

警告：切勿侵犯版權

閣下將瀏覽的文章 / 內容 / 資料的版權持有者為消費者委員會。除作個人非商業用途外，閣下不得以任何形式傳送、轉載、複製或使用該文章 / 內容 / 資料，如有侵犯版權，消費者委員會必定嚴加追究法律責任，索償一切損失及法律費用。

奶粉聲稱 涉誇大誤導

嬰幼兒奶粉廣告鋪天蓋地，聲稱奶粉的成分有助寶寶的腦部、視力及免疫系統發展，也可以幫助排便。爸爸媽媽當然都希望寶寶吃得健康，長得精靈聰明。

可是，根據專家意見，部分奶粉成分譬如β-Glucan、PhD，沒有足夠臨床證據證明能提升寶寶的發展。

集中調查較大嬰兒配方

根據食品法典委員會的《嬰兒配方及特殊醫用嬰兒配方食品標準》

(Standard for Infant Formula and Formulas for Special Medical Purposes Intended for Infants) 和《較大嬰兒配方食品法典標準》(Codex Standard for Follow-up Formula)，「嬰兒」(infant) 指12個月以下的寶寶，「幼兒」(young children) 指12個月至3歲(36個月)的寶寶，而「嬰兒配方」(亦有產品稱為「初生嬰兒配方」) 指從嬰兒出生至可餵哺輔食的最初幾個月飲用的母乳替代品，「較大嬰兒配方」(俗稱「大仔奶粉」) 則指用於6個月以上嬰幼兒斷奶期膳食的液態食品。

市面上有針對不同年齡組別寶寶的奶粉出售，以「較大嬰兒配方」的款式以及宣傳和廣告較多，故是次研究主要搜集常見的「較大嬰兒配方」(即罐上標示適合6個月至3歲嬰幼兒食用) 組別的奶粉樣本，參考專家意見，探究它們宣傳的成分和聲稱的真確性。

專家意見

本會從奶粉產品樣本的包裝及媒體廣告(例如電視、報章、雜誌、產品網頁

等)，綜合出一些較常見及廣泛宣傳作為賣點的成分，包括益生菌、益菌素、可溶性膳食纖維、DHA、AA、β-Glucan、PhD、水解蛋白。

它們究竟是些什麼？以下讓我們聽聽一些專家意見：

香港大學兒童及青少年科學系意見

香港大學兒童及青少年科學系表示，無論配方奶粉聲稱加添什麼成分，抑或跟母乳有多相似，都難以與母乳相比。該學系認為部分宣傳訊息帶有誤導成分，必須予以糾正。

益生菌、益菌素、DHA、AA、β-Glucan 是否必需？

該學系表示，市面大部分奶粉基本上都是根據國際標準，即食品法典委員會的《嬰兒配方及特殊醫用嬰兒配方食品標準》和《較大嬰兒配方食品法典標準》生產，兩份標準均列明奶粉必須含的「必需

成分」，包括蛋白質、脂肪、碳水化合物、維他命和礦物質，而《嬰兒配方及特殊醫用嬰兒配方食品標準》內的成分也包括膽鹼(choline)、肌醇(myoinositol)和左旋肉鹼(L-carnitine)。在這些「必需成分」以外的其他成分，例如奶粉產品經常標榜其加入的益生菌、益菌素、DHA、AA、β-聚葡萄糖(β-glucan)、磷脂(phospholipid)、核苷酸(nucleotide)、牛磺酸(taurine)等，都是非必需的。製造商在奶粉內加入這些其他成分，主要是希望模仿母乳。然而，到目前為止，沒有足夠臨床對照研究證實奶粉加入這些成分，對一般足月和健康的嬰幼兒，有長遠持久的好處。換句話說，奶粉即

β-Glucan

PhD

AA

便便

DHA



奶粉宣傳成分大解構

益生菌

益生菌 (probiotic) 屬有活性的微生物，具有改善腸道菌群平衡的能力，進食足夠分量對人體有健康益處。較具代表性的益生菌包括乳桿菌 (*Lactobacillus*，又稱乳酸菌、乳酸桿菌)、雙歧桿菌 (*Bifidobacterium*) 和鏈球菌 (*Streptococcus*)。

益菌素、可溶性膳食纖維

益菌素 (prebiotic，又稱益生生、益生纖維) 是一些不能被人體消化的有機物質，在腸道內會刺激益生菌的生長及/或活動。益菌素通常是一些寡糖 (oligosaccharide)，又稱低聚糖或寡聚糖，其中較常見的是寡果糖 (fructooligosaccharide，縮寫FOS)、半乳寡糖 (galactooligosaccharide，縮寫GOS) 和菊糖 (inulin)。這些成分亦屬於可溶性膳食纖維 (soluble dietary fibre，亦有稱為「水溶性膳食纖維」)。

要注意不是所有可溶性膳食纖維都是益菌素，例如果膠



(pectin) 和植物膠 (gum) 雖然是可溶性膳食纖維，但它們並沒有刺激益生菌生長的能力。

DHA、AA、LCP

DHA是Docosahexaenoic Acid的縮寫，中文化學名稱是二十二碳六烯酸，是奧米加三脂肪酸 (omega-3 fatty acid或 ω -3 fatty acid或n-3 fatty acid) 的一種。日常膳食中，我們主要可從魚類攝取DHA，特別是油性魚類如三文魚、鯖魚、鮭魚、鯷魚和香魚。

AA是Arachidonic Acid的縮寫，中文化學名稱是二十碳四烯酸，俗稱花生四烯酸，是奧米加六脂肪酸 (omega-6 fatty acid或 ω -6 fatty acid或n-6 fatty acid) 的一種。日常膳食中主要可從動物脂肪、肝臟、蛋和魚攝取AA。

