌رسد که البته این دما در بعضی از زمستان‌ها پایین‌تر هم آمده و به منفی ۹۱- درجه سانتی‌گراد هم رسیده است.

این دما به معنی آن است که یک فرد عادی با لباس معمولی، تنها در عرض چند دقیقه منجمد شده و چنان خود را از دست می‌دهد. دانشمندان در این ایستگاه مشغول کار هستند، یخ‌ها را می‌شکافند تا بتوانند دربره گذشته زمین تحقیق کنند، این ایستگاه با نزدیک‌ترین ایستگاه قبلی، ۱۲۰۰ کیلومتری فاصله دارد. حتی تابستان‌های این منطقه نیز در مقایسه با مناطق دیگر زمستانی وحشتناک به حساب می‌آید اما با این حال در تمام طول تابستان، ۲۵ دانشمند و مهندس در این ایستگاه مشغول فعالیت هستند، این درحالی است که از این تعداد، تنها ۱۳ نفر تحمل زمستان‌های قطب جنوب را دارند و همچنان از فصل آینده به تحقیقات خود ادامه می‌دهند.

گودال ماریانا

در قسمتی از کف اقیانوس آرام و در نزدیکی جزایر ماریانا، گودالی به عرض ۲۵۵۰کیلومتر



طولانی مدت و به دور از آفت در یک محفظه شیشه‌ای به عنوان فعالیت‌های اخیر مرکز ملی ذخایر ژنتیکی و زیستی ایران، تصریح کرد: در یک سال گذشته این

مرگبارترین آزمایشگاه‌های دنیا



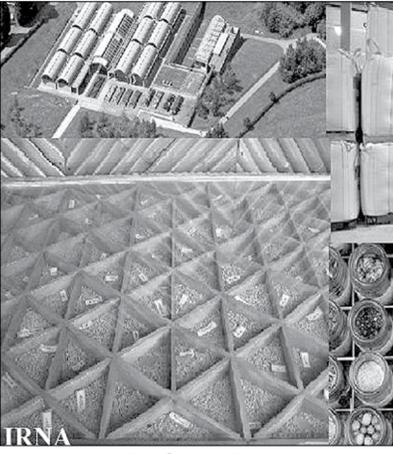
قرار دارد، اما این تنها مسئله‌ای نیست که این مکان را استثنایی کرده است. گودال ماریانا عمیق‌ترین نقطه در تمام دنیااست که عمق آن حدود ۱۱ کیلومتر از سطح دریاست البته تمام قسمت‌های آن دارای همیسن عمق نیستند، به خاطر گرد بودن زمین، عمق گودال در منطقه‌ای که به هسته زمین نزدیک‌تر است به ۱۳ کیلومتر هم می‌رسد که عمق آن «چلنجر» نامیده شد. به همین دلیل عمیق‌ترین نقطه آن «چلنجر» نامیده شد. تا ۴۲ سال پس از کشف این نقطه، تنها همان دو نفر موفق به دیدن آن شده بودند تا اینکه در سال ۲۰۱۲ جیمز کامرون با زیردریایی «دیب سسی چلنجر» ۲۰ دقیقه در این مکان تحقیق کرد، او در ساخت فیلم «ورطه» از این گودال استفاده کرده بود.

آزمایشگاه بیوایمی

آزمایشگاه‌های بیوایمی که در آمریکا قرار دارند، از آزمایشگاه‌هایی هستند که روی انسان‌ها، عوامل مرگ و بیماری‌های مختلف تحقیق می‌کنند. این آزمایشگاه‌ها-انظر به مقالات‌شان به چند دسته تقسیم شده‌اند که سطح یکم تا ۴درجه سانتی‌گراد نخواهد بود. برای رفتن به این گودال با این فشار باید زیردریایی‌هایی بسیار

دانش و پژوهش danesh@kayhan.ir

بازگر دادند ۷ هزار بدر ایرانی به کشور



کار را بر روی انگور، انار و گردو انجام دادیم، البته اگر بتوانیم یک باغ شیشه‌ای ایجاد کنیم، در این صورت خواهیم توانست برای قرن‌ها ژنتیکی و زیستی ایران، تصریح کرد: در یک سال گذشته این

موجودات دریایی و خاکی و پرندگان گرفته تا میکروارگانیسم‌ها و موجودات ذره‌بینی که با چشم مسلح می‌توان آنها را دیده از ذخایر ژنتیکی هستند و امروزه ارزش میکروارگانیسم‌ها خیلی بیشتر از گیاه و جانداران است و درآمدی که از آنها حاصل می‌شود نیز بیشتر است، همچنین در تولید خیلی از داروها و مواد صنعتی آنزیم‌ها نیز از آنها استفاده می‌شود.

