

سپهرغرب، گروه سلامت – طبیه اسدیگی: استفاده از روش‌های سنتی در درمان امراض و ناراحتی‌های روحی و جسمی از قدیم‌الایام رواج داشته و امروزه نیز با روی کار آمدن طب نوین هنوز هم طرفداران خاص خود را دارد. یکی از لازمه‌های مهم طب سنتی مزاج شناسی است؛ تشخیص مزاج باعث می‌شود که در انتخاب نوع غذا و داروهای گیاهی بیشتر دقت کنیم و غذا و دارویی را انتخاب کنیم که به سلامت ما کمک بیشتری می‌کند. حفظ تعادل بدن از نظر مزاجی یعنی حفظ سلامتی، چراکه هرگاه و به هر دلیلی، بدن از حالت تعادل خارج شود، گرمی، سردی، خشکی و یا رطوبت در آن افزایش پیدا کرده و موجب بروز بیماری می‌شود؛ همچنین نوع تغذیه، پوشاک، خواب‌وبیداری، حالت‌های عصبی، روانی و غیره نیز ارتباط مستقیمی با حالات طبیعی یا مزاجی هر فرد دارد. بنابراین برای داشتن زندگی سالم و موفق، همه ما نیازمند شناخت مزاج یا طبیعت خود هستیم، برای اینکه یک فرد تغذیه مناسبی داشته باشد حتماً باید از نوع مزاج خود، محیط جغرافیایی که در آن زندگی می‌کند و طبیعت مواد غذایی از نظر سردی، گرمی، رطوبت و خشکی آشنایی داشته باشد در غیر این صورت اگر از بهترین و گران‌ترین مواد غذایی هم استفاده کند، برای او مفید نخواهد بود.

اگر مادر طبع فرزندش را بشناسد، می‌تواند غذاهای متناسب با طبع نوزاد شیرخوارش بخورد تا نوزاد دچار دل‌درد و ناراحتی‌های دیگر نشود. اهمیت شناخت طبع‌ها به‌اندازهای است که والدین می‌توانند مشکلات احتمالی فرزندشان را با توجه به آن درمان کنند. برای نمونه پرخاشگری، عصبی بودن و بی‌حوصلگی کودک به علت افزایش گرما و خشکی در بدن او و تبیل یا ترسو بودن کودک به علت افزایش سردی و خشکی در بدن او است که با حفظ تعادل طبع، می‌توان به رفع این مشکلات کمک کرد.

مزاج شناسی، علمی بسیار وسیع و گسترده برای تشخیص و درمان مشکلات جسمی و روحی است زیرا تمامی جنبه‌های زندگی ما تحت تأثیر طبیعت بدنمان قرار دارد و هر نوع غذایی که می‌خوریم بر تمامی اعضای بدن ما از مغز و اعصاب گرفته تا قلب، معده، کبد و کلیه‌ها اثر گذار است. در برخی از انواع مزاج، خوردن یک غذا نامناسب عواقب زیادی برای بدن در پی دارد، مصرف غذای نامناسب با مزاج می‌تواند سبب تغییرات در خواب، حالت عصبی، اختلال حافظه، اختلال هضم و دفع، عوارض پوستی شود و نشانه‌های درگیری کبد و قلب شود.

نوع نوشیدنی‌ها، لباس‌ها، هوای استنشاقی، استراحت روزانه و چگونگی دفع و احتلاهای عصبی و روانی، مستقیماً با حالات طبیعی یا مزاجی مرتبط است، بنابراین برای داشتن زندگی سالم و طبیعی و آرامش روحی، همه ما به شناخت مزاج یا طبیعت خود نیاز داریم.

انواع مزاج‌ها کدامند و از کجا تشخیص داده می‌شوند؟

در طب سنتی معتقدند عناصر دنیا از ترکیب چهار رکن خاک، آب، هوا و آتش تشکیل شده‌است، در هر عنصری که یکی از این ارکان به بقیه غلبه کند، آن عنصر ویژگی‌های آن رکن را بیشتر در خود نشان می‌دهد.

