

有关含碘量低的 婴儿配方奶

卫生署

2012年10月16日修订

背景

食物安全中心于8月8日及10日宣布
有关婴幼儿配方奶粉成分调查结果

背景

调查发现六款婴儿配方奶粉的含碘量低于国际食品法典委员会的标准



和光堂
(Wakodo)
初生嬰兒奶粉
(850克)



森永
(Morinaga)
初生嬰兒奶粉
(850克)



明治
(Meiji) HP
無乳糖配方奶粉
(0-36個月)
(850克)



森永
(Morinaga)罐裝
縮氨酸低敏奶粉
(0-12個月)
(820克)

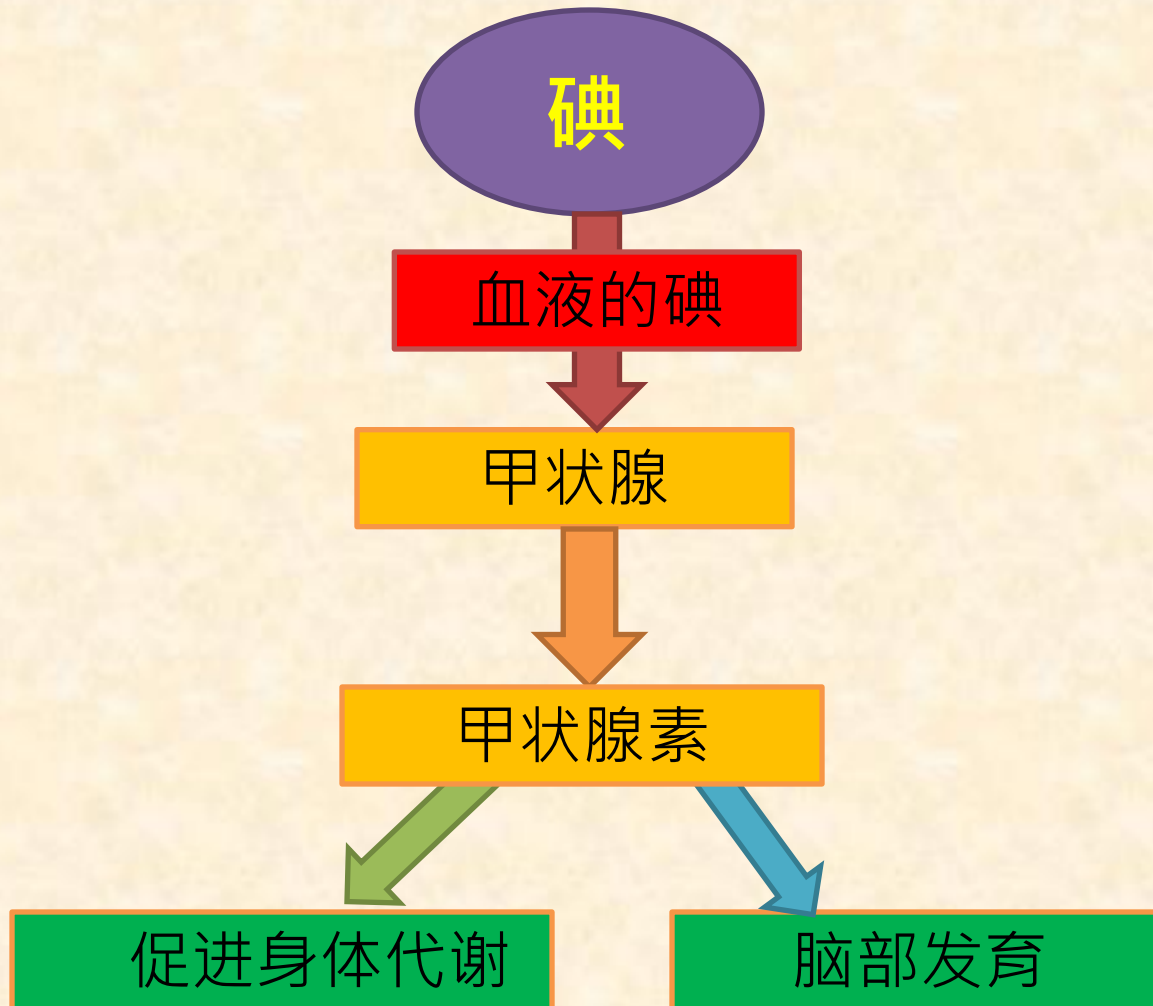


和光堂
(Wakodo)
細仔奶粉
(0-9個月)
(13gx10條裝)

