

استفاده از ماسک، پس از جراحی بینی مشکلی ندارد

به راحتی از ماسک استفاده کنند. وی تصریح کرد: در هفته اول جراحی بینی که اصطلاحاً بینی درگچ است، حتی امکان استفاده از عینک هم وجود دارد. البته با توجه به شرایط بیمار در یکی دو هفته اول، عموماً افراد از خانه خارج نمی‌شوند و مسلمانانی از استفاده از ماسک هم نیستند، اما بسیار از هفته می‌توانند

یک فوچ تخصص جراحی پلاستیک، ترمیمی و سوختگی گفت: افرادی که بینی خود را عمل کرده‌اند، هیچ محدودیت یا ممنوعیتی برای استفاده از ماسک ندارند. دکتر سیامک راکعی افزود: به لحاظ علمی افرادی که بینی خود را جراحی می‌کنند، بعد از دوهفته به راحتی می‌توانند ماسک بزنند و این کار هیچ فرشا



گفت و گو با دکتر محمد حسین عزیزی، مدیرکل فرآورده‌های غذایی و آشامیدنی سازمان غذا و دارو درباره محصولات غذایی موجود در بازار که چالش‌هایی را در حوزه سلامت مصرف‌کنندگان برانگیخته است

# امنیت غذایی؛ اسیر هیاهوی تبلیغات

اگر ترا ریخته نا سالم است چرا مجوز می‌گیرد؟

تقریباً از روزهای ابتدایی سال ۹۹ با تبلیغات جدیدی در تلویزیون و بیلبوردهای سطح شهر روبرو شدیم که در آنها صراحتاً محصولات تاریخته را مخصوصاً خطرناک و مضری و خوبیه برای سلامت کودکان معرفی می‌کردند و مدعی می‌شد محصول سالم، محصول «غیرتاریخته» است. به مرور این تبلیغات به شرکت‌های دیگر نیز راه پیدا کرد.

از مدیرکل فرآورده‌های غذایی و آشامیدنی سازمان غذا و دارو پرسیدیم اگر محصولات تاریخته موجود در بازار ناسالم و مضر هستند، چطور مجوز عرضه در بازار را دارند؟ دکتر عزیزی در پاسخ می‌گوید: «ناسالم بودن محصولات تاریخته ادعایی است که برخی شرکت‌های آنها برای سودآوری بیشتر به شکل رقبای

نظام در حال پهلوپاره از ازان هستند.<sup>۱۰</sup>  
وی در پاسخ به این پرسش که آیا نظراتی بر ادعاهای تبلیغاتی  
شرکت‌های مواد غذایی وجود دارد، تصریح می‌کند: «تبلیغات  
به دلیل بارمایی که به همراه دارد خیلی در قید و بند ضوابط  
نیست. امروزه حتی همکاری‌های لازم برای جلوگیری از پخش  
محصولات واقع‌آنال مனیز ار انواع کرم‌ها و اسنک‌ها با وزارت  
بجهاد شت و سازمان غذا و دارو صورت نمی‌گیرد؛ چه برسد به  
این که بتوانیم روی محتواه آگهی‌های تجاری اعمال نظر کنیم.  
البته ما به دنبال تبلیغاتی که موجب جهت دهنی نادرست افکار  
عمومی علیه محصولات ترا رخته شده است مذاکراتی با شورای  
سلامت صداوسیما داریم تا بتوانیم نظم بیشتری را بر انتشار  
۱۰ اقتداء از این مقاله