طبق مطالعات و گزارش‌ها مزاج‌های اصلی به ۹ طبقه تقسیم‌بندی می‌شود که عبارت‌اند از:

- در برخی رکن آتش بیشتر از سایر ارکان

است، این افراد را صفراوی می‌گویند که دارای مزاج گرم و خشک هستند.
- در برخی افراد رکن هوا بیشتر از سایر ارکان است، این افراد را دموی می‌گویند که دارای مزاج گرم و تر هستند.
- در برخی رکن آب بیشتر است این افراد را بلغمی می‌گویند که دارای مزاج سرد و تر هستند.
- در برخی دیگر رکن خاک بیشتر است این افراد را سوداوی می‌گویند که دارای مزاج سرد و خشک هستند.

- در برخی این ارکان در حالت تعادل است که این افراد دارای مزاج معتدل هستند.
- در تعدادی از افراد ارکان آتش و هوا بیشتر از سایر ارکان است، این افراد ازلحاظ تری و خشکی معتدل و مزاج گرم دارند.

- در برخی ارکان هوا و آب بیشتر از سایر ارکان هستند، این افراد ازلحاظ گرمی و سردی معتدل و مزاج تر دارند.
- در برخی دیگر ارکان آب و خاک بیشتر است، این افراد ازلحاظ تری و خشکی معتدل و دارای مزاج سرد هستند.

- در تعدادی از افراد نیز ارکان خاک و آتش بیشتر است این افراد ازلحاظ گرمی و سردی معتدل و دارای مزاج خشک هستند.
در برخی مزاج‌ها، خوردن یک غذای نامناسب می‌تواند مشکلات بسیاری را ایجاد کند، برای مثال برخی افراد حتی با خوردن یک خرما بدنشان جوش می‌زند، حتی ممکن است غذای ناسازگار با مزاج فرد، موجب تغییر در خواب، حالت عصبی، فراموشی، مشکل در هضم غذا و دفع آن، ناراحتی‌های پوستی و ناراحتی‌های دیگر در او شود، پس برای جلوگیری از بروز چنین مشکلاتی باید مزاج خود را شناخته و غذاهای مناسب با آن میل کرد.

در همین خصوص گفت‌وگویی ترتیب دادیم با بابک عزتی‌رنجبر، کارشناس‌ارشد گیاهان دارویی و مدیرعامل شرکت بادرنج طب کوهستان که در ادامه می‌خوانید:

به‌عنوان نخستین سؤال لطفاً بفرمایید که انواع مزاج‌ها کدامند؟

طبق تقسیم‌بندی کلی که انجام‌شده، ۹ مزاج مادرزادی وجود دارد که در انسان به دو نوع گرم و سرد تقسیم و در این میان، مزاج گرم نیز به دو نوع گرم و خشک و گرم و تر دسته‌بندی می‌شود،

مزاج شناسی کامی در جهت زندگی بهتر

با مزاج شناسی خودتان را بهتر بشناسید

مزاج سرد نیز به دو نوع سرد و خشک و سرد و تر قابل تقسیم‌بندی است، مزاج معتدل نیز یکی دیگر از مزاج‌ها محسوب می‌شود.

هرکدام از اندام‌های بدن نیز به‌تنهایی مزاج خاص خود را دارند، برخی اندام‌ها همچون قلب و کبد گرم هستند و برخی همچون مغز و استخوان سرد، برآیند این گرمی و سردی، حرارتی در بدن ایجاد می‌کند که می‌تواند تعیین‌کننده مزاج افراد باشد.

برخی که دمای بدنشان از حد اعتدال پایین‌تر است را سرمزاج می‌گویند. اگر دست سرمزاج‌ها را لمس کنید احساس سرما خواهید کرد، این افراد طاقط سرما را ندارند، عصبانیتشان را بروز نمی‌دهند و بیشتر در خودشان می‌ریزند و در این مزاج، چاقی بیشتر دیده می‌شود.

