

七成幼兒依賴配方奶粉

蔬果蛋白質攝入失衡 4%4歲童超重

香港文匯報訊(記者 陳寶瑤)「吃多一點,健康一點」,家長為使子女快高長大絞盡腦汁,甚至過分依賴配方奶粉,忽略均衡飲食,謬誤多多。衛生署一項調查發現,1歲或以上的受訪幼童分別有逾60%和30%,蔬菜和水果攝取量低於建議水平,卻偏重攝取蛋白質。調查更發現,4%的4歲兒童,按世衛標準屬超重或肥胖。衛生署醫生稱,情況與家長「迷信」配方奶粉有關,更指出市面上配方奶粉的熱量較全脂奶高出30%,飲用過多配方奶粉不但令小孩超重,亦會令兒童減少進食其他食物,阻礙均衡飲食。

衛生署聯同理工大學及中文大學,於2010年2月至9月,根據母嬰健康院的兒童健康服務登記冊,抽樣訪問1,588名家長,進行幼兒飲食及餵養模式調查。結果發現,1歲或以上幼兒,進食蔬菜和水果分量不足,但含豐富蛋白質食物的攝取量卻過高,並有過分依賴飲用配方奶粉的情況。

配方奶粉熱量高易致胖

在進食蔬菜和水果方面,分別有逾60%和30%的1歲或以上幼兒攝取量低於建議水平。調查又顯示,1歲至4歲的幼童中,分別有69.6%至9.9%人每日飲用的配方奶粉多於建議的2杯(480毫升)水平。衛生署指出,大部分配方奶粉並非純牛奶,是致胖原因之一,調查亦發

現,4%的4歲兒童超重或肥胖。該署助理署長(家庭及長者健康服務)梁士莉醫生指出,市面上配方奶粉的熱量比全脂奶高出超過30%,容易致肥,而多種添加成份DHA及AA,目前未有證據顯示可透過飲奶促進兒童的生長及發展,飲用過多奶類食品,亦會令兒童減少進食其他食物,阻礙均衡飲食。

家長多不讓子女決定食量

中國人傳統相信孩子「肥白白」最理想,調查顯示約一半受訪家長認為,應由家長決定子女的食量,大部分家長從不讓子女自行決定食量。家長又傾向低估子女的體重,並擔心他們體重過輕或進食不足。理工大學應用社會科學系教授梁敏指



衛生署助理署長梁士莉(中)、理大教授梁敏(右)及中大藥療系陳淑薇發布香港家長餵養嬰幼兒狀況調查。

出,家長應該相信子女有能力自我調節食量,不應該操控子女的飲食。亦有家長以零食「利誘」子女進食健康食品,梁敏認為此舉會適得其反,令小孩對食物產生嫌惡。

衛生署編印飲食餵養教材

餵養習慣方面,相當比例的家長容許

子女吃飯時玩玩具和看電視,只有一半的歲半至2歲幼兒與家人一起用餐。9個月及1歲幼兒中,分別有43%和27%人從未試過用杯飲用飲品,只有1/5的1歲半幼兒能有條理使用湯匙。因應上述結果,衛生署編製一系列的家長教材,協助家長為子女建立適當的飲食和餵養習慣。



廣告人Matthew(右)曾因工作時間過長,常出現「斷片」等情況。

逾半白領常加班 易「斷片」變善忘

香港文匯報訊(記者 謝雅寶、歐陽麗珠) 港人工作繁忙,加班更是「家常便飯」。香港大學一項調查發現,54%受訪白領人士經常要加班,有人曾連續工作48小時,甚至有8%受訪者最高紀錄是連續上班18天或以上才可休息。有營養師表示,本港打工仔加班情況嚴重,長期受壓下會出現「氧化壓力」,導致腦部功能下降,引致俗稱「斷片」的善忘現象,建議上班族多攝取蛋白質和多休息,補充腦部營養。

74%人常不能集中精神

港大民意研究計劃上月13日至20日,就港人的超時工作和腦功能訪問531名,年齡介乎18歲至55歲的「白領」人士。結果發現,54%受訪者經常需要加班,平均每周加班時數相當於3.6天,更有23%人平均每周有5天以上需要加班,甚至有8%人曾連續工作長達18天或以上方能休息。此外,有74%人曾在工作時出現不能集中精神、「斷片」等善忘情況,且平均每周會出現2.5次,有38%人指過去1個月感到壓力很大。

