

# “520”领证多，民政喊话：没约也能来

长沙网上预约登记已逾千对 民政部门将为新人送上花式祝福



扫码看视频

三湘都市报5月15日讯 谐音“我爱你”，5月20日成为一年中最受新人们追捧的结婚日，以往每年结婚登记的最高峰也都会在这一天出现。今年，甜蜜依旧。

离“520”还有好几天，长沙网上预约结婚领证火爆。据长沙市民政局不完全统计，截至5月15日12时，全市网上预约领证达1161对，已经接近2023年5月20日结婚人数1263对，目前，预约数仍在继续增加中。

■文/视频 全媒体记者 杨昱 通讯员 覃仁咸

## 长沙网约登记已有1161对

早在一周前，全国多地媒体就爆出了“520”预约登记结婚火爆的消息，很多城市5月20日当天结婚登记网上预约名额被一抢而空，有网友发帖直呼“比演唱会门票还难抢”。

5月15日，三湘都市报记者采访了解到，目前长沙5月20日当天网约登记结婚仍有名额，新人们可根据自身情况选择婚姻登记点进行预约。截至5月15日12时，全市网上预约领证达1161对，已经接近2023年5月20日结婚人数1263对。

当然，就算预约没排上，5月20日也同样可以直接来民政局办理婚姻登记，工作人员将竭尽全力，确保每一对新人在当日完成登记工作。

长沙市民政局相关负责人提醒，根据湖南省民政厅1月16日下发通知，2024年2月1日起，在全省婚姻登记机关实施至少一方为省内户籍的当事人跨市办理结(离)婚登记免于提交居住证。也就是说，双方当事人中有一方为湖南省常住户口的，可以在长沙任一县级民政部门婚姻登记机关办理结婚登记，不再需要提交居住证。

## 花样百出，为新人送上惊喜祝福

为了给每一对新人满满的仪式感，长沙各区县民政局也准备了不少惊喜，如汉服打卡体验、爱情告白墙、赠送玫瑰花、特别证婚人等。长沙市民政局将为5月20日当天前来领结婚证的新人准备神秘礼物，让相爱的人在轻松愉快的氛围里喜结连理。

芙蓉区将借助浏阳河婚庆文化园的天然优势，于5月20日19时至21时，为新人们举办“爱在黄昏日落时”告白音乐会；联动银星国际影城打造520情侣厅；推出浏阳河婚庆园“心跳长图”，联合园区商家推出“五二”折扣活动。活动现场，身着西装头戴明星面具的“男神”将于园区内随机派送玫瑰、消费券，让新人们度过一个浪漫的“520”。

天心区5月20日、21日将举行“爱在天心 文明新风”主题活动，邀请心理咨询师、婚恋咨询师等为新人做“爱的五种语言”婚恋辅导。

在长沙县，开辟了供新人等候登记的温馨空间，准备了福彩定制的祝福卡片(内含随机金额的电脑彩票一张)，为新人送上福彩的浪漫祝福，还邀请神秘嘉宾当证婚人。

雨花区将在井湾街道井湘社区开展“互助良缘·湘里相亲”5.20交友联谊公益活动，让年轻人通过自我介绍、游戏、才艺展示等活动，树立正确的婚恋观。

湘江新区5月19日将举行岳麓山下好姻缘之“怦然心动 缘聚岳麓”活动。报名参加的年轻情侣将通过爬岳麓山，一起体验互动游戏，并完成沿途任务，以此增进情谊。

## 提醒

### 结婚领证请带齐这些材料

1.有效身份证、证明材料(原件和A4规格复印件各一份)。

内地居民:本人有效的户口簿和居民身份证(当事人为集体户口无法提供户口簿首页原件的,可以提供加盖户口簿保管单位公章的首页复印件和本人当页原件),居民身份证过期或遗失的可凭临时身份证办理。在一方经常居住地办理的还应当提交当事人的有效居住证。

现役军人:本人有效的军人证件,居民身份证及所在单位团级以上政治机关出具的《军人婚姻登记证明》。

2.三张2寸近期半身免冠合影照片(红底)。

3.当事人婚姻状况为离婚的,应先前往户口所在地派出所更改婚姻状况,再提供离婚证或法院生效司法文书(法院民事调解书需出具生效证明或者送达回证,民事判决书需出具生效证明)。

