



بولتن خبری روابط عمومی انجمن صنایع فرآورده های لبنی ایران

یکشنبه ۲۴ آذر ۱۳۹۸



 www.ir-dis.org

 [IrainianDairyIndustry](https://t.me/IrainianDairyIndustry)



فهرست

- ۳ نوشیدنی که آلودگی هوا را از ریه‌ها پاک می‌کند
- ۴ ۴۰ هزار تن شیر خام در استان بوشهر تولید شد
- ۵ دو کارخانه در شهرستان چادگان راه اندازی می‌شود
- ۶ شهروندان اردکان از مصرف لبنیات مشکوک و پنیر تازه محلی پرهیز کنند
- ۸ «پنیر» اعتیادآور است



بولتن خبری روابط عمومی انجمن صنایع فرآورده‌های لبنی ایران



www.ir-dis.org



[IrainianDairyIndustry](https://www.IrainianDairyIndustry.com)



✍ نوشیدنی که آلودگی هوا را از ریه‌ها پاک می‌کند

کارگر آنلاین

متخصص تغذیه در ارتباط با خطرات آلودگی هوا گفت: مصرف انواع لبنیات و به خصوص شیر در زمان آلودگی هوا کمک بسیار بزرگی به سلامت بدن می‌کند. مصرف حداقل یک لیوان شیر در میان‌وعده قبل از ظهر باعث می‌شود ریه‌ها از آلودگی پاک شوند.

سیدمرتضی صفوی متخصص تغذیه با اشاره به مشکلات تشدید آلودگی هوا در فصل زمستان گفت: آلودگی‌هایی که در شهرهای بزرگ وجود دارد، علاوه بر بیماری‌های قلبی و ریوی، مشکلات دیگر را ایجاد می‌کند؛ مسئله مهم در زمان آلودگی هوا این است که از میوه و سبزیجات به دلیل خاصیت آنتی‌اکسیدانی‌اش استفاده کنیم، میوه‌ها به بدن کمک می‌کنند تا فلزات سنگین و آلودگی‌های محیط از بدن حذف شود.

وی افزود: پدیده‌ای به نام ایجاد رادیکال آزاد در بدن وجود دارد که به دلیل آلودگی هوا در بدن ایجاد می‌شود. رادیکال آزاد، میل ترکیبی بسیار زیادی با عناصر کنار خود پیدا می‌کند و در نهایت غده سرطانی تشکیل می‌دهد، بنابراین آلودگی هوا به مرور زمان، سرطان بافت‌های مختلف بدن را ایجاد می‌کند. مصرف انواع لبنیات و به خصوص شیر در زمان آلودگی هوا کمک بسیار بزرگی به سلامت بدن می‌کند. مصرف حداقل یک لیوان شیر در میان‌وعده قبل از ظهر باعث می‌شود ریه‌ها از آلودگی پاک شوند. توصیه می‌شود کسانی که در کارخانجاتی مانند لاستیک‌سازی، فرآورده‌های نفتی و باتری‌سازی‌ها که با مواد آلوده و سربی سر و کار دارند، روزانه حداقل یک لیوان شیر را در برنامه غذایی خود داشته باشند تا در فضای آلوده، آسیبی به بدن آنها نرسد. استفاده از آنتی‌اکسیدان‌ها در مواقع آلودگی بسیار ضروری است، قوی‌ترین آنتی‌اکسیدان محلول در آب، ویتامین C است که در مرکبات، سبزیجات، سیب‌زمینی، گوجه‌فرنگی و... به میزان فراوانی وجود دارد. مصرف زیاد این ویتامین به دلیل محلول در آب بودنش، هیچ ضرری برای بدن ندارد و با ادرار دفع می‌شود.

صفوی در ادامه به خواص ویتامین E در بدن اشاره کرد و گفت: ویتامین E قوی‌ترین آنتی‌اکسیدان محلول در چربی است و استفاده از انواع گوشت، غذاهای دریایی، جوانه گندم، گردو و... که دارای ویتامین E هستند، برای درمان آلودگی و جلوگیری از ایجاد رادیکال آزاد برای بدن مهم هستند. این ویتامین علاوه بر آنتی‌اکسیدانی بودنش، محافظت از قلب، مغز و سلول‌های ریه که دائم با اکسیژن و گلبول‌های خون برای مقابله با بیماری‌ها در تماس هستند، را بر عهده دارد. ویتامین E مانع از آسیب به ژن‌ها و DNA در زمان آلودگی هوا می‌شود. همچنین قرنیه چشم که یکی از آسیب‌پذیرترین نقاط بدن است در زمان آلودگی با ویتامین E محافظت می‌شود. ویتامین‌های دیگر مانند D، A، زینک، سلنیوم و... دیگر موارد ضروری بدن هستند که خاصیت آنتی‌اکسیدانی بالایی دارند و با آلودگی هوا مقابله می‌کنند.