LCP是長鏈多元不飽和脂肪酸 (Long Chain Polyunsaturated Fatty Acid，縮寫為LCPUFA或LCP)，而DHA和AA都屬LCP，是脂肪的一種。

母乳天然含有DHA和AA，牛乳則不然，故牛乳配方奶粉

使不含上述添加的成分並沒有問題，亦可提供足夠營養給嬰幼兒正常及健康發展。

如以奶粉餵育，怎樣揀選？

該學系表示在營養角度，所有品牌的奶粉大致相同，沒有數據支持某一個品牌較別的優勝，亦沒有足夠證據證明奶粉必須添加DHA和AA。如上文所述，市面的奶粉一般都根據

國際標準生產，只要符合標準要求，已含有所有基本的營養素，奶粉標榜加入的其他非必需成分（如益生菌、益菌素、 β -聚葡萄糖、磷脂等），都不應是選擇時要考慮的項目，父母選擇奶粉時亦不應受奶粉推銷和廣告影響。

寶寶6個月了，要轉食大仔奶粉？

該學系表示寶寶在6個月大，就應開始學習進食流質和固體食物（輔食），從不同種類的食物吸收養分，再配合適量的母乳或嬰兒奶粉，寶寶就可健康成長。雖然大仔奶粉（較大嬰兒配方，follow-up formula）的成分和初生嬰兒配方（infant formula）有少許分別，但只要為寶寶提供足夠輔食，已有足夠營養，沒有必要轉食大仔奶粉。一歲以後，寶寶的餐單會逐漸多樣化，奶類飲料已變成輔助性，可考慮以牛奶

取代，直至戒奶為止。飲牛奶方面，一歲至兩歲寶寶應飲用全脂奶，因寶寶需要攝取足夠脂肪幫助成長。兩歲至五歲寶寶，只要有充足的固體膳食，可考慮飲用低脂奶。五歲以後應選用脫脂奶，因過量攝取脂肪和能量會增加日後患上肥胖症及心血管疾病的風險。

奶粉內的添加劑對寶寶有影響嗎？

食品法典委員會的標準容許奶粉視乎生產需要，加入標準內特定的添加劑，如抗氧化劑、乳化劑、香料和酸度調節劑等。該學系表示，如因生產需要而加入添加劑，須遵從法例及安全標準。正常情況下，嬰兒從奶粉攝入的添加劑不會構成不良影響。

香港醫學會意見

香港醫學會兒科醫生陳以誠表示，



內的DHA和AA均屬添加物。此外，健康嬰兒體內可自行利用奶粉中的亞麻油酸 (linoleic acid, 又稱亞油酸) 和 α -次亞麻油酸 (α -linolenic acid, 又稱 α -亞麻酸) 來製造DHA和AA。

β -Glucan

β -聚葡萄糖 (β -Glucan, 又稱 β -葡聚糖) 是碳水化合物，是真菌、酵母、部分細菌及穀類 (如燕麥和大麥) 的細胞壁的主要成分；以化學結構而言，是高分子量的葡萄糖聚合物。

PhD

PhD容易令人聯想到「哲學博士 (Doctor of Philosophy)」，奶粉商聲稱在奶粉中加入的PhD，根據其宣傳資料，實際是指Phospholipid。Phospholipid的中文是磷脂，其在科學文獻中較常見的縮寫是「PL」而非「PhD」。母乳及牛奶天然含有磷脂。有關奶粉產品的標籤顯示添加的「乳化劑 (大豆卵磷脂)」是其磷脂的來源。

卵磷脂 (lecithin) 的主要成分是膽鹼磷脂 (phosphatidylcholine)，膽鹼磷脂是組成細胞膜的主要磷脂，亦負責細胞膜的訊息功能。卵磷脂其實是食物中常見的成分，除存於大豆外，其他食物如蛋、肝臟、牛肉、花生、蔬果如椰菜花、馬鈴薯、橙、蘋果等亦含卵磷脂。

水解蛋白配方

蛋白質是由胺基酸一個一個連接而成。正常情況下，人體 (包括嬰兒) 進食蛋白質後，消化系統會把蛋白質消化和吸收。

水解蛋白質是經過水解作用的蛋白質。水解作用把長鏈蛋白質分解成較短 (較少胺基酸單位) 的蛋白質和游離胺基酸。含水解蛋白質的奶粉稱為水解配方，根據水解作用的程度，可分為「胺基酸元素配方 (Amino acid-based formula)」、「高度水解配方 (Extensively hydrolyzed formula)」和「部分水解配方 (Partially hydrolyzed formula)」，前兩者亦可稱為「低過敏配方 (Hypoallergenic infant formula)」。「高度水解配方」奶粉一般用作治療性飲食，餵哺不能消化牛乳蛋白或對其過敏的嬰兒，以避免牛乳蛋白過敏。

是次研究搜集的水解蛋白配方奶粉樣本，根據生產商的資料，實為「部分水解蛋白配方」，詳細資料參見表一。



總的來說母乳是寶寶最佳的食物。奶粉添加的成分例如DHA、AA、益生菌、益菌素，雖然都是母乳天然含有的成分，但奶粉加入這些成分不等於較母乳更適合寶寶。

陳醫生表示，傳統的牛乳配方奶粉比母乳含較多蛋白質和碳水化合物，會增加幼兒過重的風險，及日後患上肥胖症或與肥胖有關的疾病如心血管病和糖尿病的機會。另外，陳醫生不贊成奶粉加入香料〔例如呋呢啉 (又稱香籽蘭香料、香蘭素等)] 的做法。

若家長選擇以奶粉餵哺寶寶，陳醫生表示除非有特別營養需要，例如早產、對牛乳蛋白質敏感等，這些情況應諮詢醫生意見；否則市面任何品牌的奶粉都沒有太大分別。陳醫生認為沒有一個品牌的奶粉是因添加了一些必不可缺的成分而特別可取的。

