

18款植物牛油含基因致癌物

當中16款更含污染物 男士多吃損生殖系統

消費者委員會檢測俗稱「植物牛油」的人造牛油發現，86%即18款含有基因致癌物「環氧丙醇」，當中16款更同時含有污染物「氯丙二醇」(3-MCPD)。消委會指出，環氧丙醇同時具有基因毒性和致癌性，應盡量減低攝取，嬰幼兒與兒童更是「一般」攝入量已值得關注；3-MCPD若是過量攝入，可影響腎功能及男性生殖系統。檢測並發現，近五成牛油樣本的營養標籤嚴重失實。消委會稱，已向食安中心及海關報告有關情況，相關部門已跟進。

消委會報告

大公報記者 楊州

消委會去年測試食油時發現，大部分精煉植物油樣本含有3-MCPD或環氧丙醇，由於人造牛油的主要配料是精煉植物油，故針對3-MCPD或環氧丙醇，去年10月檢測市面30款常見的預先包裝牛油，包括21款人造牛油。

檢測結果發現，18款人造牛油含有環氧丙醇，每公斤含13至640微克，當中16款同時含有3-MCPD，每公斤含44至1100微克。當中，Sunny Meadow的環氧丙醇含量最高，達每公斤640微克，3-MCPD的含量為每公斤530微克。President牛油樣本被檢測到3-MCPD含量最高，達每公斤1100微克。

港沒訂環氧丙醇含量指引

消委會總幹事黃鳳嫻表示，本港未有就環氧丙醇訂立最高或最低含量指引，建議消費者攝入量愈少愈好。根據歐洲食物安全局報告，偏高攝入量即每公斤體重攝入0.6至4.9微克，對所有年齡組別的人士的健康造成的影響，而對嬰兒、幼兒及兒童的健康，一般攝入量即每公斤體重攝入0.3至2.1微克，已值得關注。她指出，人造牛油製造過程不論是脫色、脫膠或脫味，會用高溫方法處理，人吃了之後在身體內經水解過程，毒性就會揮發出來。

就3-MCPD的每日攝入量，據歐洲食物安全局建議為2微克，聯合國糧食及農業組織／世界衛生組織聯合食品添加劑專家

以後會選合格牛油

市民心聲

楊先生：平時很少吃牛油，一個星期大約吃一兩次，多數是吃麵包的時候會用牛油，平時用植物牛油比較多，以後會選擇消委會評價合格的牛油來用。

注重身材平時不吃

梁先生：比較注重身材，牛油含有的脂肪比較高，所以平時不會吃牛油，不擔心牛油含有的有害物質對自己有影響，都不會勸自己身邊的朋友不要吃。

超市價格12年首跌 豆腐逆市升11.7%

消費者委員會最新公布超市貨品價格調查，發現2017年的總平均售價較2016年微跌0.04%，是12年來首次下跌。各貨品組別中，豆腐售價逆市上升11.7%，更是唯一錄得雙位數升幅的貨品組別。

消委會自2005年起，就三間大型連鎖超市進行年度超市價格調查，今年除了華潤萬家、百佳及惠康，今年新增AEON。消委會在2016年7月至2017年6月，選出200項銷貨價值較高的超市貨品，整體平均售價按年下跌0.04%，但有七類貨品按年升0.2%至5.3%，當中以「麵包／蛋糕／麵包

醬」售價升幅最高，達5.3%，「奶類食品／雞蛋／豆腐」升2%，「即沖飲品」跌幅最大，達至5.4%，其中「即溶咖啡」跌7.3%。

若按貨品組別計算，21組貨品總平均價格按年升0.4%至11.7%。消委會稱，今年新增的「豆腐」組別，平均售價升11.7%，當中，維他奶山水有機黃豆硬豆腐平均售價上升17.7%，是今次調查中升幅最高的貨品。消委會提醒，若毋須購買指定品牌貨品的消費者可多格價，比較不同牌子及不同店舖的價格，才能作出最明智的選擇。

