

心血管疾病危险因素

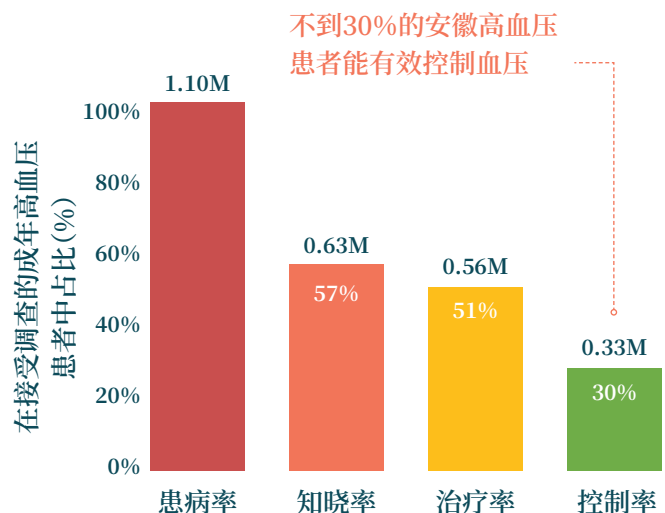
高血压和盐摄入量调查结果(2019年)

心血管疾病在全球范围和中国都是主要死因。高血压是心血管疾病的主要危险因素之一,每年导致全球1000多万人死亡,仅2017年就在中国造成250多万人死亡¹。中国有23%的成年人患有高血压。这些高血压患者中,仅有15%的病情得到了控制²。高盐摄入是导致高血压的主要原因之一,特别是在中国,人均每天食盐摄入量为10.5克,是世界卫生组织推荐量(每天5克)的两倍多³。2017年,中国有160多万人因过量摄入食盐而死于心血管疾病。

2017年,安徽省卫生健康委员会与卫健策略旗下的“决心工程”签署了合作备忘录,在安徽省联合开展减盐和高血压防控项目。2019年,项目在安徽省10个县开展了一项关于血压和钠摄入量的基线调查,该调查由“决心工程”提供资金,由世卫组织和美国疾病控制和预防中心提供技术支持。调查结果为将来评估上述两个项目的效果提供了基线信息。

高血压

在参与调查的10个县中,18-69岁成年居民高血压患病率为20%。男性高血压患病率高于女性,分别为23%和16%。调查人群的平均收缩压为120.7 mmHg,平均舒张压为73.7mmHg。调查结果发现,高血压诊断和治疗方面仍有待提高,如在高血压患者中,只有57%的人被确诊;虽然大多数确诊的患者正在接受药物治疗,但仅有约一半的患者血压得到了控制。



1. Zhou, M., Wang, H., Zeng, X., Yin, P., Zhu, J., Chen, W., Liu, J., et al. (2019). Mortality, morbidity, and risk factors in China and its provinces, 1990–2017: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2017. *The Lancet*, 394(10204), 1145–1158.

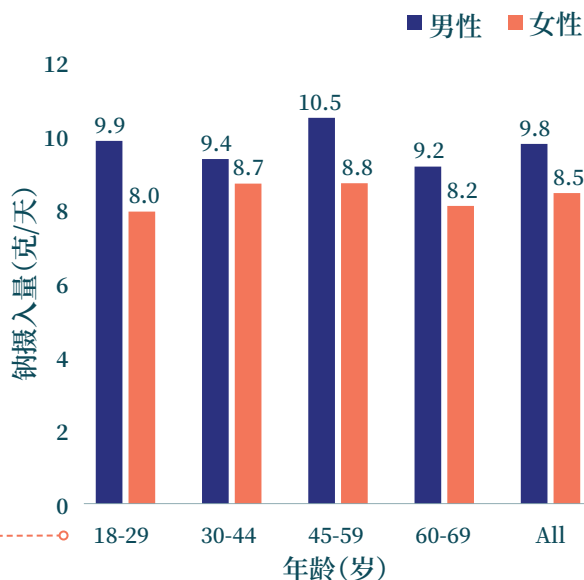
2. Wang, Z., Chen, Z., Zhang, L., Wang, X., Hao, G., Zhang, Z., Wang, J., et al. (2018). Status of hypertension in China: results from the China hypertension survey, 2012–2015. *Circulation*, 137(22), 2344–2356.

3. 原国家卫生计生委疾病预防控制局. 中国居民营养与慢性病状况报告(2015). 北京: 人民卫生出版社.

盐摄入量

在参与调查的县中, 18-69岁居民的人均食盐摄入量为9.1克/天(采用24小时尿钠排泄量测量, 钠排泄量为155.4mmol/24小时)。

在各个年龄段, 男性食盐的摄入量均高于女性



与盐摄入量有关的知识、态度和行为

多数调查对象了解盐会对健康的负面影响, 85%的受访者表示“咸味调味料或调味汁对健康有害”。然而, 调查对象对减盐相关信息的知晓程度有限, 只有20%的调查对象知道中国居民膳食指南推荐的健康成人每人每天食盐摄入量应低于6克的标准(世卫组织推荐标准已降至5克)。65%的调查对象认为减少饮食中的盐是非常重要的(女性69%, 男性61%), 80%的受访者认为市面上

销售的食物应该减盐。此外, 60%的调查对象表示, 他们采取了一些减盐行动。调查结果显示, 60%的调查对象在购买食物时, 会注意包装营养标签上的钠含量, 但仅有29%的受访者听说过低钠盐, 其中只有不到一半的人使用过; 17%的受访者在烹饪时, 会使用盐勺测量和限制盐添加量。参与者没有减少盐摄入量的主要原因, 如下图所示。

