

港女至愛極「邪惡」反式脂肪勁 常吃可致冠心病 一件Lady M千層蛋糕 = 四包薯條

受港女追捧的「Lady M」千層蛋糕，消費者委員會檢測發現，反式脂肪含量偏高，食一件的反式脂肪攝入量，已達世衛建議每日攝入限量的27%，相當於吃了近四包薯條，或近八件美心蛋撻！反式脂肪會增加血液內的壞膽固醇，消委會警告，超標攝取反式脂肪，患冠心病致死率增近三成，建議公眾盡量選擇反式脂肪含量低的小食。

消委會報告

大公報記者 楊 州

消委會與食物安全中心合作，檢測市面75款非預先包裝食品，主要是過往食安中心研究發現反式脂肪含量較高，以及受公眾歡迎的食品，涉及酥皮忌廉湯、雞批、蛋撻、咖喱角／酥皮卷、曲奇、蛋糕、中式酥餅／甜酥餅、薯條、冬甩、鬆餅等。檢測結果發現，19款食品驗出的工業生產反式脂肪含量，佔總脂肪比例超過上限的2%，當中八款蛋糕的平均反式脂肪為每100克含0.41克。

聖羅蘭牛油蛋糕含量最高

Lady M千層蛋糕平均每100克含有0.56克反式脂肪，根據世衛和聯合國糧食及農業組織建議，成年人每日攝取反式脂肪上限為2.2克，換言之，進食一件Lady M千層蛋糕，攝入的反式脂肪已達每日建議上限的27%，若一日內食四件便已超標。

相比之下，食一包麥當勞薯條的反式脂肪攝取量佔每日上限的7%，食一件美心蛋撻的反式脂肪攝取量佔每日上限的3.4%，若按攝入量計算，食一件Lady M千層蛋糕的反式脂肪攝取量，相當於食了3.8包麥當勞薯條，或7.9件美心蛋撻。而消委會檢測又發現，「Mos Burger」薯條的反式脂肪含量，平均每100克含有0.29克，高過麥當勞薯條每100克含0.17克反式脂肪，食一包Mos Burger薯條，攝取的反式脂肪已達每日上限的18%。

不過，每件「聖羅蘭餅屋」牛油蛋糕的反式脂肪攝取量，在75款食品中最高，食一件已佔每天反式脂肪攝入上限的84%，即是食兩件便已超標。「超群」牛油切餅則平均每100克含有1.1克反式脂肪，食一件已佔每天反式脂肪攝入上限的27%，與食一件Lady M千層蛋糕相同。

可致壞膽固醇增閉塞血管

食物安全中心首席醫生吳志翔稱，膽固醇有好亦有壞，好的可保護血管內壁，讓血管閉塞不那麼嚴重，反式脂肪則會令壞的膽固醇含量增多，這些壞的膽固醇會令血管閉塞，同時亦會令好的減少，故血管閉塞風險會高，心臟病風險亦隨之增加。

聖羅蘭餅屋稱，會按市場需要作為產品的發展方向。超群表示，致力提升食品材料的質素，接受各方意見並加強改善。美心西餅稱，已着手檢視及研製產品，減低反式脂肪含量。麥當勞稱，已於2016年轉用馬來西亞的新植物油，進一步降低炸製食品中的飽和脂肪，其反式脂肪或飽和脂肪含量均維持在較低水平。



▲食物安全中心首席醫生吳志翔表示，會密切留意食物含反式脂肪的情況
大公報記者麥潤田攝

世衛籲停用工業生產反式脂肪

【大公報訊】世衛將全球食物供應中停用工業生產反式脂肪定為優先執行項目，並呼籲業界承諾及採取行動，包括改良食品配方，使食品工業生產的反式脂肪佔總脂肪的比例不超過2%。

消委會表示，雞批、酥皮等食品原料可能含部分氫化植物油，如植物起酥油及人造牛油，據業界提供的資料，不少酥皮食品需用固態油、半固態油使麵團受到機器的重力搓揉和滾壓亦不會碎散和變軟。

消委會表示，今年研究發現，食品中工業生產的反式脂肪佔總脂肪的比例為2%，以及每100克的飽和脂肪為7.6克，與2012年研究比較並無下降趨勢。

但消委會的小型市場調查顯示，80%的酥皮半製品符合工業生產的反式脂肪佔總脂肪的比例不超過2%，但因樣本僅約20多種，結果只作為本地食肆所用的食材原料的情況一瞥。

消委會抽查食品反式脂肪含量（部分）

商店	食品	反式脂肪佔日攝限量百分比	每100克總脂肪含量
聖羅蘭餅屋	牛油蛋糕	84%	27
皇爵麵包西餅	牛油蛋糕	29%	18
Lady M	千層蛋糕	27%	26
超群	牛油切餅	27%	26
Café 360	酥皮忌廉湯	59% (每塊酥皮) 18% (每碗湯)	31 (每塊酥皮) 5.1 (每碗湯)
新華茶餐廳	雞批	49%	20
多多麵包	咖喱角	31%	29
澳門茶餐廳	葡式蛋黃蛋撻	25%	26
Panash	糖環冬甩	20%	27
大同老餅家	老婆餅	13%	27

