

食堂设减盐区,2/3学生不待见

省内14%中小學生血压偏高,减盐防控形势严峻

本报9月4日讯(记者 宋佳) “口味重”是引起高血压的重要危险因素,减少人群食盐摄入是证实的可降低高血压疾病负担的措施之一。4日上午9点多,省部减盐试点干预评价项目启动会在烟台福山宾馆召开。记者从会上了解到,山东省内14%的中小學生血压偏高,减盐防控形势严峻。

自2011年,国内启动省部联合减盐防控高血压项目,烟台福山区、潍坊高密市作为国家首批减盐防控高血压试点,经过2年减盐防控工作,将评价减盐实施效果。此次又将江苏省徐州新沂市和连云港连云区列入对照组。

2002年一项居民营养与健康状况调查显示,我国城乡居民平均每人每天盐摄入量

为12克,北方地区高于南方地区。2011年,减盐防控高血压项目基线调查发现,山东居民平均每人每天盐摄入量为12.7克,高于全国12克的平均水平。

会上,中国疾控中心副主任梁晓峰提到,山东高血压患者1600万,14%中小學生血压偏高,减盐防控工作需建立长效机制。“每年烟台心脑血管病死亡率稳占榜首,减盐防控工作刻不容缓。”梁晓峰说道。

上午10点多,省部各级领导视察福山区减盐示范食堂——福山崇文中学。走进食堂,走廊墙壁上悬挂着减盐宣传标语。“学校专门设立减盐区,但在减盐区就餐的学生只有1/3。”该校食堂经理王毅力

介绍,孩子一天三顿都在学校就餐,监测食盐摄入量的数值相对准确。但食物太淡孩子不高兴,要逐渐减盐。

“通过食堂调整孩子饮食习惯,将来这批孩子为人父母后,也将会影响下一代,因此食堂减盐防控高血压的工作很重要。”王毅力说,为了孩子健康,还将继续适当减少食物中含盐量。

“减盐对防控高血压有重要意义。”福山疾控中心慢

病科副科长范冬冬介绍,有研究发现,每天少吃3克盐,高血压患者的收缩压和舒张压分别降低了4mmHg和2.5mmHg,血压正常者会分别降低2mmHg和1mmHg。之所以开展减盐防控高血压,是因为减盐是最经济、性价比良好的预防心血管疾病



专家提醒
高血压患者每天食盐摄入量应该控制在4-6克。

教你一招

减盐小窍门

范冬冬介绍减盐小窍门:减少味精、酱油、豆瓣酱等含盐高的调味品用量,用醋、辣椒、花椒等调味品及味道浓郁的蔬菜来提味;出锅前放盐,较少的盐便可以有明显的咸味;凉拌菜吃前再放盐。

此外,还要警惕“隐藏起来”的盐,这类食品主要包括:调味品、腌制品、熟肉制品、方便快餐食品、零食等。

本报记者 宋佳

中央划拨1600万扶持长岛水利

本报9月4日讯(记者 苑菲菲 通讯员 房鹏 冯凡) 近日,山东省发展改革委、水利厅根据国家发展改革委、水利部下发的《山东省重大水利工程2013年第一批中央预算内投资计划》,分解中央预算内投资资金1.8亿元下达各市县。其中,中央划拨1600万元用于长岛县南长山岛山前、连城等村共约4公里防潮堤建设,项目总投资4800万元,计划2014年5月完工。

据悉,长岛县地处渤海海峡,冬季风高浪急,常受台风、风暴潮等自然灾害侵袭,防潮堤项目的实施,将进一步完善海岛基础设施,加强海岛应对自然灾害的能力,不仅有效保护海岛人民及度假游客的生命财产安全,也为长岛县加快建设中国北方生态旅游度假岛起到积极推动作用。

胶东文化网新版上线

面向社会征集“胶东红色文化”史料

本报9月4日讯(记者 李大鹏) 9月4日上午,胶东文化网新版上线暨“胶东红色文化”史料征集启动仪式举行。胶东文化网由烟台市委宣传部、烟台市委文广新局、烟台广播电视台主办,在保留原来文化频道主要栏目的基础上,新增加了胶东民俗、胶东书画、胶东收藏、演艺荟萃、红色历史、网友

互动等版块。

山东省网络办副主任董志强在启动仪式上说,胶东文化网新版上线运行,标志着胶东文化在互联网上有了一个更为宽广的传播平台,必将为更多人了解胶东文化,了解胶东地区的历史沿革和风土人情提供便利,为提升烟台城市形象,丰富烟台城市内涵,推进烟台对

外开放和经济社会发展发挥其独特的作用。

市委常委、宣传部长刘延林在启动仪式上提出,希望各有关方面共同努力把胶东文化网办成展示胶东文化的重要窗口,促进胶东文化研究开发的重要平台,为实现全市“胶东文化龙头城市”的建设目标作出积极贡献。

同时,为响应烟台市委、市政府弘扬胶东红色文化的号召,胶东文化网联合烟台市委党史研究室等部门,率先面向社会启动“胶东红色文化”史料征集活动。征集内容包括:1920年到1949年之间反映胶东地区党组织成立、发展历程的各类书籍、照片、史料、实物等。详情请登录<http://cul.jiaodong.net>。

烟台佰泓名店
YANTAI BAIHONG
ARISTOCRATIC STORE
[9月5日—9月21日]

中秋欢乐颂
Happy Mid-Autumn festival

好礼有价 情无价——名品购物节 一楼大堂特设VIP购物休憩区 精致茶点 静心恭候.....

会员 满2000赠1000【500现金卡+500抵用券】
非会员 满2000赠600【300现金卡+300抵用券】

活动期间凡出示银行卡、购物卡、储值卡等其它卡友，联名同享佰泓银卡尊荣优惠！

当日累计满5000元加送神秘节日大礼包！
6折及6折以下商品不参加赠礼 / 每人每天限领3份

负一层名品服装大型特卖会 节日火爆热卖

会员中心请至6楼佰富会；会员积分换礼进行中，请携会员卡 佰泓精品蛋糕券 洗车卡 电影票任您选！积分返现同步进行6862189

6楼佰富会烟斗专区搬至一楼 敬请光临！

地址：山东烟台市胜利路 248 号 / 名品热线 :6220116 / www.baihongmingdian.com