✎ ۴۰ هزار تن شیر خام در استان بوشهر تولید شد

فارس 

معاون بهبود تولیدات دامی سازمان جهاد کشاورزی استان بوشهر گفت : در سال گذشته در استان بوشهر ۸ هزار تن گوشت قرمز و ۴۰ هزار تن شیر خام تولید شده و پیش بینی می شود در سال جاری ۳۰۰ تم گوشت قرمز و ۲۰۰۰ تن شیر خام بیشتری تولید شود.

افشین قطبی اظهار داشت: در حال حاضر در استان بوشهر ۲۱۹ واحد پرواربندی گوساله به ظرفیت ۳۶ هزار راس، ۵۷ واحد پرواربندی بره به ظرفیت ۱۸ هزار راس و ۱۵ واحد پرورش گاو شیری به ظرفیت ۸۳۰ راس دارای پروانه بهره برداری صنعتی هستند. بیش از ۴۰۰ واحد پرواربندی روستایی به ظرفیت ۴۰ هزار راس و همچنین سه هزار و ۵۰۰ واحد پرورش گاو شیری روستایی به ظرفیت ۱۵ هزار راس مولد، در استان فعال می باشند و بخش عمده تولیدات دامی استان مربوط به واحدهای روستایی است. در استان بوشهر چهار هزار و ۲۰۰ نفر شتر پرورش داده می شود و ۹۰ تن از گوشت قرمز تولیدی استان، از راه پرورش شتر تامین می شود.





✍ دو کارخانه در شهرستان چادگان راه اندازی می شود



ایسنا

فرماندار چادگان گفت: با راه اندازی دو کارخانه الکتروود و لبنیات نزدیک به ۲۰۰ فرصت شغلی مستقیم در شهرستان ایجاد می شود.

عباس توکلی با بیان اینکه در کارگروه های تخصصی، مشکلات سرمایه گذاران به دقت بررسی می شود، اظهار کرد: در این کارگروه ها راهکارهای توسعه صنعتی شهرستان و یا علل توقف ساخت واحدهای تولیدی، هماهنگی برای حل مشکل و همچنین بررسی و پیگیری رفع موانع مربوط در دستور کار قرار می گیرد. در سالی هستیم که باید همه در جهت رونق تولید کمک کنیم و با عزم ملی و مدیریت جهادی ضروری است تا مشکلات واحدهای صنعتی و تولیدی و همچنین ایجاد اشتغال مورد توجه بیشتری قرار گیرد.

فرماندار چادگان از آماده شدن ۹۰ درصدی دو کارخانه الکتروود و لبنیات دامداران در شهرک صنعتی چادگان خبر داد و خاطرنشان کرد: از طرح های صنعتی و تولیدی حمایت می کنیم و از مدیران دستگاهها انتظار می رود مسائل و مشکلات واحدهای تولیدی را در اسرع وقت با همدلی و نگاه مثبت حل و فصل کنند و امروز همه مدیران دستگاههای اجرایی برای کمک و پشتیبانی از بخش تولید و اشتغال پای کار هستند. در حال حاضر ساختمان اداری و نگهبانی اداره گاز آماده شده است و محوطه سازی و زیبایی آن با مساعد شدن هوا در دستور کار قرار دارد. چادگان از بهترین مناطق کشور در حوزه سرمایه گذاری محسوب می شود و از قابلیت ها و موقعیت ممتازی برخوردار است، به همین دلیل شرایط بسیار عالی برای سرمایه گذاران در بحث واگذاری زمین در نظر گرفته شده است.