安全軟件效參差 免費反出眾

勒索軟件攻擊已成網絡安全新威脅，但安裝收費網絡安全軟件未必安全。消委會測試29款Windows、MacOS版本的收費及免費軟件，發現九款效能參差，未能攔截網絡釣魚或勒索程式，部分免費軟件的表現則較收費軟件為佳。29款樣本為本港有售或可供下載的網絡安全軟件，18款為付費軟件，售價163元至546元，當中四款

在防禦勒索軟件攻擊的能力最差，分別是Avira Antivirus Pro、McAfee AntiVirus Plus、Dr.web Antivirus及Malwarebytes Premium。

消委會指，部分免費軟件整體表現較收費軟件優異，當中一款Windows版本的Bitdefender Antivirus Free Edition在防衛惡意程式能力出眾，包括阻擋網絡釣魚及勒索程式，更較其餘十款收費軟件表現更佳。

► 消委會檢測人造牛油發現，逾八成，即十八款含有基因致癌物，當中，Sunny Meadow的環氧丙醇含量最高



安全牛油放心食

- 1.大公司澳洲純牛油含鹽
- 2.Anchor無鹽牛油
- 3.Emborg Unsalted Butter
- 4.Lurpak高級丹麥牛油有鹽
- 5.President法國有鹽牛油
- 6.Southdale Farm Salted Butter
- 7.Heritage Organic Butter (Pasteurized)
- 8.佳之選有鹽牛油
- 9.Anchor有鹽牛油

註：上述牛油不含基因致癌物及污染物
資料來源：消費者委員會

營養師：吃太多增中風機率

不少港產小食例如菠蘿油、西多士、蛋撻均會加入牛油，有營養師建議市民，獨立包裝的只吃半塊，想吃得健康，可用橄欖油代替，西多士也可改用相對健康的花生醬。

香港營養師協會會長林思爲指出，牛油一般分兩種，以牛的油脂，即動物脂肪提煉出來的牛油(butter)，含高分量的飽和脂肪和膽固醇；人造牛油(margarine)，又稱植物牛油，則含反式脂肪，會增加血液中壞膽固醇外，更會讓好膽固醇也減少，問題比牛油更嚴重。但兩者吃太多，均會增加患冠心病和中風的風險。

餐飲界：食肆多用人造牛油

香港餐飲聯業協會會長黃家和指出，牛油較人造牛油成本貴兩至三倍，所以一般食肆通常選用人造牛油。他認爲，一些食物必須加入牛油才夠香滑，無可避免。美食車「菠蘿仔食堂」創辦人林潔惠表示，除了招牌食品忌廉菠蘿包，也有提供鮮牛油菠蘿包，爲讓食客吃得健康，不用人造牛油，牛油分量也不會太多。

一間位於觀塘的茶餐廳提供的菠蘿油，以雙倍分量的牛油作招徠，每個賣14元。負責人鄧先生回覆大公報查詢，指提供「打孖牛油」，因食客喜歡，感覺口感更豐富，但部分食客爲求吃得健康，也會要求減少牛油分量，分量是任君選擇。

含基因致癌物人造牛油

產品	環氧丙醇含量(微克/公斤)
1. Sunny Meadow(Spread with Canola Oil)	640
2. Belle Premium(Vegetable Fat Spread Made With Sunflower Oil)	630
3. 花嘜(軟滑植物牛油醬)	390
4. MeadowLea Original Vegetable Fat Spread	110*
5. Olive Grove (Classic Mild Tasting)	110
6. I Can't Believe It's Not Butter! (Light Vegetable Oil spread)	13
7. Sainsbury's (Lighter Butterlicious Made with Buttermilk)	59
8. 花嘜(輕怡植物牛油醬)	190
9. 明治(なめらかソフトSmooth And Soft)	160
10. 雪印(特級植物牛油)	150
11. M&S(Reduced Fat Olive Oil Spread Made Using Olive Oil)	180
12. Essential Waitrose (Olive Spread – Reduced Fat Spread 45%)	180
13. Earth Balance(Organic Whipped Buttery Spread)	130
14. Tesco(Sunflower Spread)	170
15. Lurpark (Slightly Salted Organic Spreadable Butter Blended With Vegetable Oil)	120*
16. President(Ambassador Salted Culinary Fat Blend)	280
17. Cophia(Vegetable Shortening Made With Coconut oil)	150
18. Tablelands(Butter Spread with Plant Sterols)	230