افراد گرم‌مزاج زمانی که دستشان را لمس می‌کنید احساس گرما می‌کنید، طاقط گرمای هوای محیط را ندارند، سطح انرژی بدنشان بالاست، پر جنب‌وجوش، خونگرم، خودجوش و زودرنج هستند و عصبانیتشان را بروز می‌دهند و میزان حرارت بدن این افراد از حد اعتدال بیشتر است.

افرادی که مزاج تر دارند، رطوبت و آب بدنشان از حد اعتدال بیشتر است و در مزاج خشک، رطوبت و آب بدن از حد اعتدال کمتر است.

سوء مزاج چگونه به وجود می‌آید؟

غذا بعد از هضم در معده به کبد رفته و هضم دوم انجام می‌شود، حاصل هضم دوم غذا در بدن چهار نوع خلط است: درواقع این چهار خلط (سودا، صفرا، دم و بلغمی) به‌طور طبیعی در انسان‌ها وجود دارد. بهترین حالت این است که این اخلاط باهم در تعادل باشند، اما اگر یکی از این اخلاط بر بدن غلبه پیدا کند باعث سوء مزاج (مزاج‌های بد) می‌شود.

در طول زندگی و با شرایط محیطی، شغلی، روانی، ذهنی، تغذیه‌ای و سنی ممکن است یک مزاج بر انسان غلبه کند که هرکدام از آن‌ها علل‌می‌دارد.

ویژگی بلغمی‌ها

بلغم خلط آبی است که حجم بسیار زیادی از خون را به خود اختصاص می‌دهد و در بدن هم خواصی دارد. در قدیم می‌گفتند که بدن به سمت بلغم رفته و آن را تبدیل به خون می‌کند درواقع بلغم خون ناپخته است.

بلغمی‌ها مزاجشان سرد و تر است؛ چربی پهلو و شکم دارند، پوستشان روشن است، موهایشان نازک و سطح انرژی‌شان کم است، وضعیت معده‌شان مناسب نیست و هضم قوی ندارند، استخوان‌بندی درشتی ندارند، کبد بوده، ازلحاظ ذهنی کمی فراموش‌کار و معمولاً انسان‌های بی‌خیالی هستند، خانم‌ها بیش از آقایان درگیر این مزاج می‌شوند، ایجاد می‌کند که می‌تواند تعیین‌کننده مزاج افراد باشد.

یکی دیگر از مزاج‌های سرد بدن سودا است؛ که طبیعت سرد و خشکی دارد. در این مزاج حرارت بدن از حد اعتدال پایین‌تر و بدن افراد نیز خشک است. این افراد بدن‌های لاغری دارند، رنگ پوستشان به سمت تیرگی می‌رود، معمولاً دچار امراض عصبی همچون استرس، افسردگی، مایخولیا و وسواس هستند و بیماری واریس و بواسیر در این افراد شایع است. این افراد باریک‌بین هستند، اهل واکنش‌های تند و عصبی نیستند، ناراحتی‌های خود را بروز نمی‌دهند، امراض گوارشی همچون رفلاکس و سوزش دهانه معده در آن‌ها بیشتر است، لکه‌های پوستی و مشکلات طحال در آن‌ها دیده می‌شود. گفتنی است که استان همدان نیز به دلیل آب‌وهوای سرد و خشکی که دارد مزاج اغلب افراد سوداوی است.

ویژگی دمّوی‌ها

به مزاج گرم و تر، «دمّوی» می‌گویند؛ چراکه غالباً بدن این افراد استعداد خون‌سازی زیادی دارد. «خون» در اصطلاح طب سنتی، «دم» گفته می‌شود که به این دسته از افراد دمّوی می‌گویند. دمّوی‌ها خون در بدنشان بیش‌ازحد نیاز بدن تولید می‌شود، چته درشتی دارند، چهار شان هستند، رنگ پوستشان به سرخی می‌زند، سفیدی چشم‌میل به سرخی دارد، انرژی بدنشان بالا است، معمولاً بلندبلند و از روی قدرت صحبت می‌کنند، زودرنج هستند اما ناراحتی‌شان زود فروکش می‌کند، عروق بدن و مفاصلشان برجسته است و معمولاً صورتشان گل می‌اندازد.

