

食盐普遍加碘，摄入超量损害健康吗？

可通过生理代谢掉，特殊人群可持相关证明在特定渠道购买无碘盐

地方性甲状腺肿俗称“大脖子”病，主要原因是碘缺乏，所以又称为碘缺乏性甲状腺肿，多见于山区和远离海洋的地区。1994年之后，为消除碘缺乏危害，我国对加工销售的食盐进行加碘处理。最近，关于强制广大不碘地区补碘是否正确，而强制补碘的量是否过量，对身体是否有不利影响的话题，再次引起大家的关注。

昨天，记者对此进行了采访。

商店普遍只提供加碘盐

昨天记者走访了市场，从身边的小店再到较大的商超，普遍只提供加碘盐。在社区的小超市，记者看到这里主要有两种加碘盐，一种是海藻碘食用盐，一种名为低钠盐，全部都是加碘盐。碘酸钾的含量标准均为18-33毫克/千克。位于红豆购物广场的永辉超市，记者看到这里的食盐，依然全部是加碘盐，不过种类多了两种，一种名为海藻碘低钠盐，一种名为精制泡菜盐。

镇江属于轻度缺碘地区

“碘盐是指含有碘酸钾的氯化钠食盐。由于中国大部分地区都缺碘，而缺碘就会引起碘缺乏

病，所以国家强制给食用的氯化钠食盐中加入少量的含碘盐。人体内2/3的碘存在于甲状腺中，甲状腺可以控制代谢，而甲状腺又受碘的影响。所以，若碘不足的话，就可能引起心智反应迟钝、身体变胖以及活力不足。人体碘的80%-90%来自食物，10%-20%通过饮水获得，5%的碘来自空气，因此，食物中的碘是人体碘的主要来源。”市疾控中心血寄地防科科长王琳介绍，镇江属于长江中下游地区，水土中含有的碘元素较低，另外食物中含碘的数量跟土壤有密切的关系，同时不同食物分布不均，单纯从食物中摄入碘元素，并不现实。

王琳接着说，镇江人补碘有着必要性。对于正常健康人群来说，即使每天摄入的碘含量较多，超过人体的需要，通常问题不大，因为正常人体可以通过尿液等途径，生理代谢掉这部分多摄入的碘。碘盐对人的健康有很大好处，但并非所有的人都适宜食用碘盐，有两部分人群不能食用碘盐，即高碘地区的人群和因治疗疾病（如甲状腺疾病）而不宜食用的。有关文件规定，这两部分人可以持相关证明到盐业部门专设的商店购买不加碘的食盐。

无碘盐可在特定渠道购买

据了解，镇江盐业部门提供的盐产品，主要有大包装食盐，也叫行业用盐，主要供应食品行业的。市场上的是小包装食盐，主要有：低钠盐、海藻碘盐、绿标盐（主要是通过绿色食品认证）、泡菜盐（腌制盐）等等。

江苏盐业集团苏盐连锁镇江分公司市场部负责人李瑞告诉记者，由于镇江属于轻度缺碘地区，根据国家盐业的相关规定，目前已实现加碘盐的全区覆盖。虽然镇江属于沿江城市，不过日常生活食用海鲜食物并不多，依靠食物来增加碘的摄入量，并不可行。因此，市场上提供的加碘盐，占了食盐市场的大部分。部分市民可能对加碘盐存在一定的误解，直到目前，食用较多的碘盐是否能引起甲状腺相关的疾病，尚无科学依据。不过，有一点可以肯定，那就是存在甲状腺相关基础疾病的人群，不适合继续食用加碘盐。如果居民想要购买无碘盐，可在大润发润州店、万方连锁超市以及盐业公司18个门店购买，原先相关部门对无碘盐购买规定较严，需要提供县级以上医疗部门出具的处方，如今购买条件已经放松，一般进行登记即可。

(张兆勇)

今日降温北风起 后晨或现首场霜

本报讯 昨天灰暗的天色下并没有飘下多少雨，气温仍走着“淡定”路线，从16.5℃起步，最高保持在19.0℃。

今天阴雨渐止，天气阴到多云，不过之前还带点温暖的秋意，在一股较强冷空气的打压下，将所剩无几。今天风比较大，偏北风4-5级，阵风6级，最低气温11℃到12℃，最高气温16℃到17℃。女孩子今天出门的时候，可以搭上条心爱的围巾。

明天晴到少云，气温6℃到17℃；后天晴到多云，最低气温6℃左右，部分地区有霜或霜冻，最高气温18℃到19℃。这是今年下半年的预报中，首次出现“霜”，相比常年平均11月18日的初霜日，今年的霜来得似乎要

早一些。

霜与露都源于水汽，但它们的形成机理和对农作物的影响都不同。霜由冰晶组成，是由于近地面空气中的水汽在接触到较冷的物体后，直接由气态凝华为固态，附着在物体表面形成的，它要求近地面层大气的温度低于0℃。而露呈水珠状，要求近地面层温度在0℃以上。

每当降温的时候，老人家都会说，天气又冷了一层。

(镇气 巫悦萌)



英语四六级口语考试即将开考 江苏大学成为新设考点

本报讯 记者昨日从省教育厅教育考试院获悉，我省2014年下半年CET-SET报名工作已经全面启动，本次考试报名截止时间为11月10日17时，考试时间为11月23日。