فرماندار چادگان با بیان اینکه با راه اندازی دو کارخانه الکتروود و لبنیات برای ۲۰۰ نفر اشتغالزایی مستقیم در شهرستان ایجاد خواهد شد، گفت: به گفته مدیرعامل کارخانه الکتروود با فعال شدن این کارخانه ۱۵۰ نفر نیروی کار در شهرستان طی سه شیفت مشغول به کار می شوند که می تواند نرخ اشتغال شهرستان را به طور قابل توجهی بالا ببرد. ایجاد اشتغال ۱۸ نفر در کارخانه لبنیات، همکاری با سرمایه گذاران و حمایت از تولید در جهت اشتغالزایی، اولویت اول شهرستان است و این کارخانه با نصب تمام دستگاهها توانسته در آستانه بهره برداری قرار بگیرد.



✍ شهروندان اردکان از مصرف لبنیات مشکوک و پنیر تازه محلی پرهیز کنند

خرداد 

رییس شبکه بهداشت و درمان اردکان نسبت به افزایش تب مالت به عنوان بیماری مشترک میان انسان و حیوان که سلامت افراد را تهدید می‌کند، در این شهرستان هشدار داد و از مردم خواست از مصرف لبنیات مشکوک و پنیر تازه محلی جدا پرهیز کنند.

سید محمد پورهایمی: پارسال ۹ مورد ابتلا به این بیماری شناسایی شد که از ابتدای سال ۹۸ تا پایان آبان ماه، ۳۱ مورد ابتلا به تب مالت ثبت شد که طبق بررسی‌های انجام شده ناشی از مصرف لبنیات مشکوک و پنیر تازه محلی بود که ۲۳ نفر این افراد اصلاً تماسی با دام نداشته‌اند.

وی از شهروندان خواست مواد لبنی مورد نیاز خود را از مراکز معتبر و پاستوریزه تهیه کنند، زیرا، تب مالت، به بیماری هزار چهره معروف است و تمام سیستم بدن را درگیر می‌کند، متأسفانه در اردکان با افزایش این بیماری مواجه هستیم. باید آحاد مردم یاد بگیرند، سلامت فقط درمان نیست. موضوع سلامت فقط به وزارت بهداشت و درمان مربوط نیست بلکه به همه ربط دارد و هدف از ایجاد نهادهای بهداشتی در دولت‌ها، تأمین سلامت و رفاه مردم است. سواد سلامت یعنی اینکه افراد از توانایی لازم برخوردار باشند که در مورد سلامتی خود مطلب بخوانند، آن درک کنند و تصمیم بگیرند و به دستور سلامت که از مجاری صحیح به دست آنها رسیده یا می‌رسد عمل کنند و سواد سلامت هیچ ارتباطی با سواد کلاسیک افراد ندارد. در حال حاضر در فضاهای مجازی با حجم بالایی از اطلاعات مواجه هستیم که بسیاری از آن‌ها نادرست است، وظیفه ذاتی علمای بهداشت و درمان است که مسائل را به صورت درست به سمع و نظر مردم برسانند و در عین حال به گونه‌ای اقدام شود که شهروندان در این زمینه «تغییر رفتاری» داشته باشند.

پورهایمی در ادامه بابیان اینکه خود مراقبتی یکی از شیوه‌های جلوگیری از ابتلا به بیماری و تشدید آن است، گفت: بیماری‌های مزمن یکی از چالش‌های جدی کشورها به خصوص در جامعه ماست که این خود مراقبتی نقش مهمی در کاهش مراجعه به پزشکان و مراکز درمانی دارد و می‌تواند در سلامت جامعه، فرد، خانواده و صرفه‌جویی‌های دیگر در کشور مؤثر باشد. در موضوع بیماری‌های مزمن اگر خود مراقبتی رعایت شود می‌تواند ۴۰ تا ۵۰ درصد از میزان مراجعه مردم به پزشکان عمومی، ۱۸ درصد به پزشکان متخصص، ۵۰ درصد به اورژانس و همین میزان از بستری و غیبت افراد از کار کاهش یابد.

همچنین معاون سیاسی، امنیتی و اجتماعی فرمانداری اردکان بابیان اینکه کم‌کاری و بی‌تعهدی در موضوع سلامت و امنیت، آسیب‌های زیادی به جامعه انسانی وارد می‌کند، گفت: سلامت و امنیت، نقش مهم و حیاتی در توسعه پایدار جامعه انسانی دارند.



