

專家倡母乳餵養防肥胖

癯肥港童 11年增1成



▲盧秀雲(左二)和丈夫,以及女兒及女婿出席活動,並得到大會頒發獎項 本報攝

百人壁畫籲關注老年痴呆

【本報訊】明日是世界老年痴呆症日。香港老年痴呆症協會昨日舉辦百人壁畫創作比賽,邀請五十名患者和他們的家人參加設計壁畫。「光纖之父」高錕的妻子黃美芸到場支持。她期望政府能夠增加對老年痴呆症患者的支援,令市民能夠預防,並令患者得到最好的照顧。

黃美芸昨日以照顧者身份出席活動,並分享照顧患上老年痴呆症的高錕的照顧感受。她表示,為針對老年痴呆症成立的「高錕慈善基金」將於明天宣布成立,期望能協調社會上的資源,幫助更多患者。

香港老人痴呆症協會主席吳義銘指出,現時每十名七十歲以上的長者當中,約有一名患上老年痴呆症,按此推算,估計全港至少有七至八萬名患者。

昨日獲得大會頒發獎項表揚的八十二歲患者盧秀雲,其女兒林太表示,去年九月母親確診患上老年痴呆症。「當時母親已記不起時間、方向,連街坊和朋友的樣貌亦認不得,試過連丈夫不認得,問為什麼丈夫會回家吃飯。」她說,自母親確診後,家人需要耐心照顧,二十四小時守候,造成一定壓力。今年四月帶同母親前往日間護理中心,每星期兩次,主要為母親提供認知治療,「例如進行伸展運動、砌下圖、認下人等。」她表示,母親情況有所好轉,認為政府應加強調撥資源加強對患者的支援。

簡訊

民建聯促東隧擱置加價

■民建聯約十人昨日到東區海底隧道行政大樓外示威,抗議東隧申請大幅加價四成,他們高叫口號,要求撤回申請,並建議政府購入東隧。民建聯交通事務副發言人陳學鋒表示,東隧不存在加價壓力。因為東隧去年盈利有四億多元,雖然東隧可以按條例規定取得合理回報,但亦應顧及社會責任和市民負擔能力。他們要求東隧擱置加價申請,以及要求政府回購東隧。

廉署加強與內地合作

■廉署上周舉行為期三天的「管治協作與誠信管理」會議。會議特別嘉賓、中國社會科學院中國廉政政研究中心理事長李秋芳表示,要建設廉政文化和公職人員誠信體系,需採取多個措施,包括任用德才兼備的領導幹部。另外,廉署在會議期間,與三間內地廉政政研究機構,包括中國社會科學院中國廉政政研究中心、北京大學廉政政政研究中心和北京師範大學刑事法科學院簽署「學術合作意向書」,加強合作和聯繫。

六合 Mark Six 彩
第110期六合彩揭出號碼

12 17 19 26 33 40 25

頭獎：無人中
二獎：1注中，派 1,124,290元
三獎：154.4注中，派 19,415元
多寶獎金：20,000,000元

兒童癯肥比率十一年間增長約一成。專家建議家長,使用體重指標或「成長圖」評估子女的體重,預防子女癯肥。有關研究顯示,嬰兒六個月之前食用母乳,可減低過重和癯肥的機會。母乳中蛋白質濃度適中,是嬰兒最天然的營養劑。

