

网传:低钠盐等于“送命盐”

医生辟谣:对健康者无害

信阳消息(首席记者 李亚云) 近日,一条低钠盐等于“送命盐”的消息在朋友圈被大家纷纷转发,引起不少市民的恐慌。低钠盐真的是“送命盐”吗?昨日,医生辟谣说,健康者可以放心食用低钠盐,但肾功能衰竭的病人不能选用低钠盐。

“急诊的高钾血症越来越多,追问病史,许多人都是食用低钠盐。因为低钠盐比普通盐贵,认为贵的就是好的。肾脏医生天天讲,就买最便宜的雪花盐,不能买低钠盐,低钠盐就是高钾盐,是送命盐……”昨日,市民陈云向记者反映称,近日朋友圈被“低钠盐”刷屏,这一消息让自己很恐慌,“我就常年吃低钠盐,不知道会不会真的影响健康。”

什么是低钠盐?据了解,低钠盐是以加碘食盐为基础,添加一

定量氯化钾(含量约30%)而制成。与普通钠盐相比含钠低(氯化钠70%左右),富含钾(氯化钾30%左右)。盐中钠的含量少了,相对的,钾的含量就会升高,因此,可以说低钠盐是高钾盐。

“低钠盐虽是高钾盐,但健康的人完全可以放心食用。”市中医院曹医生介绍说,市面上的低钠盐主要成分是氯化钠和少量氯化钾,是以碘盐为原料,通过特殊工艺制成,同时补充人体所需的钾元素,降低钠离子含量,以改善人体内钠、钾、碘的平衡状态。“人吃下含钾离子的食物后,需要的部分会被吸收,多余的钾会代谢掉,只要肾功能正常,尿量正常,几乎不会发生高血钾症。”

曹医生还介绍说,因为低钠盐的钠含量低,有利于预防高血压,保护心脑血管,特别适合有心

脑血管疾病的中老年人食用,但低钠盐对于出现高钾血症的慢性肾功能衰竭和急性肾功能衰竭患者而言,发展到一定程度的确会致命。

“对于肾功能正常但有高血压的人群来说,服用低钠盐更好,而对肾功能衰竭的病人,完全可以通过少放盐的方法,来控制盐的总量。低钠盐是含碘的盐,如果是甲状腺病人,建议不要选择低钠盐,而要在医生的指导下,服用低碘或者不含碘的盐。”曹医生说,生活中,如何吃盐也有很多学问,但无论普通盐也好,低钠盐也罢,主要成分仍然是氯化钠,大家都要控制摄入量,努力做到健康饮食。

求证



“这样的义诊可真方便,真希望以后社区能够经常举办这样的活动!”4月12日上午,浉河区老城办事处中山社区联合市中医医院的志愿服务队,以“送健康进社区”为主题在辖区内开展义诊活动,前来就诊的居民纷纷发出感慨。此次义诊活动,共接待居民百余人,提高了居民的健康意识、防病意识、治疗知识,同时也提高了社区居民的生活质量。 冷鹏 摄

声明

兹有信阳市诺华商业运营管理有限公司的银行开户许可证(核准号:J5150002191501),机构信用代码证(代码:G10411501127651310),因不慎丢失,特声明作废。

声明

兹有信阳市弘运运输集团有限公司豫SA3787号客车,经营信阳至息县线路,其道路客运班线经营许可证明(证号:豫客运班许字0211441号),因不慎丢失,特声明作废。

声明

兹有李金霞毕业于信阳师范学院华锐学院英语专业,其本科毕业证(证号:135031201505296243),高级中学教师资格证(证号:20154116642002056),因不慎丢失,特声明作废。

声明

兹有祝遵昆、朱丽之子祝孔辉于2014年5月19日在固始县妇幼保健院出生,其出生医学证明(编号:0410940226),因不慎丢失,特声明作废。



便民信息

信阳市供水集团公司特约

今日天气: 16°C~27°C



- 市长热线:12345
- 纪检举报:6208032 6224900
- 干部选拔任用监督电话:12380
- 烟草专卖品市场监管举报电话:12313
- 社会救助电话:6552041
- 法律援助咨询电话:12348
- 信阳市青少年心理及维权服务热线:12355
- 住房公积金热线:12329
- 国税稽查举报:6207648
- 燃气服务:6263939
- 安全生产举报:12350
- 供电服务:6218315
- 自来水抢修:6222251
- 物价投诉:12358
- 火车站问询:6224114
- 汽车站问询:6227575
- 民航航班问询:6205656
- 食品药品投诉电话:12331
- 法律咨询:6253148
- 公用电话投诉:6235102
- 有线电视维修:6224227
- 旅游咨询电话:6366825
- 旅游投诉电话:6366983
- 报警:110

声明

兹有信阳市德茗茶叶有限公司组织机构代码证正本(证号:78915032-0),因不慎丢失,特声明作废。

兹有信阳市浉河区春光打字复印店组织机构代码证副本(证号:L7571817-5),因不慎丢失,特声明作废。

兹有信阳市新源空调技术服务有限公司国税发票7份(票号:40678377-40678378、40678392、40678406、10636011、10636012、10636039),因不慎丢失,特声明作废。

兹有赵飞购买的由信阳骏景地产开发有限公司开发的信阳恒大翡翠华庭1号楼1单元202号房产壹处,其交付的购房首付款收据(票号:4121944,金额:25262元),因不慎丢失,特声明作废。

兹有信阳市羊山新区昕月欣茶餐厅地稅務登記證正、副本(证号:413028197210046427),因不慎丢失,特声明作废。