

国务院新闻办公室新闻发布会材料

中国居民营养与健康现状

(2004年10月12日)

中华人民共和国卫生部

中华人民共和国科学技术部

中华人民共和国国家统计局

第一部分 背景

一、调查目的与意义

国民营养与健康状况是反映一个国家或地区经济与社会发展、卫生保健水平和人口素质的重要指标。良好的营养和健康状况既是社会经济发展的基础，也是社会经济发展的重要目标。世界上许多国家，尤其是发达国家均定期开展国民营养与健康状况调查，及时颁布调查结果，并据此制定和评价相应的社会发展政策，以改善国民营养和健康状况，促进社会经济的协调发展。

我国曾于 1959 年、1982 年和 1992 年分别进行过三次全国营养调查；1959 年、1979 年和 1991 年分别开展过三次全国高血压流行病学调查；1984 年和 1996 年分别开展过两次糖尿病抽样调查。上述调查对于了解我国城乡居民膳食结构和营养水平及其相关慢性疾病的流行病学特点及变化规律；评价城乡居民营养与健康水平；制定相关政策和疾病防治措施发挥了积极的作用。由于近十年来，我国社会经济得到了快速发展，一方面为消除营养缺乏和改善居民健康提供了经济、物质基础，另一方面也导致了膳

食结构、生活方式和疾病谱的变化。为及时了解居民膳食结构、营养和健康状况及其变化规律，揭示社会经济发展对居民营养和健康状况的影响，为国家制定相关政策、引导农业及食品产业发展、指导居民采纳健康生活方式提供科学依据，2002年8-12月，在卫生部、科技部和国家统计局的共同领导下，由卫生部具体组织各省、自治区、直辖市相关部门在全国范围内开展了“中国居民营养与健康状况调查”。

这是我国首次进行的营养与健康综合性调查。它将以往由不同专业分别进行的营养、高血压、糖尿病等专项调查进行有机整合，并结合社会经济发展状况，增加了新的相关指标和内容，在充分科学论证的基础上，统一组织、设计和实施。调查覆盖全国31个省/自治区/直辖市(不含香港、澳门特别行政区及台湾)，对全国和不同类型地区具有良好的代表性。本次调查设计科学，内容丰富，充分体现了多部门、多学科合作的优势，不仅大量节约了人力、物力资源，而且避免了调查内容和指标的重复，并为深入分析相互之间的关系奠定了基础。

本次调查正值我国全面建设小康社会的重要时期。通过调查不但可以建立中国居民营养与健康状况数据库，为科学研究和制定相关政策提供重要资源，也是坚持以人为本，树立和落实全面、协调、可持续科学发展观的具体体现。

二、调查方法与内容

按经济发展水平及类型将全国各县（市、区）划分为大城市、

中小城市、一类农村、二类农村、三类农村、四类农村，共 6 类地区。采用多阶段分层整群随机抽样，在全国 31 个省、自治区、直辖市的 132 个县（区、市）（见图 1）共抽取 71 971 户（城市 24 034 户、农村 47 937 户）， 243 479 人（城市 68 656 人、农村 174 823 人）。为保证孕妇、乳母、婴幼儿和 12 岁及以下儿童的调查人数，以满足各组样本量的要求，在样本地区适当补充调查人数，本次调查总计 272 023 人。

本次调查包括询问调查、医学体检、实验室检测和膳食调查四个部分，其中膳食调查 23 463 户（城市 7 683 户、农村 15 780 户）、69 205 人，体检 221 044 人，血压测量 153 259 人，血脂测定 94 996 人，血红蛋白测定 211 726 人，血糖测定 98 509 人，血浆维生素 A 测定 13 870 人。