محتوای تبلیغات محصولات اعمال کنیم».  
مدیرکل فرآورده‌های غذایی و آشامیدنی سازمان غذا و دارو درخصوص صحت این ادعاکه محصولات ترا ریخته برای سلامتی مردم و بهبود کودکان مفهوم استند به جام جم می‌گوید: «محصولات ترا ریخته بیش از ۵ سال است در جهان تولید و مصرف شود. تاکنون هیچ گزارشی مبنی بر مشکل ساز شدن مصرف این محصولات منتشر نشده است. از طرفی مانیز برای واردات محصولات ترا ریخته مطابق ساختگیرانه‌ترین استانداردهای جهانی عمل می‌کنیم. مردم باید بدانند سازمان غذا و دارو به محف این که گزارشی از مخاطره‌ای مانیز بودن محصول یادارویی در کشور یا جهان مطرح شود، از پخش و مصرف آن محصول جلوگیری خواهد کرد؛ مانند اتفاقی که برای داروی رانیتیدین پس از هشدار سازمان غذا و داروی ایالات متحده رخداد و بلا فاصله درخصوص آن اطلاع رسانی و از سطح داروخانه‌ها جمیع آور شد».  
دکتر عزیزی با شاره به این که استفاده ازاوازه «غیر ترا ریخته» حقه تبلیغاتی است تصریح می‌کند: «امروز شاهدیم برخی شرکت‌ها حتی برای محصولاتی که در دنیا تابه حال تولید ترا ریخته نداشته‌اند مانند روغن آفتابگردان، ازاوازه غیر ترا ریخته استفاده می‌کنند. در صورتی که در اصل همه روغن‌های آفتابگردان غیر ترا ریخته هستند و این موضوع منحصر به بزند خاصی نیست. این اتفاق در مورد تبلیغ روغن‌های بدون کلسترونول نیز افتاده است. زیرا روغن‌های گیاهی به کلی فاقد کلسترونول هستند. با روغن بدون ترانس نیز به همین ترتیب است. میزان هر چربی ترانس در تولید روغن‌ها استاندارد مشخصی دارد و همه شرکت‌های دارای مجوز سازمان غذا و دارو موظف به رعایت این استانداردها هستند و گزنه مجوز تولید و عرضه دریافت نمی‌کرند».

ضعف در اجرایا خلاًقانون نظارت بر تبلیغات؟  
به نظرمی رسید که خلاًقانونی در حوزه ادعای مورد اشاره در تبلیغات محصولات غذایی در رسانه ها وجود دارد؛ ادعاهایی سووار بر جورانی و از مسیر ایجاد نگرانی در مردم موجب شکایگـ. مـ. قالـتـ. نـ. الـ. هـ. فـ. هـ. بـ. شـ. تـ. دـ. اـ. بـ. خـ. شـ. کـ. تـ. هـ.

سوسن یزیر را ب دسته و سروهای پیشمربری بری سرمه می‌شود. به گفته مدیرکل فراورده‌های غذایی آشامیدنی سازمان غذا و دارو، شرکت‌های مواد غذایی نباید موادی که از شروط اولیه تولید مصوب شان است را به عنوان مزیت رقابتی خود مطرکند. برای مثال مسلم‌اشیر نباید مواد افزودنی داشته باشد تا مجوز تولید و عرضه در بازار بگیرد. بنابراین

نوشتن « بدون مواد افزودنی » را روی بسته بندی شیر در جایی که قرار هم نبوده افزودنی داشته باشد فقط و فقط یک حقه برای فریب ذهن مخاطب نآشنا با فرآیند تولید مواد غذایی است. دکتر عزیزی می کوید: « فقط شرکت های تولید کننده را موظف می کنیم همه مواد افزودنی را اعمال هر نوع فرآیند مهندسی شده در تولید محصول خود را روی بسته بندی کمالاً قید کنند اما مشتری انتخاب آگاهانه ای داشته باشد ». وی در ادامه تأکید می کند: « در تلاشیم این اوضاع را سروسامان دهیم اما آنچه که قدرت اجرایی کافی برای برخورد با چنین تخلفاتی را نداریم، به ناچار مجبوریم این موضوعات را زمیر زمانبر قصایی پیش ببریم و نتوانیم بلا فاصله پیش از شکل گیری تصویرات نادرست در افکار جامعه آنها را متوقف کنیم ». به نظر می رسد لازم است سازوکار صدور مجوز جداگانه برای موارد مورد اشاره در بسته بندی محصولات غذایی و تبلیغات رسانه ای و محیطی هرچه زودتر طراحی و اعمال شود تا متمر شاهد سوءاستفاده سودجویان از حورانی و شایعات در حوزه تولید مواد غذایی باشیم. [۴]



**شاید هفت سال پیش بیشتر مابه علائم و نوشه های روی بسته های محصولات غذایی و آشامیدنی کمتر توجه می کردیم. ولی با فرهنگ سازی های وزارت بهداشت و همچنین خبرهای ناگواری که گادو بیگاه از مشکلات ناشی از تقلب که در تولید مواد غذایی به گوشمان رسید، این روزها کمتر کسی بدون توجه به اطلاعات در جریان شده روی بسته های مواد غذایی جیزی می خرد. اما قطعاً اطمینان از اسلامت مواد غذایی فقط به بررسی تاریخ تولید و انقضاض و قیمت محصول ختم نمی شود.**