長期壓力腦功能下降

註冊營養師陳國寶表示,不少打工仔抱着習以為常的心態面對腦部思維反應遲緩或不正常,但他指出,人類長期受壓下,會引起「氧化壓力」,令腦功能下降,特別影響記憶力和推理能力,容易出現「斷片」等善忘情況。他指出,不少港人因工作時間過長,飲用咖啡或能量飲品提神,是治標不治本做法,建議打工仔多攝取含豐富蛋白質的食物,如雞肉,或飲用雞精等營養補充劑,增加腦部營養。

從事廣告業的Matthew,每日工時長達10小時至12小時,最高紀錄曾因要趕製客戶的網頁,不眠不休地連續工作54小時,甚至曾連續上班32天沒有休息。他表示,在長時間工作下,每周出現1次至2次突然失憶,忘記曾經發生的事,「工作忙碌時,不用喝酒,單是飲水都會『斷片』」。

兩奶粉罐塞28 iPhone 4s闖關

香港文匯報訊(記者 鄭海龍,通訊員 蔣昕、陳琳 深圳報導)內地對iPhone 4s的需求持續,水客想盡辦法走私回內地謀利。皇崗海關日前便截獲一名深圳男子利用兩個普通奶粉罐,塞下28台嶄新的iPhone 4s手機過關,初步估計案值超過10萬元人民幣。涉嫌走私的深圳旅客已移交有關部門處理。

過X光機現形 一網打盡

3月12日下午,姓梁的深圳男子手提兩個環保購物袋經福田口岸旅檢大廳入境時,被關員截停做重點抽查。開袋後,關員發現購物袋中裝有兩罐包裝完好的某品牌嬰兒奶粉,罐面上還貼着某港貨店的售貨標籤,初步看起來似乎沒有什麼異常。當關員要求梁某將購物袋放到X光機上過機檢查時,梁明

顯一驚,更加慌亂起來。經過X光機檢查,圖像顯示奶粉罐中藏有大量電子產品。關員迅速打開奶粉罐,發現裡面塞滿全新的iPhone 4s手機,經清點每個奶粉罐中裝了14部,共計28部。

每部差價千元 走私圖利

據資料顯示,iPhone 4手機上市以來一直受到熱捧,雖然iPhone 4s已經在內地銷售,但由於關稅等一系列原因,較香港售價貴700元至1,000元,有便市下不法分子便想盡辦法通過行李夾藏等方式鑽而走險。據了解,自今年2月海關開展「國門之盾」專項行動以來,該關已在皇崗口岸和福田口岸旅檢渠道陸續查獲iPhone手機走私案件40餘宗,查獲iPhone手機達160餘件。



皇崗海關查獲的奶粉罐走私iPhone 4s。

香港文匯報深圳傳真

90%消防員響應按章工作

香港文匯報訊(記者 羅敬文)消防處職工總會因未能與消防處就削減工時達成共識,昨日發起為期3日的按章工作行動,除緊急救援服務外,其他消防局的內部文書、保安及清潔工作暫停,並得到90%員工響應支持。消防處表示,首日工業行動未有影響緊急救援工作,各個消防分局運作如常。

只執行緊急救援工作

消防處職工總會為爭取每周工時由54小時減至48小時,早前與消防處管理層開會,但未能達成共識,遂於昨日發起連續3日的按章工作行動,只執行緊急救援工作,內部文書、保安及清潔等工作一律暫停,並指會視乎本月底消防處的報告,才決定是否再

把行動升級,發起遊行或靜坐行動。工會副主席謝守龍表示,昨當值的1,500名消防員90%員工響應號召,暫停局內文書、保安及清潔工作,但對緊急服務並無影響。消防處處長吳建志稱,會與工會就工時問題繼續磋商,指現時提出的每周51小時工時方案已是審慎和可行的建議,將會諮詢全體員工意見,料本月底有結果。

勞處調解龍巴解僱工會理事

香港文匯報訊(記者 聶曉輝)一名龍運巴士員工協會的理事,日前遭資方解僱,工會懷疑資方涉嫌觸犯「防止歧視職工會」規定,昨日到龍運巴士總部抗議,要求讓該名員工復工。工會表示,本月9日已陪同該名員工到勞工處投訴,將於本月22日由勞工處主持勞、資、工會4方會議,討論事件。