در طب سنتی این مزاج سالم‌تر از مزاج‌های دیگر است همان‌طور که مردمان قدیم به‌واسطه تغذیه مناسب و سبک زندگی دمّوی بوده‌اند، افراد در جوانی نیز به غلبه دم نزدیک‌ترند.

امروزه با مصرف غذاهای آماده و دارای مواد افزودنی، شرایط روانی و سبک زندگی غلبه دم

۵ عامل درمان «چاقی» در طب سنتی را بشناسید

در روده باریک به‌خصوص قسمت اثنی‌عشر، مواد غذایی (کیلوس) وارد مرحله بعد شده و هضم سوم بر اثر ترشحات لوزالمعده و صفرا (کبد، پانکراس و اسلانی زیر توده داشته باشیم: می‌گیرد؛ کیلوس معدی به ماده‌ای با عنوان «کیموس محلول» تبدیل می‌شود؛ فضولات این قسمت را مدفوع یا براز می‌گویند.

ماده کیموس از طریق عروق انگشتانه ماساریفا (پرز‌ها که شبیه اسفنج عمل می‌کنند) وارد کبد شده و بر اثر سازوکارهای کبدی، به چهار ماده خون+ بلغم+ سودا+ صفرا تبدیل می‌شوند؛ بنابراین هضم چهارم در کبد اتفاق می‌افتد.

فضولات این قسمت شامل ادرار و مایع منی است؛ خون و بلغم وارد عروق می‌شوند؛ سودا وارد لوزالمعده و طحال می‌شود و صفرا نیز از طریق مجرای وارد کیسه صفرا شده تا در زمان لازم مورد استفاده قرار گیرد.

مواد غذایی از کبد وارد قلب شده و از طریق عروق (مویرگ‌ها و شریان‌ها)، در دسترس سلول‌ها قرار می‌گیرد؛ بدین ترتیب مواد غذایی وارد مرحله آخر که هضم پنجم است می‌شوند؛ مواد غذایی تحت عنوان ATP (توکلوئیدی به‌نام آدنوزین تری‌فسفات) در دسترس سلول‌ها قرار می‌گیرد.

فضولات هضم پنجم به دو صورت مایع (عرق) و گاز از بدن خارج می‌شوند؛ آخرین فضولات

حفظ سلامتی‌شان توصیه می‌شود حتماً قند خون را در کنترل داشته باشند تا بدنشان کمتر دچار آسیب ناشی از این بیماری شود.

وی با اشاره به اینکه دیابت التیام زخم را به تأخیر می‌اندازد، تصریح کرد: افرادی که دیابت کنترل‌نشده دارند باید از عمل‌های غیرضروری در آن‌ها پرهیز شود، چراکه دچار عارضه و چالش‌های فراوان خواهند شد.

این فوق‌تخصص جراحی پلاستیک و زیبایی اعلام کرد: متأسفانه امروزه افراد زیادی که غیرحرفه‌ای و غیرمجاز هستند در اعمال زیبایی دخالت می‌کند و این مسئله سلامت مردم را به

سلامت

sepehrgharb.news@gmail.com

کمت‌ر در افراد دیده می‌شود.

این افراد در معرض امراضی چون فشار خون و سکته‌های قلبی و مغزی هستند. به این افراد توصیه می‌شود که حجامت و فصد خون انجام داده تا مقداری از حجم خون بدنشان کاهش‌یافته و از غلبه دم کاسته شود.

ویژگی صفراوی‌ها

صفرا نیز یکی از اخلاطی است که در کبد تولید می‌شود. افراد صفراوی رنگ پوستشان گندمی و تیره است، چته ظریفی دارند، سطح انرژی‌شان بالاست کارهایشان را تند انجام می‌دهند به‌اصطلاح فرز هستند، پرحرف‌اند، با امراض پوستی همچون جوش، کهپر، اگزما روبرو هستند، سوزش معده داشته و تندمزاج و عصبی هستند، خواب کم دارند و از ریزش مو رنج می‌برند مخصوصاً آقایان.