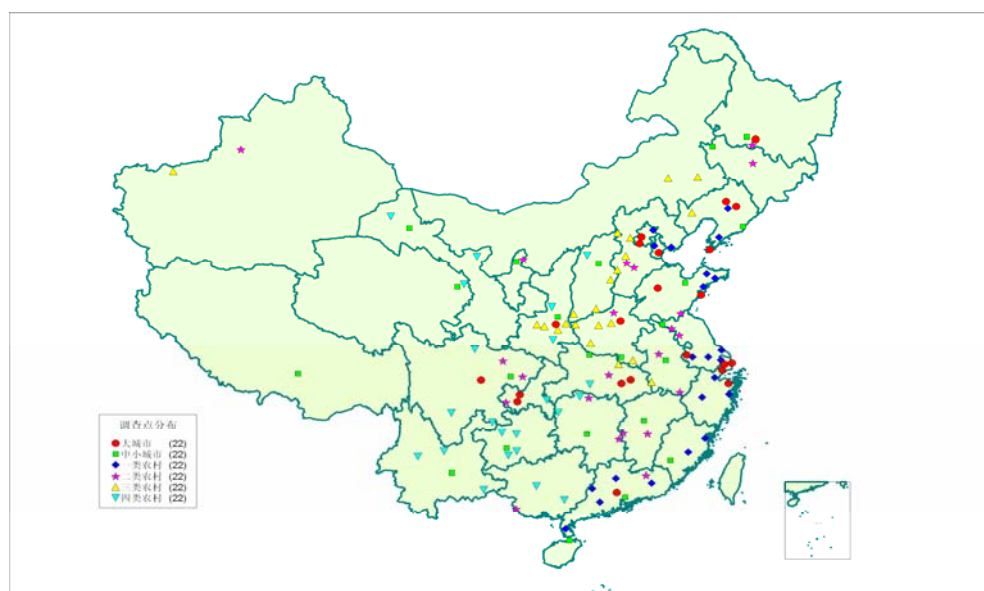


图 1 132 个调查点分布图

2002 年 8-10 月在北方地区， 2002 年 9-12 月在南方地区进行现场调查；2003 年 1-8 月完成各类实验室检验和数据录入；2003

年 5-12 月完成数据清理和数据库建立; 2004 年 1-7 月完成数据分析报告。

为确保调查数据的准确性, 对整个调查进行了严格的全程质量控制。所有质控结果表明, 本次调查各个环节均达到方案设计的质控要求。

三、数据质量评价与结果表述

将样本人口资料与 2000 年第五次人口普查数据和国家统计局 2002 年人口学指标 (性别比例、负担系数、家庭规模、少数民族人口比例) 比较, 表明样本人群对总体有较好的代表性。

由于抽样人口中有 10.1% 的人外出未能参加体检, 致使调查样本中 15-25 岁各年龄组人口比例偏低。因此, 采用 2000 年第五次人口普查数据作为标准人口, 首先对 6 类地区样本患病率进行年龄别校正, 各类地区校正后的患病率再用该地区的人口比例作为权重进行加权, 推算全国的患病率。

第二部分 主要结果

最近十年我国城乡居民的膳食、营养状况有了明显改善, 营养不良和营养缺乏患病率继续下降, 同时我国仍面临着营养缺乏与营养失衡的双重挑战。

一、居民营养与健康状况明显改善

(一) 居民膳食质量明显提高。我国城乡居民能量及蛋白质

摄入得到基本满足，肉、禽、蛋等动物性食物消费量明显增加，优质蛋白比例上升。城乡居民动物性食物分别由 1992 年的人均每日消费 210 克和 69 克上升到 248 克和 126 克。与 1992 年相比，农村居民膳食结构趋向合理，优质蛋白质占蛋白质总量的比例从 17% 增加到 31%、脂肪供能比由 19% 增加到 28%，碳水化合物供能比由 70% 下降到 61%。（详见表 1，2）。

（二）儿童青少年生长发育水平稳步提高。婴儿平均出生体重达到 3309 克，低出生体重率为 3.6%，已达到发达国家水平。全国城乡 3-18 岁儿童青少年各年龄组身高比 1992 年平均增加 3.3 厘米。但与城市相比，农村男性平均低 4.9 厘米，女性平均低 4.2 厘米。

（三）儿童营养不良患病率显著下降。5 岁以下儿童生长迟缓率为 14.3%，比 1992 年下降 55%，其中城市下降 74%，农村下降 51%；儿童低体重率为 7.8%，比 1992 年下降 57%，其中城市下降 70%，农村下降 53%。

（四）居民贫血患病率有所下降。城市男性由 1992 年的 13.4% 下降到 10.6%；城市女性由 23.3% 下降到 17.0%；农村男性由 15.4% 下降至 12.9%；农村女性由 20.8% 下降至 18.8%。

二、居民营养与健康问题不容忽视

（一）城市居民膳食结构不尽合理。畜肉类及油脂消费过多，谷类食物消费偏低。2002 年城市居民每人每日油脂消费量由 1992 年的 37 克增加到 44 克，脂肪供能比达到 35%，超过世界卫生组织