本報記者 王欣

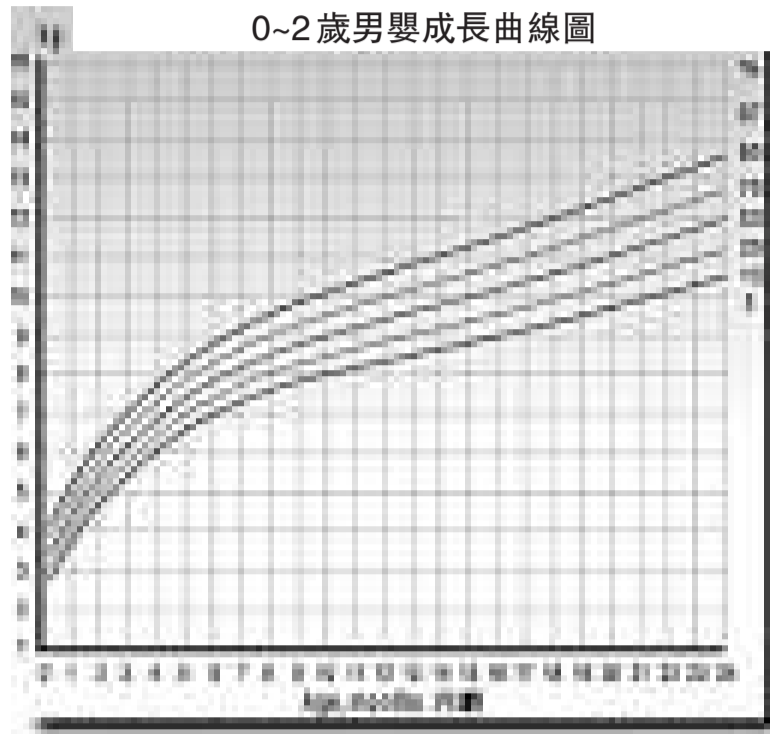
香港兒科心臟學會副主席兼兒科專科醫生吳彥明表示,一項調查發現,九五至九六年本港中小學生的整體癯肥比率約一成六,而〇七至〇八年度衛生署的數據顯示中小學癯肥比率已達二成六。

易患糖尿病高血壓

吳彥明說,兒童癯肥會增加其長大後癯肥的機會,成年期並容易患上二型糖尿病、高血壓、心臟病和其他併發症。見到的病例中,已有五、六歲兒童患上二型糖尿病、八歲患血管大動脈脂肪積聚的個案。

關於父母怎樣監察兒童體重、防止其過重,吳彥明說,世界衛生組織(WHO)於〇六年四月重新修訂最新兒童成長標準,加入「按年齡的體重指標(BMI)」。BMI的定義是體重與身高的平方的比例。出生首五年內理想BMI的範圍,女嬰約為十二至十八之間,男嬰則在十二至十九之間。

吳彥明解釋,例如在男嬰的「成長圖」中,橫軸代表嬰兒的年齡,縱軸代表嬰兒的體重。家長可根據兒童的體重、年齡,找到落在成長圖中的那一點。若嬰兒「體重比年齡」的點落在最上面的百分之九十七位數線上,表示只有百分之三的同齡的嬰兒比你的孩子重;相反,若「體重比年齡」的點落在最下面的百分之三位數



線上,則說明百分之九十七的嬰兒重過你的孩子。落在中間的百分之五十數線上,則表明體重正常。若出現過重或過輕,應進行深入評估。

攝過量蛋白質致肥

多項國際研究指出,嬰兒攝取過量蛋白質可能是嬰兒早期體重增加的原因。吳彥明說,使用母乳餵養嬰兒

,可減少兒童日後出現癯肥機會。因為母乳蛋白質含量較低,嬰兒易吸收,每公升平均只有十至十二克,而市面上奶粉蛋白質含量則高出一至兩成。母乳是嬰兒前六個月的最天然食品,營養品質極高。另外,父母應避免為嬰兒過量餵哺,以免增加兒童胃部壓力,而使胃變大,導致肥胖。



▲吳彥明建議家長,使用體重指標或「成長圖」評估子女體重,預防兒童癯肥 本報攝

踩單車來回中環至北角

900市民響應「無車日」

【本報訊】九百名市民昨日響應環保團體舉辦的「無車日」活動,由中環避打道踏單車到北角再折返中環,鼓勵更多市民響應星期三的「世界無車日」,並呼籲政府官員帶頭以單車代步。綠色和平項目主任古偉牧表示,希望藉着活動讓政府知道,香港市民很樂意用低碳排放的交通工具。公民黨立法會議員余若薇促請當局考慮在海傍設單車配套設施。