為什麼嬰兒會便秘？

陳醫生表示便秘問題可能與奶粉的蛋白質成分有關。乳蛋白大致可分為乳清蛋白 (whey) 和酪蛋白 (casein)。牛乳內的酪蛋白比例 (約80%) 較母乳內的比例 (少於40%) 高，而牛乳內的酪蛋白的理化特性與母乳內的酪蛋白不同，前者較難被嬰兒的腸胃消化，所以飲用傳統牛乳配方奶粉的嬰兒的大便可能較硬，較容易便秘。不過，嬰兒6個月以後便可進食其他食物，如膳食中包括足夠的水果和蔬菜，應

可改善便秘。另外，奶粉一般添加了鈣質和鐵質，這都會令大便較硬身。

香港醫院藥劑師學會意見

母乳是嬰兒的最佳食物，如未能餵哺母乳，給予最接近母乳成分的嬰幼兒奶粉是最理想的替代方法。

各品牌的奶粉配方均模擬母乳成分配製而成，所以重要成分及含量大同小異，選購含均衡營養素及維他命礦物質的奶粉產品便已足夠。



添加成分未有足夠臨床實證可提升嬰幼兒發展

該學會參考過不同生產商提供的研究報告後，認為該些研究有不少局限，例如：部分研究只是報告在實驗室內進行的細胞研究結果；部分是描述在實驗室內所觀察到的有關成分的作用機制；部分以人體為對象的研究中，部分只牽涉少量實驗人數（如約50個參與者），當中相當部分的研究人員亦指出實驗結果是初步性，仍需要使用較好的實驗設計或更多研究群體作進一步的臨床研究確定成分的效用；部分研究使用的參數不能直接轉化為臨床上具意義及顯著的健康益處。雖然生產商提供了一些正面的研究數據，但實際上有其他研究是不能得出正面結論的。

總括而言，各奶粉品牌標榜含有不同的獨特成分及較高的含量，稱可幫助提升

嬰幼兒的多方面發展，但由於這些聲稱只根據數份研究報告總結出來，醫學上仍然未有足夠的大規模臨床實證一致證明這些成分對嬰兒有一定好處，亦未證實含量越高等效果越好。家長在選購奶粉時，應小心廣告宣傳是否有誇大或誤導成分。

該學會建議政府當局監管有關奶粉資訊的發放，並參考世界衛生組織的《國際母乳代用品銷售守則》，草擬一套適用於香港的本地守則，防止奶粉生產商及分銷商以誇大及誤導的手法宣傳母乳代用品。

香港營養師協會意見

香港營養師協會表示，母乳是嬰兒首選的營養來源。然而，若母親未能餵哺母乳，應以合適的母乳代用品餵哺。餵哺健康的嬰兒，家長應選擇根據食品法典委員會的標準生產的奶粉。市面一般奶粉都可提供大部分嬰兒所需的營養。

DHA、AA 和益生菌對寶寶有益嗎？

該協會表示，或許有一些研究顯示DHA、AA和核苷酸有點益處，但仍需更多研究去確定它們必須常規性地加入奶粉中。由於過往以加入這些成分的奶粉作研究的實驗沒顯示對嬰兒產生安全問題，家長或可考慮選擇添加了這些成分的奶粉來餵哺寶寶。

至於益生菌，雖然有研究顯示某些品種對一般嬰兒是安全的，但仍需更多研究去確定是否有特定的健康益處。

寶寶便秘怎麼辦？

便秘是指大便又硬又乾而且很難排出。進食奶粉的寶寶若出現便秘情況，家長應檢查奶粉是否依照產品指示沖調至合適的稀稠度。一般來說，**寶寶若出現便秘，家長應讓寶寶多喝些水。若寶寶已開始吃固體食物，可考慮給寶寶進食果蓉如西梅蓉或梨蓉。**若改變飲食習慣後，寶寶的便秘仍持續，或同時出現其他徵狀例如嘔吐，應向醫生求診。此外，鐵質並不會增加便秘的機會，故不必因為便秘而轉食低鐵奶粉。

奶粉內的添加劑對寶寶有影響嗎？

食品法典委員會在《嬰兒配方及特殊醫用嬰兒配方食品標準》和《較大嬰兒配方食品法典標準》中訂立有關添加劑在奶粉中使用的規定，**只要奶粉符合有關標準，其所使用的添加劑對嬰兒是安全的。**

本會建議

綜合專家的意見：

- 益生菌、益菌素、可溶性膳食纖維、DHA、AA：雖有個別研究顯示奶粉加入這些成分對嬰幼兒有益處，但仍需更多研究證明其臨床效用及是否須常規性地加入奶粉。目前這些成分都不是食品法典委員會的標準下奶粉必須含有的。
- β -聚葡萄糖（ β -Glucan）：根據現存資料，沒有足夠證據證明可增強嬰幼兒的免疫力。
- 磷脂（PhD, Phospholipid）：磷脂是一種脂肪，現時沒有足夠證據證明對嬰幼兒的智力發展有特別益處。



偏食寶要食「偏食配方奶粉」？

市面有以偏食幼兒為對象的偏食配方奶粉，聲稱「營養全包围」、「偏食無煩惱」等，專家有何意見？

香港大學兒童及青少年科學系認為此等宣傳訊息帶有誤導成分，指偏食問題不可以單靠進食所謂偏食配方奶粉解決，相反只會令問題延續甚至惡化。幼兒偏食關乎其進食的態度，是成長的學習過程以及親子之間的互動，並不是單一營養攝取問題。父母應瞭解幼兒偏食的原因，以正確方法鼓勵幼兒進食，從不同種類的食物中攝取均衡營養，而非靠偏食配方奶粉。

