

攀枝花市城乡居民食物结构及饮食习惯差异调查分析

蒋德勇¹ 张家华¹ 袁林焕²

(1 攀枝花市疾病预防控制中心, 攀枝花 617000; 2 攀枝花市实验学校, 攀枝花 617000)

摘要:目的: 掌握城乡居民饮食结构和饮食习惯是否存在差异, 为制定干预措施提供依据。方法: 抽取攀枝花市城区居民、农村居民和餐饮从业人员共 1037 人进行问卷调查, 资料用 SPSS14.0 统计分析。结果: 农村居民定时用餐的占 33.23%, 低于城市居民 (52.93%) 和餐饮从业人员 (54.39%); 农村居民不吃早餐的占 19.33%, 高于城市居民 (6.10%) 和餐饮从业人员 (4.39%); 农村居民主要食用动物油占 43.20%, 远高于城市居民 (1.95%), 农村居民主要食用植物油的占 11.18%, 远低于城市居民 (78.29%); 农村居民每天吃蔬菜的占 93.35%, 高于餐饮从业人员 (87.16%) 和城市居民 (85.36%) ($\chi^2 = 12.068$, $P = 0.002$); 农村居民每天吃水果的占 26.59%, 低于餐饮从业人员 (40.20%) 和城市居民 (49.27%) ($\chi^2 = 39.550$, $P = 0.000$); 农村居民几乎不吃 (每周 ≤ 1 天) 禽肉的占 70.39%, 高于城市居民 (43.66%) 和餐饮从业人员 (38.51%) ($\chi^2 = 77.076$, $P = 0.000$); 农村居民和餐饮从业人员几乎不食用水产品的分别占 84.89% 和 84.12%, 高于城市居民 (74.44%) ($\chi^2 = 22.496$, $P = 0.000$); 农村居民几乎不吃鸡蛋的占 34.44%, 分别高于餐饮从业人员 (18.92%) 和居民城市 (14.39%) ($\chi^2 = 45.203$, $P = 0.000$); 农村居民几乎不吃豆类及其制品的占 42.90%, 高于餐饮从业人员 (23.99%) 和居民城市的 (23.41%) ($\chi^2 = 39.929$, $P = 0.000$); 农村居民几乎不吃奶类的占 84.89%, 分别高于餐饮从业人员 (47.97%) 和城市居民 (30.24%) ($\chi^2 = 223.429$, $P = 0.000$)。结论: 攀枝花市城乡居民食物结构及饮食习惯不合理, 城市居民、农村居民和餐饮从业人员的饮食结构和饮食习惯存在较大差异。

关键词: 城乡居民; 食物结构; 饮食习惯; 问卷调查

居民的食物结构和饮食习惯直接关系到居民的健康状况, 为了解城乡居民的饮食习惯和食物结构, 有针对性的对他们进行营养健康教育和行为干预, 促进居民的身体健康, 攀枝花市营养保健研究所对辖区城乡居民食物结构和饮食习惯进行了抽样调查, 现将结果报告如下。

1 调查对象与方法

1.1 调查对象

抽样调查居住在我市河谷平坝、中低山区、中高山区的农村居民 331 人, 定居在我市城区 41 个社区的常住居民 413 人, 工作在我市大型宾馆、大型食堂、中餐类、火锅类、快餐类和农家乐等餐饮企业的从业人员 303 人。共 1047 人参加问卷调查。

1.2 调查方法

选择具有营养和公共卫生从业资格的技术人员担任调查员, 按调查方案对调查人员进行统一培训, 分类向调查对象发放《攀枝花市居民营养保

健知识需求及食物结构调查问卷》, 由调查对象独立填写。

1.3 统计方法

所有有效问卷均用 SPSS for Windows 14.0 统计软件包统计分析, 用 χ^2 检验。

2 结果

2.1 定时用餐和用早餐情况

有 52.9% 的城乡居民做不到每天定时用餐, 有 35.0% 的城乡居民做不到每天吃早餐, 其中 9.7% 的居民基本不吃早餐。城市居民、农村居民和餐饮从业人员定时用餐和用早餐的情况有明显差异 (χ^2 分别为 87.497 和 81.117, P 值均小于 0.001), 餐饮从业人员定时用餐的比例最高 (54.4%), 其次为城市居民 (52.9%), 农村居民最低 (33.2%); 农村居民不吃早餐的比例最高 (19.0%), 其次为城市居民 (6.1%), 餐饮从业人员最低 (4.4%)。