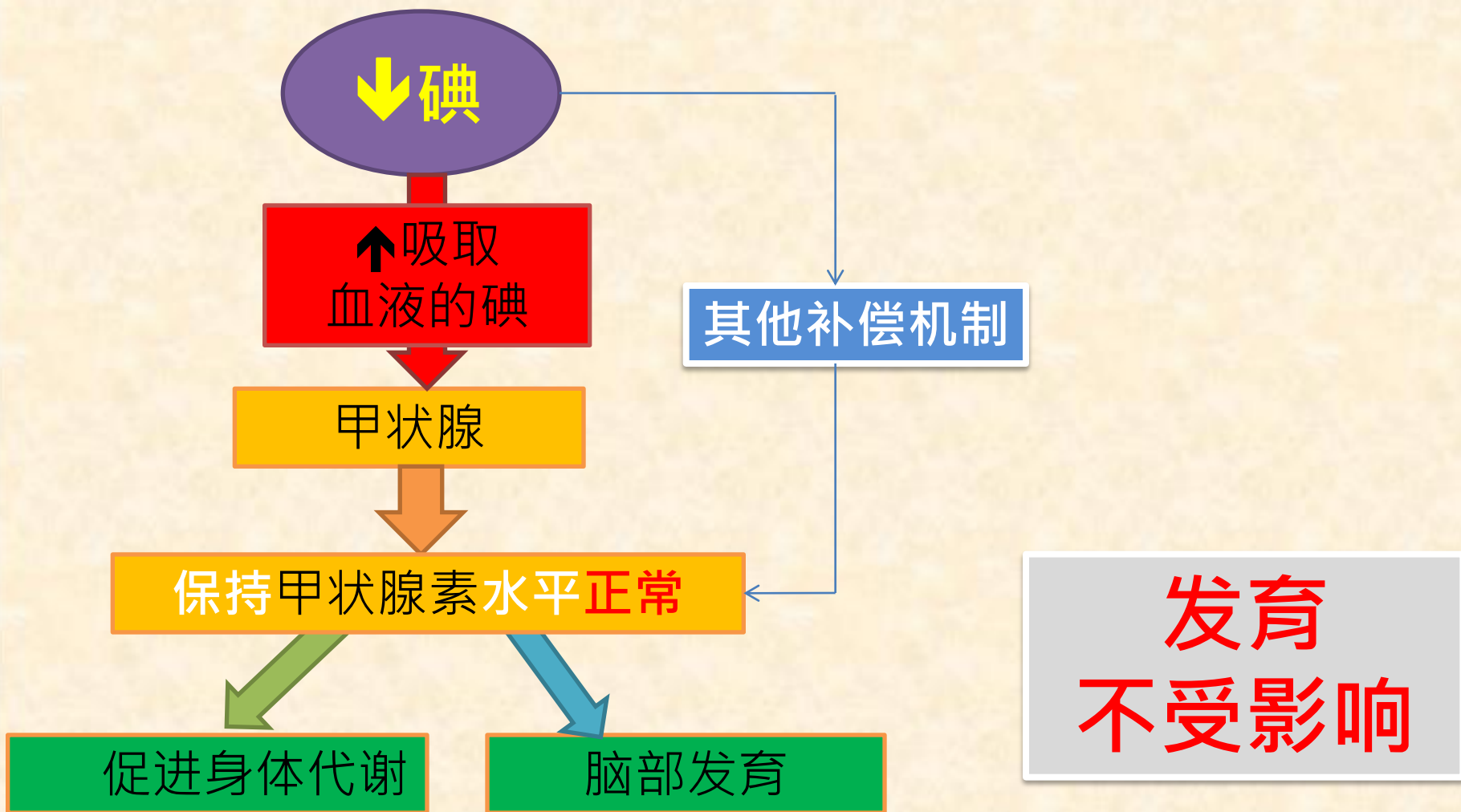


森永
(Morinaga)
細仔奶粉
(0-12個月)
(13gx10條裝)