香港醫學會表示，偏食兒童的性格、心理、親子關係和人際關係需要父母、照顧者和醫護人員的理解和幫助。照顧偏食兒童，不應只關注營養是否齊全，而是需要關心其全面發展，培養其開放態度、口味和進食習慣。良好的親子關係對改善偏食兒童的習慣至為重要。父母在預備食物時可多加創意，令食物更吸引；此外，亦應嘗試把不同營養素融匯入膳食中，令小朋友從膳食中吸收不同營養。當然，奶類營養豐富，把它作為均衡膳食裏其中一種

食物是很好的選擇，但絕不可把其好處誇大至可以完全取代均衡膳食。若偏食兒童不喜歡某些食物便任由他不吃，而依賴偏食配方補充營養，是不能解決問題的。



香港營養師協會表示，很多家長都經歷過其幼兒揀飲擇食的時期。大部分幼兒會在1歲至3歲經歷這階段，這是由於幼兒嘗試在所有方面顯示自己的獨立，包括食物。這階段的成長速度緩慢，而正在學行的小孩對進食的興趣會減少，對新的食物感到猜疑，反而更有興趣探索周遭環境。

家長見到幼兒進食的分量似乎減少了都會感到擔心，但對於身體健康的幼兒，進食偏食配方奶粉是不必要的。相反，應在固定的時間給予小孩有營養的膳食及零食，重要的是家長不應強迫小孩進食。此外，為小孩營造適當的進食環境也很重要，以下是一些貼士：

- 讓小孩舒適地坐下及盡量避免其分心（例如看電視）。
- 為小孩提供適當的杯、碗及餐具。
- 為小孩營造愉快和舒適的進餐環境，因為身邊的家人心情愉快時，小孩會較喜歡嘗試新食物。
- 與小孩一起配製食物，可增加其進食的興趣。



家長可以放心的是，身體健康的小孩即使有幾天每日攝取的食物看似不足夠，他們的身體仍可維持健康。不過，若小孩的生長開始衰退，家長便應諮詢醫生及尋求註冊營養師的意見。



- **水解蛋白配方：**沒有足夠證據證明「部分水解蛋白配方」對消化、吸收及抵抗力，有特別幫助。

本會認為：

- 根據食品法典委員會的標準以及專家的意見，上述成分都不是奶粉必須加入的成分。基本上各品牌的奶粉成分大同小異，家長若選擇以奶粉餵哺寶寶，選購時不應受產品的聲稱和宣傳影響，應視乎需要、產品供應量等因素來考慮。
- 為保障消費者的權益，本會建議政府加強監管奶粉的聲稱，防止生產商和代理商

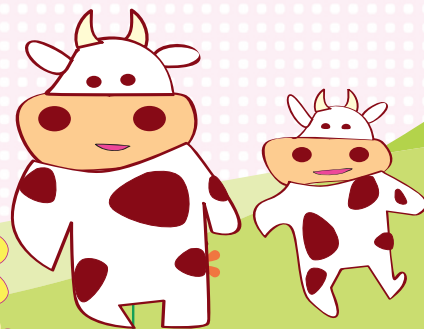
以誇大或誤導的宣傳手法推銷奶粉。

- 母乳是嬰兒的最佳食物，為保護及推廣母乳餵哺，長遠而言，本會建議政府參考《國際母乳代用品銷售守則》，制訂適用於本港的《守則》並把其納入法例，規定生產商和代理商不可向公眾作廣告宣傳奶粉，包括初生嬰兒奶粉和較大嬰兒奶粉。

衛生署意見

有關嬰兒大便的情況，衛生署補充，大便乾硬與奶粉中的脂肪成分亦有關。嬰兒配方奶粉中的棕櫚酸都是處於三酸甘油

酯的Sn-1和Sn-3位上，它們被消化酶釋放後，游離棕櫚酸會與腸道內的鈣相結合，形成鈣皂，是大便乾硬的成因之一。而母乳中的棕櫚酸則處於三酸甘油酯Sn-2位上，經過消化後，很容易被腸道所吸收，所以餵哺母乳較少出現大便乾硬的情況。