2.2 食用油脂情况

在被调查的 1037 名居民中，炒菜用植物油的 572 人，占 55.2%；炒菜用动物油的 163 人，占 15.7%；炒菜用动、植物油各半的 295 人，占 18.4%，回答不知道的 7 人，占 0.7%。城市居民、农村居民和餐饮从业人员在选择炒菜用油方面有差异 ($\chi^2 = 468.738, P = 0.000$)，农村居民 (43.2%) 主要使用动物油较城市居民 (1.95%) 多，城市居民 (78.3%) 主要使用植物油较农村居民 (11.2%) 多。

2.3 近一月食用主食、蔬菜和水果情况

有 20.4% 的城乡居民做不到每天吃米、面等主

食，有 11.6% 的城乡居民做不到每天吃蔬菜，有 60.6% 的城乡居民做不到每天吃水果，见表 1。城乡居民吃主食的构成情况比较没有差异 ($\chi^2 = 12.390, P = 0.054$)，而吃蔬菜 ($\chi^2 = 12.832, P = 0.046$) 和水果 ($\chi^2 = 66.336, P = 0.000$) 的构成情况有差异。农村居民每天吃蔬菜 (93.4%) 的比例高于餐饮从业人员 (87.2%) 和城市居民 (85.4%) ($\chi^2 = 12.068, P = 0.002$)，而每天吃水果的比例 (26.6%) 却低于餐饮从业人员 (40.2%) 和城市居民 (49.3%) ($\chi^2 = 39.550, P = 0.000$)。

表 1 城乡居民近一月食用主食、蔬菜和水果习惯

食用天数	食用主食		食用蔬菜		食用水果	
	人数	%	人数	%	人数	%
每天	825	79.6	917	88.4	409	39.4
每周 4~6 天	145	14.0	83	8.0	200	19.3
每周 2~3 天	40	3.9	24	2.3	294	28.4
每周 ≤1 天	27	2.6	13	1.3	134	12.9
合计	1037	100	1037	100	1037	100

2.4 近一月食用畜、禽肉及水产品情况

有 67.1% 的城乡居民做不到每天吃猪、牛、羊等畜肉，有 95.2% 的城乡居民做不到每天吃鸡、鸭、鹅等禽肉，有 98.5% 的城乡居民做不到每天吃水产品，见表 2。城乡居民吃畜肉的构成情况比较无差异 ($\chi^2 = 5.338, P = 0.501$)，而吃禽肉 ($\chi^2 = 101.795, P = 0.000$) 和水产品的构成有差异 ($\chi^2 =$

$55.273, P = 0.000$)，农村居民 (70.4%) 几乎不吃 (每周 ≤1 天) 禽肉的比例明显高于城市居民 (43.7%) 和餐饮从业人员 (38.5%) ($\chi^2 = 77.076, P = 0.000$)；农村居民 (84.9%) 和餐饮从业人员 (84.1%) 几乎不食用 (每周 ≤1 天) 水产品的情况多于明显高于城市居民 (72.4%) ($\chi^2 = 22.496, P = 0.000$)。

表 2 城乡居民近一月食用畜、禽肉及水产品习惯

食用天数	食用畜肉		食用禽肉		食用水产	
	人数	%	人数	%	人数	%
每天	341	32.9	50	4.8	16	1.5
每周 4~6 天	204	19.7	115	11.1	52	5.0
每周 2~3 天	311	30.0	346	33.4	142	13.7
每周 ≤1 天	181	17.5	526	50.7	827	79.7
合计	1037	100	1037	100	1037	100

2.5 近一月食用蛋、豆、奶及制品情况

有 85.0% 的城乡居民做不到每天吃蛋及蛋制

品，有 88.7% 的城乡居民做不到每天吃豆及豆制品，有 86.9% 的城乡居民做不到每天吃乳及乳制

品,表3。城乡居民食用蛋、豆、奶及制品的构成情况均有统计学差异,农村居民几乎不吃鸡蛋的占34.44%,分别高于餐饮从业人员的18.92%和居民城市的14.39% ($\chi^2 = 45.203, P = 0.000$);农村居民几乎不吃豆类及其制品的占42.90%,高于餐饮从业人员的23.99%和居民城市的23.41% ($\chi^2 = 39.929, P = 0.000$);农村居民几乎不吃奶类的占84.89%,分别高于餐饮从业人员的47.97%和居民城市的30.24% ($\chi^2 = 223.429, P = 0.000$)。

