

国际原子能机构营养计划助力全球发展

原子能机构营养和卫生相关环境研究科科长Najat Mokhtar及其同事、营养专家Christine Slater向记者Sasha Henriques解释为什么营养对原子能机构来说是如此重要的一个问题。

问：为什么原子能机构参与营养领域？

作为一个组织，根据法定规定，原子能机构的宗旨是“加速和扩大原子能对世界和平、健康及繁荣的贡献”。

好的营养是身体健康和国家发展的基础。这是原子能机构参与营养领域的原因。

营养是一个整体性问题。营养不良是导致疾病和死亡的主要原因之一。它影响大脑的发育和学习能力，导致学习成绩不佳。幼年营养不良会导致在成人期患诸如糖尿病、高血压、心血管等疾病。

在形成人一生营养基础的头两年里，如果我们从观念上忽视营养，那以后再做出改变常常是不可能的。

问：乍一看，原子能和营养并不相干。它们之间有什么联系？

原子能机构成员国利用核方法推进他们的营养计划。这些核方法包括利用稳定同位素（无放射性）更好地了解身体是如何吸收、利用或储存营养的。这些非常精确有效的方法可以无侵入方式安全地应用在从婴儿到老人的所有人身上，确定营养状况和评估营养计划的有效性。

对那些用其他方法解决不了的问题，核技术常常能找到解决办法。

原子能机构通过培训成员国利用核方法改善营养，对成员国与其他国际组织和



世界范围内的非营利团体共同开展的与各种形式的营养不良作斗争和促进健康的工作进行补充。

人生早期有好的营养是健康成长不可缺少的。布基纳法索一卫生中心的母子
(照片由国际原子能机构N. Mokhtar提供)

问：营养似乎是一个小的特定问题，为什么你认为营养需要国家和国际的重视？

营养值得全球重视，因为它直接确实地影响健康和国家经济增长。一个国家要发展，需要健康的有能力学习新技能的人。人民要有健康的身体和智力。营养不良会同时影响身体和大脑。



在许多处于经济过渡的国家，肥胖和相关的非传染性疾病已经流行，原子能机构正在帮助塞舌尔的国家当局加强对控制和防止儿童期肥胖的干预计划的评估能力。（照片由国际原子能机构N. Mokhtar提供）

核科学为帮助制定更好的营养干预策略提供非常宝贵的数据。

例如，已经证明，在婴儿出生后的六个月内，纯母乳喂养才是母亲能给孩子最好营养开端。但是，许多母亲并没有意识到，在这期间，由于婴儿肠胃不适而给他们一点儿水或草药茶就不是“纯母乳喂养”了。

利用常规监测法（类似于调查表），健康专家不会得出上述差异。但是，利用稳定同位素技术能够获得纯母乳喂养的可靠数据，政策制定者、医生和营养学家可据此改变他们的方法。

除了测量母乳喂养婴儿的母乳摄入，核和同位素方法也经常用于分析人体组成和能量消耗；评估老年人的骨健康；追踪人体如何吸收、利用和保留重要的营养素，如蛋白质、碳水化合物、脂肪、维生素和矿物质；测量维生素A的储量；测量身体对当地食物和饮食中的铁、锌的利用程度。

问：营养不良不仅仅是没有足够的饮食吧？

超重和肥胖正在越来越多的经济繁

荣国家和处于经济过渡的国家盛行。这是对公众健康的重要挑战，所有年龄段和背景的人们都面临着这种形式的营养不良。

因此，世界范围内的糖尿病、心血管疾病和其它与饮食相关的非传染性疾病(NCD)的发病率正在逐步上升。

治疗非传染性疾病的费用日益成为低收入和中等收入国家的负担，影响着成年期的人们，对本已庞大的卫生系统、政府和家庭预算带来更大的压力。低收入和中等收入国家要负担因非传染性疾病过早死亡所产生费用的86%，这导致巨大的经济损失，使数百万人陷于贫困。大多数由非传染性疾病引起的过早死亡在很大程度上是可预防的，但是需要多部门针对诸如不健康饮食、缺少身体活动和卫生保健不足等风险因素采取相应政策。

超重和肥胖通常早在儿童期就开始出现。根据世界卫生组织（世卫组织）2011年数据，全球大约有4300万五岁以下的儿童超重。这些儿童在之后的人生中罹患非传染性疾病的风险增大。

问：重视或忽视营养的全球和政治影响是什么？

因为营养不良会妨碍个体过上富裕生活的能力，忽视营养会使家庭、社区和国家持续贫困。

根据“加强营养”运动，全球有超过30%的儿童营养不良，严重影响个体健康、学习能力、生产力、经济发展和安全。对营养的投资有助于打破贫困循环，可使一个国家的国民生产总值每年至少增加2~3%。在营养上投资1美元，能够得到30美元的回报。