表一：奶粉宣傳的成分 VS 專家意見

成分 [1]	聲稱中涉及的主要範疇	個別奶粉的聲稱字句（節錄）		香港大學兒童及青少年科學系
		聲稱字句 [2]	奶粉產品 [3] [4]	
益生菌 (Probiotic)	消化系統機能 抵抗力 免疫力	「有助抵抗腸道的致病細菌，協助維持健康的消化系統」	e	這些聲稱均不成立。 奶粉添加的益生菌，與天然存在於母乳的益生菌品種和數量未必相同；就算成分相若，人工添加益生菌於奶粉所發揮的作用亦未必等同母乳。 至現時為止，仍未有足夠臨床對照研究證明奶粉添加益生菌對足月嬰兒有額外益處或有助增強免疫力。
		「有助提升寶寶抵抗力」，「幫助維持消化道機能，營養消化吸收更順利；同時可以調節生理機能，增強體力」，「維持腸道健康，幫助消化和吸收」	m,n	
		「有助增強天然免疫力」	q,r	
益菌素/益生纖維 (Prebiotic) 可溶性膳食纖維/ 水溶性膳食纖維 (Soluble Fibre)	腸道健康 便秘 抵抗力 免疫力	「增強抵抗力，強化身體免疫系統……軟化大便，促進腸道蠕動，減少便秘機會」	a,b	說法誤導。 有些益菌素可令大便鬆軟一點，但正常情況下不進食益菌素亦不會引致便秘。其實寶寶吃不同奶粉的大便情況都會不同，例如有些會較硬，有些會較軟，這與不同奶粉的成分有關，一般來說，寶寶確實患上便秘的情況並不常見，父母不必太擔心。便秘通常不會與進食的奶粉有直接關係。若懷疑寶寶便秘，例如排便困難或大便帶血，應向醫生求診。重點是，父母不應因為排便問題或便秘而轉換奶粉，或因此而食用含益菌素或可溶性膳食纖維的奶粉。 該學系補充，寶寶6個月開始可以進食固體食物，如粥、蔬菜和水果蓉等，大便不暢順的情況會自然改善。 至現時為止，仍未有足夠臨床對照研究證明奶粉添加益菌素對嬰兒有額外益處或有助增強免疫力。
		「有助加強消化功能」	c	
		「有助維持消化系統的健康」	d,e *	
		「有助嬰兒的腸道健康及免疫功能……軟化便便，有助減少便秘的機會」	h	
		「有助維持腸道健康」，「軟化大便，減少便秘的機會」	j,k	
		「減低腸道受細菌感染的機會，有效維持腸道健康；更能軟化大便，減少便秘的機會」	l	
		「有助促進腸道健康，便便更暢順……有助軟化便便及減少腸道熱氣，便便自然更暢順……有助促進腸道健康……幫助消化及營養吸收」	o,p	
DHA (二十二碳六烯酸) AA (二十碳四烯酸)	腦部發展 視力發展	「有助提升嬰兒的腸道健康」，「促進兒童抵抗力發展」	q,r	DHA和AA確實是腦部和眼部的重要成分，但足月而正常及健康的嬰兒，其身體可自行由亞麻油酸 (linoleic acid) 和 α -次亞麻油酸(α -linolenic acid) 製造DHA和AA，而亞麻油酸和 α -次亞麻油酸都是初生嬰兒奶粉必須含有的成分。然而，早產嬰兒缺乏製造DHA和AA的能力，故奶粉添加DHA和AA對早產嬰兒有幫助。 以足月嬰兒為對象的臨床對照研究結果沒有一致結論，實驗組（添加DHA、AA）和對照組（沒添加DHA、AA）在認知、社交和動作發展上沒有明顯分別。要證明或否定添加這些成分對嬰幼兒的好處，和確定最適合的分量，仍需要更多研究數據去支持。故此，對於一般供足月嬰兒食用的奶粉，DHA和AA仍然是非必需的成分。
		「可幫助腦部及視力發展」	a,b	
		「是對於嬰兒發育所需的重要元素」	c	
		「嬰幼兒腦部及眼部發展的主要組成物質」	d,e	
		「能幫助寶寶腦部、神經系統和視力發展」	f,g	
		「有助視力敏銳度及腦部發育」，「減少呼吸道及皮膚敏感等問題」	h	
		「是幫助幼兒建立良好視力及促進腦部發展的重要脂肪酸」，「有助建立良好的視力及促進腦部的健康發育」	j,k +	
		「是幫助幼兒建立良好視力及促進腦部發展的重要脂肪酸」	l +	
		「有助調節寶寶天然抵抗力，促進腦部及視力發展」	m,n	
β-Glucan (β-聚葡萄糖)	免疫系統	「支持眼睛及腦部健康發展」	o,p	這些聲稱不成立。 沒有足夠證據顯示β-聚葡萄糖可增強嬰幼兒免疫力，亦與智力沒有直接關係。
		「有助腦部發展……是鞏固腦部及視力發展的重要元素」，「有助智力及視力發展」	q,r	
		「促使人體第一重免疫系統做好準備，更快速地對抗入侵性的病原體」，「有助自身保護力」	i	
PhD (磷脂、 Phospholipid)	腦部發育	「是傳遞大腦訊息的重要成分」，「培育EYE-Q Plus BB由腦部開始」，「特有構成腦部的必要元素Phospholipid，有助BB腦部健康發展，帶動小朋友全面成長……搶先一步培育醒目BB」	q,r	沒有足夠證據證明磷脂對嬰幼兒智力發展有幫助。
水解蛋白配方 ※	消化及吸收 抵抗力	「令寶寶容易消化及吸收……全面鞏固抵抗力」，「減低蛋白質對寶寶幼嫩腸道的刺激，易消化，吸收自然好D！」，「蛋白質分子大小變得更適度，適合寶寶正值發展中的消化吸收特性，進而調整寶寶體質」	m,n	「容易消化」，「適合寶寶正值發展中的消化吸收特性」等說法實屬錯誤。 正常情況下健康的寶寶可消化一般的蛋白質。假如寶寶對牛奶蛋白質敏感，或有嚴重的家族過敏性疾病史，便可能須要進食高度水解配方奶粉(extensively hydrolyzed formula)。但此等高度水解配方的蛋白質十分細小（只有一個或兩個胺基酸），與坊間一般部分水解蛋白配方不同。

註

[1] ※：雀巢表示能恩2和能恩3為「部分水解蛋白配方(partially hydrolyzed formula)」，而蛋白質原料為乳清蛋白(whey protein)。