4.当事人婚姻状况为丧偶的,应先前往户口所在地派出所更改婚姻状况,再提供配偶居民死亡医学证明书等材料。

## 甲状腺癌高发 还要吃碘盐吗

省疾控专家评“碘”:无关联



扫码看视频

5月15日,第31个“全国防治碘缺乏病日”,为进一步提高公众对科学补碘的重要认识,湖南省“5·15全国防治碘缺乏日”主题宣传活动全面开启。

补碘多年,湖南人还需要继续吃碘盐吗?吃碘盐会不会导致甲状腺疾病?关于补碘的热点话题,记者进行采访了解。

## 食盐加碘与甲状腺癌升高没有关联

湖南省疾控局党组成员、副局长罗志强表示,碘缺乏是一个危害广泛的公共卫生问题,为有效遏制碘缺乏病的流行,湖南省自二十世纪七十年代末开始试行食盐集中加碘,于1995年实行全省全民普食碘盐,于2000年实现消除碘缺乏病目标。

此后,我省每年均开展碘缺乏病监测,持续监测人群营养状态,并根据监测结果调整防治措施。

湖南省疾控中心地寄科副主任医师赵林娜解释,根据全国约2亿人口的癌症监测数据和全国碘盐监测数据分析显示:食盐加碘与甲状腺癌升高的现象没有关联。

近年来甲状腺癌发病率上升,国内外学者分析认为一方面甲状腺癌的发生与电离辐射、环境、饮食、生活方式、精神压力等多种因素有关,另一方面,群众就诊率和健康体检率明显上升,特别是高分辨率B超和细针抽吸细胞学诊断在临床广泛应用,大幅度提高了甲状腺癌的早期诊断率。

赵林娜解释,从全球主要国家的数据来看,无论是否采取补碘措施,无论碘摄入是增加、稳定或下降,甲状腺癌的发生率都在增加,且以直径小于1.0厘米的微小结节增加为主,相当一部分甲状腺微小结节具有进展慢、恶性度低,预后良好的特性,患者要听从临床医生要求进行跟踪观察或正确治疗。

与20年前相比,临床甲亢、亚临床甲亢、临床甲减、甲状腺肿大等疾病的患病率显著下降。缺碘比碘摄入过量更容易引起甲状腺结构和功能改变,长期的TSH刺激能促使甲状腺增生,形成结节和癌变。

## 补碘几十年,还需要继续吃碘盐吗?

赵琳娜介绍,我国大部分地区外环境(水、土壤等)几乎都缺碘,尤其山区、丘陵、河谷地带,荒漠化地区和河流冲刷地区缺碘较为严重。

单纯依靠食物和水提供的碘不能满足人体生理需要。无论城市和农村外环境缺碘的现状都很难改变,如果停止补充碘盐,碘缺乏病可能会卷土重来,因此要长期坚持食用碘盐。

## 如何科学补碘?每日补多少最健康?

世界卫生组织推荐适宜补碘量,学前儿童为90微克每天、学龄儿童为120微克每天、12岁以上青少年和成年人为150微克每天、孕妇及哺乳期妇女为250微克每天。普食碘盐是最安全、经济、简便的补碘方法,且要长期食用。每日摄入5—6克碘盐,加上饮水和食物摄入的碘,则能达到一般人群推荐碘摄入量。

孕妇、哺乳期妇女比一般人群对碘需求量更大,除日常食用碘盐外,还可以补充富碘食物海带、紫菜、海米、虾皮、鹌鹑蛋、干贝、带鱼、蟹类等,也可以考虑给予含碘营养素补充剂。

■文/视频 三湘都市报全媒体记者 李琪 通讯员 江洋 张恒妍

**国家疾控局**

**需持续科学补碘**

每年5月15日是全国防治碘缺乏病日

国家疾控局近日发布  
《关于开展2024年防治碘缺乏病日活动的通知》  
明确

需要长期坚持落实有效的防治措施,普及防治知识,指导公众科学补碘

根据国家疾控局发布的2024年“防治碘缺乏病日”宣传核心信息

碘是人体新陈代谢和生长发育必不可少的微量元素

食用碘盐是预防碘缺乏病最简便、安全、有效的方式

疾控机构有关专家介绍

加碘食盐中的碘化物在潮湿、高温和酸性环境下容易损失

建议公众购买时应选择小包装、印有指定标识的加碘食盐,避免一次购买过多

同时将盐存放在阴凉、干燥、远离炉火的地方,避光保存

新华社图