فاضلی تصریح کرد: هر ساله برای خرید داروها، مواد صنعتی و مواد آزمایشگاهی میلیاردها دلار از کشور خارج می‌شود. در حالی که در دنیا از منبع میکروارگانیسم‌ها فقط ۳۵۰ میلیارد دلار درآمد بدست می‌آید. وی افزود: کشور ما ایران از نظر تنوع زیستی، گیاهی و جانوری ر رده‌های بالای دنیااست، به طوری که تنوع گیاهی در ایران برابر کل قاره اروپاست. رئیس مرکز ملی ذخایر

سنگ‌های کلیه بدون جراحی درمان می‌شود

یک جراح و متخصص کلیه و مجاری ادراری گفت:۹۶درصد سنگ‌های امروزه با سنگ‌شکنی و آندوسکوپی قابل درمان است

و برای درمان نیازی به ایجاد شکاف در پهلو نیست. دکتر حسین کرمی در گفت‌وگو با خبرگزاری دانشجویان ایران

با بیان اینکه سنگ کلیه یکی از شایع‌ترین بیماری‌ها در ایران است که باعث احساس درد شدید کلیه‌ها به علت حرکت سنگ کلیه به لوله حالب در افراد می‌شود، افزود: درد سنگ کلیه به سلطان درها مشهور بوده و حتی از درد زایمان نیز شدیدتر است.

وی ادامه داد: رژیم غذایی پرپروتئین، نوشیدن کم آب، مصرف زیاد نمک و تشکیل سنگ کلیه می‌تواند باعث تشکیل سنگ در کلیه شود.

این متخصص جراحی کلیه، آب و هوای گرم و مرطوب و تعریق زیاد بدن را از علل دیگر تشکیل سنگ کلیه عنوان کرد و افزود: کم‌تحرکی طولانی‌مدت، وجود انسداد طول کشیده در مسیر کلیه‌ها نیز می‌تواند به سنگ کلیه منجر شود.

دکتر کرمی در باره تشخیص سنگ در کلیه اقراراد گفت: ساده‌ترین راه تشخیص سنگ در کلیه‌ها انجام سونوگرافی است و تنها در صورت نیاز عکس رنگی یا IVP توسط پزشک انجام می‌شود. متخصص جراحی کلیه با بیان این‌که می‌توان از تشکیل سنگ کلیه پیشگیری کرد، افزود: با رعایت نکاتی چون مصرف میزان مناسب مایعات به این شکل که افراد هر ۲ ساعت یک لیوان آب بنوشند. در صورت عدم مصرف آب، جای کمرنگ و دست‌نور رژیم غذایی ایکی می‌تواند مفید واقع شود.

دکتر کرمی در باره تشخیص سنگ در کلیه اقراراد گفت: ساده‌ترین راه تشخیص سنگ در کلیه‌ها انجام سونوگرافی است و تنها در صورت نیاز عکس رنگی یا IVP توسط پزشک انجام می‌شود. متخصص جراحی کلیه با بیان این‌که می‌توان از تشکیل سنگ کلیه پیشگیری کرد، افزود: با رعایت نکاتی چون مصرف میزان مناسب مایعات به این شکل که افراد هر ۲ ساعت یک لیوان آب بنوشند. در صورت عدم مصرف آب، جای کمرنگ و دست‌نور رژیم غذایی ایکی می‌تواند مفید واقع شود.