[2] 表列資料乃本會從產品包裝及媒體廣告 (包括電視、報章、雜誌、產品網頁) 搜集所得。

[3] 奶粉產品代號：

a：牛欄牌皇牌2 Cow & Gate Royal 2

b：牛欄牌皇牌3 Cow & Gate Royal 3

c：明治成長嬰兒奶粉 Meiji Step Kona Milk Powder

d：金裝美素佳兒2 Friso 2 Gold

e：金裝美素佳兒3 Friso 3 Gold

f：美樂寶愛他美2 Milupa Aptamil 2

g：美樂寶愛他美3 Milupa Aptamil 3

h：美贊臣安嬰寶A+ 2 Mead Johnson Enfapro A+ 2

i：美贊臣安兒寶A+ 3 Mead Johnson Enfagrow A+ 3

香港醫學會	香港醫院藥劑師學會	香港營養師協會
<p>母乳含天然益生菌和益菌素（寡糖），嬰幼兒奶粉加入這些成分主要是希望模仿母乳。有些研究顯示奶粉加入益生菌和益菌素會較與母乳相似，因而對嬰幼兒的免疫系統發展有幫助，例如前者可治療病毒性腹瀉、預防由抗生素引致的腹瀉、預防有家族過敏史的過敏高危群嬰兒患上過敏性疾病（例如濕疹、哮喘、鼻敏感）等，而後者可模仿母乳益菌素在腸道的作用。不過，研究結果及臨床應用尚待更多研究數據證實。</p> <p>然而，這些研究所用的益生菌和益菌素未必與母乳所含的相同；亦不等於奶粉加入這些成分後比母乳更有益。</p> <p>至於排便問題，其實寶寶6個月以後便可進食其他食物，假如膳食中包括足夠的水果和蔬菜，例如水果蓉、蔬菜蓉，增加膳食纖維的攝取量，應可幫助排便，改善便秘；而未必需要靠進食含益菌素（寡糖）或水溶性膳食纖維的奶粉來改善便秘。</p>	<p>在以健康兒童為對象的隨機研究中，益生菌於治療急性病毒性腸胃炎，及預防與抗生素相關的腹瀉的效用有限。</p> <p>益生菌於嬰兒便秘的應用是根據用於成人的經驗推斷出來的。根據現存的研究顯示，並非所有種類的乳酸菌都能幫助改善便秘。</p> <p>總括而言，益生菌於改善嬰兒便秘的實際應用仍處於研究階段，暫未有足夠研究資料證明其功效。</p> <p>注意事項：免疫系統受抑制或病情嚴重的兒童如服用益生菌，可能會出現安全問題。</p>	<p>研究顯示對健康嬰兒安全，但其益處不明確。有有限的證據顯示對嬰兒發展中的免疫系統有長遠作用。</p> <p>仍需更多研究證實針對特定疾病所使用的最佳劑量、益生菌品種及服用時期。</p>
<p>有研究顯示嬰兒進食含DHA或同時含DHA及AA的奶粉對視力和腦部發展有幫助。而DHA和AA都是母乳天然含有的成分。</p>	<p>某些證據指果寡糖(FOS)可增加大便體積，紓緩便秘。雖然初步結果顯示果寡糖似乎有好處，但仍需要更多證據肯定其臨床效用。除此以外，並未足有足夠資料證明果寡糖有其他改善免疫力的效用。</p> <p>現時有關兒童服用益生纖維的隨機對照研究較缺乏。長期服用益生纖維可能對預防健康嬰兒患上異位性皮炎(濕疹)及常見感染有幫助，但尚待更多研究證明。</p>	<p>益菌素是食物內不能被消化的物質，例如寡糖，能刺激腸道內益菌的生長和活性。</p> <p>部分研究顯示可改善便秘，但只有有限證據顯示其對嬰兒發展中的免疫系統有長遠作用。</p>
<p>β-聚葡萄糖是由酵母、真菌和細菌中提煉出來，屬於碳水化合物，一些另類治療法主張其對免疫系統有作用，例如預防癌症。</p> <p>不過，嬰幼兒沒有需要攝取這物質。目前，大部分就β-聚葡萄糖進行研究的實驗是以動物為對象及探討其於癌症的作用，而不是以它作為一種營養素用於身體防禦、抵抗病原體入侵。再者，這類研究與把β-聚葡萄糖作為其中一種成分加入奶粉的作用，是不同範疇的研究，不可將前者的結論直接套用於奶粉中。目前針對奶粉加入β-聚葡萄糖對嬰幼兒的作用，並以嬰幼兒為研究對象的臨床研究數量有限，其對改善嬰幼兒的免疫力的有效程度值得懷疑，實在需要更多研究證實；而β-聚葡萄糖對幼兒的安全性亦有待研究。</p>	<p>可能對眼睛及腦部發展有幫助，但研究結果並不一致。一個2008年的考科藍循證醫學機構對AA/DHA的研究回顧顯示，給足月嬰兒餵食含長鏈多元不飽和脂肪酸(包括AA和DHA)的奶粉，未獲一致證實對視力、認知和身體發育有好處。</p> <p>總括來說，長鏈多元不飽和脂肪酸長遠的好處不明確，即使有效，亦也許只是十分短暫，或只對某些嬰幼兒有效。</p>	<p>DHA和AA是母乳中含有的長鏈多元不飽和脂肪。它們也許對認知功能和視覺有其作用。由一歐洲組織 (European Society for Paediatric Gastroenterology, Hepatology and Nutrition，簡稱ESPGHAN) 協調的國際專家團隊，考慮到在若干的研究中顯示加入DHA和AA的奶粉對嬰幼兒有正面作用，支持可選擇性地添加DHA和AA於奶粉中。</p>
<p>磷脂是脂肪的一種，是組成細胞膜的主要部分。卵磷脂的主要成分膽鹼磷脂 (phosphatidylcholine) 於腦部發育有一定角色，但奶粉加入卵磷脂不等於比母乳優勝。母乳天然含有膽鹼磷脂。</p>	<p>現時沒有足夠證據顯示β-glucan能幫助提高兒童免疫力。</p> <p>歐洲食品安全局(ESFA)曾禁止某種酵母菌β-glucan產品聲稱可以提升免疫系統，ESFA認為無法從研究數據中得出β-glucan能提升免疫力的結論。</p>	<p>仍需更多科學證據來支持其添加入奶粉配方的益處。</p>
<p>水解配方可分為高度水解配方 (extensively hydrolyzed formula) 和部分水解配方 (partially hydrolyzed formula)。高度水解配方一般是給確診對牛乳蛋白質敏感的嬰幼兒飲用，以減輕其對牛乳蛋白質過敏的症狀，而不是為了讓寶寶更易消化和吸收。</p>	<p>根據相關產品的資料，其磷脂來源是大豆卵磷脂 (soy lecithin)，而卵磷脂的主要成分是膽鹼磷脂 (phosphatidylcholine)，用途為製造細胞壁及負責當中的訊息功能。膽鹼磷脂於嬰幼兒發展的益處仍尚待臨床研究證實。</p>	<p>仍需更多科學證據來支持其添加入奶粉配方的益處。</p>

j：雪印思敏兒2 Snow Brand Smart Baby 2
k：雪印思敏傑助長奶粉 Snow Brand Smart Kid Growing-up Formula
l：日本雪印Touch較大嬰兒奶粉2 Japan Snow Brand Touch Follow-up Formula 2

m：雀巢能恩2 Nestlé Nan HA 2
n：雀巢能恩3 Nestlé Nan HA 3
o：惠氏金裝健兒樂2 Wyeth Promil Gold 2
p：惠氏金裝幼兒樂3 Wyeth Progress Gold 3
q：雅培皇牌思美力2 Abbott Gain 2
r：雅培皇牌思加健3 Abbott Gain Plus 3