註1：根據世衛和糧農組織建議，每日的反式脂肪攝入量應少於人體所需能量的1%，以成人為例，每天攝入2000千卡中，反式脂肪的攝入上限為2.2克。

註2：丹麥將所有食品油脂中工業生產反式脂肪限值定為2%。

資料來源：消費者委員會

樂聲小型洗碗碟機 售價最貴評分最低



▲消委會測試六款座枱式洗碗碟機，樂聲NP-TFM1（右）評分最低

【大公報訊】記者楊州報道：港人愈住愈細，適合小家居環境的小型洗碗碟機愈趨流行。消費者委員會測試六款座枱式洗碗碟機，最貴售價4580元的「樂聲」，總評分僅2.5分，不敵「美的」兩款總評分均達3.5分、分別售價2799元及3198元的產品。

表現不如「美的」

消委會測試市面25款洗碗碟機，包括六款小型座枱式及19款大型座地式，售價由2180至22800元，測試項目包括潔淨、烘乾及效能表現、速度、寧靜、使用方便程度以及製造工藝七大方面，各項評分及總評分均以五分為滿分。六款小型

座枱式洗碗碟機的原產地都在中國內地，除「樂聲NP-TFM1」總分2.5分外，其餘均獲3.5分，即「美的DWP63602A」、「美的M1（G）」、「東芝DWS-22AHK」、「金鼎CDCP 6/E」，以及「樂信RDW-J5W」。

六款座枱式洗碗碟機售價由2180至4580元。「樂聲NP-TFM1」在用戶最關心的潔淨、烘乾表現及寧靜三項獲分最低，分別為1.5分、1分及1分，總評分僅2.5分。「美的」兩款產品總評分均獲3.5分，售價3198元的「DWP63602A」，在潔淨、烘乾表現及寧靜程度三項，分別獲3分、4.5分及2.5分，該產品需另加130元基本安裝費。

拒收醫療券 長者體檢計劃被抨無理

【大公報訊】記者楊州報道：消費者委員會檢視市面19個長者體檢計劃，發現近半不接受醫療券，有違醫療券鼓勵長者多做體檢的原意。消委會總幹事黃鳳嫻形容，醫療券用途被「打折扣」，建議政府盡快處理應用醫療券的問題。消委會又發現，八個長者體檢計劃不包骨質疏鬆症檢查，當中兩間將該檢查列為附加項目，要額外支付750至1160元。

收費較低剔除重要檢查

消委會調查比較12間醫療機構提供的19個長者體檢計劃，只有10個接受合資格長者使用「醫療券」，當中「香港體檢」要求驗身者需出示醫生轉介信，或會約見中心的醫生，才可使用醫療券，而「婦女健康促進及研究中心」則表明不可用醫療券支付會員費。

消委會建議，長者參與計劃前，查詢使用「醫療券」的限制。黃鳳嫻稱，醫療券是有金錢價值，有關機構無理由不收取醫療券，否則有礙吸引消費者選購計劃。

各體檢計劃原價460元至7740元，金額相差逾16倍，最貴的計劃由「香港國際醫療中心」提供，對象為60歲以上女性，檢查項目不包糞便檢查、肺功能測試及肝炎等，但包括大部分計劃不包的婦科檢查如乳房X光造影、子宮頸細胞檢查等檢查項目。

部分收費較低的計劃會將常見的重要

檢查剔除。「毅力醫護」及「卓健醫療」的計劃定價800至1450元不等，但將骨質疏鬆症檢查剔出，除非額外支付750元至1160元。消委會表示，兩間機構共四個計劃的骨質疏鬆檢查使用超聲波儀器，該技術只是初步篩驗，並非確診工具，如長者被醫生評估有骨折風險，建設應在醫生建議下接受「雙能量X光」檢查。



▲消委會指長者體檢計劃不接受醫療券，有違政府鼓勵長者多做體檢的原意

有機當天然 60%市民隨時墮銷售陷阱

【大公報訊】有機產品不等於天然！本地一項調查發現，過去一年愈來愈多港人選購有機產品。然而，近60%市民表示，選購原因是以為有機產品等同「天然產品」，反映市民將「有機」與「天然」兩者混為一談，隨時誤墮銷售陷阱。

香港有機資源中心於今年1月至2月期間，訪問810名市民，昨日公布結果發現，

67.8%受訪者表示過去一年曾購買有機食品，按年升7.8%。

購買人數升7.8%

當中，逾50%市民經由超市或百貨公司購買有機食品，其次為街市及健康食品專賣店。至於問及何以選購有機產品，近60%受訪者指原因是有機產品「天然」。

香港有機資源中心總監黃煥忠表示，「有機食品」泛指從生產、處理、加工到銷售階段都按各項有機標準，當中不能含任何基因改造成分或化學肥料；至於「天然產品」則無明確定義。他表示，現時香港法例並無定義「有機」，即使不法商人加入化學物質，亦難憑商品說明條例作出檢控，建議政府可就此立法，保障市民。