آزمایشگاه فضایی

فضا یکی دیگر از خطرناک‌ترین مکان‌هایی است که تا به حال دانشمندان در آن به کارهای تحقیقاتی مشغول بوده‌اند، مکانی که برخلاف گودال ماریانا هیچ فشاری ندارد، نه فشار و نه اکسیژن. قرار گیری در این شرایط بسیار خطرناک است زیرا می‌تواند به خاطر اختلاف فشار در داخل و خارج بدن، در یک لحظه باعث پارگی ریه‌ها شده و در نهایت منجر به مرگ فناشورد شود. همچنین این خلاء می‌تواند باعث پارگی پرده گوش و سینوس‌ها شود.

پارگی مویرگ‌ها و ایجاد کبودی در نقاط مختلف بدن از کمترین و عادی‌ترین مشکلاتی است که تقریباً برای تمامی فضاوردان پیش می‌آید. به غیر از تمام این مشکلات، قرارگیری در چنین شرایطی برای مدت طولانی، می‌تواند باعث هایپو کمسیا یا کمبود اکسیژن در تمام بدن شود.



یک از شیوه‌های مهم برای کاهش بیماری‌های غیرواگیر تمرکز بر کاهش فاکتورهای خطرزای مرتبط با این بیماری‌هاست. راحل‌های کم‌هزینه‌ای برای کاهش فاکتورهای خطرزای این بیماری‌های شایع وجود دارند. دیگر شیوه‌های کاهش این بیماری‌ها رویکردهای درمانی اولیه شامل تشخیص زودهنگام و درمان به موقع هستند. شواهد نشان می‌دهد که چنین سرمایه‌گذاری‌هایی تأثیر چشمگیری در کاهش هزینه درمان‌ها دارد.

شایع‌ترین بیماری‌های غیرواگیر

- بیماری‌های قلبی - عروقی

بیماری‌های قلبی - عروقی به مجموعه‌ای از اختلالات قلبی و عروق خونی اطلاق می‌شود. سکنه‌های قلبی و مغزی عمدتاً از طریق انسداد رگ‌های خونی اتفاق می‌افتند که موجب می‌شود جریان خون به مغز یا قلب متوقف شود. اصلی‌ترین دلیل این بیماری تولید چربی در جداره داخلی رگ‌های زخونی است که تأمین‌کننده نیازهای مغز یا قلب هستند. سکنه مغزی همچنین می‌تواند از خوردن رژیم غذایی ناسالم یا لخته‌های بدنی ناشکی با عفونت‌های خون‌ریز، بالا رفتن گلوکز خون، بالا رفتن لیپید خون، اضافه وزن و چاقی بروز می‌کنند.

کنار گذاشتن سیگار، کاهش مصرف نمک در رژیم غذایی، مصرف میوه و سبزی و ورزش می‌تواند خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی - عروقی را کاهش دهد همچنین از احتمال ابتلای فرد به فعالیت‌های بدنی، دیابت و افزایش لیپید خون بکاهد. اغلب موارد ابتلا به بیماری‌های قلبی - عروقی بدون علائم ظاهری هستند. سکنه قلبی با مغزی ممکن است اولین هشدار این بیماری نهفته باشد که می‌تواند با خود را با احساس درد یا ناز آبی، از قفسه سینه، زنج، شانه سمت چپ، فک یا کمر نشان دهد. همچنین از شایع‌ترین علائم سکنه مغزی ضعف ناگهانی در صورت، دست یا پاهاست که بیشتر اوقات در یک طرف بدن ظاهر می‌شوند.

دیابت

دیابت بیماری مزمنی به حساب می‌آید و زمانی اتفاق می‌افتد که پانکراس انسولین کافی تولید نمی‌کند یا نمی‌تواند انسولین تولیدی را به درستی مصرف کند. دیابت تأثیرات متعددی است که با بیماری متکثر تنگی نفس و خن‌خس مرتبط است. علائم این بیماری می‌تواند چندین بار در طول روز یا هفته در افراد مبتلا اتفاق افتد که در برخی افراد هنگام شب یا انجام

صفحه ۷
دو شنبه ۲۷ آبان ۱۳۹۲
محررم ۱۴۳۵ - شماره ۲۰۶۴۲

تولید خون مصنوعی با آب و نمک!