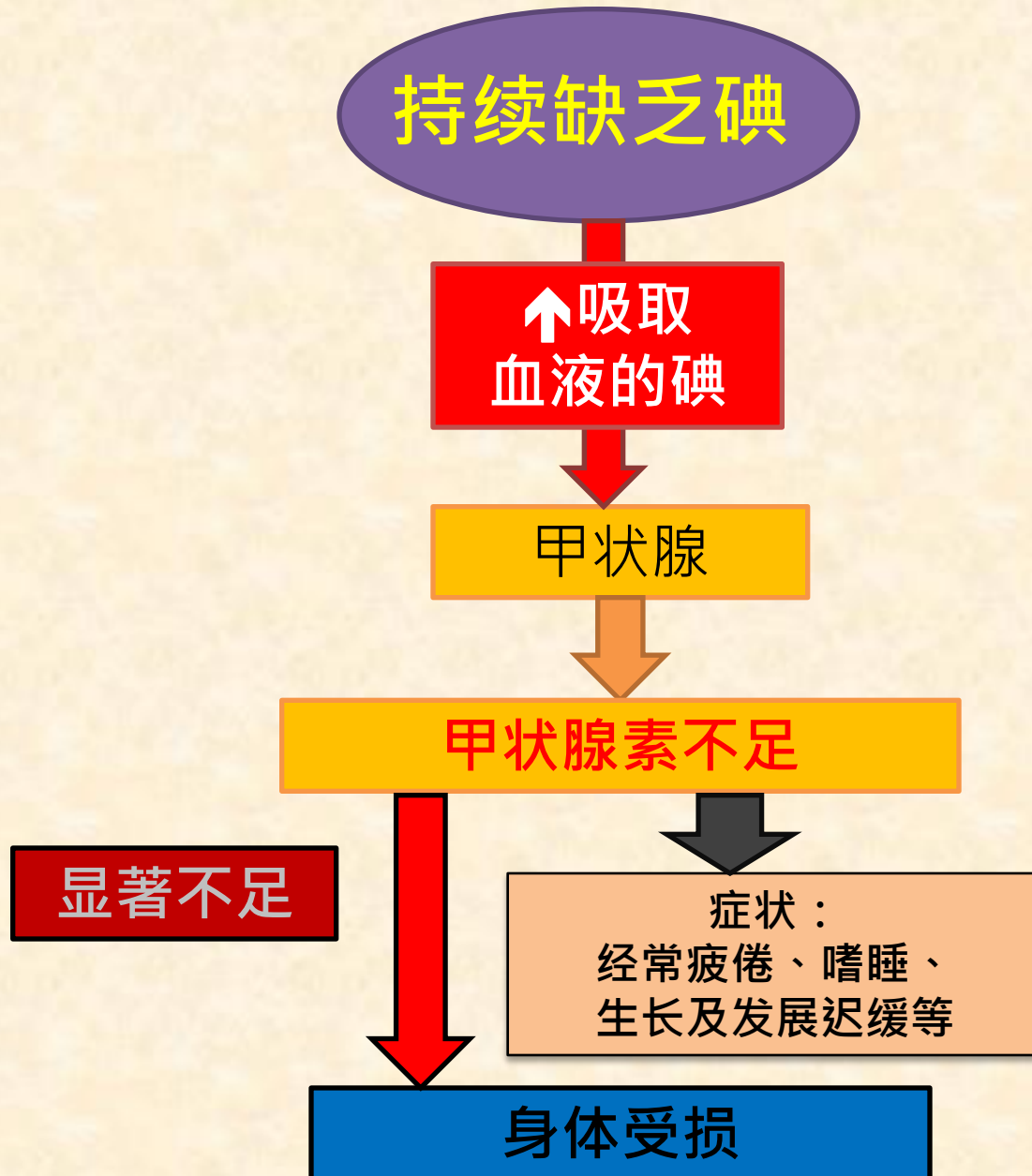
碘的功能



摄入碘量不足时



甲状腺素不足



婴儿需要吸收多少碘？

世卫建议：

0-12个月的婴儿每天应摄取90微克的碘

婴儿从甚么食物中吸收碘？

- 零至六个月大的婴儿

- 可从母乳中摄取碘 (授乳母亲应注意饮食以摄取足够的碘)，或
- 饮用已添加碘的婴儿配方奶

- 六个月或以上的婴儿

- 继续以母乳喂哺或饮用已添加碘的配方奶 及
- 进食多样多种的固体食物，包括含碘丰富的食物

甚么食物含丰富的碘？

- 海藻、海带、紫菜等含碘量较高
- 海鱼和海产 (包括虾、淡菜/青口、蚝等)
- 蛋黄
- 奶或奶类产品

**如果我的孩子正饮用含碘量偏低的
配方奶应怎么办？**

实时停止饮用有关配方奶

初生至6个月的孩子

- **实时替孩子转用碘和其他营养素含量符合国际食品法典委员会的标准之其他牌子的婴儿配方奶**

若你有疑虑，请向医护人员查询

六个月或以上的孩子

- **实时替孩子转用**碘和其他营养素含量符合国际食品法典委员会标准的**其他牌子**婴儿配方奶或6个月以上的「较大婴儿配方奶」
- **同时**加入多样多种的固体食物，包括含碘丰富的食物，以摄取足够碘

若你有疑虑，请向医护人员查询

亦可參考食物安全中心的信息

- http://www.cfs.gov.hk/sc_chi/consumer_zone/foodsafety_Iodine_in_infant_formula.html



The screenshot shows the website of the Hong Kong Food and Environmental Hygiene Department (FEHD). The header includes the FEHD logo and the text "香港特別行政區政府 食物安全中心" (Government of the Hong Kong Special Administrative Region, Centre for Food Safety). There are navigation links for "GOVHK 香港政府一站通", "简体版", and "ENGLISH". A search bar and links for "網頁指南" and "搜尋" are also present.