[4] *：美素佳兒表示金裝美素佳兒2和金裝美素佳兒3所含的是益生纖維。
✦：雪印表示思敏兒2、思敏傑助長奶粉和日本雪印Touch較大嬰兒奶粉2只含DHA，不含AA。

世界衛生組織提倡母乳餵哺，認為餵哺母乳能為嬰兒的健康成長和發展提供最佳的食糧，因此建議母親在孩子出生的首6個月完全用母乳餵養嬰兒，隨後繼續以母乳餵哺並輔以其他食物，直至嬰兒2歲或以上。政府正草擬一套適用於香港的《香港母乳代用品銷售守則》（本地《守則》），希望母乳代用品的生產商及分銷商自律，根據本地《守則》用正當的手法宣傳或銷售母乳代用品及相關產品。

食物安全中心意見

食物安全中心一直關注嬰幼兒奶粉作出的健康聲稱問題，現正積極參與由衛生署牽頭的《香港母乳代用品銷售守則》的起草工作。有關工作小組將會借鑒國際社會的做法，並考慮本地嬰幼兒的營養需求，制定嬰幼兒奶粉聲稱方面的守則。

《公眾衛生及市政條例》（第132章第61條）規定，任何人在出售或為出售而展示的食物上所附加的標籤或宣傳品，如對食物作出虛假說明，或預計會在食物的性質、物質或品質方面誤導他人，即屬犯罪。

食物安全中心正跟進是次本會提及在嬰幼兒奶粉上的各類聲稱，如懷疑觸犯現有法例規定，食物安全中心會就相關個案作出跟進，並要求業界提供支持該等聲稱的科學證據。

生產商意見

「牛欄牌」分別提供了4份及2份研究報告的資料以支持其產品就益生菌及DHA和AA所作的聲稱。

「美素佳兒」表示，母乳是嬰兒營養的黃金標準，在奶粉中加入促進健康的碳水化合物（益生纖維）是模仿母乳益處的有理步驟。研究顯示含益生纖維的奶粉可刺激益菌（雙歧桿菌和乳桿菌）的生長、改善大便黏稠度及腸道能動性，導致「像母乳」的軟大便。益生纖維亦增加短鏈脂肪

酸的生產及降低大便酸鹼值，從而為腸道上皮細胞提供重要的能量來源及製造進一步刺激益菌生長的環境。益生纖維或許亦有助加強腸道屏障功能及抑制致病菌黏附在腸道內壁。這些特性有助維持健康的消化系統。該公司提供了3份這方面的研究報告供參考。至於益生菌，該公司表示有研究顯示益生菌能發揮可以對新生嬰兒有益的幾種作用，包括：支持腸道菌叢的形成、生產抗菌物質以抑制致病菌生長、降解抗原、加強腸道屏障功能、抑制腸道致病菌黏附、加強免疫系統成熟、減低胃腸道感染的次數和持續時間。這些作用有助對抗害菌及支持腸道屏障功能以維持健康的消化系統。該公司提供了5份這方面的研究報告供參考。有關DHA和AA，該公司表示它們是腦部主要的脂肪酸，有助腦部及視覺系統發展及正常運作。基於DHA和AA的重要性，該公司於其產品中提供DHA和AA。該公司提供了3份這方面的研究報告供參考。

「美樂寶」提供了2份研究報告的資料以支持其產品就DHA和AA所作的聲稱。

「美贊臣」表示其公司對於產品宣稱作嚴格控制，產品宣稱是基於科學事實和臨床研究。該公司表示有信心其產品上對相關營養素所作的宣稱是公平和合乎事實。該公司分別引用了4份研究報告顯示益生菌素如何在腸道內的運作，支持有益的腸道細菌的增長，從而幫助維持消化道健康和支持嬰兒的天然防禦；3份研究報告關於DHA對大腦發育、視力和呼吸系統的營養功能宣稱；5份研究報告有關β-葡聚糖的營養功能宣稱，內容講述β-葡聚糖的行動機制以及如何支持免疫系統的健康。

「雪印」表示其有進行大型亞洲母乳研究，並率先將母乳低聚糖（GOS）加入嬰兒奶粉；有關GOS可以幫助軟化大便、維持腸道健康的聲稱乃建基於其總公司的研究成果。該公司表示其曾經進行有關加入GOS的嬰兒奶粉對幫助排便的成效研究，抽取三組不同嬰兒的大便樣本研究，三組

嬰兒分別是（1）母乳餵哺、（2）用加入GOS的嬰兒奶粉餵哺、（3）用沒有添加GOS的嬰兒奶粉餵哺，結果證實有進食添加GOS的奶粉的寶寶的大便比沒有進食添加GOS的奶粉的寶寶的大便更軟身，各方面特質更接近母乳餵哺的寶寶的大便。該公司並提供了2份研究報告的資料。另外，該公司亦提供了2份有關DHA可以幫助視力及腦部發展的研究報告的資料。