推荐的 30% 的上限。城市居民谷类食物供能比仅为 47%，明显低于 55-65% 的合理范围。此外，奶类、豆类制品摄入过低仍是全国普遍存在的问题。

（二）一些营养缺乏病依然存在。儿童营养不良在农村地区仍然比较严重，5 岁以下儿童生长迟缓率和低体重率分别为 17.3% 和 9.3%，贫困农村分别高达 29.3% 和 14.4%。生长迟缓率以 1 岁组最高，农村平均为 20.9%，贫困农村则高达 34.6%，说明农村地区婴儿辅食添加不合理的问题十分突出。

铁、维生素 A 等微量营养素缺乏是我国城乡居民普遍存在的问题。我国居民贫血患病率平均为 15.2%；2 岁以内婴幼儿、60 岁以上老人、育龄妇女贫血患病率分别为 24.2%、21.5% 和 20.6%。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 29.0%，农村为 49.6%。全国城乡钙摄入量仅为 391 毫克，相当于推荐摄入量的 41%。

（三）慢性非传染性疾病患病率上升迅速

1、高血压患病率有较大幅度升高

我国 18 岁及以上居民高血压患病率为 18.8%，估计全国患病人数 1.6 亿多。与 1991 年相比，患病率上升 31%，患病人数增加约 7 000 多万人。农村患病率上升迅速，城乡差距已不明显。大城市、中小城市、一至四类农村高血压患病率依次为 20.4%、18.8%、21.0%、19.0%、20.2% 和 12.6%。

我国人群高血压知晓率为 30.2%，治疗率为 24.7%，控制率为 6.1%；与 1991 年的 26.6%、12.2%和 2.9%相比有所提高，但仍处于较差水平。

2、糖尿病患病增加

我国 18 岁及以上居民糖尿病患病率为 2.6%，空腹血糖受损率为 1.9%。估计全国糖尿病现患病人数 2 000 多万，另有近 2 000 万人空腹血糖受损。城市患病率明显高于农村，一类农村明显高于四类农村。与 1996 年糖尿病抽样调查资料相比，大城市 20 岁以上糖尿病患病率由 4.6%上升到 6.4%、中小城市由 3.4%上升到 3.9%。

3、超重和肥胖患病率呈明显上升趋势

我国成人超重率为 22.8%，肥胖率为 7.1%，估计人数分别为 2.0 亿和 6 000 多万。大城市成人超重率与肥胖现患率分别高达 30.0%和 12.3%，儿童肥胖率已达 8.1%，应引起高度重视。与 1992 年全国营养调查资料相比，成人超重率上升 39%，肥胖率上升 97%，由于超重基数大，预计今后肥胖患病率将会有较大幅度增长。

4、血脂异常值得关注

我国成人血脂异常患病率为 18.6%，估计全国血脂异常现患人数 1.6 亿。不同类型的血脂异常现患率分别为：高胆固醇血症 2.9%，高甘油三酯血症 11.9%，低高密度脂蛋白血症 7.4%。另有 3.9%的人血胆固醇边缘升高。值得注意的是，血脂异常患病率中、老年人相近，城乡差别不大。

5、膳食营养和体力活动与相关慢性病关系密切

本次调查结果表明，膳食高能量、高脂肪和少体力活动与超重、肥胖、糖尿病和血脂异常的发生密切相关；高盐饮食与高血压的患病风险密切相关；饮酒与高血压和血脂异常的患病危险密切相关。特别应该指出的是脂肪摄入最多体力活动最少的人，患上上述各种慢性病的几率最多。

第三部分 拟采取的措施

为实现全面建设小康社会的战略目标，根据本次调查结果，从国情出发，从急需入手，以不失时机和分类指导为原则，将从政策支持、市场指导和群众教育三方面加强居民营养改善和慢性病预防工作：第一，加强政府的宏观指导，尽快制定相关法规，将国民营养与健康改善工作纳入国家与地方政府的“十一·五”发展规划；第二，加强对农业、食品加工、销售流通等领域的科学指导，发挥其在改善营养与提高人民健康水平中的重要作用；第三，加强公众教育，倡导平衡膳食与健康生活方式，提高居民自我保健意识和能力。

