





▲放眼

时间:10.15 地点:新城凤鸣湖

摄影:赵作锋

自述:透过门户,放眼望去,垂柳婀娜多姿,湖水清澈碧绿,楼宇鳞次栉比;走出 去,就是一片别样的天地。

▶晨起

时间:9.25 地点:长白山路 摄影:解伟

自述:清晨醒来,登高俯瞰, 但见天空湛蓝而辽远,云朵 洁白而飘逸,远山青幽而凝 重,植被苍翠而挺拔,建筑 参差而有序,道路平整而洁

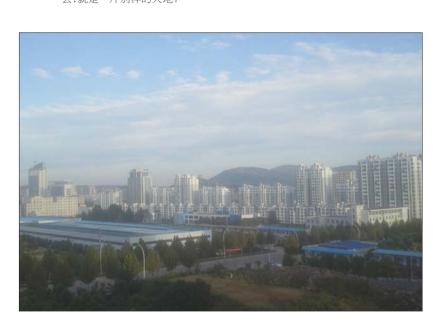


净,实乃宜居佳处。



时间:10.10 地点:薛城区

自述:从前先烈抛头颅洒热血的土地,现在成为了人民安居乐 业的乐土。山顶上的铁道游击队纪念碑,默默守望着这一切。



减盐不减咸 防控高血压 任护 盐

平衡,可有效防控高血压、心脑血管疾病。氯化钾是一种"代盐",口味也是咸的,因此低钠盐能够实现减钠补钾不减咸。

盐和高血压

山东居民饮食口味普遍较重,食盐量较高。而高盐饮食正是高血压的危险因素,合理减少食盐量可有效预防高血压。高血压病 人少吃盐则可增强治疗效果,高血压患者可食用低钠盐代替普通食盐。少吃盐除了可以有效防治高血压之外,还对冠心病、脑卒中 等心脑血管疾病的防治有明显效果。

适用人群

一般人群都可食用。中老年人和患有高血压、心脏病患者应长期服用。但肾脏病患者、高钾血症(血钾≥5.5mmol/L) 的患者、服用普利类或螺内酯等保钾利尿剂的患者不宜使用低钠盐。

盐与健康

(形掛盐 mm

国内外不少研究表明,选择低钠盐是非常经济而有效的预防心血管疾病措施。如今,瑞士、加 拿大、澳大利亚等国家,早已通过立法形式,规定全民食用低钠盐。

> K加碘川 低钠盐



低钠盐 (加爾) 减盐防控高血压项目是2011年,山东省政府与卫生部联 合启动的项目,旨在通过家庭厨房减盐、餐饮服务环节减 盐、食品加工环节减盐等多种途径,减少居民食盐摄入量, 控制高血压危害。今年是项目实施的第三年,枣庄市卫生 局等15部门联合制定《枣庄市2013年减盐防控高血压项 目工作要点》,向广大民众推荐科学选用低钠盐。

山东省人民政府、卫生部 减盐防控高血压项目办公室推荐产品

Kinginty

低钠盐