The main content area features a banner image of hands holding a basket of fresh vegetables, with the text "消費者資訊天地" (Consumer Information World). Below this, there is a section titled "嬰兒配方奶粉中的碘" (Iodine in Infant Formula). The text in this section reads:

食物安全中心（中心）進行為期兩年的計劃，以檢測市面上初生嬰兒及較大嬰兒奶粉的營養素含量。中心計劃於2012—2013年抽取市面上共48款嬰兒配方奶粉樣本作檢測。在首輪調查的14個產品樣本中，6個產品的碘含量低於食品法典委員會的標準。在參考世界衛生組織推薦的每日碘攝入量後，6個產品的其中2個，對於只單純進食這些產品的嬰兒，可能會構成碘缺乏的健康風險。

如何知道配方奶的成分符合国际食品法典委员会的标准？

APPROXIMATE ANALYSIS : 成份分析			
	單位 Units	每百克奶粉 Powder Per 100 G	標準調法每百毫升 *Standard Dilution Per 100 ML
Energy 熱量	Kcal 千卡	495	73.60
Protein 蛋白質	g 克	18.80	2.80
Fat 脂肪	g 克	24.30	3.62
Linoleic Acid 亞油酸	mg 毫克	4500	670.95
Linolenic Acid 亞麻酸	mg 毫克	550	82.01
Carbohydrate 碳水化合物	g 克	50.30	7.50
Moisture 水份	g 克	2.00	89.20
Taurine 氨基乙磺酸	mg 毫克	33.5	4.99
MINERALS (Ash)	g 克	4.70	0.70
Calcium 鈣	mg 毫克	771	114.96
Phosphorus 磷	mg 毫克	444	66.20
Potassium 鉀	mg 毫克	858	127.93
Sodium 鈉	mg 毫克	244	36.38
Magnesium 鎂	mg 毫克	58	8.65
Chloride 氯化物	mg 毫克	565	84.24
Zinc 鋅	mg 毫克	3.70	0.55
Iron 鐵	mg 毫克	8.00	1.19
Copper 銅	mcg 微克	440	65.6
Manganese 錳	mcg 微克	68.7	9.50
Iodine 碘	mcg 微克	150.0	22.37

