

减盐与反式脂肪酸议题监测

月度分析报告

2018-11

2018-12-02

第一部分 减盐监测分析

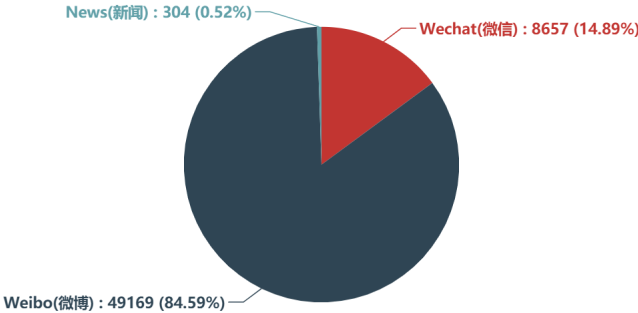
第一章 总体分析

1.按照数据采集来源分析

本研究从三个来源监测减盐的相关内容，包括新闻媒体、微信公众号的文章、微博。本月监测数据的来源分布如下：



The source of data collection chart
数据采集来源统计图

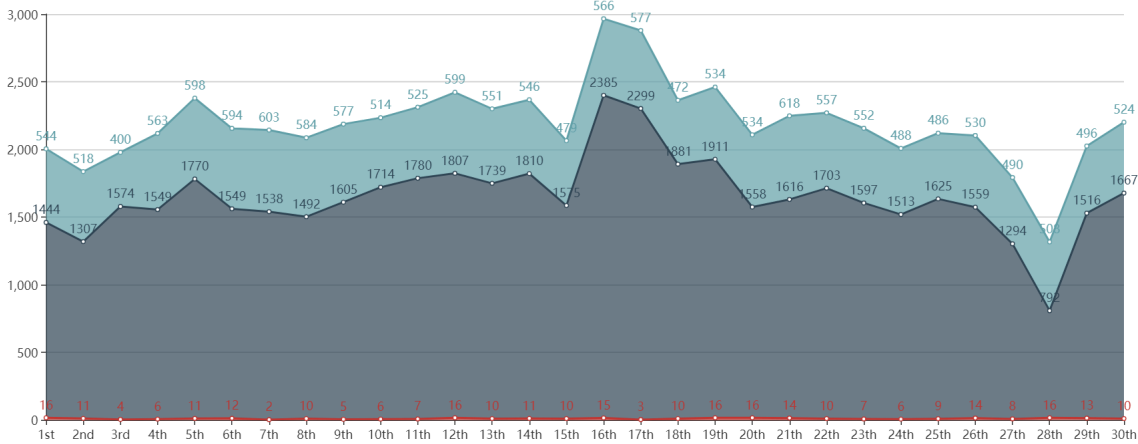


2.所有数据来源的数据总体分析

本月从新闻、微博、微信三个来源采集的数据量随时间分布趋势图如下：



Statistical chart of data over time
数据随时间变化统计图



第二章 减盐新闻报道分析

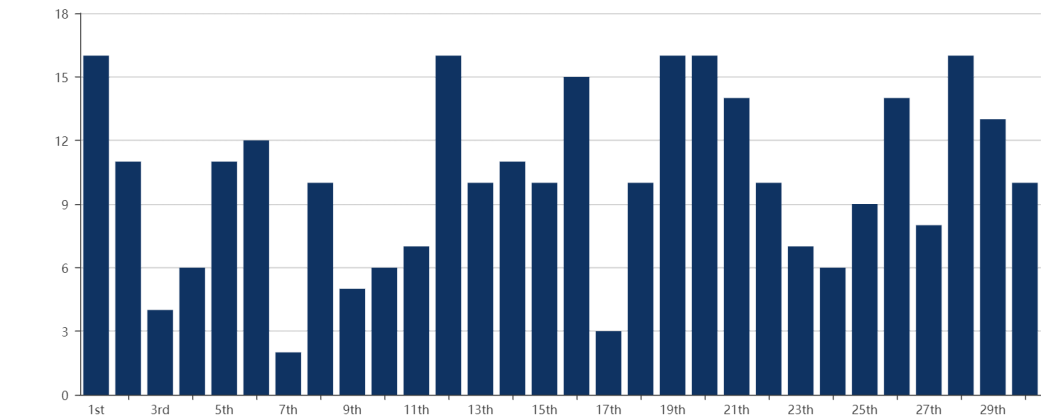
1.总体分析

1.1 新闻报道时间分布趋势

本月，监测获得关于减盐的报道共计304篇。减盐报道量变化的时间分布趋势如下。其中，1、12、19、20、28日的报道量最多，7日的报道量最少。其中支持减盐的304篇，占100%，反对减盐的0篇，占百分之0%。具体统计图如下：



新闻数量随时间统计图
Statistical Chart of the amount of News over time

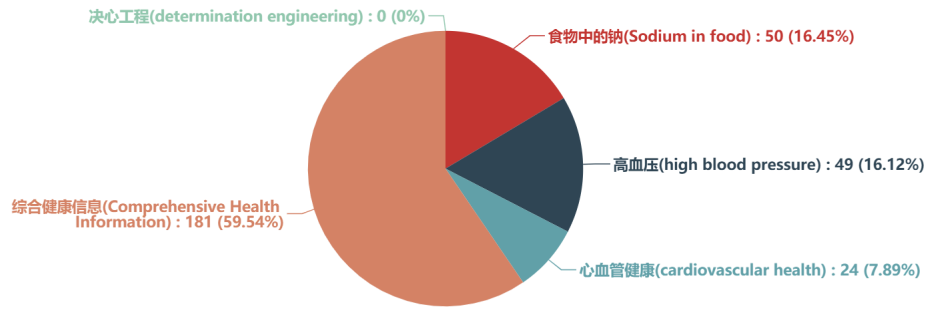


1.2 新闻报道内容分析

本研究将新闻报道的减盐相关的内容分为食物中的钠、高血压、心血管健康、综合健康信息和决心工程五部分，具体统计图如下：

- 食物中的钠(Sodium in food)
- 高血压(high blood pressure)
- 心血管健康(cardiovascular health)
- 综合健康信息(Comprehensive Health Information)
- 决心工程(determination engineering)