اگر افراد بر مزاج‌های مادرزادی خود بمانند و سوء مزاج‌ها بر آن‌ها غلبه نکند سالم هستند. هر فرد باید سعی کند بر همان مزاجی که خداوند او را خلق کرده باقی بماند. تصورات اشتباهی وجود دارد که برخی سرمزاجی را معادل با بیماری و گرم‌مزاجی را معادل با سلامتی می‌دانند.

آیا ممکن است افراد در طول زندگی مزاجشان تغییر کند؟

بله؛ ممکن است برخی افراد مزاجشان تغییر کند، به‌طور مثال خانم‌ها بعد از یائسگی مزاجشان به سمت گرمی می‌رود.

نظر شما در خصوص خوددرمانی و مصرف خودسرانه داروهای گیاهی چیست؟

خوددرمانی کار اشتباهی است، چه در داروهای شیمیایی و چه در داروهای گیاهی، مصرف خودسرانه داروهای گیاهی در برخی موارد فایده

کلی ندارد هیچ، ممکن است مضر هم باشد. گیاهان دارویی درجه‌بندی از یک تا چهار دارند. گیاهان درجه‌یک و دو، آسانی به شخص نمی‌زند، به طور مثال بادرنجیویه، اما زنیان و سیاه‌دانه که درجه سوم گرمی و خشکی را دارند اگر خودسرانه مصرف شوند باعث غلبه صفرا و سوخته شدن خون و امراض پوستی می‌شوند، یا گیاه خرفه، درجه چهارم سردی را دارد که بسیاری از همدانی‌ها از آن ترشی درست می‌کنند اما کار کاملاً اشتباهی است و باعث می‌شود که حرارت قلب و کبد را خاموش کند.

در انسانی در هر مزاجی خوبی‌ها و بدی‌هایی دارد، پس هیچ مزاجی بی‌نفسه خوب مطلق نیست، آنچه مزاج‌ها را زیبا و دوست‌داشتنی می‌کند تمرین برای دفع بدی‌ها و تمرین برای تقویت خوبی‌های هر مزاج است، بنابراین مزاج امری سرشتی بوده و دست خود انسان نیست اما می‌توان آن را در حالت تعادل نگه داشت.

در این گزارش سعی شد به اهمیت مزاج شناسی پرداخته شود، اگر جراحان را به‌خوبی بشناسیم قطعاً کیفیت و سبک زندگی، نوع تغذیه، اخلاق و رفتارمان تحت تأثیر قرار می‌گیرد و می‌توانیم در جهت بهتر کردن آن‌ها تلاش کنیم. همان‌طور که بارها و بارها متخصصان طب سنتی تأکید کرده‌اند، مصرف خودسرانه گیاهان دارویی نه‌تنها فایده‌ای ندارد بلکه مضر هم خواهد بود، برای چندمین بار از این تریبون اعلام می‌کنیم که طب سنتی هم متخصص خود را دارد و نمی‌شود خوددرمانی کرد.

به امید روزی که همه افراد جامعه به اهمیت مزاج خود که مرتبط‌ای از معرفت‌النفس است که امیر علم و ادب علی (ع) فرمودند: «نفع المعارف معرفة النفس» برسند و با عمل به آن به تعادل جسمی، روحی و اخلاقی نزدیک‌تر شوند.

باقی‌مانده از بدن همانند دودی از پوست خارج و تبدیل به مو می‌شوند.

پس با این تفاسیر برای کم کردن وزن باید به پنج عامل مهم و اساسی زیر توجه داشته باشیم:

۱. نخستین و مهم‌ترین عامل درمان چاقی؛ «جوین‌خوب غذا در دهان» و چشیدن یک پر «تخم معدنی» است.

۲. دومین عامل درمان چاقی، استفاده کردن از مواد غذایی «هاضم» یا هضم‌کننده (زنیان، زیره سبز، زیره سیاه) همچنین «مسهل عام» (برگ سنا + گل محمدی) و «ملینات» (خاکشیر قرم‌خاکی) است.