檢視在包裝上的成分表，所列的碘含量

国际食品法典委员会的标准

	国际食品法典委员会的标准 每100千卡含碘	以标准方法冲调 每100毫升含碘
婴儿配方奶	10至60微克	6 至 42 微克
6个月以上较大婴儿配方奶	不低于5微克	不低于3 微克

6-12个月大的婴儿

如何从饮食中摄入足够的碘？

- 每天进食
 - 600-700毫升婴儿配方奶或6个月以上较大婴儿配方奶及
 - 蛋黄一个或海水鱼(约40克, 即2至3汤匙)
- 每三、四个星期进食一次
 - 用海带或紫菜来煮的粥或饭

12个月以上的婴儿

如何从饮食中摄入足够的碘？

- 每天进食

六个月以上较大婴儿配方
奶480毫升

+

蛋黄一个或海水鱼
(约40-60克, 即2至4汤
匙)

或

全脂牛奶 (鲜奶) 240毫升

+

奶酪(100克)

+

蛋黄一个或海水鱼
(约40-60克, 即2至4汤匙)

- 每三、四个星期进食一次
 - 用海带或紫菜来煮的粥或饭

如何替孩子转换配方奶? (1)

初生至6个月：

- 可直接转用其他牌子的「初生婴儿配方」奶
- 切记不可饮用高蛋白「较大婴儿配方」，因为高蛋白奶粉对新生婴儿的肾脏会造成负荷，亦可能引致脱水、肠道炎、甚至脑受损的情况

如何替孩子转换配方奶? (2)

6-12个月：

- 可选择初生至6个月「初生婴儿配方」或6-12个月「较大婴儿配方」
- 当婴儿到约6个月大，便应开始引进固体食物。初期，奶仍是主要的营养来源，但当孩子进食固体食物分量逐渐增加及多样化，吃奶量便可逐步减少
- 全脂牛奶并不适合12个月以下的孩子

如何替孩子转换配方奶? (3)

一岁或以上：

- 到了一岁，多样化及均衡的固体食物已可代替奶成为主食，为孩子提供各种营养素
- 孩子可饮用全脂牛奶，如冷藏的鲜牛奶或以高温消毒的全脂牛奶 (UHT纸包奶)

转奶粉时需要注意什么？

- 不同牌子的奶粉一般有不同的冲调方法，因此，家长应参照配方奶罐上的指示
- 家长可能会发现孩子的大便次数、质地及颜色有所改变，这是因为不同牌子的配方奶的添加成分(例如铁质、益生菌等)会略有不同，这些都是正常的现象。家长无须过份担心或再转换其他牌子配方奶粉
- 若孩子对最初饮用的牛乳配方奶粉没有过敏，即表示他对牛乳蛋白没有过敏，便可转用其他牌子的牛乳配方奶粉

如果孩子长时间碘摄入量低，是否会有甲状腺功能不足或甲状腺激素水平偏低？

- 不一定
- 因为身体有很多补偿机制来维持甲状腺激素在正常水平
- 因缺乏碘而引致甲状腺功能不足或甲状腺激素低的机会在不同地区之间，有很大的差异。遗传变量是可能的解释。

进食碘含量不足的奶粉，是否会损害脑部发育？

➤ 进食碘含量不足的奶粉，不一定会损害脑部发育。

没有出现甲状腺功能不足症状：
经常疲倦、嗜睡、
生长及发展迟缓
等症状



甲状腺功能正常
或轻微不足



身体并没有
受到影响