

# 顺义区居民膳食营养现状及变化趋势研究

李印东 陈 玉 游 凯

(顺义区疾病预防控制中心,北京 顺义 101300)

关键词:膳食;营养状况;营养调查

为了解顺义区居民膳食营养状况,评价居民能量、各种营养素摄入量和膳食结构,为科学地指导居民合理膳食,促进健康,并为制定相关政策提供科学依据,作为国家卫生部、科技部负责的“2002年中国居民营养与健康状况调查”在北京市的扩大调查点,顺义区于2002年10月进行了居民营养与健康调查,现将调查结果报告如下。

## 1 调查对象与方法

1.1 调查对象 按《2002年中国居民营养与健康状况调查工作手册》的方案随机抽样,抽取4个行政村、每村各30户计120户,共340名居民。

1.2 调查内容与方法 调查人员均经过统一培训,并经考核合格后上岗。食物秤经过计量部门检验认证许可。

膳食调查采用称重法和记录法结合进行。其中称重法是在开始调查前将调查户所有食品包括调味品等称重记录在案,3d调查结束时再将所有食品称重;调查期间对所有购进和废弃食品也称重记录,同时记录用餐人数与用餐次数,最后计算出每标准人日各种食品摄入量。记录法是每日询问家庭每个调查对象用餐情况,包括在家庭外进餐和餐间进食小吃、水果、饮料等情况,用统一规范的调查表做好记录。此法与称重法同步进行3d。调查时间为星期日、星期一和星期二。

根据中国疾病预防控制中心营养与食品安全所编著的食物成分表,计算每人每日各种营养素摄入量,并与中国营养学会2000年公布的中国居民膳食营养素参考摄入量(DRIs)进行比较。

食物和营养素摄入量均以标准人日表示,即以18岁以上男性轻体力劳动为标准人,将所有调查对象按其性别、年龄、劳动程度折算成标准人,计算平均每标准人日各种食物摄入量。

调查资料由专人用统一编制的软件录入计算机,并使用SPSS软件进行统计分析。

作者简介:李印东 男 主治医师

## 2 结果

2.1 平均每标准人日各种食物摄入量 顺义区平均每标准人日各种食物摄入量及变化趋势见表1。

表1 顺义区平均每标准人日各种食物摄入量及变化趋势(g/标准人日)

食物类别	2002年			变化趋势	
	顺义区	北京市	顺义区/北京市(%)	1989顺义区	2002/1989(%)
粮谷	391.3	354.5	+10	465.3	-16
薯类	53.3	51.7	+3	—	—
豆及豆制品	15.4	18.2	-15	20.2	-24
蔬菜	430.2	397.3	+8	519.3	-17
水果	71.5	144.3	-50	83.7	-15
畜禽肉	106.2	111.0	-5	59.1	+80
奶及奶制品	19.5	88.8	-78	2.4	+713
蛋类	52.8	49.6	+6	32.2	+64
鱼虾类	21.0	28.2	-26	5.4	+289
食用油	55.1	48.3	+14	36.6	+51
食盐	14.2	12.4	+15	14.5	-2

注:“—”为未检测。

2.2 平均每标准人日各种营养素摄入量 2002年顺义区居民平均每标准人日各种营养素摄入量见表2。

2.3 平均每标准人日能量来源分布 从能量营养素来源分布看,2002年顺义区平均每标准人日能量12.0%来自蛋白质,36.1%来自脂肪,而糖类的供能比例仅为51.8%。

2.4 平均每标准人日胆固醇摄入量 2002年的调查首次对顺义区居民膳食胆固醇摄入水平进行了分析,结果为平均每标准人日419.3mg,与北京市平均412.5mg的摄入量基本相同,但明显高于世界卫生组织及中国营养学会建议的应低于300mg的水平。

与1989年顺义区膳食调查结果相比,过去13年间,顺义区居民食物消费发生了较大变化。主要表现为粮谷类摄入量减少,但是畜禽肉、鱼虾类、奶及奶制品、蛋类等动物性食物都大幅度增加。2002年每标准人日畜禽肉达到106g,与1989年相比,增加47g,上升幅度为80%;奶及奶制品增加17g,鱼虾类增加15.6g。2002年食用油摄入量达55.1g,较1989年增加了18.5g。