为充分利用本次调查信息，将组织有关部委和机构完成中国国民营养与健康状况白皮书、论文集和系列科普丛书，并尽快向社会公开调查数据库，实现信息共享。

本次调查得到了世界卫生组织、联合国儿童基金会等部门的支持。

表 1 1982, 1992, 2002 年全国城乡居民的食物摄入量(克/标准人日)

	城乡合计			城市			农村		
	1982 年	1992 年	2002 年	1982 年	1992 年	2002 年	1982 年	1992 年	2002 年
米及其制品	217	226.7	239.9	217	223.1	217.8	217	255.8	248.4
面及其制品	189.2	178.7	138.5	218	165.3	132.0	177	189.1	141.0
其它谷类	103.5	34.5	23.3	24	17	16.3	137	40.9	25.9
薯类	179.9	86.6	49.5	66	46	31.9	228	108	56.2
干豆类	8.9	3.3	4.2	6.1	2.3	2.6	10.1	4	4.8
豆制品	4.5	7.9	11.8	8.2	11	12.9	2.9	6.2	11.4
深色蔬菜	79.3	102	91.5	68	98.1	88.1	84	107.1	92.8
浅色蔬菜	236.8	208.3	183.7	234	221.2	163.8	238	199.6	191.3
腌菜	14	9.7	10.3	12.1	8	8.4	14.8	10.8	11.0
水果	37.4	49.2	45.7	68.3	80.1	69.3	24.4	32	36.6
坚果	2.2	3.1	3.9	3.5	3.4	5.4	1.7	3	3.3
畜禽类	34.2	58.9	79.5	62	100.5	104.4	22.5	37.6	69.9
奶及其制品	8.1	14.9	26.3	9.9	36.1	65.8	7.3	3.8	11.2
蛋及其制品	7.3	16	23.6	15.5	29.4	33.2	3.8	8.8	19.9
鱼虾类	11.1	27.5	30.1	21.6	44.2	44.9	6.6	19.2	24.4
植物油	12.9	22.4	32.7	21.2	32.4	40.2	9.3	17.1	29.9
动物油	5.3	7.1	8.7	4.6	4.5	3.8	5.6	8.5	10.5
糖、淀粉	5.4	4.7	4.4	10.7	7.7	5.2	3.1	3	4.1
食盐	12.7	13.9	12.0	11.4	13.3	10.9	13.2	13.9	12.4
酱油	14.2	12.6	9.0	32.5	15.9	10.7	6.5	10.6	8.4

标准人：18 岁轻体力活动男子

表 2 1982, 1992, 2002 全国城乡居民平均营养素的摄入量(每标准人日)

	城乡合计			城市			农村		
	1982 年	1992 年	2002 年	1982 年	1992 年	2002 年	1982 年	1992 年	2002 年
能量(kcal)	2491.3	2328.3	2253.5	2450.0	2394.6	2137.5	2509.0	2294.0	2297.9
(KJ)	10423.5	9740.3	9428.8	10250.8	10019	8943.2	10497.7	9598.1	9614.2
蛋白质(g)	66.7	68.0	66.1	66.8	75.1	69.1	66.6	64.3	64.9
脂肪(g)	48.1	58.3	76.2	68.3	77.7	85.6	39.6	48.3	72.6
膳食纤维(g)	8.1	13.3	12.0	6.8	11.6	11.2	8.7	14.1	12.4
视黄醇(μg)	53.8	156.5	152.9	103.9	277.0	226.5	32.7	94.2	124.6
视黄醇当量(μg)	119.5	476.0	478.8	147.3	605.5	552.8	107.8	409.0	450.3
硫胺素(mg)	2.5	1.2	1.0	2.1	1.1	1.0	2.6	1.2	1.0
核黄素(mg)	0.9	0.8	0.8	0.8	0.9	0.9	0.9	0.7	0.7
抗坏血酸(mg)	129.4	100.2	89.8	109.0	95.6	83.1	138.0	102.6	92.3
钙(mg)	694.5	405.4	390.6	563.0	457.9	439.3	750.0	378.2	371.8
铁(mg)	37.3	23.4	23.3	34.2	25.5	23.8	38.6	22.4	23.1
磷(mg)	1623.2	1057.8	980.3	1574.0	1077.4	975.1	1644.0	1047.6	982.1

标准人：18 岁轻体力活动男子