

# 中国人长高了,也变胖了

成年男性平均身高为169.7厘米,女性为158.0厘米  
成年男性平均体重为69.6千克,女性为59千克

23日,国新办举行发布会,发布《中国居民营养与慢性病状况报告(2020年)》。身高体重、膳食营养、体育锻炼……来看看这些国人最新健康数据,你达标了吗?

## 中国人长高了

据介绍,2015年至2019年,国家卫健委组织中国疾控中心、国家癌症中心、国家心血管病中心开展了新一轮中国居民慢性病与营养监测,覆盖全国31个省(区、市)近6亿人口,现场调查人数超过60万。

报告显示,中国居民体格发育与营养不足问题持续改善,城乡差异逐步缩小。中国城乡居民膳食能量和蛋白质、脂肪、碳水化合物三大宏量营养素摄入充足,优质蛋白摄入不断增加。

另外,近年来,中国人还“长高了”。

数据显示,中国成人平均身高继续增长,18岁-44岁男性和女性的平均身高分别为169.7厘米和158.0厘米,与2015年发布结果相比分别增加1.2厘米和0.8厘米。

儿童青少年生长发育水平持续改善,6岁-17岁男孩和女孩各年龄组身高均有增加,平均增加值分别为1.6厘米和1.0厘米,6岁以下儿童生长迟缓率降至7%以下,低体重率降至5%以下,均已实现2020年国家规划目标。

## 中国人胖了

本次发布的数据显示,居民超重肥胖问题不断凸显。

18岁及以上居民男性和女性的平均体重分别为69.6千克和59千克,与2015年发布结果相比分别增加3.4千克和1.7千克。城乡各年龄组居民超重肥胖率继续上升,18岁及以上居民超重率和肥胖率分别为34.3%和16.4%。

6岁-17岁儿童青少年超重率和肥胖率分别为11.1%和7.9%,6岁以下儿童超重率和肥胖率分别为6.8%和3.6%。

## 吸烟率略有下降

报告显示,近年来,居民吸烟率略有下降,非吸烟者的二手烟暴露率由72.4%下降至68.1%。

不过数据显示,目前中国15岁及以上居民吸烟率仍达26.6%,其中男性为50.5%,女性为2.1%。

## 吃盐变少了

报告称,中国家庭人均每日烹调用盐9.3克,与2015年发布结果相比下降1.2克。不过,这与每日5克的推荐量相比差距仍然较大。

另外,中国居民不健康生活方式仍然普遍存在,膳食结构不合理问题仍未得到有效改善,居民畜肉摄入较多,膳食脂肪供能比持续上升,城乡合计已到达34.6%,农村首次突破30%推荐上限。

水果、豆及豆制品、奶类消费量仍然偏低,膳食摄入的维生素A、钙等不足依然存在。

家庭人均每日烹调用油达43.2克,超过一半的居民高于30克/天的推荐值上限,同时,居民在外就餐比例不断上升,食堂、餐馆、加工食品中的油、盐也应引起关注。

另外,儿童青少年经常饮用含糖饮料问题已经凸显,18.9%的中小学生经常饮用含糖饮料。

## 慢性病患率仍呈上升趋势

报告数据还显示,中国18岁及以上居民高血压患病率为27.5%,糖尿病患病率为11.9%,高胆固醇血症患病率

为8.2%,40岁及以上居民慢性阻塞性肺疾病患病率为13.6%,与2015年发布结果相比均有所上升。

居民癌症发病率为293.9/10万,仍呈上升趋势,肺癌和乳腺癌分别位居男、女性发病首位。

不过数据也显示,中国重大慢性病过早死亡率逐年下降,因慢性病导致的劳动力损失不断减少。

2019年,中国居民慢性病死亡率为685/10万,因慢性病导致的死亡占总死亡数的88.5%,其中因心脑血管、癌症和慢性呼吸系统疾病死亡的比例为80.7%。

心脑血管病死亡以缺血性心脏病和脑卒中为主;癌症死亡的前五位依次为肺癌、肝癌、胃癌、食管癌、结直肠癌;慢性呼吸系统疾病死亡以慢性阻塞性肺疾病为主。

另外,糖尿病虽然不是中国居民的主要死因,但糖尿病并发症导致的死亡对居民健康的威胁也不容忽视。

## 每周至少1次体育锻炼的成人不足四分之一

居民对自己健康的关注程度也在不断提高,定期测量体重、血压、血糖、血脂等健康指标的人群比例显著增加。

18岁及以上居民中,有近60%的居民过去一个月内测量过体重;40岁及以上居民中,未诊断为高血压的人近3个月内血压检测率达50.1%,未诊断为糖尿病的人年度血糖检测率为39.3%,未诊断为血脂异常的人年度血脂检测率为29.2%。