表 2 顺义区居平均每标准人日主要膳食营养素摄入量及变化趋势

食物类别	2002 年			变化趋势	
	顺义区	北京市	顺义区/北京市 (%)	1989 顺义区	2002 年/1989 年 (%)
能量 (kJ) (kcal)	11104 (2654)	10544 (2520)	+ 5	10117 (2418)	+ 10
蛋白质 (g)	79.9	80.1	0	69.4	+ 15
脂肪 (g)	106.6	97.4	+ 9	71.7	+ 49
糖类 (g)	330.3	324.1	+ 2	371.9	- 11
维生素 C (mg)	129.6	125.4	+ 3	112.7	+ 15
尼克酸 (mg)	17.9	17.4	+ 3	14.6	+ 23
维生素 A (μg)	552.7	659.9	- 16	605.6	- 9
维生素 B <sub>1</sub> (mg)	1.13	1.0	+ 10	1.9	- 42
维生素 B <sub>2</sub> (mg)	0.90	0.9	0	0.7	+ 29
钙 (mg)	537.9	569.8	- 6	456.1	+ 18

2002 年顺义区居民粮谷类、蔬菜、食用油、蛋类,食盐的摄入量高于北京市人均消费量,其中食盐高 15%,食用油高 14%,谷类高 10%。而水果、奶及奶制品、鱼虾类、豆制品则低于北京市人均消费量,其中奶类低 78%,水果低 50%。畜禽肉和薯类消费与北京市平均水平相当。

与 1989 年顺义区调查结果比较,粮谷类食物、豆及豆制品、蔬菜和水果有所下降,而畜禽肉、鱼虾类、食用油、蛋类均有大幅度上升。

与北京市平均水平相比,脂肪摄入量比北京市

平均高 9%,维生素 B<sub>1</sub> 摄入量高 10%,维生素 A 则比北京市低 16%。

与 1989 年顺义区调查结果相比,脂肪、蛋白质和能量分别上升 49%、15%和 10%。而糖类则下降 11%。

[北京市疾病预防控制中心黄磊同志对本文给予指导,胡在方、马铁铮、刘富贵、赵月强等同志参加调查,在此一并致谢。]

[收稿日期:2005 - 11 - 02]

中图分类号:R15;R151.42

文献标识码:C

文章编号:1004 - 8456(2006)01 - 0054 - 02

## 《中国食品卫生杂志》2006 年征订启事

《中国食品卫生杂志》(ISSN 1004 - 8456/CN 11 - 3156/R)系中华预防医学系列杂志,公开发行,双月刊,96 页。所设栏目论文部分有:论著、实验技术与方法、监督管理、调查研究、综述、食物中毒、CAC 专栏、网络信息等;法规文件部分刊登有关食品卫生的国家法律、法规、标准、行政答复、通告等。读者可以通过本刊及时掌握国家新颁布的食品卫生法律、法规,了解最新食品卫生科研成果,解决工作中遇到的问题,提高论文水平。

本刊可通过邮局订阅,邮发代号:82 - 450;亦自办发行并常年办理订阅。

自办发行办法如下,2006 年《中国食品卫生杂志》全年售价 78 元(含邮费)。从邮局汇款时请注明订阅册数、详细的收件人地址、单位、邮编、姓名;通过银行汇款的单位,请在汇款的同时寄函或电传我所以下内容:订阅册数、详细收件人地址、邮编、单位、姓名,以便准确邮寄。

希望挂号投寄期刊的用户,每期杂志需加挂号费 3 元,全年合计挂号费 18 元,并请在寄款时同时说明要求挂号。

汇款地址:北京市宣武区南纬路 29 号 《中国食品卫生杂志》编辑部

邮 编:100050

联系人:娄人怡

电 话:(010)83132658

电 传:(010)83132658

银行汇款:工商银行北京潘家园支行

账 号:0200022709008904285

户 名:中国疾病预防控制中心营养与食品安全所 请注明“《中国食品卫生杂志》订阅款”

《中国食品卫生杂志》编辑部  
2005 年 9 月