رقیه کرمانیان از سلامت و امنیت به عنوان ۲ مقوله مهم نام برد و افزود: این ۲ موضوع خط قرمزی برای دولت‌ها و نظام‌ها محسوب می‌شوند که قابل مصالحه نیستند. جامعه ما، اسلامی است قطعاً با تعهد کاری و دینی که افراد دارند انتظار می‌رود در همه زمینه‌ها به خصوص در موضوع سلامت، همه تلاش‌های خود را به کار گیریم. آگاهی بخشی و کار فرهنگی باعث تحول بزرگی در سلامت خواهد شد، بیماری‌های واگیر هم به شدت کاهش می‌یابد، حتی در بسیاری از موارد آمار فوتی‌ها به صفر می‌رسد، لازم است اطلاع‌رسانی در دیگر ابعاد سلامت اتفاق بیفتد که این مهم با همکاری بین بخشی و جلب مشارکت مردم محقق می‌شود.

وی بابیان اینکه در گذشته در مورد استفاده از واکسیناسیون کودکان میزان مشارکت مردم کم بود و حمایت‌ها از سوی آنها چندان جدی نبود، افزود: حتی مردم در این زمینه مقاومت می‌کردند، اما آگاهی و کار فرهنگ‌باعت شد که امروز، مردم آن را جدی تلقی کنند و مطالبه‌گر این موضوع هستند و حتی در روستاهای دورافتاده احساس نیاز در مورد واکسیناسیون افراد وجود دارد. بسیاری از بیماری‌های غیرواگیر ک ارتباط تنگاتنگی با سبک زندگی افراد دارند و از اعضای شورای سلامت انتظار می‌رود، آنچه مربوط به سبک زندگی افراد است با جلب مشارکت مردم و همکاری‌های بین بخشی انجام دهند.

تب مالت نوعی باکتری عفونی است که از حیوان به انسان و بیشتر از طریق شیر، پنیر و لبنیات غیر پاستوریزه منتقل می‌شود، معمولاً عفونت می‌تواند با آنتی بیوتیک درمان شود و درمان چند هفته تا چند ماه طول بکشد، پرهیز از مصرف لبنیات غیر پاستوریزه و احتیاط در برخورد با حیوانات می‌تواند به پیشگیری از تب مالت کمک کند.

نشانه‌های آن شامل تب، لرز، تعریق، ضعف، خستگی، درد کمر، مفاصل و عضلات و سردرد است.



«پنیر» اعتیادآور است

اعتماد 

بر اساس مطالعات، آمریکایی ها حدود ۶ پوند پنیر در هر سال در اواسط دهه ۱۹۷۰ میلادی می خوردند و در سال ۲۰۱۸، این رقم به ۱۱ پوند افزایش یافته است.

گرچه فاکتورهای بسیاری در این روند رشد وجود دارد اما متخصصان معتقدند که این رقم تا حدودی به دلیل پروتئینی به نام کازئین است که در سایر لبنیات نیز یافت می شود. به عنوان یک پروتئین، کازئین معمولاً توسط بدن ما به ترکیبات کوچکتر که اکنون کازومورفین نامیده می شود، تجزیه می شود. سپس این ماده از سد خونی مغزی ما عبور کرده و به گیرنده های دوپامین مغز ما متصل می شوند و باعث می شوند که آنها دوپامین یا هورمونی را که لذت و احساس پاداش به ما می دهد، آزاد کنند.

بنابراین به طور خلاصه، پنیر باعث می شود احساس خوبی داشته باشید و این باعث می شود تا بیشتر از آن میل کنید. علاوه بر این، مقدار بالای چربی آن نیز باعث می شود مرتب هوس کنید این ماده را مصرف کنید، زیرا آزاد شدن اندورفین ها پس از برآورده شدن از آن ولع نیز لذت بخش و ارزشمند است، که این چرخه را تکرار می کند.

خوشبختانه، پنیر سلامتی شما را به هیچ وجه تهدید نمی کند.. البته بیشتر پنیرها دارای لاکتوز هستند و بنابراین افرادی که تحمل لاکتوز ندارند باید تا حد ممکن از مصرف بیش از حد آن جلوگیری کنند. خواص خفیف اعتیادآور و لذت بخش پنیر، از بزرگترین دلایلی است که باعث می شود پس از شیر، محبوب ترین و شناخته شده ترین فرآورده لبنی باشد.