解僱前未收警告信

工會指出,該名被解僱的工會理事林日強,本月1日突遭資方解僱,原因是他不按照指示,於總站打開傷殘輪椅板。工會指出,其他巴士並無硬性規定須在總站打開傷殘輪椅板,且員工過去一直反映,如在無需要時打開傷殘輪椅板,或會造成意外;而林日強過去亦未曾接獲警告信,懷疑事件與他屬工會理事有關。

九巴及龍運巴士發言人表示,兩公司俱致力為乘客提供穩定及優質的巴士服務,對車長的駕駛安全表現有嚴格要求。發言人指出,兩間巴士公司對所有員工一視同仁及賞罰分明。發言人又稱,基於私理理由,不會就個別個案作出評論,但解釋只會在員工涉及嚴重影響車務安全運作或違反紀律,且屢勸無效下,才會作出解僱行動。

京夫妻向荷銀索償2800萬

香港文匯報訊(記者 杜法祖)北京一間律師樓的合夥人,2007年計劃與內地妻子申請香港投資移民,2人聲稱在荷蘭銀行一名董事的誤導下,斥資400多萬購入15份accumulator(累計股票期權),結果不單血本無歸,更要四出借錢繳付孖展保證金,2人指該董事事前並無解釋風險,亦沒有提醒他們投資衍生產品並不符合資格申請香港投資移民,日前入稟高等法院向荷蘭銀行追討2,800多萬元損失。

原訴人是來自北京的律師賴建平(46歲)與其妻劉珠平(譯音)。賴建平曾於2009年7月與10多名內地投資者前往金管局及警方商業罪案調查科,投訴銀行以誤導手法銷售accumulator,令他們合共損失4億元至5億元。

2名原訴人育有一名18歲的女兒及5歲養子,2007年計劃申請香港投資移民,經朋友介紹下認識荷蘭銀行專責私人銀行服務的董事張寧,張聲稱可以協助原訴人投資,藉以取得投資移民資格,並保證原訴人可獲2成回報率。申請投資移民稱被誤導買孖展

結果原訴人在荷蘭銀行開戶口並存入420萬元,以及購入15份accumulator(累計股票期權)合約,涉及中海集運(2866)及復星國際(0656)的股票,結果原訴人不單血本無歸,更要四出借錢繳付合共1,700萬元的孖展保證金。

黃大仙幼園21童染流感

香港文匯報訊(記者 歐陽麗珠) 流感肆虐下院舍持續出現爆發個案。黃大仙聖母幼稚園有21名年齡介乎3歲至5歲學生出現流感樣疾病感染症狀,3名學生需入院,其中2人對乙型流感呈陽性反應,目前所有受感染學童情況穩定。同時,青山醫院一個長期護理女病房亦爆發2宗流感個案,一名女病人及職員染病,病人被隔離治療,職員則需休假,測試證實2人感染乙型流感。

2童呈乙流陽性反應

黃大仙聖母幼稚園的爆發個案,21名年齡介乎3歲至5歲的學生受感染。他們自本月1日起出現發燒、咳嗽和喉嚨痛等呼吸道感染症狀,當中3人需要入院,目前所有受感染學童情況穩定。其中2名入院學童的鼻咽拭子樣本對乙型流感呈陽性反應。衛生署衛生防護中心職員已視察該學校,並建議該校職員採取預防呼吸道感染措施。

青山女病房爆疫添2人

另外,青山醫院一個長期護理女病房,再有一名43歲女病人及一名職員出現呼吸道感染症狀。測試證實2人染上乙型流感,目前情況穩定。病人正接受隔離治療,而職員則休假。該病房已停收新症,並實施有限度探訪。衛生防護中心提醒市民採取預防呼吸道的措施,打噴嚏、咳嗽和清潔鼻子後要洗手;保持空氣流通,避免前往人煙稠密而空氣流通欠佳的地方。