今次是綠色和平第二年舉辦踏單車活動,首屆參加人數只有百多人,今年飆升八倍至九百人。昨日上午,酷熱天氣警告仍然生效,但仍有大批市民帶着爬山單車和摺合單車,參加此次活動。各人由中環行人專用區出發,到北角英皇道再折返中環,全程十二公里。

古偉牧說,香港市民很樂意用低碳排放的交通工具,「市民反應如此踴躍,證明公眾對氣候變化已感同身受,他們以行動扭轉危機。(踏單車)問題,是沒有單車設施配套。」

有參加者說,平日不敢在市區踏單車,「因為路面車輛太多,比較危險。」亦有市民表示:「香港空氣愈來愈差,我們如果可以多一點踏單車,少一點排放廢氣,也是一個值得推舉的活動。」

余若薇建議當局在市區增加單車配套設施,海傍是好地方,「海傍其實是很美的地方,我們希望有較多單車徑,不是「斷截禾蟲」(斷成多段),其實可作為輔助交通工具。」

綠色和平將於周三(二十二日)舉行無車日,現有二百零一間機構或企業承諾參加,人數約六千五百人。



▲900市民踩單車來回中環至北角,響應「無車日」 中通社

康泰或續停辦遊菲團

【本報訊】康泰旅行社前總經理劉美詩表示,馬尼拉人質事件中喪生的八條人命是枉死,若非菲律賓當局不能提交令人接受的調查報告,康泰不排除繼續停辦菲律賓團。她說,為避免對客人造成心理陰影,事件發生後三日,旅行社已將所有海外旅遊巴士上的康泰標誌遮蓋。

劉美詩在一個電台節目上表示,香港旅行團被挾持當日,槍手的的要求並不是菲律賓當局不能做到的,事件不應發展至殺人質這麼嚴重。她說,沒有想過事件會以損失八條生命告終,他們是枉死。

劉美詩透露,事件發生後,到旅行社報名的人數明顯減少,約下跌兩成,所有旅行社都出現這個情況,現時已回復正常。被問及康泰未來是否重開菲律賓旅行團,她說,談論此事言之尚早,要視乎菲律賓的調查報告能否還死傷者一個公道,令港人接受,否則再辦旅行團亦不會有人報名,因此康泰不排除會繼續停辦,而停辦對公司業務影響不大。

菲暫不到港推廣旅遊

【本報訊】據法新社馬尼拉十八日消息:菲律賓政府表示,暫時不會到香港推廣旅遊,原因是人質事件發生後,香港這個佔當地百分之九旅客總數的市場大幅萎縮。

菲律賓旅遊部長說,人質事件發生首兩個星期,很多香港旅客縮短及取消行程,菲律賓損失八十九萬美元(約六百九十一萬港元)的旅遊收入。

菲律賓旅遊部門希望,事件盡快過去,迎接聖誕旺季,當局會轉到台灣、韓國、日本及美國推廣旅遊,以維持當地旅遊業。

深業紫麟山
Purple Kylin Hill

26分钟, CBD与自然共筑资产恒久价值

水官高速、北通道, 26分钟让CBD领略紫麟山; 特区扩容、大运新城、1000亿市政资本, 推动城市国际化
私家公园、市政公园、7000万元园林、拱卫生活; 紫麟山坐镇中央, 御领城市未来!

一层一户的山水洋楼, 四面风光的阔景高宅 3区新品, 开城市之先全新盛放
9月18日, 样板房、4万m²私家公园、水会所联合开放



■ 中心城40米原生高地 ■ 纯山地成熟别墅社区 ■ 峰云之间的山水会所 ■ 百年花岗岩锻造立面 ■ 15万m²双公园殿堂 ■ 深业南方19载沉淀

TEL: 0755 8998 3333

ADD: 深圳市龙岗中心城长兴北路

开发商: 深业地产 代理商: 中原地产 物业管理: DTZ 戴德梁行 整合推广: Flahalo 风火广告