註：*無被驗出含3-MCPD

資料來源：消費者委員會

買床褥要瞓身試 八千元名牌不及平價貨

消費者委員會測試床褥發現，近半床褥承托力表現差強人意，售價八千多元的貴價床褥，整理表現不敵三千多元的平價床褥。消委會建議消費者選購床褥時，切忌盲目相信品牌宣傳或測試數據，應該親身試睡，是否符合自己的睡眠需要。

消委會根據外國標準，測試21款彈簧床褥及四款泡膠床褥，比較其承托表現、舒適度及耐用程度。結果發現，床褥並非愈貴愈舒服，測試樣本中售價最貴、8500

元的席夢思床褥(Beautyrest Kent Mattress)，總評分只有3.5分，與售價最平、1490元(未包括送貨服務收費)的宜家家居床褥(Hamarvik Spring Mattress Firm)同分。

消委會稱，無論是仰卧或側卧，所有測試樣本的承托力參差，25款樣本中，僅四款平均售價3000多元的彈簧床褥(澳美斯、軒琴居、金寶麗及雅蘭)，讓用戶睡眠時保持脊柱的自然弧度，總評分獲4分。

耐用度方面，21款獲評4分或以上，反映整體耐用度不俗，當中以泡膠床褥表現較突出，四款樣本中有三款獲5分。



硬 愈 好 懶 床 表 現 等 應 比 是 較 愈

床褥愈硬愈好？

- 床褥的硬度並無統一標準，按身形體重、睡眠習慣等選購
- 選購時親身試睡，並穿着鬆身衣服及用上充足時間
- 床褥不是愈硬愈好，過硬的床褥會致身體支點壓力增加，妨礙如肩膀、臀部等血液循環
- 彈簧床褥承托力比泡膠床褥好

資料來源：消費者委員會

六款好評床褥

品牌(型號)	售價(元)	軟硬度	承托表現*	耐用度*	總評*
彈簧床褥					
澳美斯(天絲護脊系列)	3224	中等	3.5	5	4
軒琴居(乳膠質感彈簧床褥)	3099	軟	3	4.5	4
金寶麗(竹炭纖維獨立袋裝床褥)	3088	中等	3	4.5	4
雅蘭(煥能運動)	3135	硬	3	4.5	4
非彈簧床褥					
海馬牌(海馬床褥)	1669*	硬	2.5	5	3.5
Sinomax(SC智能床褥)	4399	硬	2	5	3.5

*最高5分 ^未包括送貨服務收費

資料來源：消費者委員會



近年教科書價格變化

年度	課本增幅	電子書增幅
2018	2.6%*	-
2017	2.1%*	0.6%
2016	2.3%	0.48%
2015	3.5%	3.3%
2014	3.2%	(電子書首次納入書目表)

註：2014年至2016年數字為整體印刷課本價格

*2017年起教育局將印刷及電子課本合併計算

資料來源：教育局

課本加價溫和？地理貴兩成

【大公報】記者劉家莉報道：教育局昨日公布2018/19學年「適用書目表」，整體課本價格(包括印刷及電子書)按年升2.6%。教育局稱，近年課本價格升幅溫和，但根據「書目表」統計，個別課本加幅仍偏高，有初中中國歷史科印刷課本加價6.5%，亦有初中地理科電子書加價逾兩成。

大公報記者翻查資料，2017年整體課本價格升幅為2.1%，2016年印刷課本升幅則為2.3%。記者統計「書目表」發現，個別課本加幅偏高，如天行教育出版的中三級的

初中中國歷史，每冊由139元加至148元，加幅約6.5%，而英利音樂出版的小一至小六《新小學音樂》亦加價5.2%，每冊由96元加至101元。電子書方面，由五到編輯委員會出版的高小《互動普通話》，由每套300元加至360元，加幅達兩成，但該出版社回覆查詢時指「書目表」資料有誤，該書近三年價格維持為360元。香港大學出版的英文版初中地理科電子書《Understanding the World with Geography》，每套由289元加至350元，加幅逾21%。