**معمول اطلاعات و نشان های متعددی روی بسته بندی محصولات وجود دارد که شاید تا حدی موجب کیج شدن مخاطب نیز بشود. نداشتن اطلاعات درست درخصوص نحوه اطمینان یافتن از اسلامت مواد غذایی موجب شده این روزها برخی از سودجویان از این موضوع در جهت فربیض ذهن مشتری و بازاریابی نادرست نیز استفاده کنند. در گفت و گو با دکتر محمد حسین عزیزی، مدیرکل فراورده های غذایی و آشامیدنی سازمان غذا و دارو، از سازوکار صدور مجوزها و پرونده های اسلامت محصولات غذایی بررسیده و معهده و مفهوم و انتشار نشان های در جریان شده ای را بررسی کردیم.**

<p>اعتبار مجاز به صورت تصادفی و سر زده انجام می شود. این نظرارت علاوه بر محیط تولید روی محصولات موجود در بازار نیاز طریق نمونه گیری انجام می شود و در صورتی که موردی مغایر با مجوز صادر شده باشد، با مختلف برخور德 خواهد شد.</p> <p><b>چرا با وجود همه این نظرارت ها، هزار گاهی با خبرهای نگران کننده ای از محصولات غذایی موجود در بازار روبرو می شویم؟ اگر چنین نظرارت های سفت و سختی انجام می شود خبر وجود روغن پالم در محصولات لبنی، آرسنیک در برنج های وارداتی، سم آفلاتوكسین در ذرت های وارداتی و ... از کجا می آید؟</b></p> <p>همیشه برخی افراد سودجو به دنبال تقلب و ایجاد سود بیشتر از روش های غیر مجاز برای خود هستند. بهویژه در شرایط اقتصادی کنونی چنین رفتارهایی بیشتر نیز شده است. معمولاً فعالیت این افراد در مکان های بی نام و نشان مانند سوله های متروک و انبارهای زیرزمین است که به محض شناسایی، با</p>	<p>غذایی در جوامع محدود شود تا افراد زندگی سالم تری داشته باشند. به همین دلیل این موارد به صورت واضح روی مواد غذایی درج می شود.</p> <p><b>آیا مکان تقلب در در جوامن سبب سلامت یا سایر گواهینامه ها روی محصولات وجود دارد؟ مصرف کننده چطور می تواند مطمئن باشد این نشان به صورت تقلیلی روی محصولی که می خرد درج نشده است؟</b></p> <p>تقلب در تولید هر کالایی نه تنها در ایران که در هر کشوری ممکن است رخ دهد. ما در سال گزارش هایی که از تولید محصول در مکان های بدون مجوز، غیربهداشتی و زیز مینی دریافت می کنیم. نتیجه بررسی این گزارش ها اغلب به پلمب مکان، جمع آوری محصولات و امحای محصولات تقلبی و ناسالم منجر می شود. معمولاً کارخانه های شناخته شده بدون اخذ مجوز محصولی را روانه بازار نمی کنند. از طرفی فروشگاه های معترض و شناخته شده نیز اصولاً دقت مشکل در هر یک از این موارد مجاز صادر نمی شود.</p> <p><b>در کنار نشان سبب سلامت با جدولی رنگی روی محصولات روبه رو می شویم. تفاوت این جدول با جدول ارزش غذایی درج شده روی پسته بندی محصولات چیست؟</b></p> <p>جدول ارزش غذایی روی همه بسته بندی ها در جوامنی شود. ضمن این که جدول ارزش غذایی درج شده روی پسته بندی محصولات چیست؟</p> <p>جدول ارزش غذایی روی همه بسته بندی ها در جوامنی شود. ضمن این که تمام مراحل استاندارد، پروانه سب کرده باشند.</p> <p>و تمام ترکیبات موجود در محصول در آن درج می شود، اما در نشانگر سلامت فقط به میزان سه ماده مضر اشاره شده تا افرادی که مشکل فشار خون، چربی خون یا دیابت دارند و در مجموع همه افراد جامعه با دیدن رنگ های راهنمای روی محصول بتوانند برای خرید آن با آگاهی بیشتری تصمیم بگیرند. در مجموع از سوی نهادهای بین المللی بهداشت و سلامت مانند سازمان بهداشت جهانی و سازمان خواربار و کشاورزی ملل متحد (فائق) توصیه شده است که مصرف این سه ماده</p>
---	---

