

新聞稿

傳媒聯絡： 精信醫療保健

翁家琪 (Dorothy Yung)

電話: 2510 6765 / 9363 0084

甘家慧 (Ellena Kam)

電話: 2510 6794 / 9171 8201

鄭敏芯 (Giselle Cheng)

電話: 2510 6723 / 6221 3124

2009 年 3 月 3 日

調查:近九成家長認為名不副實「肝油」產品誤導欺騙 醫生提醒要留意天然魚肝油成分

魚類食品營養豐富，從魚類提煉出來的魚油及魚肝油，是不少家長喜歡讓子女進食的補充劑。有調查顯示，大部分受訪家長關注「肝油」產品誤導問題，擔心進食成分不明的「肝油」產品會影響子女健康。有兒科專科醫生提醒家長在選擇魚肝油產品時必須留意產品的天然魚肝油成分，以免得不償失。

為瞭解本港家長對魚油、魚肝油補充劑的關注情況，藥廠葛蘭素史克有限公司特別委託香港大學民意研究計劃在 2009 年 1 月底至 2 月初進行調查，成功訪問 520 名年齡 18 歲或以上，擁有最少一名 12 歲以下子女，並曾購買過魚油、魚肝油補充劑給子女進食的家長／監護人。調查報告由香港大學民意研究計劃助理總監彭嘉麗發表。

家長關注天然魚肝油成分

調查顯示，受訪家長的子女平均在四歲時開始進食魚油、魚肝油補充劑，六成平均每日至少進食一次，可見此類產品的重要性。大部分受訪家長會為子女選擇能提供全面健康需要（包括增強抵抗力、促進骨骼成長及腦部發展）的魚肝油補充劑（79%）。同時，受訪家長認為選擇魚肝油補充劑，最重要是含有天然魚肝油成分（48%）。

家長對魚肝油成分認知不足

掌握正確知識對選擇合適的魚肝油補充劑非常重要。但調查顯示，大部分受訪家長對魚肝油補充劑的營養成分一知半解：七成七不知道「魚油」不等如「魚肝油」；近四成不清楚兩者的分別；只有少於兩成知道兩者的營養成分有別；近五成受訪家長誤以為「魚油」含有「魚肝油」的成分（維他命 A、D 及奧米加 3），顯示家長在選擇魚肝油補充劑時需要協助。

家長高度關注「肝油」產品的誤導問題

調查顯示，近六成受訪家長表示知道消委會報告顯示有聲稱「肝油」產品實際不是由魚類提煉而成。高達九成五受訪家長認為手法有問題，當中最主要認為是名不副實及有誤導欺騙成分（94%），並擔心可能會危害健康（77%）。大部分受訪家長不會購買此種名不副實的「肝油」產品給子女進食（96%）。

魚肝油補充劑提供家長最關注的兒童健康需要

兒科專科醫生張傑醫生表示，均衡飲食能為孩子提供充足的營養。然而如孩子因偏食或某些原因未能從食物中攝取足夠的營養，家長可考慮以營養補充劑補充日常飲食的不足，但需要小心選擇。長遠來說，應培養孩子有均衡飲食的習慣。

張醫生表示，家長應瞭解營養補充劑的分別及孩子的需要。就常誤解的「魚油」及「魚肝油」來說：「魚油」並不同「魚肝油」。「魚油」是從魚類的脂肪中萃取，主要成分為奧米加 3

脂肪酸(包括多元不飽和脂肪酸 DHA)。而「魚肝油」則是從深海魚類(通常是鱈魚)的肝臟中萃取，除含有奧米加 3 脂肪酸(包括多元不飽和脂肪酸 DHA)外，更含有維他命 A 及 D。它們的功用分別是：

- 維他命 A：增強免疫力, 能幫助保持皮膚組織健康
- 維他命 D：增強骨骼及使牙齒堅固
- Omega-3 脂肪酸：有助降低三酸甘油酯及血脂，保持心臟健康。而其中的 DHA，對腦部發展十分重要。缺乏足夠 DHA 可導致認知及行為表現受損。

調查顯示香港家長尤其關注子女的抵抗力、骨骼成長及腦部發展，故魚肝油補充劑較魚油更能提供家長最關注的兒童健康成長需要。

家長應慎選含有天然魚肝油成分的補充劑

張傑醫生表示，魚肝油補充劑營養豐富，能為兒童提供健康成長所需，故家長高度關注「肝油」產品的誤導問題是可以理解。他建議家長留意產品的天然魚肝油成分，避免購買名不副實的「肝油」產品。

市面上部份含天然魚肝油成分的產品，一歲以上的幼兒已適宜進食，家長可考慮讓子女服用。張醫生提醒家長，應依從產品包裝盒上建議的劑量給予子女服用，以讓他們獲得健康所需。

- 完 -