新闻内容分类统计图
Statistical Chart of News content Classification

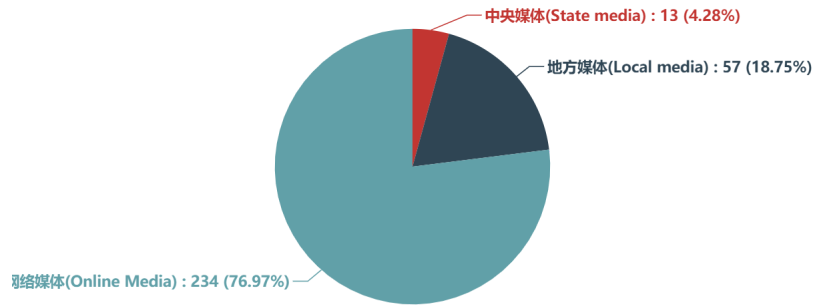


2.新闻报道的“信源”分析

新闻报道的“信源”也就是谁在说。本监测研究对减盐报道的信息输出主体进行了统计分析，以了解减盐议题输出结构的现状和不足，主要将媒体来源分为中央媒体、地方媒体、网络媒体。本月的统计结果如下图所示：

- 中央媒体(State media)
- 地方媒体(Local media)
- 网络媒体(Online Media)

新闻媒体来源统计图
Chart of News Media sources

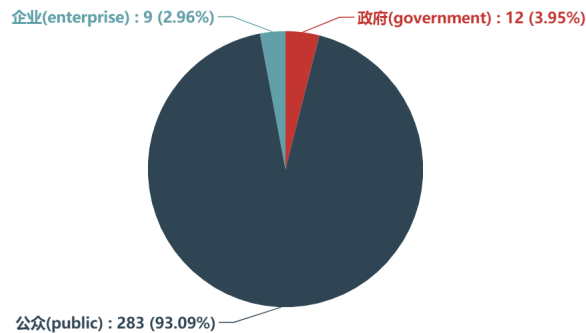


3.新闻报道的主体分析

新闻报道的主体是指该新闻描述的主体是谁，本监测研究将减盐新闻报道的主体对象分为政府、公众、企业三类，本月的分析结果如下：

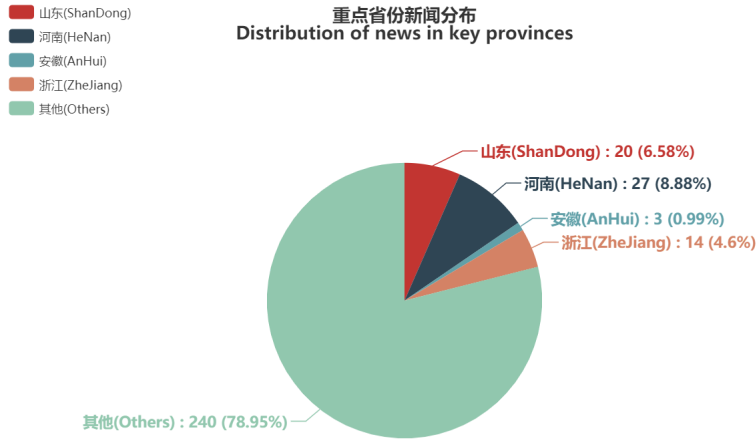
- 政府(government)
- 公众(public)
- 企业(enterprise)

新闻媒体报道主体分类图
Subject classification of news media reports



4.新闻媒体报道地域分析

本研究重点关注山东、河南、安徽、浙江四个省份的减盐新闻报道情况，对该四个省份的分析如下：



5.重点新闻报道分析

重点新闻报道标题列表如下：

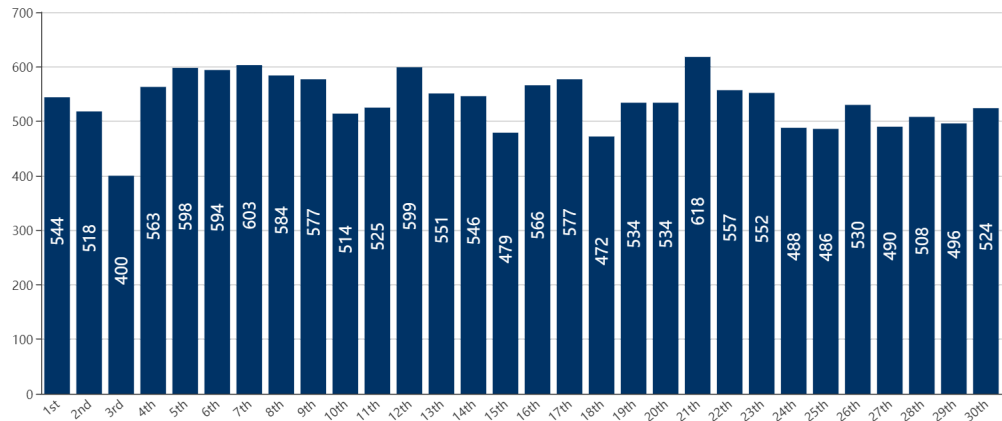
1. 硬淡粗才是好面包	发布时间：2018-11-02	发布媒体：人民网
2. 去超市购物，先看懂这些再买！没想到吃亏了这么多年	发布时间：2018-11-04	发布媒体：新浪网
3. 吃醋易致骨质疏松？真相正相反	发布时间：2018-11-04	发布媒体：人民网温州视窗
4. 汗！节食减肥逼迫身体节能增储，更容易肥	发布时间：2018-11-05	发布媒体：温州网
5. 孕期这样做长胎不长肉	发布时间：2018-11-09	发布媒体：人民网
6. 小心七种原因让双眼变“肿泡”	发布时间：2018-11-12	发布媒体：中国经济网
7. 雀巢健康儿童全球计划走进青岛莱西	发布时间：2018-11-20	发布媒体：青岛新闻网
8. 素食肉并不健康钠含量严重超标比海水还高	发布时间：2018-11-22	发布媒体：中国山东网
9. “预防中风，立刻行动！”公益讲座举行专家教你提前辨别中风	发布时间：2018-11-27	发布媒体：东莞时间网
10. 盐一旦吃多，疾病就会“不请自来”！不能不当回事	发布时间：2018-11-27	发布媒体：手机网易网