سودوکو ۳۵۹۸	
۷	۱
۳	۹
۶	۸
۸	۵
۹	۱
۴	

1	9	5	6	4	7	2	8	3
4	2	6	3	8	1	7	9	5
3	7	8	2	9	5	6	1	4
6	8	1	7	3	2	4	5	9
7	5	2	9	1	4	3	6	8
9	4	3	8	5	6	1	2	7
5	3	7	1	6	9	8	4	2
8	6	2	4	3	7	5	1	9
2	1	8	6	5	3	9	7	4

The image consists of three main parts. At the top right is a logo for 'SALAMAT' (Safety) featuring a stylized green and blue leaf-like shape. Below it is a vertical chart listing food additives in Persian, each associated with a color-coded box: ابریزی (Erbizi) in light blue, نفت (Nafteh) in light green, کربم (Karbem) in light orange, آنداز (Andaz) in light red, کربم (Karbem) in light yellow, and اسیدوفل (Asidofel) in light purple. At the bottom left is a photograph of several plastic bottles containing different types of oil, such as sunflower and olive oil.

**نیازهای غذایی**

برخی شرکت‌ها حتی برای محصولاتی که در دنیا تابه‌حال تولید تاریخته نداشته‌اند مانند روغن آفتابگردان، از واژه غیرتاریخته استفاده کنند. در صورتی که در اصل همه روغن‌های آفتابگردان غیرتاریخته هستند و این موضوع منحصر به برند خاصی نیست

نیازهای غذایی

برای این چراغ راهنمایی میزان سه‌ماده‌ای که از دید سلامت جهانی توجه به میزان آثارهای موادغذایی مهم است و می‌تواند مصرف زیادشان برای مصرف‌کننده آسیب‌رسان باشد (یعنی میزان چربی قند و نمک) به تفکیک درج شده و بر اساس حد مجاز‌شان با سه‌رنگ سبز، زرد و قرمز مشخص می‌شود. بنابراین ازنگاه مصرف‌کننده‌های ترین شاخصی که پس از تاریخ تولید و انقضا باید روی بسته‌های موادغذایی پیش از خرید مورد توجه قرار بگیرد، همین نشان سازمان غذا و دارویی

سوءاستفاده شرکت‌ها از جو

روانی مضر بودن روغن پالم

سال ۹۳ خبرهای زیادی از به کارگیری روغن پالم (یا همان روغن نخل) در تولید محصولات لبنی و مضرات آن منتشر شد. از آن زمان به بعد مصرف این روغن نه فقط در محصولات لبنی منع شد بلکه حتی در روغن پالم در روغن‌های نباتی موجود در بازار نیز ممنوع شد. اما آیا این مصرف روغن پالم به هر شکلی برای انسان آمن است؟

اسیب‌رسان است؟  
دکتر عزیزی در این رابطه توضیح می‌دهد «استفاده از روغن پالم در لبینات از همه چندسال گذشته به دلیل میزان بال اسیدهای چرب اشباع منع شده است اما همان زمان برخی از برندهای روغن‌های خوارکی از ترس ناشی از استفاده روغن پالم که در ذهن مردم ایجاد شد بود به نفع فروششان بهره بردند و تو روغن نباتی بدون پالم به مزیت روغن‌های گیاهی تبدیل شد. این در حالی است که در برخی محصولات مانند روغن‌های سرخ‌کردنی، وجود روغن پالم به دلی مقاومت حرارتی بالایی که دارد نه تنفس نیست بلکه موجب حفظ سلامه روغن در دمایهای بالای نیزی می‌شود. اما بر شرکت‌ها از این ماجرا برای رقابت ناس استفاده کردند و این موضوع را در اراف عمومی جانداختند که اگر روغنی داروغن پالم باشد ناسالم است.»

برای حل جدول اعداد باید در هر مریع کوچک‌تر ۳ در ۳ هیچ عدد تکراری وجود نداشته باشد.  
همچنین هیچ عددی در یک سطر یا ستون مریع بزرگ ۹ در ۹ تکرار نشده باشد.

٣٥٩٨ سودوكو