۳. عامل سوم، نوشیدن دمنوش‌ها و داروهای مسهل (مانند آب گریس، تخم اسفند، اسطوخودوس) است؛ این داروها باعث افزایش برونده ادرار شده و موجبات کاهش وزن را فراهم می‌آورند.

۴. عامل چهارم، مصرف داروهای معرق همچنین به‌کارگیری تدابیری است که تعریق را در بدن افزایش دهد؛ ازجمله این تدابیر می‌توان به ورزش یا همان ریاضت کشیدن را نام برد. ۵. عامل پنجم، خوشتن‌داری و روزه‌داری است؛ تا زمانی که احساس گرسنگی ندارید از خوردن غذا پرهیزید و هنوز که سیر نشده‌اید از سفره کناره‌گیری کنید؛ وعده «ناهار» را حذف کنید و در ماه چند روز روزه‌داری کنید.

«حمزه سام دلیری؛ محقق و پژوهشگر طب سنتی خنصر می‌اندازد.

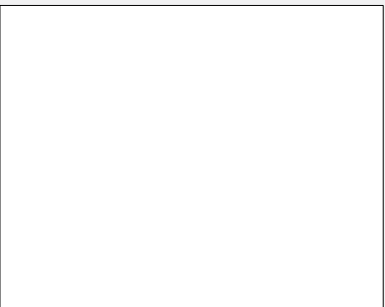
وی گفت: متأسفانه در مواردی همچون تزریق بوتاکس افراد غیرپزشک در مراکز زیبایی مداخلات پزشکی کرده و برای فرد این مسئله بسیار خطرناک است چراکه اگر مشکلی پیش آید و فرد دچار عارضه هنگام بوتاکس شود آن‌ها نمی‌توانند شرایط را جهت حفظ سلامتی بیمار کنترل کنند.

به گفته این فوق‌تخصص جراحی پلاستیک و زیبایی، ورود افراد غیرمجاز در امر زیبایی همچنین سبب می‌شود سیل از عمل، فرد گرفتار عوارض احتمالی زیادی شود.

یک متخصص جراحی فک و صورت:

چکاب دندان عقل را جدی بگیرد

سرطان فک درد ندارد



سپهرغرب، گروه سلامت: رئیس هفدهمین کنگره بین‌المللی جراحان دهان، فک و صورت ایران، نسبت به جدی گرفتن معاینه و چکاب دندان عقل هشدار داد و گفت: دندان عقل باید حتما در سنین ۱۴ تا ۱۷ سالگی معاینه شود.

به‌زاد ره‌سپار روز گذشته در نشست خبری

هفدهمین کنگره بین‌المللی جراحان دهان، فک و صورت ایران که قرار است از ۳۰ بهمن تا سوم اسفندماه ۹۷ در هتل المپیک تهران برگزار شود، به موضوع پیشگیری از بیماری‌های دهان و دندان اشاره کرد و افزود: دندان عقل باید حتما در سنین ۱۴ تا ۱۷ سالگی مورد ارزیابی متخصص فک و صورت و یا دندانپزشک قرار بگیرد تا به کیست تبدیل نشود.

وی با اشاره به دردهای مفصل فک، اظهار کرد: مشکلات عصبی باعث می‌شود که شب‌ها در خواب فک‌ها را به هم فشار دهیم و همین مسئله منجر به شکسته شدن دندان‌ها می‌شود.

این متخصص فک و صورت با اشاره به اینکه تعداد زیادی از افرد با دندان‌های شکسته به مطب جراحان فک و صورت مراجعه می‌کنند، ادامه داد: درد فک و احساس فشار روی دندان‌ها در طول شب، باعث بروز چنین وضعیتی می‌شود.