第三章 减盐微信公众号文章分析

1.总体分析

本月，在微信公众号发表的文章中，监测获得关于减盐的文章共计8657篇。减盐文章数量变化的时间分布趋势如下。其中，21日的文章数量最多，3日的文章数量最少。

微信文章数随时间变化图
Chart of the number of WeChat articles over time



2.重点微信公众号文章分析

本月按照微信公众号中文章的重复数进行排序，得出和减盐相关的top10文章列表如下：

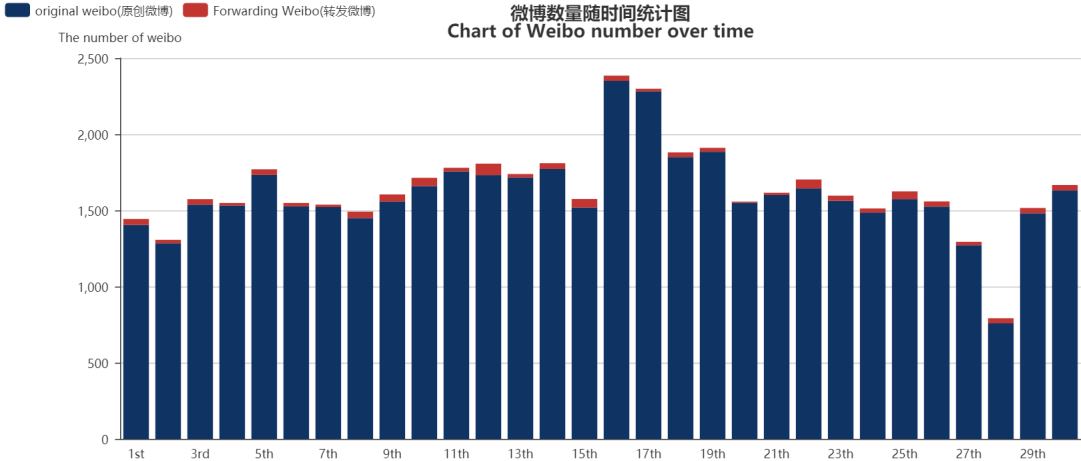
1. 想要健康长寿：少吃三白，多吃三黑	发布时间：2018-11-08	重复数：398
2. 跟心脏抢寿命，跟骨头抢钙，还致癌...就是你天天吃的这个东西	发布时间：2018-11-19	重复数：83
3. 央视曝光！不吃味精、鸡精的人都看看吧...	发布时间：2018-11-09	重复数：75

4. 协和医院:三高不用愁,只用一个“字”全搞定,40岁以后都需要!	发布时间: 2018-11-10	重复数: 41
5. 18张癌症人体地图,揭秘致癌真相	发布时间: 2018-11-05	重复数: 33
6. 央视曝光! 不吃味精、鸡精的看看吧!	发布时间: 2018-11-13	重复数: 25
7. 1块钱和10块钱的盐,到底有什么区别? 小心吃错了惹一身病!	发布时间: 2018-11-17	重复数: 24
8. 吃惯了重口味,如何减盐、减油、减糖?	发布时间: 2018-11-21	重复数: 23
9. 为何日本人寿命全球最长? 因为他们有10大法则,我们真该学学!	发布时间: 2018-11-27	重复数: 23
10. 15种“自然降压法”辅助降血压,原来降压可以这么简单	发布时间: 2018-11-20	重复数: 13

第四章 减盐微博分析

1.总体分析

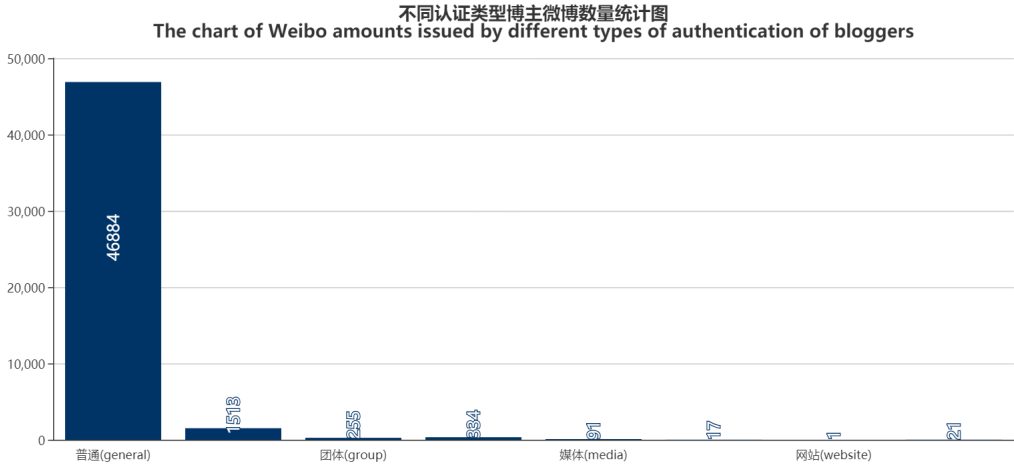
本月，在微博中，监测获得关于减盐的微博共计49169条，原创微博共计48157条，转发微博1012条。减盐微博量变化的时间分布趋势如下。其中，16日的微博量最多，28日的微博量最少。