表3 城乡居民近一月食用蛋、豆、奶及其制品习惯

食用天数	食用蛋及制品		食用豆及制品		食用奶及制品	
	人数	%	人数	%	人数	%
每天	156	15.0	117	11.3	136	13.1
每周4~6天	213	20.5	180	17.4	143	13.8
每周2~3天	439	42.3	431	41.6	211	20.3
每周≤1天	229	22.1	309	29.8	547	52.7
合计	1037	100	1037	100	1037	100

3 讨论

本次调查结果显示,攀枝花市城乡居民食物结构和饮食习惯均存在较为严重的问题,主要表现在:(1)有52.9%的城乡居民不能按时进食一日三餐,有35%的城乡居民不能坚持每天早餐,其中9.7%的居民几乎不吃早餐,尤其是农村居民,不能按时就餐和不吃早餐的比例分别高达66.8%和19.0%,说明城乡居民的饮食习惯很不合理;(2)农村居民与城市居民在炒菜用油方面存在明显的差异,城市居民现在基本上能做到使用植物油作为炒菜的主要用油,而农村居民目前炒菜用油仍然以动物油脂为主,这一方面是农村居民多从事动物养殖业屠宰动物后留下动物油脂自用,而另一方面也与当前农村居民在营养知识较为匮乏也有一定的关系;(3)在食用主食、蔬菜、水果方面:有五分之一居民不能每天进食主食,有一成的居民不能每天吃蔬菜,而有六成居民不能每天吃水果,说明攀枝花市城乡居民饮食结构很不合理;(4)在食用畜、禽肉及水产品 and 蛋豆奶及其制品方面:有近七成居民不能每天摄入猪牛羊等畜肉,而仅有极少一部分人能够每天摄入鸡鸭鱼等禽肉和水产品,有80%以上的城乡居民均不能坚

持每天食用一定量的蛋豆奶及其制品,尤其是农村居民摄入的比例更低,说明攀枝花市城乡居民,尤其是农村居民在蛋白质的摄入方面可能存在不足或不合理。

以上反映了攀枝花市城乡居民的饮食习惯和食物结构均存在诸多的不合理,与张家华等调查的餐饮从业人员、农村居民、城市居民的饮食习惯与食物结构的结论一致^[1,2,3],尤其是农村居民的饮食结构和饮食习惯相对城市居民来说有更多的问题。朱云芳认为^[4],饮食结构不均衡和不良的生活习惯是亚健康人群越来越多和慢性病发病率越来越高的原因,因此疾病预防与营养工作者在关注城市居民饮食健康的同时,更应高度关注广大农村居民的饮食健康。益普索认为^[5]:人们的健康状况,很大程度上取决于他们的饮食习惯,许多疾病都是由于不良的饮食习惯导致的,成果认为^[6]:导致“亚健康状态”的原因,是现代生活中的环境污染、饮食结构不合理、嗜烟酗酒以及来自社会竞争的各方面压力等原因,其中饮食不合理是最常见的原因。因此,要提高人群的健康,改善人群的亚健康状态,就必须改变居民不良的饮食习惯和不合理的食物结构。而居民不良的饮食习惯和不合理的食物结构,在一定程度上是取决于居民的营养健康知识,因此,努力开展居民的营养健康教育,应是当前提高居民健康的有效途径。

参考文献

[1] 张家华,蒋德勇,潘宏宇,等.攀枝花市餐饮从业人员食物结构与饮食习惯调查.中国食物与营养,2008,(4):62~64.
 [2] 张家华,蒋德勇,王一舒,等.攀枝花市农村居民食物结构与饮食习惯调查.中国食物与营养,2010,(7):79~81.
 [3] 庞杰,张家华,蒋德勇,等.攀枝花市城市居民食物结构与饮食习惯调查.中国食物与营养,2010,(8):78~81.
 [4] 朱云芳.三大问题导致亚健康.健康大视野,2009,(10):221.
 [5] 益普索.中国人饮食结构亟待调整.市场研究,2007,(11):22~23.
 [6] 成果.用饮食赶走亚健康.医药保健杂志,2007,(10):50~51.