瑪麗醫院5童染呼吸道菌

香港文匯報訊(記者 羅敬文) 瑪麗醫院一個兒童外科病房,自上周一(5日)起先後有5名介乎2個月至2歲大的病童,出現發燒、咳嗽及流鼻水等症狀。院方為有關病童進行鼻咽分泌測試,結果證實對呼吸道合胞體病毒呈陽性反應。有關病童正接受隔離治療,其中1人已康復出院,其餘4人現時情況穩定。

院方已根據既定指引加強感染控制措施,將會繼續緊密監察該病房病童的健康情況。有關個案已早報醫院管理局總辦事處及衛生防護中心跟進。

青年染猩紅熱併發休克

香港文匯報訊(記者 文森) 專攻幼童的猩紅熱向一名17歲青年「埋手」,並導致嚴重併發症。衛生防護中心表示,該名青年本月3日發燒,翌日皮膚出疹、嘔吐及腹痛的症狀,其後因肺炎、敗血性休克及腎功能受損入住浸會醫院深切治療部,院方在患者的痰液樣本驗出含有甲類鏈球菌,確診為猩紅熱。患者接受治療後,前日已出院,中心調查顯示,患者最近並無外遊,其家屬亦無出現任何病徵。

2歲至8歲兒童高危

中心發言人解釋,猩紅熱是由甲類鏈球菌引致,可透過呼吸或直接與受感染的呼吸系統分泌物接觸而傳播,2歲至8歲的兒童是「高危一族」,會出現發燒、咽喉痛及出疹的症狀,皮疹會先在軀幹或頸部出現,再蔓延至四肢,特別是腋窩、肘部及腹股溝。猩紅熱患者的症狀一般並不嚴重,可服用抗生素治療,但部分患者或會出現休克、心臟病及腎病等嚴重併發症。

發言人提醒,市民要維持良好的個人及環境衛生,打噴嚏或咳嗽時應遮掩口和鼻,若雙手接觸到呼吸系統分泌物,應立即洗手,並要保持空氣流通,若懷疑患上猩紅熱,應立即求醫。

今日香港天氣預測

2012年3月15日 星期四

多雲 下午短暫時間有陽光 沿岸有薄霧

氣溫: 17°C-21°C 濕度: 75%-90%

潮漲: 02:39 (1.4m) 13:35 (2.1m)

潮退: 06:33 (1.1m) 20:44 (0.8m)

日出: 06:33 日落: 18:32

未來四日天氣預告

查詢天氣: 187 8200 查詢時差: 10013或1000

| 16/3(星期五) | 17/3(星期六) | 18/3(星期日) | 19/3(星期一) |
|---------------|---------------|---------------|---------------|
| 氣溫: 19°C-24°C | 氣溫: 20°C-26°C | 氣溫: 21°C-26°C | 氣溫: 19°C-23°C |
| 濕度: 75%-95% | 濕度: 75%-100% | 濕度: 75%-100% | 濕度: 85%-100% |
| 短暫時間有陽光 | 部分時間有陽光 | 部分時間有陽光 | 大致多雲 |
| 早晚有薄霧 | 早晚有霧 | 有一兩陣驟雨 早晚有霧 | 有霧及幾陣雨 |

空氣污染指數

一般監測站

污染指數: 40-65

空氣指數: 中等至偏高

路邊監測站

污染指數: 65-95

空氣指數: 偏高

0-25 輕微 #設於中西區、葵涌、觀塘、深水埗、沙田、大埔、荃灣及元朗

26-50 中等

51-100 偏高

101-200 甚高

201-500 嚴重 *設於銅鑼灣及旺角。

中國各大城市天氣預測

| 城市 | 最低 | 最高 | 預測 |
|----|------|------|----|
| 北京 | 0°C | 10°C | 密雲 |
| 長春 | -5°C | 6°C | 有雪 |
| 沙田 | 10°C | 13°C | 有雨 |
| 成都 | 9°C | 17°C | 有雨 |
| 重慶 | 11°C | 16°C | 密雲 |

世界各大城市天氣預測

| 城市 | 最低 | 最高 | 預測 |
|-----|------|------|----|
| 馬尼拉 | 25°C | 33°C | 雷暴 |
| 新德里 | 10°C | 30°C | 天晴 |
| 倫敦 | 6°C | 10°C | 多雲 |
| 巴黎 | 6°C | 17°C | 多雲 |
| 東京 | 4°C | 11°C | 多雲 |
| 香港 | 17°C | 24°C | 多雲 |