2.微博发布者分析

2.1博主身份认证类型分析

本研究将博主的身份类型分为未认证（普通微博用户）、名人、团体、企业、媒体、学校、网站和机构，根据不同的认证类型统计他们所发表的微博数量，详细的统计结果如下：



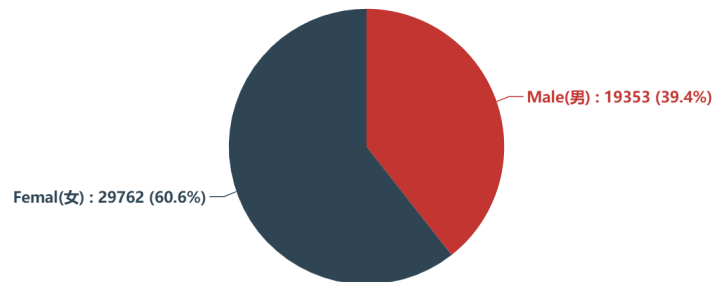
2.2博主地域分析

本研究统计了不同博主的地域分布，详细统计图如下：

Region	Number of Tourists
Anhui	1213
Macao	57
Beijing	2449
Fujian	1673
Gansu	949
Guangdong	2496
Guangxi	1240
Guizhou	1098
Hainan	903
Hebei	1191
Henan	1324
Heilongjiang	1023
Hubei	1112
Hunan	1494
Jilin	967
Jiangsu	1767
Jiangxi	1030
Liaoning	1108
Neimenggu	934
Ningxia	894
Qinghai	906
Shandong	1453
Shaanxi	960
Shanxi	1121
Shanghai	1271
Sichuan	1291
Taiwan	96
Tianjin	915
Tibet	843
Hongkong	196
Xinjiang	945
Yunnan	1027
Zhejiang	1698
Chongqing	964
Overseas	1589
Others	8934

本研究对博主的性别进行了统计,分析不同的性别对减盐的关注程度。这里只统计了微博普通用户和名人用户的性别,认为政府发言人、媒体发言人的性别没有实际意义。

普通及名人博主性别统计图
Gender Chart of ordinary and Celebrity bloggers



本研究将微博的内容进行了分析, 可根据微博中每个词出现的频率来判断近期微博上大家对减盐内容的关注点, 分析结果的词云如下:



在本月微博中，对原创微博按照转发量进行排序，取转发量超过50的进行列表展示。

1.昵称: 时尚生活邦	认证类型: 名人	发布时间: 2018-11-17	转发量: 466
【运动后吃香蕉】在运动的过程中身体会排出大量的汗液,很多矿物质随着汗水排出体外,特别是钾和钠。这两者中钠比较容易从食物中得到补充,但钾元素在体内含量较少,因此运动后补充含有丰富钾元素的食物非常必要。香蕉富含钾元素,是补充钾最理想的选择。			
2.昵称: 美食育儿二头妈	认证类型: 名人	发布时间: 2018-11-30	转发量: 356
#生活的模样##母婴v时代#食盐的主要成分是氯化钠,1g食盐约含393.2mg钠。而0-6个月宝宝钠的需求量为170mg,7-12个月宝宝为350mg,也就是说每天需求的钠不到400mg。(相当于1g食盐)。但是一岁以内的宝宝,母乳、配方奶、天然食物中存在的盐已能满足宝宝的需求,再额外加盐则会添加宝宝肾脏负担,影响宝宝健康收起全文d			
3.昵称: Cindy营养课堂	认证类型: 普通用户	发布时间: 2018-11-03	转发量: 318
【十大生活方式降血压】1.每天走6000步; 2.每天每人不超过5克盐; 3.戒烟限酒; 4.每天喝1斤奶补钙; 5.吃土豆、茄子补钾; 6.吃柠檬补充维生素C; 7.少喝含糖饮料; 8.吃芹菜稳定血压; 9.每天吃4瓣大蒜; 10.每天想三样让你高兴的事。			

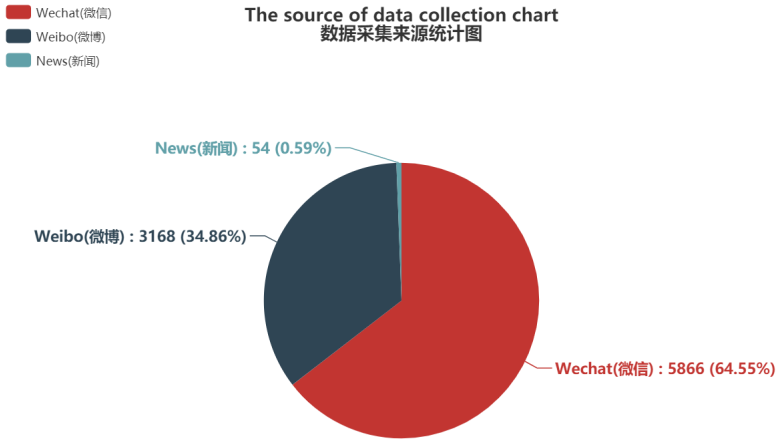
4.昵称：陈暖央	认证类型：名人	发布时间：2018-11-09	转发量：202
来交作业啦 ▼ 纪录片60天训练计划-饮食篇进食的时候我尽量是少油少盐的，都是些很家常的做法~训练篇再宽限我几天哈哈哈哈哈里抽三个送欧舒丹护手霜礼盒			
5.昵称：实用生活小百科	认证类型：普通用户	发布时间：2018-11-02	转发量：130
【十大生活方式降血压】1.每天走6000步；2.每天每人不超过5克盐；3.戒烟限酒；4.每天喝1斤奶补钙；5.吃土豆、茄子补钾；6.吃柠檬补充维生素C；7.少喝含糖饮料；8.吃芹菜稳定血压；9.每天吃4瓣大蒜；10.每天想三样让你高兴的事。			
6.昵称：中国新闻网	认证类型：媒体	发布时间：2018-11-29	转发量：119
#健康时间#【外卖仅有卫生隐患？专家告诉你为什么要少吃外卖】你以为外卖只有卫生隐患吗？专家指出，外卖为了味道好，往往多油多盐，长期食用会增加高血压高血脂的风险，即便年轻人也很容易患上心血管的慢性病，尤其是不少上班族久坐缺乏锻炼、生活不规律，容易成为亚健康状态。（记者单璐）@中新视频L中新视频的秒拍视频收起全文d			
7.昵称：健康曝光台	认证类型：名人	发布时间：2018-11-30	转发量：106
#住院61天花了104万#9月13日，家住湖北的刘先生因急性心梗被送入医院，因合并右侧冠状动脉严重堵塞，在医院住院61天，花了104万心脑血管疾病给家庭带来沉重的负担，如果能及早发现，及早预防，对家庭和患者来讲都是莫大的幸运。冬季是心脑血管疾病的高发季，除了平时少油少盐，注意运动外，家里有老人的要注意，出现这些征兆说明可能心梗了！#健康一冬#收起全文d			
8.昵称：健康-生活小常识	认证类型：名人	发布时间：2018-11-02	转发量：93
【十大生活方式降血压】1.每天走6000步；2.每天每人不超过5克盐；3.戒烟限酒；4.每天喝1斤奶补钙；5.吃土豆、茄子补钾；6.吃柠檬补充维生素C；7.少喝含糖饮料；8.吃芹菜稳定血压；9.每天吃4瓣大蒜；10.每天想三样让你高兴的事。			
9.昵称：生命时报	认证类型：媒体	发布时间：2018-11-30	转发量：76
【6种人不能随便喝汤快来对号入座】很多人希望通过喝汤来养生，但对于一些特殊人群而言，喝汤时如果不注意，还可能带来健康风险：①痛风：忌肉汤；②高血压：控盐控油；③肥胖&高血脂：喝前先撇油；④胃酸多：忌空腹喝汤；⑤糖尿病：少油盐糖；⑥胆囊炎：忌浓汤。看看这些人里有没有你？			
10.昵称：老中医健康养生堂	认证类型：名人	发布时间：2018-11-03	转发量：75
【八个排毒的好方法】1、肝排毒：胡萝卜和葡萄；2、肾排毒：黄瓜；3、润肠：魔芋、黑木耳、海带、猪血、糙米、蔬菜、杂粮等；4、适当多喝水：早晨起床，下午3点，晚上9点三个时间喝水时间佳；5、每周吃一天全素食；6、少吃盐；7、适当补充一些维生素；8、细嚼慢咽可助排毒			
11.昵称：Silk_River_Research	认证类型：名人	发布时间：2018-11-10	转发量：75
【低盐饮食的心脏病风险】刚才飞快地找了一下低盐饮食的对健康的影响。那个对消化系统影响的研究没发现，发现了另一个比较靠谱的研究。美国心脏健康协会AHA对每天盐摄入量的建议是每天1500毫克，否则会带来高血压和心脑血管疾病的后果。但是加拿大McMaster大学医学院的流行病和生物统计学家Andrew Mente的统计研究发现，对非高血压患者，低盐饮食会增加26%的心脏病和中风状况。而对高血压患者，则会提高34%。所以 Mente说，除非你已经有高血压。普通人不需要低盐饮食。Andrew Mente认为，如果你盐摄入过低，身体会激活维持血压和体液平衡的肾素-血管紧张素系统(renin-angiotensin system)，其结果是增加了心脑血管的风险。这个研究发表在2016年的柳叶刀杂志上。这等于说AHA的结论和推荐是错的。所以心脏协会立即反驳说这个研究是有瑕疵的。不过McMaster 医学院并非草鸡学校，在北美也算一流医学院。癌症和流行病学研究都很不错。反而AHA到是有很多利益相关方。也没具体提出哪里deficiency无论如何，科学结论并非终极真理，大家还是多看看。			
12.昵称：江西反邪教	认证类型：团体	发布时间：2018-11-29	转发量：58
【#高校食堂推6元养生面#学生挤爆排长队：求治愈脱发】11月27日，@南阳理工学院南苑餐厅二楼一窗口推出养生面，6元一碗，深受学生欢迎。工作人员介绍，养生面无糖、少油、少盐、零添加，用蔬菜和豆制品作为原材料。学生说味道不错，如果能改善脱发的话会天天来吃。L哩校园的秒拍视频			
13.昵称：iHerb购物网	认证类型：机构	发布时间：2018-11-06	转发量：53
#会员推荐#Wilderness Poets原生态枸杞，非转基因，不含杀虫剂，原生态，植物原料，不含防腐剂，不含麸质，不含糖或盐，含丰富的抗氧化剂，可能平衡血糖，增强视力，增强体力，增强免疫力，促进心血管健康，和促进长寿。它们可以直接混入冰沙、果汁、酳剂、燕麦片和生的甜点。戳：O网页链接			

第二部分 反式脂肪酸监测分析

第一章 总体分析

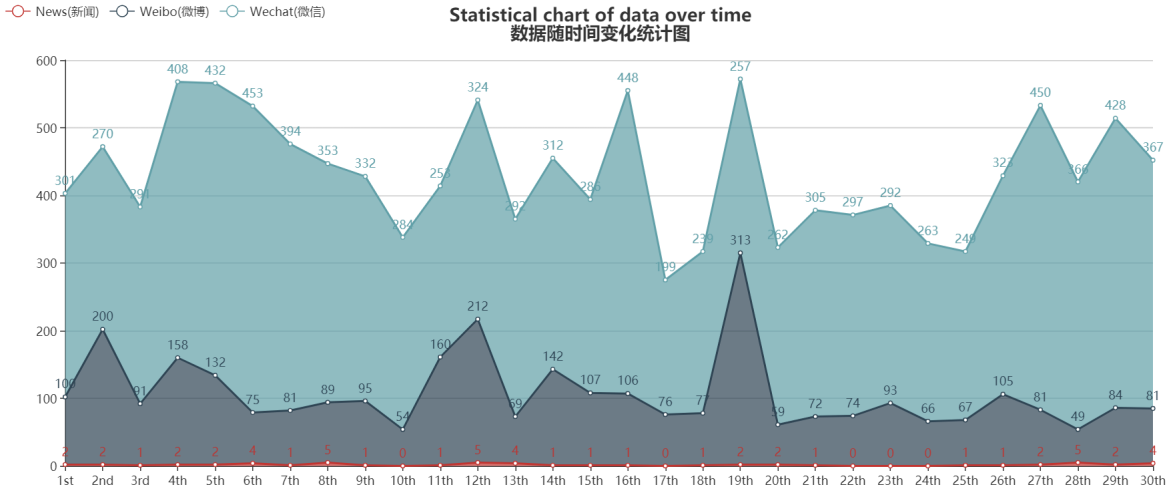
1.按照数据采集来源分析

本研究从三个来源监测反式脂肪酸的相关内容，包括新闻媒体、微信公众号的文章、微博。本月监测数据的来源分布如下：



2.所有数据来源的数据总体分析

本月从新闻、微博、微信三个来源采集的数据量随时间分布趋势图如下：

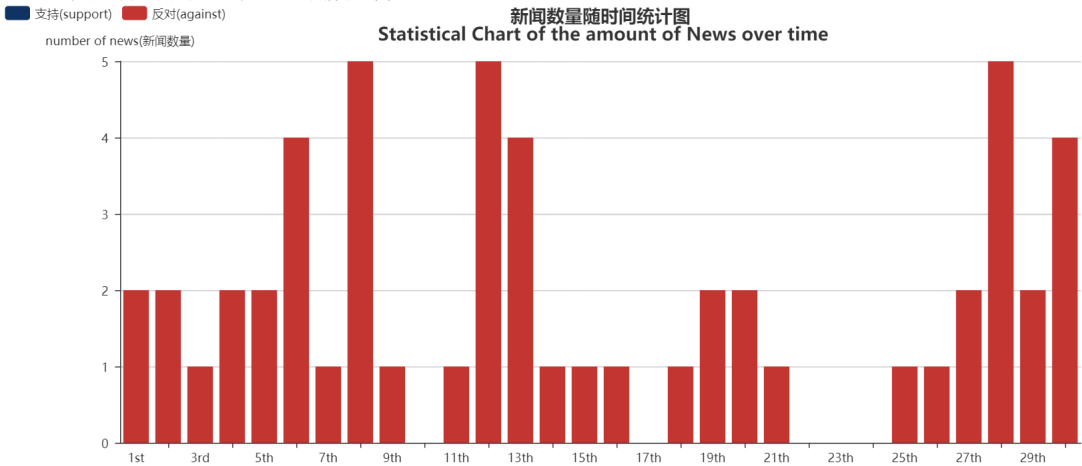


第二章 反式脂肪酸新闻报道分析

1.总体分析

1.1新闻报道时间分布趋势

本月，监测获得关于反式脂肪酸的报道共计54篇。反式脂肪酸报道量变化的时间分布趋势如下，其中，8、12、28日的报道量最多，10、17、22、23、24日的报道量最少。其中反对反式脂肪酸的54篇，占100%，提倡反式脂肪酸的0篇，占0%。具体统计图如下：

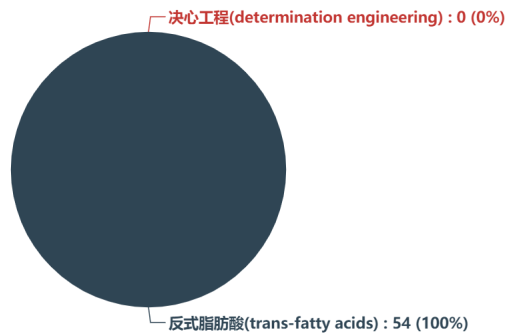


1.2新闻报道内容分析

本研究将新闻报道的反式脂肪酸相关的内容分为反式脂肪酸、决心工程两部分，具体的统计图如下：

决心工程(determination engineering)
反式脂肪酸(trans-fatty acids)

新闻内容分类分析

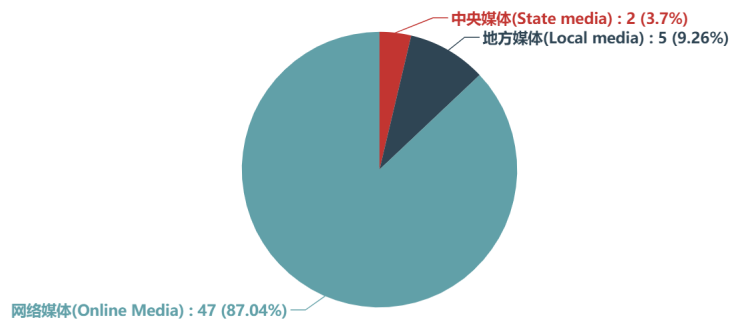


2.新闻报道的“信源”分析

新闻报道的“信源”也就是谁在说。本监测研究对反式脂肪酸报道的信息输出主体进行了统计分析，以了解反式脂肪酸议题输出结构的现状和不足，主要将媒体来源分为中央媒体、地方媒体、网络媒体。本月的统计结果如下图所示：

中央媒体(State media)
地方媒体(Local media)
网络媒体(Online Media)

新闻媒体来源统计图
Chart of News Media sources

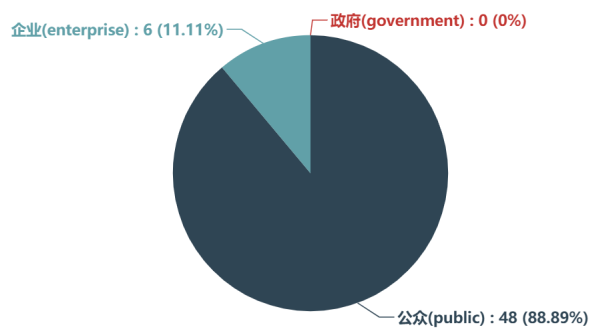


3.新闻报道的主体分析

新闻报道的主体是指该新闻描述的主体是谁，本监测研究将减盐新闻报道的主体对象分为政府、公众、企业三类，本月的分析结果如下：

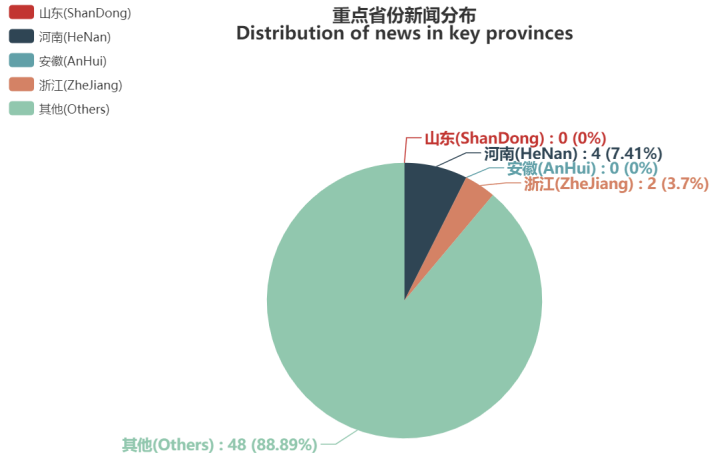
政府(government)
公众(public)
企业(enterprise)

新闻媒体报道主体分类图
Subject classification of news media reports



4.新闻报道地域分析

本研究重点关注山东、河南、安徽、浙江四个省份的反式脂肪酸新闻报道情况，对该四个省份的分析如下：



5.重点新闻报道分析

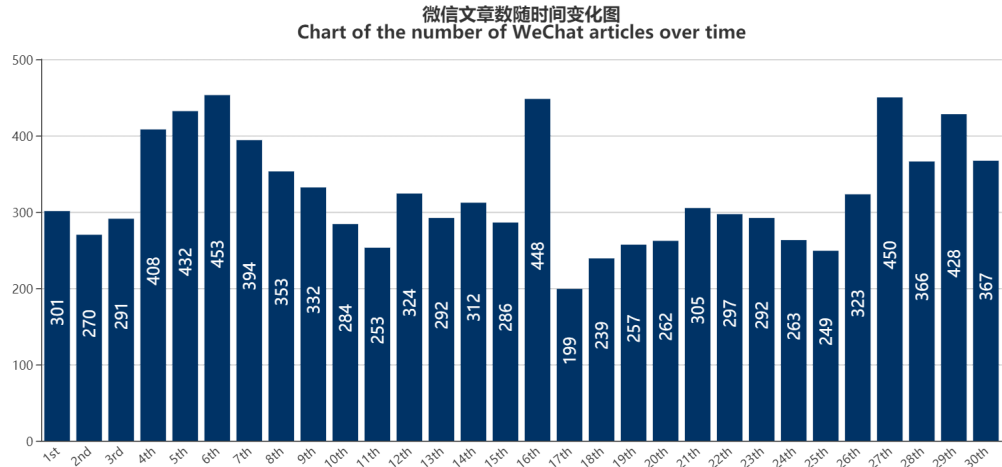
重点新闻报道标题列表如下：

1. 摆脱肥宅从拒绝奶茶开始20181101期第A5版：A5_体坛报	发布时间：2018-11-01	发布媒体：浙江在线
2. 咖啡真相 云无心：喝咖啡到底减肥还是长肉？	发布时间：2018-11-01	发布媒体：搜狐
3. 反式脂肪酸损伤心血管哪些食物含此类物质？	发布时间：2018-11-02	发布媒体：扬子晚报
4. 硬糙粗才是好面包	发布时间：2018-11-02	发布媒体：人民网
5. 喜欢喝奶茶不如自己做！口感好成本低还健康	发布时间：2018-11-03	发布媒体：人民网
6. 炸花生到底是先“放盐”，还是后放	发布时间：2018-11-04	发布媒体：中国新闻网
7. 中国第三代蛋糕奶油“飞青花”新品发布圆满落幕	发布时间：2018-11-06	发布媒体：搜狐
8. 拒绝“病态美”！日媒盘点短期节食减肥的9大危害	发布时间：2018-11-06	发布媒体：张家口在线
9. 薏米食品领导品牌先天元薏米美饼，好吃方便营养深受市场青睐	发布时间：2018-11-12	发布媒体：浏阳之窗
10. 老式爆米花真的是低卡解馋好零食？	发布时间：2018-11-28	发布媒体：人民网

第三章 反式脂肪酸微信公众号文章分析

1.总体分析

本月，在微信公众号发表的文章中，监测获得关于反式脂肪酸的文章共计5866篇。反式脂肪酸文章数量变化的时间分布趋势如下。其中，6日的文章数量最多，17日的文章数量最少。



2.重点微信公众号文章分析

本月按照微信公众号中文章的重复数进行排序，得出和反式脂肪酸相关的top10文章列表如下：

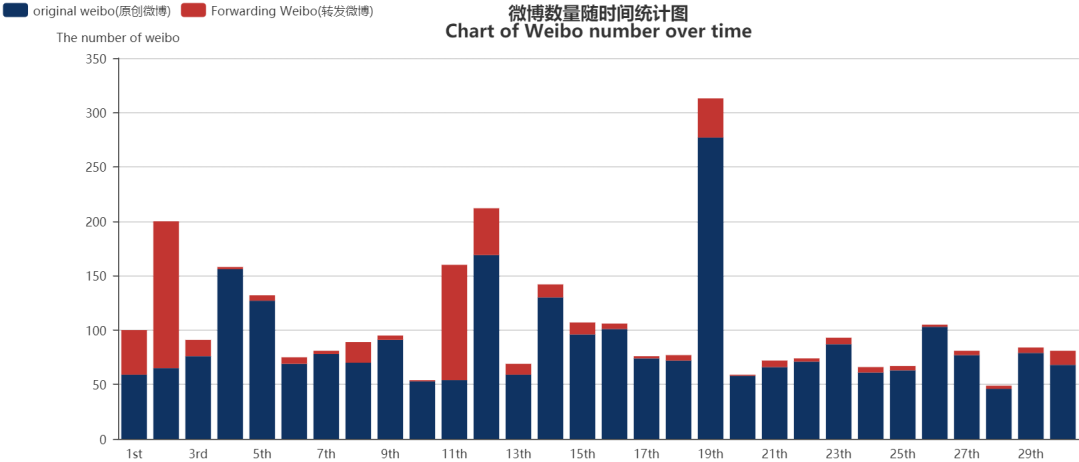
1. 去超市购物，先看懂这些再买！没想到吃亏了这么多年	发布时间：2018-11-06	重复数：179
2. 去超市购物，这些你注意到了吗？先看懂这些再买！	发布时间：2018-11-02	重复数：96

3. 隔一天喝一大杯奶茶！16岁女生突发心肌炎，连走路都喘！医生：这两种人不要喝！	发布时间：2018-11-28	重复数：74
4. 喜欢吃番茄炒蛋，心梗猝死：你以为的健康食品，却是隐形杀手	发布时间：2018-11-22	重复数：63
5. 还在喝速溶咖啡？每天都早起的你应该对自己好一点	发布时间：2018-11-08	重复数：38
6. 隔一天喝一大杯！16岁女生连走路都喘！医生：这两种人不要喝！	发布时间：2018-11-29	重复数：31
7. 【实用】去超市购物，先看懂这些再买！没想到吃亏了这么多年	发布时间：2018-11-05	重复数：30
8. 又是奶茶惹的祸！福州16岁女生突发心肌炎，连走路都喘！	发布时间：2018-11-27	重复数：30
9. 去超市买东西，看清这个字再买！没想到这亏吃了这么多年...	发布时间：2018-11-02	重复数：22
10. 去超市购物，先看懂这些再买！	发布时间：2018-11-08	重复数：21