“全国大学英语四、六级口语考试(CET-SET)是四、六级考核体系中的一部分，经过试点和改进，自2014年5月起，CET-SET全部采用计算机化考试形式，考试时间为每年5月和11月。”据介绍，考生报名资格为参加过2005年6月及以后各次CET笔试(含网考)，且CET4成绩为500分及以上或CET6成绩为425分及以上。考生可直接进入www.cet.edu.cn进行网上报名，

考试费50元，考生可在全国范围内选择考点，缴费和领取准考证由考生在网上自主完成。

“我省CET-SET考试2014年上半年已经在南京大学、东南大学、江苏师范大学开始试点，下半年新增中国药科大学、南京师范大学、南京林业大学、江苏大学、淮阴师范学院、南通大学6个新考点，可提供共计7420个机位数。”省教育厅表示，考生可就近选择考点考试，因考点容量所限，报名额满为止。

据了解，口试成绩与笔试成绩同时在网上发布，考生只需在查询系统中输入口试或笔试的准考证号即可查询到其口试成绩。(古瑾)



昨天，镇江新区海豚湾青年公益服务中心领取到我市首份民办非企业单位登记证书。根据《江苏省四类社会组织直接登记管理暂行办法》，自11月1日起，全省范围内对行业协会商会类、科技类、公益慈善类、城乡社区服务类四类社会组织实行直接登记，整个办理周期从原来的1个半月至6个月，缩短到1周。

张斌 李建 赵敬敬 摄影报道

停电检修信息

11月3日
停电时间 7:00-14:00
停电线路 10kV 渡口 278 线，至 27801、27854 开关
停电范围 金山村太平圩三队、金山村太三组、金山小区、金山农科队(朱家湾)、金山村六七段组、镇江市户外广告及灯光设置管理处
停电时间 7:00-14:00
停电线路 10kV 龙门 273 线，至 27301、1702732、27321 开关
停电范围 镇江市润州远航船用机械厂、金山村太平圩
停电时间 7:00-14:00
停电线路 10kV 水厂 II 275 线
停电范围 一泉宾馆(双电源)、市水投公司环湖路工程建设管理处、镇江市自来水公司(双电源)、镇江竹轩宾馆(双电源)、市水投公司金山湖景观及配套工程项目建设管理处、中国电信镇江分公司、金山西路南、金湖花苑

停电时间 7:00-14:00
停电线路 10kV 一泉 276 线
停电范围 润州区云静物资经营部、镇江海事局征润洲雷达站、长航航通处信号台、镇江市大强水产品有限公司、镇江海事局、长江航运公安局镇江分局(扬州派出所)、润州小青砂石经营部、镇江市金山湖整治工程项目建设管理处、镇江市润州港站联运服务部、征润洲村、镇江市城市水利管理处(双电源)、市水投公司滨江外环路工程建设管理处、市水投公司金山文化园片区和征润洲村旧城改造项目道路工程项目建设管理处、市水投公司环湖路工程项目建设管理处、市水投公司金山湖景观及配套工程项目建设管理处、镇江金山北固山旅游发展股份有限公司、路灯管理处、镇江中集润宇置业有限公司、镇江供电公司建设公司、征润洲 4、5 组、一泉村十组、一泉村八组、金山村太平圩新村

停电时间 7:00-10:30
停电线路 10V 邓巷线 18702 开关以下，至 183187 开关
停电范围 丹徒区交通局(4#路灯变)、丹徒区向月针织厂、镇江大昌玻璃有限公司、丹徒区宝堰镇致龙米厂、镇江宏立电力设备制造有限公司、镇江市海通化工有限公司、镇江市水业总公司、镇江市宝堰汽配有限公司、镇江宝城注浆设备有限公司、镇江屹兴燃料油有限公司、镇江恒美服饰有限公司、镇江镇宇金属制品有限公司、丹徒区恒宝精制米厂、丹徒区永恒机械配件厂、宝堰大山村西、宝堰大山南、宝堰邓巷、宝堰邓巷北、宝堰丁角、宝堰庄巷
停电时间 7:00-10:00
停电线路 10kV 谷上线 21601 开关以下，至 123216 开关
停电范围 丹徒区交通运输局、丹徒区谷阳镇宏达机械加工厂、丹徒区国兴建材厂、镇江市台谊浓缩饲料厂、华晨路桥

福彩中奖号码

福彩“3D 游戏”(第 14297 期)
 中奖号码: 1 6 1
福彩“15 选 5”(第 14297 期)
 中奖号码: 2 7 9 11 15
东方“6+1”(第 14128 期)
 中奖号码: 0 2 8 3 3 0 羊

体彩中奖号码

“大乐透”(第 14128 期)
 中奖号码: 2 4 16 22 34+8 11
体彩“排列 3”(第 14297 期)
 中奖号码: 8 8 8
体彩“排列 5”(第 14297 期)
 中奖号码: 8 8 8 1 1

扫描二维码 装新智慧镇江 玩转大镇江

新闻国旅 特价机票 一个电话搞掂

扫描二维码 订购镇江手机报 手机短信订阅方式: 发送 zjb 到 10658000

订票热线: 85088588 85082388