

# Tuz tüketiminde Türkiye rekora koşuyor

**Türk Hipertansiyon ve Böbrek Hastalıkları Derneğince** yapılan araştırmada, ideali günde 5 gram olan tuz tüketiminin Türk halkında günlük 18 gram olduğu ortaya çıktı. Günlük tüketilen her 6 gram fazla tuzun ise çeşitli rahatsızlıklara yol açabileceği, ayrıca büyük ve küçük tansiyonu önemli ölçüde yükselttiği belirlendi.

Türkiye'deki tuz tüketimine ilişkin 14 ilde yapılan SALTurkey çalışmasının sonuçları açıklandı. Araştırmada, Türk halkının günlük tuz tüketiminin 18 gram olduğu tespit edildi.

Erkeklerin günlük 19,3, kadınların ise 16.8 gram tuz tükettiğinin ortaya çıktığı araştırmada, öğrenim durumu arttıkça tuz tüketiminin azaldığı saptandı.

**(Antalya/AA)**