第四章 减盐微博分析

1.总体分析

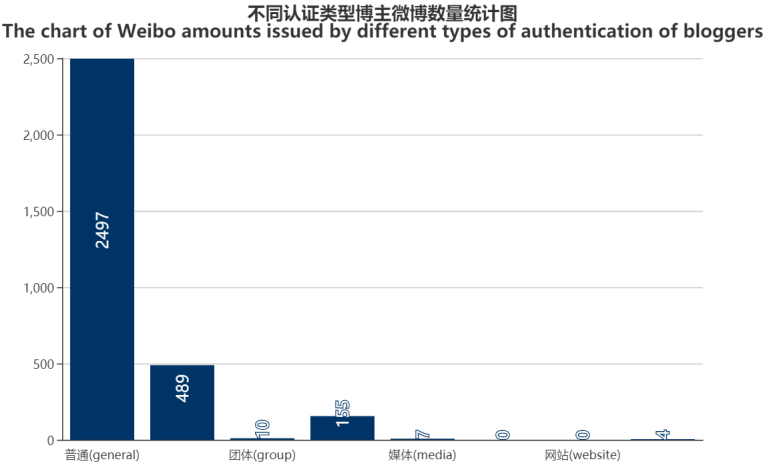
本月，在微博中，监测获得关于反式脂肪酸的微博共计3168条，原创微博共计2655条，转发微博513条。反式脂肪酸微博量变化的时间分布趋势如下。其中，19日的微博量最多，28日的微博量最少。



2.微博发布者分析

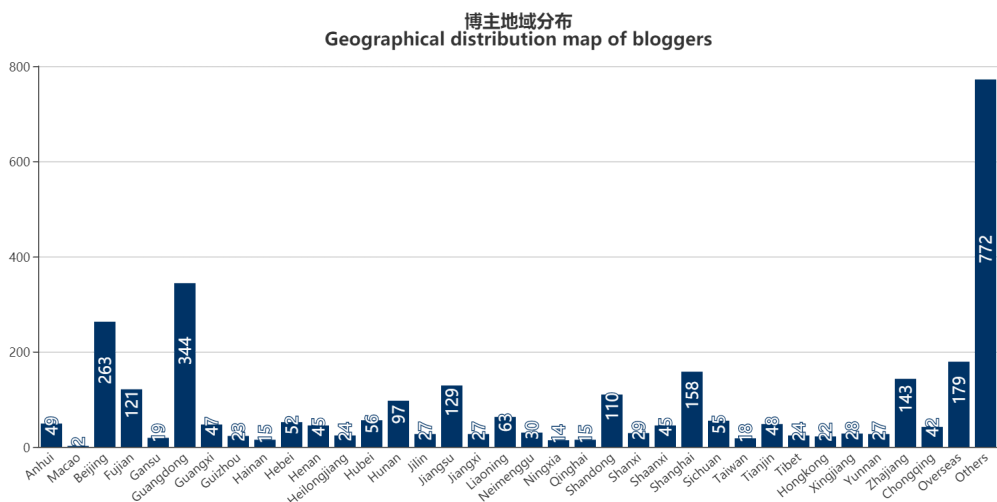
2.1博主身份认证类型分析

本研究将博主的身份类型分为未认证（普通微博用户）、名人、团体、企业、媒体、学校、网站和机构，根据不同的认证类型统计他们所发表的微博数量，详细的统计结果如下：



2.2博主地域分析

本研究统计了不同博主的地域分布，详细统计图如下：

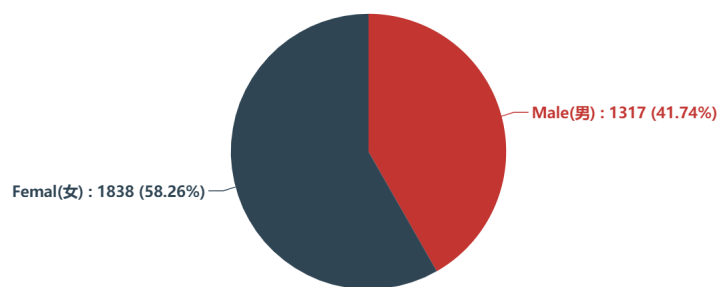


2.3博主性别分析

本研究对博主的性别进行了统计，分析不同的性别对反式脂肪酸的关注程度。这里只统计了微博普通用户和名人用户的性别，认为政府发言人、媒体发言人的性别没有实际意义。

Male(男)
Female(女)

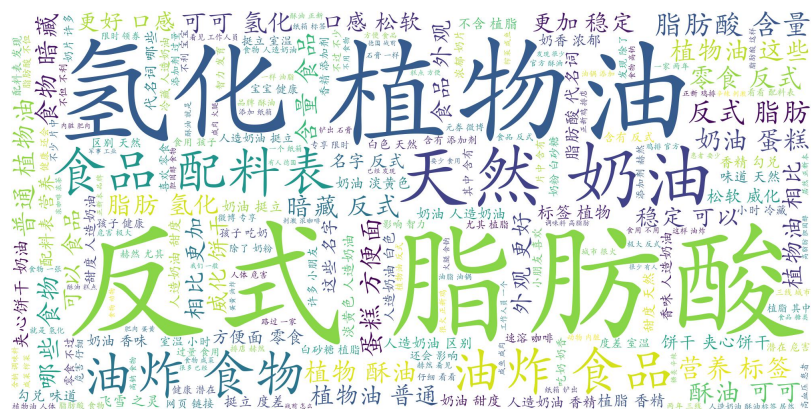
普通及名人博主性别统计图
Gender Chart of ordinary and Celebrity bloggers



3.重点微博内容分析

3.1微博关键词分析

本研究将微博的内容进行了分析，可根据微博中每个词出现的频率来判断近期微博上大家对反式脂肪酸内容的关注点，分析结果的词云如下：



3.2本月最热原创微博top10列表

在本月微博中，对原创微博按照转发量进行排序，取转发量超过50的进行列表展示。

1.没有相关微博！