

中国疾病预防控制中心营养与食品安全所杨晓光提出

## 我国面临“能量过剩”和微量营养素缺乏双重挑战

肥胖儿多了，超重人群多了，高血压、糖尿病等慢性病病人多了……在老百姓普遍感觉“营养过剩”时，中国疾病预防控制中心营养与食品安全所研究员杨晓光却敲响全民微量元素缺乏的警钟：“目前我们所说的‘营养过剩’主要是膳食中能量过剩，但是，铁、维生素A、维生素D等微量营养素缺乏依旧普遍存在，国民健康素质不容乐观。”

在日前召开的第二届全国健康科技高层论坛上，杨晓光比较2002年和1992年调查数据分析，10年间，我国超重人口增加了40%，肥胖人数翻了一番。如果人口数量和患病率增长速度不变，我国2012年超重人群将近3亿，肥胖人群达到1.3亿，糖尿病人至少达到4000万人。

虽然最近的全国营养与健康调查结果表明，儿童和青少年生长发育水平稳步提高，儿童营养不良患病率显著下降，但是微量营养素缺乏依然普遍存在。“铁缺乏依然是我国人群存在的普遍问题。”杨晓光举例说，我国居民贫血率为15.2%，其中，2岁以内婴幼儿、60岁以上老人、育龄妇女贫血率分别为24.2%、21.5%和20.6%；2009年贫困农村妇女儿童贫血率呈上升趋势。

调查显示，我国3—12岁儿童，维生素A缺乏率为9.3%，其中城市为3.0%，农村为11.2%；维生素A边缘缺乏率为45.1%，其中城市为29%，农村为49.6%；维生素D缺乏率为49.7%，城市高于农村，大城市高达69.3%。

杨晓光认为，谷类产品加工精度增加和目前蔬菜水果中微量营养素含量总体下降是造成上述现象的主要原因。他援引美国相关统计说，因为生长季节和周期的变化，现在蔬菜水果中铁、锌等微量营养素含量较以前下降了30%左右。

此外，我国城市居民谷类消费偏低。世界卫生组织提出，谷类消费至少达到能量消费的55%—65%，而我国城市居民谷类消费只占能量消费的47%。“现在是馒头、米饭越来越白，很多谷类追求过于精细的加工，造成大量矿物质损失。”为此，杨晓光建议，大力提倡全谷类食物，重新审视谷物加工策略。

杨晓光还认为，应加强国民微量营养素需要量、生物利用率研究，及时更新我国食物成分，推广食物强化特别是生物强化，对重点人群特别是农村两岁以下儿童和寄宿制学生，提供微量营养素补充剂。

近日，美国国务卿希拉里曾提出，美国政府首次投资以解决生命开始1000天的儿童营养不良，使们有一个更高的起跑线。杨晓光认为，我国也应该加强高端推动，制定相关行动计划，在重要时期进行强有力的干预，“儿童如果没有及时进行干预，就丧失了未来”。

[更多阅读](#)[“必需微量元素过量（碘过量）对健康影响的研究”通过验收](#)[第352次香山科学会议研讨“营养科学与国民健康”](#)[第二届全国健康科技高层论坛暨新特药博览会举行](#)

特别声明：本文转载仅仅是出于传播信息的需要，并不意味着代表本网站观点或证实其内容的真实性；如

[相关新闻](#)[相关论文](#)

- 1 欧洲将针对患儿营养不良启动大规模研究
- 2 《科学》：硒氨酸具有独特的生物合成路径
- 3 日研究人员用iPS细胞改善实验鼠肌营养不良症
- 4 美研究表明花生酱混合物可治儿童营养不良
- 5 “伟哥”类药物对肌营养不良症有效
- 6 “必需微量元素过量（碘过量）对健康影响的研究”通过验收

[图片新闻](#)[>>更多](#)[一周新闻排行](#)[一周新闻评论排行](#)

- 1 “学位门”牵出唐骏校友 网友群起调查西太平洋大学
- 2 央视新闻1+1报道唐骏造假门：让打假不再是打架
- 3 北大校长诵周杰伦歌词送别毕业生 念学生情书说心里话
- 4 方舟子：为唐骏说几句公道话
- 5 80位国际知名学者发公开信支持汪晖否认剽窃
- 6 英科学家宣称破解千古之谜 先有鸡后有蛋
- 7 方舟子再爆：唐骏自传起码有80%都不真实
- 8 美国斯坦福大学华裔女博士攀岩坠落丧生
- 9 美华裔能源部长朱棣文研究登《自然》杂志
- 10 易中天：汪晖教授，请勿坐失良机

[更多>>](#)[编辑部推荐博文](#)

- 英国推迟实施争议性研究评估方案
- 与影响因子因子超过8的编辑面对面
- 雄鸡为什么啼鸣？
- 搬万卷书的思考
- 从“海派清口”周立波来谈科研
- 蜜蜂之宝需人识，切莫闻“蜂”而动

[更多>>](#)[论坛推荐](#)

- 农学背景的同学现在从事本专业的有多少
- 吴思《血酬定律》PDF
- 外文数据库的介绍
- 写科研论文导师不传授的细节
- 如何打破SCI的魔咒，发出第一篇SCI
- SCI投稿信件的一些套话 拿来主义

[更多>>](#)

其他媒体、网站或个人从本网站转载使用，须保留本网站注明的“来源”，并自负版权等法律责任；作者如果不希望被转载或者联系转载稿费等事宜，请与我们联系。

打印 发E-mail给:

以下评论只代表网友个人观点，不代表科学网观点。

目前已有0条评论

[查看所有评论](#)

读后感言:

验证码: