

## 消委會：土壤空氣及水受重金屬污染

## 測試29款朱古力全含鎘 多吃傷腎

朱古力是送禮佳選，也是熱門的減壓零食。消委會測試市面上29款朱古力樣本，發現全部樣本都驗出重金屬「鎘」，其中Amedei的70%黑朱力檢出的含量最高，達每公斤0.937毫克，超出歐盟規定上限17%，長期進食或損害腎臟，已轉交食安中心跟進。

另有部分樣本檢出的糖含量或總脂肪含量較其營養標籤所標示數值高，食安中心已就其中一個產品提出檢控及採取跟進行動。



大公報記者 易曉彤

消委會測試的20款黑朱古力樣本檢出的「鎘」含量由每公斤0.039毫克至0.937毫克，相差達23倍，當中Amedei的70%黑朱古力（小圖）的「鎘」含量最高，達每公斤0.937毫克，超出歐盟規定的上限17.1%。9款牛奶朱古力樣本檢出的「鎘」含量由每公斤0.009毫克至0.092毫克，相差9.2倍，均符合歐盟上限。

## 全部黑朱古力樣本檢出鎘

消委會表示，「鎘」是天然存在於地殼表面的金屬元素，工業用途很廣泛，如動植物居住及生長環境的土壤、空氣、水域等受到「鎘」污染，「鎘」便會在食物鏈中累積傳遞。如長期進食「鎘」含量高的食物，可能會損害腎臟。

至於其他重金屬，全部20款黑朱古

力樣本均檢出「鉛」，9款檢出「砷」。9款牛奶朱古力樣本中，有5款檢出「鉛」，全部均沒有檢出「砷」。然而，全部樣本檢出的「鉛」含量和「砷」含量都沒有超出中國國家標準上限。

## 促與時並進制定規管法例

朱古力本身含有不少脂肪，亦會添加大量糖分。消委會發現，除了2款表示無添加糖之外，其餘樣本均屬高糖，牛奶朱古力的糖含量普遍較黑朱古力高，以每100克計算，牛奶朱古力平均含53.8克，較18款有添加糖的黑朱古力樣本高出約90.8%。黑朱古力樣本的平均總脂肪含量較牛奶朱古力高，每100克平均含42.8克，較牛奶朱古力樣本每100克含33.3克高28.5%；此外，有2款牛奶朱古力分別檢出每100克0.1克及0.2克反式脂肪。

消委會宣傳及社區關係小組主席蕭景威表示，朱古力原材料的可可豆是農作物，受泥土、水影響下，或多或少存在重金屬，大部分朱古力檢出的重金屬都沒超標，市民可以放心食用，但要留意所含的營養成分，避免攝取過多脂肪及糖。

消委會總幹事黃鳳嫻表示，本港法例並沒有專門為朱古力食品設定重金屬限量，因此參考歐盟及內地的標準進行測試。但她認為朱古力人人都喜歡吃，政府亦應與時並進，制定相關法例，保障消費者。

消委會測試亦發現，多款朱古力的糖和飽和脂肪的含量與營養標籤存在頗大差異。食物安全中心表示，中心發現一個產品涉嫌違反相關標籤規例，並提出檢控和採取跟進行動。除4個產品已無在市場出售外，該中心就相關產品進行檢測，1產品結果合格，其餘結果待定。

## 朱古力測試結果

1款朱古力重金屬鎘含量超出歐盟標準					
產品名稱及描述	每包標示重量	聲稱來源	大約零售價	重金屬含量評分	總評
Amedei Blanco De Criollo Extra Dark Chocolate 70%	50克	意大利	\$160	1	2
5款朱古力沒檢出多環芳烴兼總評較佳					
黑朱古力（標示可含含量70%至80%及成分表有列出糖）					
Meurisse Dark Chocolate from Papua New Guinea 73% Cacao	100克	比利時	\$75	5	5
Lindt Excellence MILD 70% Cocoa Mild Dark Chocolate	100克	德國	\$28.8	4.5	5
La Maison Du Chocolat Paris 70%	75克	法國	\$158	4.5	5
Mexique Intense Dark Chocolate Bitter Roasted Single Origin	75克	法國	\$158	4.5	5
黑朱古力（標示可含含量70%至80%及聲稱無添加糖）					
Chocolat Stella No Added Sugar Dark Chocolate with Cocoa Nibs 72%	100克	瑞士	\$49	4	4.5
牛奶朱古力（標示可含含量30%）					
Lindt Swiss Classic Swiss Milk Chocolate	100克	瑞士	\$23.6	5	5

資料來源：消費者委員會



朱古力是熱門零食，種類花多眼亂。大公報記者何嘉駿攝

## 含咖啡因 兒童孕婦宜少吃

【大公報訊】朱古力以可可豆製作，所含的咖啡因會刺激中樞神經系統，有提神作用。消委會提醒，過量攝取咖啡因會影響睡眠，引起胃部不適，心跳加速等。

食用朱古力要適可而止，以成人為例，每周不應食用超過100克。兒童、孕婦和授乳婦女更需特別注意咖啡因攝取量。

歐洲食物安全局建議兒童每日攝取咖啡因的分量，不要超過每公斤體重3毫克。以消委會測試的黑朱古力樣本平均檢出咖啡因含量為每100克

97.2毫克、牛奶朱古力樣本平均檢出咖啡因含量為每100克23.5毫克計算，一名重約20公斤的6歲兒童，每日不應攝取逾60毫克咖啡因，即約61.7克黑朱古力，或約255克牛奶朱古力。孕婦每日不應攝取逾200毫克咖啡因，即約206克黑朱古力，或約851克牛奶朱古力。

消委會表示，可可含量愈高，多酚類化合物含量愈多，糖含量則愈少。消費者若想像攝取有益的多酚類化合物，可進食可可含量較高的黑朱古力。

## 「鎘」透過食物鏈進入人體

## 話你知

「鎘」是天然存在於地殼表面的金屬元素，探礦活動有機會將「鎘」釋放到環境中。「鎘」在工業上的用途也很多，例如電鍍、製造鎘鎳充電電池和電子產品等。如動植物居住及生長環境的土壤、空氣、水域等受到「鎘」

污染，便會吸收到「鎘」，並在食物鏈中累積傳遞。如長期進食「鎘」含量高的食物，可能會損害腎臟。

早年歐盟發現朱古力內重金屬「鎘」的含量值得關注，於是在2014年修訂有關食物內污染物法規時，新增有關朱古力內「鎘」含量的規定。

## 豆奶蛋白質豐富 冠絕5種植物奶

## 5類植物奶與低脂奶的營養價格比拚

一杯低脂奶(\$6.5) =			
植物奶	蛋白質	鈣*	維他命B2*
杏仁奶	5.1杯 (\$45.3)	6.5杯 (\$57.7)	7.7杯 (\$68.4)
椰子奶	33.7杯 (\$202.2)	125杯 (\$750)	沒有檢出
米奶	17.7杯 (\$135.9)	21.9杯 (\$168.2)	46.3杯 (\$355.6)
燕麥奶	5.1杯 (\$47.7)	32.6杯 (\$305.1)	16.8杯 (\$157.2)
豆奶	1杯 (\$5.8)	6.2杯 (\$35.7)	10.3杯 (\$59.3)

●平均含量最高的植物奶類別  
◎所需價錢最低的植物奶類別  
註：1杯=240毫升  
\*以無添加鈣和維他命樣本的平均含量計算  
所示杯數的植物奶營養素含量等於1杯低脂奶的營養素含量

資料來源：消委會

【大公報訊】植物奶種類繁多，受不少市民歡迎。消委會測試市面上5類共39款預先包裝植物奶，發現豆奶性價比最高，蛋白質含量稱冠，等於一杯低脂奶；椰子奶的鈣和蛋白質含量最低，分別飲用約125杯和34杯才能攝取與1杯低脂奶相同的營養值。消委會提醒，若以植物奶代替牛奶，應選擇有添加鈣及維他命的產品，亦要從其他膳食中攝取足夠營養。

消委會在市面上搜集了39款預先包裝植物奶樣本，包括7款杏仁奶、5款椰子奶、5款米奶、10款燕麥奶和12款豆奶，售價由6.8元至48元不等，分別測

5類植物奶中最高。大公報記者何嘉駿攝



試其營養含量，包括鈣質和蛋白質，以及有否含有金屬污染物。

測試結果顯示，豆奶的平均蛋白質含量為5類植物奶中最高，每100毫升含3.26克蛋白質，飲用1杯240毫升的豆奶，可攝入約7.82克蛋白質，佔中國營養學會建議成年女性每日推薦攝入量的14.2%。當中Kikkoman、日昇、百福、維記、Maeil和維他奶每100毫升的蛋白質含量高於低脂奶，約3.37克。

## 1杯低脂奶鈣量 = 125杯椰子奶

消委會指，測試的23款無額外添加鈣的植物奶之中，以每100毫升計，其鈣含量介乎2.55毫克至76.12毫克，遠低於低脂奶的鈣含量125毫克。另有12款樣本完全檢不出維他命B2。

消委會發現，26款樣本的營養資料與檢測結果的差異不符《營養標籤及營養聲稱技術指引》要求，相關資料已交予食物安全中心跟進。食安中心表示，調查發現有3款產品涉嫌違反相關標籤規例，已提出檢控，6款產品已未有在市場出售。

## 家居裝修除甲醛 收費差距近五倍

【大公報訊】不少人會在家居裝修後光顧除甲醛服務，或找清潔公司進行徹底清潔。消委會收集市面上23間提供家居除甲醛和裝修後清潔服務公司的收費及條款等資料，發現收費計算方法各有不同，收費差距亦頗大，以實用面積601呎至800平方呎為例收費介乎1202元至7000元不等，相差接近5倍，服務範圍、使用物料和其他細節均有不同。消委會提醒，市民購買服務前要查詢詳情及小心比較，以揀選最適合的服務商。

消委會表示，服務商較普遍採用「光觸媒」及「無光觸媒」製劑作為除甲醛劑，但如欠缺足夠光線照射，光觸媒催化劑作用有限，有機會衍生出比原本揮發性有機化合物更有害的物質；而無光觸媒除甲醛受室內溫度、空氣污染物濃度影響，如果空氣存有其他污染物，可能會令催化劑失去活性。

消委會提醒，消費者應向相關公司索取服務列明細節的合約或發票等文件，如涵蓋的服務項目、基本及額外收費及付款詳情等。

## 紋身無發牌規管 投訴勁升

【大公報訊】近年紋身和紋眉、紋眼線等永久性美容化妝越來越流行，然而良莠不齊。消委會今年頭9個月接獲29宗有關紋身以及永久化妝服務的投訴，較去年同期增加超過8成。有消費者在進行激光去除紋身項目後，皮膚出現水泡，醫生證實為二級燒傷，令傷者短時間內未能屈曲雙手。消委會提醒，消費者在進行紋身和紋眉相關的項目前，應先向美容師和紋身師了解詳情，亦應向醫護人員或皮膚科醫生了解健康風險。

## 激光除紋身致二級燒傷

消委會今年1至9月接獲的29宗紋身和永久化妝服務投訴中，普遍涉及健康風險例如過敏反應、燒傷等，其中紋眉、漂眉和紋唇等佔24宗。有消費者在美容院紋唇，但美容師未有講解紋唇可能會對敏感體質造成的影響，結果消費者在第

一次紋唇後，出現發燒、唇部紅腫和疼痛等嚴重的過敏反應。投訴人因敏感而未能完成餘下的紋唇項目，故要求退回款項。

有消費者進行激光去除紋身後，皮膚出現水泡，醫生證實為二級燒傷，令傷者短時間內未能屈曲雙手；有事主紋眼線後，眼睛感到疼痛，並出現視力模糊的情況，求醫發現眼角膜受傷，最嚴重有個案甚至影響視力。亦有事主紋髮線後不滿意效果，洗走髮線時不但流血，相關位置更無法再長出頭髮。

消委會總幹事黃鳳嫻表示，本港現時未有法例規管紋身師或規定紋身店須取得牌照，認為當局有必要密切監察永久化妝的情況，有需要時增加指導，或考慮參考海外情況，立例規管。她又呼籲業界按衛生署指引，提供衛生的環境、用具及儀器，並做足清潔及消毒程序。

## 紋身紅腫應即求醫

- 紋身師為顧客紋身時應佩戴新的防護手套，紋身針頭等用具應屬即棄，如無可避免需重複使用，應以酒精或消毒液妥善消毒
- 進行紋身或永久化妝後的數小時，相關部位應避免接觸水。保護紋身的繃帶或保鮮膜應保留至少數小時，以減少受細菌感染或陽光的傷害，避免傷口與衣服摩擦
- 紋身後應避免用過熱的水洗澡以免影響傷口癒合，亦有機會令紋身墨水褪色。數星期內不適宜在烈日下暴曬或照太陽燈
- 紋身的傷口一般會在紋身後3至7天結痂，要小心護理傷口，皮膚可能會感到痕癢，要注意不要抓傷皮膚
- 在完成紋身後的任何時間，如該位置有發紅、痕癢、疼痛、分泌、流膿、發腫等情況，應立即就醫

資料來源：消費者委員會

## 上月電腦遭入侵 消委會：無資料外洩

【大公報訊】消委會電腦系統於上月遭到黑客入侵，導致接近八成電腦系統受損，黑客疑從電腦系統中盜取了員工和客戶的資料數據，包括《選擇月刊》訂戶的基本個人資料等。消委會總幹事黃鳳嫻昨日表示，一直密切監察暗網的情況，留意有否個人資料被洩漏，至今未有發現。她續指，消委會內部及對公眾服務已恢復正常，會繼續後續鑒證工作。

消委會在最新一期《選擇》月刊中提到，上月遭黑客勒索軟件惡意入侵後，雖然「暗網」未見有個人資料外洩，但已有其他騙徒趁機打劫，冒認消委會職員發出不同版本的詐騙電話，消委會已第一時間通知公眾提高警惕，但仍然難以阻止騙徒繼續四處滋擾公眾。