دانشمندان موفق به تولید خون مصنوعی از آب، نمک و پروتئین شدند که این دستاورد می‌تواند در آینده بدون عوارض جانبی در انسان‌ها مورد استفاده قرار گیرد.

این خون در کنار آب و نمک حاوی پروتئینی موسوم به هم‌برترین بوده که از کرم‌های دریایی استخراج شده است.

محققان دانشگاه «پس بولنای» رومانی امیدوارند این دستاورد بتواند به پایان کمبود عرضه خون و پیشگیری از سیرایت عفونت از طریق انتقال خون کمک کند.

به گفته آنها، این دستاورد ممکن است حتی بتواند به تولید خون فوری منجر شود که با افزودن آب به آن بتوان به خون مصنوعی دست پیدا کرد. تاکنون تلاش‌ها برای تولید خون مصنوعی با شکست مواجه بوده چرا که این مایع نمی‌تواند در برابر فشارهای شیمیایی و مکانیکی وارد آمده بر آنها مقاومت کند.

به گفته محققان، هم‌برترین برخلاف هم‌گلوبین می‌تواند در برابر فشارهای فیزیکی و شیمیایی ثابت بماند. تاکنون این خون مصنوعی در آزمایشگاه و بر روی موش‌ها آزمایش شده که هیچ گونه عوارض جانبی نشان نداده است.

محققان امیدوارند بتوانند این خون مصنوعی را در کارآزمایی‌های بالینی در یک تا دو سال آینده بر روی انسان آزمایش کنند.

این کار براساس پژوهش دانشگاه‌های ادینبورگ و بریستول بوده که در سال ۲۰۱۱ هزاران میلیون سلول خون قرمز را از سلول‌های بنیادین مغز استخوان تولید کرده بود.

پروفیسور مارک ترنز از دانشگاه ایدینبورگ امیدوار است بتواند منبعی از سلول‌های گروه خونی O منفی بدست آورد. این گروه خونی اهداکننده جهانی می‌تواند به ۹۸ درصد جمعیت جهان اهدا شود. تامین خون سالم همچنین می‌تواند مزیتی برای کشورهای در حال توسعه باشد که در آنها هزاران تن جان خود را بر اثر شرایطی مانند خونریزی پس از زایمان از دست می‌دهند.

فرانسه کارآزمایی‌های بالینی اولیه را با خون بدست آمده از سلول‌های بنیادی آغاز کرده و محققان سراسر جهان در حال ساخت هم‌گلوبین هستند که پروتئین حامل اکسیژن در بدن است. همچنین ایده‌هایی برای استفاده از هم‌گلوبین گاوی به عنوان جایگزین خون وجود دارد.

ساقه وسط گاهو را نخورید

که در کشورهای توسعه یافته بر روی سبزی‌ها نیز کنترل انجام می‌شود.

دستی دربارہ دلیل تجمع نیترات در سبزی‌ها یادآورشد: کاربرد زیاد کودهای شیمیایی از ته در مزارع

از دلایل اصلی تجمع نیترات در سبزی‌هاست چرا که کودهای نیتروژنه باعث افزایش تولید می‌شود بنابراین کشاورزان از این کود زیاد صرف می‌کنند.

وی اظهار داشت: میزان مجاز نیترات در کشورهای مختلف فرق دارد، به طوری که در برخی کشورها میزان نیترات مجاز در اسفناج ۴۰۰ ppm و برای کاهو ۱۰۰۰ ppm تعیین شده است، این در حالی است که در کشور ما مقدار نیترات موجود در این سبزی‌ها خیلی بیشتر از حد مجاز است.

وی با بیان این که پرورش سبزی‌ها در باغچه منازل، بهترین شیوه برای کنترل نیترات است به شهروندان توصیه کرد، تا جایی که امکان دارد سبزی‌ها را خودشان پرورش دهند و یا این که از محصولات ارگانیک استفاده کنند. همچنین از بخش‌هایی که نیترات زیادی دارند استفاده نکنند و در اسفناج ساقه کودگان حائز اهمیت است.