不过,随着居民职业劳动强度的普遍降低,出行的日益方便、以及家务的明显减少,居民身体活动不足问题仍然普遍存在,同时居民主动锻炼的比例不高,每周至少进行1次体育锻炼的成人比例不足四分之一。

据中新网

## 出门倒垃圾掉进深洞

还好她被突出岩石接住,洞内还有手机信号



近日,贵州遵义市凤冈县一名女子跌入山洞,被困在半空一块凸出的岩石上。当地村民发现后,用竹竿、长绳伸入洞内暂时将她吊住。凤冈县消防救援人员接到报警后赶到,经过半小时努力将她救起。

据了解,这名20多岁的女子姓陈,系关坝村人。22日10时左右,陈某出门倒垃圾,不料失足滑进了洞穴。万幸的是,陈某掉在洞内20多米深处的一块岩石上,但是下方仍深不见底,一旦继续下滑,有丧命之忧。掉入洞后,陈某拿出手机向家人求助。随后,家人一边组织村民前来救援,一边向凤冈县

消防救援大队报警。

村民找来一条长绳,用长竹竿伸入洞内,示意女子套在身上,洞外的村民,拉着绳子以防其因体力不支坠落。

12时许,消防救援人员到达现场。经侦查发现,洞穴垂直向下至少有100米深,四处都是岩壁,从上往下看洞穴看不到底,洞穴最窄处仅约1米左右。由于身上的绳子勒得太紧,陈某已陷入昏迷。经过消防人员半小时的努力,女子成功升回至地面。经医生检查,该女子没有生命危险,目前在医院接受进一步治疗。

据《贵阳晚报》

## 做试管婴儿孩子怎是“叔叔”的

男子是独子,他体内竟有未存在“兄弟”的DNA

近日,一名女子做试管婴儿生下孩子,孩子DNA检测结果显示是“叔叔”的。丈夫得知结果后很纳闷,自己是一名独生子,并没有其他亲兄弟。

据了解,广医三院收到一个特殊案例,一对夫妻结婚多年努力想要孩子却没有成功,考虑到年纪大了,在医生建议下他们选择做了试管婴儿,最后妻子成功产下一名婴儿。正当全家人欢迎孩子的到来时,却发现婴儿的血型与父母血型对不上,决定进行亲子鉴定。

经鉴定后过显示,孩子的父亲另有其人,通过比对最大

概率的可能是孩子的“叔叔”。此检测报告出来后,丈夫小黄(化名)反而更纳闷了,因为他是家中独子,根本没有其他兄弟,“叔叔”是谁他根本不得而知。

对此,广医三院法医物证司法鉴定室主任马晓燕表示,应该是非常罕见的“嵌合体”案例,丈夫小黄经检验体内携带两个人的DNA,可能是他原本有个双胞胎弟弟,但因对方胚胎没有发育起来,反而与小黄的胚胎出现了融合,体内才会出现两个人的DNA,导致小黄的孩子被误会成“叔叔”的。

据网易

## 市民外出散步发现恐龙化石

初判距今约1.6亿年



21日,家住四川省自贡市大安区大山铺附近的市民李先生同家人外出散步时,偶然在路边发现疑似大型蜥脚类恐龙腿骨化石。随即,李先生将情况向自贡恐龙博物馆进行了报告,博物馆立即派专家前往现场勘查并妥善保护。

21日晚间,自贡恐龙博物馆研究部副主任江山表示,经专家初步认定,已基本确定为

蜥脚类恐龙化石,距今大约1.6亿年左右。根据化石的肢骨判断,恐龙体型较大。

自贡恐龙博物馆研究部副主任江山说,下一步,博物馆准备把专用机器和设备运往现场,将化石挖掘出来后,送到博物馆研究收藏。在这块化石周围是否存在其他关联化石,还需要进一步发掘研究。

据中国新闻网