「雀巢」表示腸臟是人體消化系統其中一部分，大部分食物的營養會於腸道被吸收。益生菌有助腸道健康，使腸道功能運作順利。此外研究指出益生菌能使體內免疫細胞活性增強；平衡腸道菌叢；調節炎性腸道免疫反應，從而有助提升抵抗力，維持免疫系統運作。該公司並引述1份研究報告支持上述說法。該公司又表示DHA天然存在於母乳當中，且人體大腦及眼睛內均含DHA，研究指出DHA與腦部及視力發展有正面的相互關係。另有研究指出多元不飽和脂肪酸（如DHA/AA等）有助調節免疫反應。該公司並引述2份研究報告支持上述說法。此外，該公司表示100%部分水解乳清蛋白分子比一般牛奶蛋白分



子較小，容易消化，適合寶寶幼嫩的消化系統。配方亦含多種營養素，為未能餵哺母乳的寶寶提供全面營養，營養均衡自然有助鞏固自身抵抗力。該公司亦引述1份研究報告支持上述說法。

「惠氏」表示本會引述的聲稱不完整，只節錄其中部分內容，會令其意思或解釋跟原意有所不同，有可能會令公眾產生混淆，而有關的聲稱實為營養素功能聲稱（nutrient function claim）或產品資訊，並非產品聲稱。該公司指水溶性膳食纖維對腸道健康的作用都在國際醫學雜誌和書籍詳細刊載，其中包括兒科胃腸病營養學雜誌、美國兒科學院的參考用書、國際益生菌益生元期刊、歐洲食品安全局期刊和營養學雜誌，並提供了7份研究報告的資料。該公司又指有關聲稱用以形容DHA和AA的作用及其對嬰兒和兒童可能產生的正面影響都在國際醫學雜誌和書籍詳細刊載，其中包括產科醫學雜誌、歐洲食品安全局期刊、Prostaglandins, Leukotrienes and Essential Fatty Acids (PLEFA)、兒科胃腸病營養學雜誌、歐洲兒科醫學雜誌和柳葉刀醫學雜誌，當中還包括一些國際營養學專家對兒童補充DHA/AA的建議，並提供了6份研究報告的資料。該公司表示其偏食配方奶粉是專為1歲及以上的偏食兒童而設的配方奶粉，全面涵蓋7大食物種類其中約40種重要營養成分，即使寶寶在飲食中沒有包含所有食物種類，也能獲得7大膳食其中的重要營養成分，提供小朋友成長所需的均衡營養。

「雅培」引述1份研究報告的內容，指與含益生菌的配方奶粉相比，嬰幼兒使用不含益生菌的配方奶粉的腹瀉次數及發病日數較高，顯示給嬰幼兒補充含有洛德乳酸桿菌或乳球雙歧桿菌的嬰兒奶粉，發生腹瀉次數減少37%及發病日數減少58%。該公司又引述另外3份研究報告，表示研究數據顯示攝取加入半乳寡糖和果寡糖的足月嬰兒奶粉可刺激腸內的雙歧桿菌

和乳酸桿菌的生長，其增長和攝入量有關，增加攝入量時能使大便軟化；於初生的頭一年，益生菌能減低腸道及呼吸道感染；於配方奶粉添加益生菌能刺激淋巴細胞產生SIgA抗體。該公司亦引述2份研究報告，表示DHA於腦部及視網膜有重要功能及對視力及腦部發展有正面關係，能顯著地提高視力成熟和提高認知能力，一定情況下DHA是人類神經充分發育的必需營養，研究顯示吸收不飽和脂肪酸有助提升血液內DHA及AA水平，改善視力及腦部發展至接近以母乳餵哺的嬰兒的發展。有關

PhD，該公司引述2份研究報告，表示髓鞘脂質層是由膽固醇、磷脂和醣脂組成，磷脂是構成腦部細胞膜的必要元素，提供n-3及n-6脂肪酸影響脂肪與蛋白質的交替，幫助傳遞細胞內的訊息及基因物質生產的必要成分。至於偏食奶粉，該公司引述1份研究報告，指數據表明營養補充除了有助趕上成長進度外，並使有偏食行為兒童的疾病感染率降低；此外，該公司指按量飲用其偏食奶粉符合或超過美國DRI (Dietary Reference Intake) 對蛋白質和25種維生素及礦物質的推薦量。



母乳是寶寶的最佳食物

世界衛生組織建議嬰兒出生後首6個月應只以母乳餵哺，其後可輔以其他食物，繼續餵哺母乳直至2歲或以後。母乳是嬰兒健康成長及發展的最佳食物，其好處包括：

- 保護嬰兒免受胃腸道感染。
- 母乳是嬰兒重要的能量及營養來源。母乳含初生至6個月大嬰兒需要的所有營養素，包括脂肪、碳水化合物、蛋白質、維生素、礦物質和水，且容易消化。
- 母乳含多種生物活性物質（如抗體、白血球），能強化嬰兒的免疫系統。
- 母乳餵哺的嬰兒長大成人後，其血壓和膽固醇水平通常較低，而患上過重、肥胖症和糖尿病的機會也較低。
- 餵哺母乳可減低媽媽患卵巢癌和乳癌的機會。

《國際母乳代用品銷售守則》

為避免奶粉和母乳構成競爭，對母乳哺育造成障礙，世界衛生組織和聯合國兒童基金會於1981年通過一份自律性《國際母乳代用品銷售守則》（International Code of Marketing of Breast-milk Substitutes）（《守則》）。

《守則》的目的是透過提供足夠的資訊及適當的銷售及分銷手法，保護及推廣母乳餵哺，並確保在有需要使用母乳代用品時，可恰當地使用，從而為嬰兒提供安全而且充分的營養。

《守則》有多個重點，其中與廣告有關的內容提及「不得向公眾作廣告宣傳母乳代用品，包括初生嬰兒配方奶粉、較大嬰兒配方奶粉、奶瓶、奶嘴、嬰兒飲料及食品等」。