این مدرس دانشگاه راه‌های انتقال نیترات با بدن را آب آشامیدنی و سبزی‌ها عنوان کرد و گفت: در مورد آب آشامیدنی وجود دارد و مشکل زیادی از نیترات در آب اندازه‌گیری می‌شود، این در اندازه‌گیری می‌شود، و فرایند تولید آن در فریزر و تبریز صورت نمی‌گیرد این در حالی است که

فعالیت‌های بدنی افزایش می‌یابد. در زمان حمله آسمی، جداره مجاری تنفسی متورم می‌شود و موجب شده مجرای هوا باریک شود و جریان هوا به داخل و خارج ریه‌ها را کاهش دهد.

سازمان جهانی بهداشت در آمارهای جهانی خود آورده است که ۲۳۵میلیون نفر به آسم مبتلا هستند. رقم شایع‌ترین بیماری مزمن در میان کودکان است و در تمامی کشورها به نوع سطح توسعه‌شان مشاهده می‌شود.

اضافه وزن و چاقی

اضافه وزن و چاقی به انباشت افراطی و غیرمعمول چربی عنوان می‌شود که ممکن است سلامت فرد را به خطر اندازد. اضافه توده بدنی شاخص ساده‌ای از وزن و قد است که برای طبقه‌بندی کردن اضافه وزن و چاقی در افراد بزرگسال به کار می‌رود.

اضافه وزن و چاقی پنجمین علت مرگ و میر در جهان شناخته و به تازگی از سوی سازمان جهانی بهداشت در فهرست بیماری‌های مزمن گنجانده شده است. حداقل ۴ میلیون و ۰۰۰هزار بزرگسال در سال در نتیجه چاقی و داشتن اضافه وزن جان خود را از دست می‌دهند. علاوه بر این، ۴۴درصد موارد ابتلا به دیابت، ۲۳درصد ابتلا به بیماری ایسکمیک قلب و بین ۷ تا ۱۴درصد ابتلا به سرطان‌های خاص به چاقی و اضافه وزن نسبت داده می‌شوند.

بررسی‌های سازمان جهانی بهداشت در سال ۲۰۰۸ میلادی حاکی از آن است که بیش از ۱ میلیارد و ۴۰۰میلیون بزرگسال اضافه وزن دارند. از میان این افراد بیش از ۲۰۰میلیون فرد مرم و حدود ۰۰میلیون زن چاق هستند. در مجموع بیش از ۱درصد جمعیت بزرگسال جهان چاق هستند.

همچنین بررسی‌های‌شان می‌دهد که در سال ۲۰۱۱ میلادی بیش از ۴۰میلیون کودک زیر پنج سال از اضافه وزن رنج می‌برند درحالی که اضافه وزن و چاقی در چاقی کشورهای با درآمد بالا درنظر گرفته می‌شود اکنون نرخ شیوع اضافه وزن و چاقی در کشورهای با درآمد متوسط و پایین نیز رو به افزایش است. بیش از ۲۰میلیون کودک مبتلا به اضافه وزن در کشورهای درحال توسعه و ۱۰ میلیون در کشورهای توسعه یافته زندگی می‌کنند.

از جمله دلایل ریشم‌های چاقی و اضافه وزن نبود تعادل انرژی بین کالری مصرفی و کالری سوزانده شده است. همچنین افزایش دریافت غذاهای مملو از کالری که حاوی مقدار قابل توجهی چربی هستند و افزایش بی‌تحرکی از جمله دیگر دلایل شیوع این بیماری است. علاوه بر این، افزایش شاخص توده بدنی اصلی‌ترین فاکتور خطرزای برای بیماری‌های غیرواگیر همچون بیماری‌های قلبی- عروقی، اختلالات اسکلتی- عضلانی و برخی سرطان‌ها به شمار می‌رود.

اصول خود را نشان می‌دهد. علائم این بیماری می‌تواند چندین بار در طول روز یا هفته در افراد مبتلا اتفاق افتد که در برخی افراد هنگام شب یا انجام

^[1] فاکتورهای خطرزای رفتاری شامل استعمال دخانیات، کم‌تحرکی و رژیم

^[2] فاکتورهای خطرزای رفتاری شامل استعمال دخانیات، کم‌تحرکی و رژیم

^[3] فاکتورهای خطرزای رفتاری شامل استعمال دخانیات، کم‌تحرکی و رژیم