

# 江西省居民食物消费量调查报告

## 2020

江西省卫生健康委员会

江西省疾病预防控制中心

2020年5月

# 江西省居民食物消费量调查报告 2020

## 一、背景

### （一）调查目的与意义

为及时了解江西居民膳食结构及变化规律，建立膳食监测体系和信息数据库，为完善膳食相关政策提供基础信息。

### （二）调查方法与内容

采用分层多阶段与人口构成比例整群随机抽样（PPS）。采用的方法包括非连续3天24小时回顾调查法、食物称重法和过去1个月内食物消费频率调查等。

通过平板询问了解调查对象家庭及个人基本信息，同时调查目前和过去一段时间内各食物的摄入量、消费频率等。

### （三）质量控制

成立专门的质量控制组，负责质量控制。为保证调查质量，实行“五个统一”，即统一调查手册，统一编码，统一培训，统一调查用具，统一考核。采用SPSS19.0软件和Excel软件进行数据处理和统计分析。

## 二、调查结果

### （一）调查样本人口基本情况

2013-2017年营养与健康状况监测在江西省选取7个调查点，包括南昌市青云谱区、九江市的浔阳区和庐山区、上饶市的万年县和德兴市等。全省共抽样3613户，居民13451人，城市居民7041人，其中男性3605人，占55.46%，女性3436人，占44.54%；农村

居民 6410 人，其中男性 3359 人，占 52.40%，女性人 3051 人，占 47.60%。年龄最小的 2 月龄，年龄最大的 90 岁，平均年龄 39.97 岁。基本特征如表 1。

表 1 调查对象基本特征

特征分类	例数	构成比 (%)
性别		
男	6904	51.33
女	6547	48.67
受教育程度		
小学及小学以下	4842	36.00
初中	3591	26.70
高中或中专	2597	19.31
大专以上	2421	18.00
年龄组 (岁)		
0~10	2417	17.97
11~20	788	5.86
21~30	2936	21.83
31~40	2153	16.01
41~50	1902	14.14
51~60	1908	14.18
61~70	1019	7.58
71~80	386	2.87
80 以上	78	0.58

## (二) 膳食状况

江西省居民每标准人日各种食物消费量结果见表 2。江西省居民平均每标准人日谷薯类摄入量 295.4g，蔬菜类 280.7g，水果类 146.2g，禽畜肉类 65.9g，鱼虾类 46.4g，蛋类及其制品 32.4g，奶类及其制品 46.7g，豆类及其制品 25.2g，坚果类 15.5g 等。与《中国居民膳食指南》(2016) 推荐每天摄入的食物量进行比较，谷类、肉、禽和鱼虾，豆及豆制品，油脂类达到推荐要求量，薯类、水果、蛋类、蔬菜、奶及奶制品达不到推荐量要求，而盐的摄入量超

过推荐量。

表2 江西省居民平均每标准人日各类食物消费量 (g)

食物种类	城镇	农村	平均值	2016 居民膳食指南
谷薯类				250~400
米及其制品	230.27	195.7	210.6	
面及其制品	44.02	42.9	43.6	
其它谷类	6.1	4.4	5.4	
薯类	36.1	32.1	34.2	
蔬菜类				300~500
深色蔬菜	133.2	137.9	135.8	
浅色蔬菜	131.6	154.1	152.3	
水果	168.1	126.9	146.2	200~350
禽畜肉类				40~75
猪肉	79.2	88.2	84.5	
其它畜肉	15.4	10.7	12.9	
禽肉	65.4	63.2	64.3	
鱼虾类	52.1	41.9	46.4	40~75
奶类及其制品	52.6	41.6	46.7	300
豆类及其制品	30.3	20.6	25.2	25~35
蛋类及其制品	41.2	24.7	32.4	40~50
食用油				25~30
植物油	25.6	34.7	29.7	
动物油	0.1	1.4	0.7	
食盐	6.7	9.4	7.8	<6
调味品				
糖、淀粉	10.9	5.2	8.1	
酱及酱油	20.7	19.8	20.1	
其它调味品	0.6	0.5	0.6	
其他				
糕点	20.6	11.6	16.3	
坚果	23.1	7.1	15.5	
酒精	25.4	20.5	23.4	
其他	0.4	0.3	0.4	

### (三) 江西省居民能量及主要营养素摄入状况

对照《中国食物成分表》进行换算，江西省居民每标准人日能量与营养素摄入量结果见表3。江西省地区居民平均每标准人日能量摄入量为2001.4kcal，其中城镇居民为2023.6kcal，农村居民为

1977.6kcal，居民能量摄入的主要食物来源以谷类食物为主。蛋白质摄入量、脂肪摄入量、能量摄入量均不低于参考水平，且蛋白质、脂肪以及碳水化合物供能比基本达到居民膳食营养推荐比例要求。

表3 江西省成人能量、能量和脂肪平均摄入状况

能量与营养素	江西省	中国居民膳食营养素推荐摄入量
能量(KJ)	8367	7531~9414
蛋白质(g)	72.2	55~65
脂肪(%E)	25.7	25~30

### 三、结论

调查结果显示，江西省居民每标准人日食物消费量总体达到《中国居民膳食结构指南》(2016)的推荐量，但是部分营养失衡仍然存在，主要体现在膳食纤维、优质蛋白、不饱和脂肪酸三类营养素摄入不足；同时盐的摄入量超过推荐量。

### 四、建议

江西省居民膳食结构及食物消费基本合理，但蔬菜、水果、蛋类等非主食类食物摄入量未达到中国居民膳食指南推荐量，建议：

第一，继续致力于膳食、营养相关知识内容的健康教育和健康促进，明确对膳食、营养以及健康的有机联系，全面提高江西省居民健康水平和科学素养。

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，提高江西省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

关机构完成江西居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。