ره‌سپار با اشاره به اهمیت معاینه دندان عقل، ابراز کرد: معاینه دندان عقل در سنین نوجوانی، باعث خواهد شد که مشخص شود در آینده دندان عقل فضای کافی برای بیرون آمدن دارد و یا اینکه به‌صورت نهفته تبدیل به کیست فک می‌شود، از همین رو لازم است معاینه و عکس دندان عقل جدی گرفته شود. وی با عنوان این مطلب که کیست فک کاملاً بدون درد است، افزود: همین مسئله باعث می‌شود که فرد متوجه تشکیل کیست در فک خود نشود. ره‌سپار تأکید کرد: هر تورم و مشکل در فک را باید جدی گرفت.

رئیس کنگره بین‌المللی جراحان دهان، فک و صورت ایران، با بیان اینکه احتمال شیوع سرطان فک ناشی از کیست بسیار کم است، تصریح کرد: تومورها و سرطان فک بدون درد است.

وی خاطرنشان کرد: کسبیت فک به‌صورت خزنده و آرام پیش می‌رود و احتمال اینکه منجر به سرطان شود بسیار کم است.

رئیس سومین کنگره سلامت مردان:

۵۰ درصد علت ناباروری مربوط به مردان است

سرطان‌های شایع مردان

سپهرغرب، گروه سلامت: رئیس سومین کنگره سلامت مردان گفت: باوجود دو دهه ارائه روش‌های جدید درمان ناباروری مردان، هنوز در برخی از نقاط کشور نگاه غلط به ناباروری داشته و گمان می‌کنند فقط زنان مقصر در ناباروری هستند.

سید جلیل حسینی، رئیس سومین کنگره سلامت مردان و یازدهمین کنگره مرکز تحقیقات بهداشت باروری و سلامت مردان، اظهار کرد: توجه به سلامت مردان از ۱۴ سال پیش آغاز شده و همچنان موضوع ارتقای سلامت مردان در دستور کار قرار دارد، چراکه بار بیماری‌ها و مخاطرات ناشی از آن عمدتاً در طبقه مردان قرار دارد.

وی افزود: توجه و نگاه جامع به سلامت مردان، وظایف دولت و وزارت بهداشت و واحدهای مختلف نظارتی و دانشگاهی ازجمله محورهای این کنگره است که در پنل‌های مختلف مسود بحث و گفت‌وگو قرار می‌گیرد.

حسینی با بیان اینکه ناباروری مردان موضوع دوم مورد بحث در این کنگره توسط اساتید و صاحب‌نظران برجسته بود، تصریح کرد: با وجود دو دهه ارائه روش‌های جدید درمان ناباروری، مردان هنوز در برخی از نقاط کشور نگاه غلط به ناباروری داشته و گمان می‌کنند فقط زنان مقصر در نازایی هستند در صورتی که ۵۰ درصد از ناباروری به لحاظ علمی به مردان بازمی‌گردد.

وی از رسانه‌ها خواست به موضوع ناباروری مردان بپردازند و اعلام کنند که مردان باید برای رفع این مشکل از مشاوره پزشکی، معاینه و درمان لازم بهره‌مند شوند.

رئیس سومین کنگره سلامت مردان خاطرنشان کرد: بارها مشاهده شده که باوجود نداشتن نطفه در مرد یا ضعیف بودن آن، زن چندین بار به پزشک مراجعه کرده‌حال که مشکل از جانب مرد بوده‌است. حسینی بیان کرد: موضوع سرطان‌های شایع در مردان ازجمله پروستات، مثانه، ریه و کبد از دیگر موضوعات مورد بحث در این کنگره بوده و با توجه به آن‌ها می‌توان در جهت پیشگیری از این بیماری‌ها در میان مردم و کاهش تحمیل هزینه‌های اقتصادی اقدام کرد.

وی ادامه داد: سلامت مردان ۱۰۰ فاکتور بیماری دارد که هر سال چندین مورد آن را به‌صورت دقیق در کنگره سلامت مردان مورد بحث قرار می‌دهیم. گفتنی است: سومین کنگره سلامت مردان و یازدهمین کنگره مرکز تحقیقات بهداشتت باروری و سلامت مردان یکم تا سوم اسفند ۹۷ در تالار ابوریحان دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی با حضور اساتید و صاحب‌نظران برجسته برگزار می‌شود.