

香港幼兒飲食及餵養調查 (2016)



衛生署

家庭健康服務

衛生署

2018

©版權所有



目錄

項目	頁數
1. 引言	1
2. 調查方法	3
3. 調查結果	7
4. 討論	44
5. 結論和建議	50
6. 參考資料	51
附件 1 – 問卷	54
附件 2 – 圖片指南	81



調查摘要

背景

幼兒須要進食不同種類營養豐富的食物，這不僅在於滿足營養的需求，對於他們發展進食技能以及建立健康的飲食模式亦為必要。

衛生署家庭健康服務在 2011 年推出了「6 至 24 個月嬰幼兒健康飲食」的家長健康教育小冊子，鼓勵家長以配合發展及回應方式餵養嬰幼兒。該小冊子建議嬰幼兒進食不同類型的食物，進食足夠的水果及蔬菜，以及飲用適當分量的奶類，即每天 360 至 480 毫升奶類。同時，亦建議幼兒於 18 個月大時停用奶瓶。除派發健康教育小冊子以外，家庭健康服務還透過各種渠道，包括由醫護人員向到訪母嬰健康院的家長提出建議，家庭健康服務的網頁及健康講座等，向嬰幼兒家長發佈這些關鍵信息。

為了解現時本港幼兒的飲食模式和家長餵養幼兒的習慣，並評估上述有關嬰幼兒餵養的健康促進行動的效果，家庭健康服務委託一所私營研究機構對到訪母嬰健康院的幼兒及其家長進行調查。

調查目的

調查旨在研究一至四歲兒童的以下情況：

- i) 他們飲用奶品的模式，包括曾飲用的奶類或奶類產品、飲奶的分量、飲用習慣、家長對選擇奶品和配方奶以及對使用奶瓶的態度；
- ii) 他們進食水果、蔬菜以及服用營養補充劑的習慣；
- iii) 家長餵養幼兒的行為；
- iv) 家長有關餵養幼兒的資料來源；及
- v) 育有一歲兒童的母親餵哺母乳的經驗。

方法

調查於 2016 年 7 月 22 日至 9 月 29 日期間，在香港 29 間母嬰健康院進行。

調查對象為育有以下四個年齡組別兒童的家長，分別是 12 至少於 15 個月（12 個月組）、18 至少於 21 個月（18 個月組），24 至少於 30 個月（24 個月組），以及 48 至少於 60 個月（4 歲組）。調查對象不包括不能閱讀或書寫中文的家長、或育有以下特徵的兒童的家長：(1)非足月出生（即懷孕 37 週前出生）；(2)被懷疑或確診為發展遲緩或異常；或(3)患有長期疾病或先天不健全而需定期專科護理和跟進的兒童。



受訓過的訪問員透過「電腦訪問輔助系統」，對參與調查的家長以廣東話或普通話進行面對面問卷訪問。

調查共邀請了 2447 名合資格家長參與，其中 1639 名家長完成調查，總體回應率為 67.0%。大部分受訪者是母親 (88.4%)。

主要結果

(a) 幼兒飲用的奶類

- i) 在調查前 7 日內，幾乎所有 12 個月組、18 個月組和 24 個月組的兒童(分別為 99.8%、99.3%和 99.5%) 有單獨飲用或一併飲用母乳、配方奶粉、牛奶或奶類製品。在四歲組的兒童中，93.7%的兒童有飲奶或進食奶類製品，而 6.3%的兒童並沒有飲用母乳或任何種類的奶或進食任何奶類製品。
- ii) 12 個月組、18 個月組和 24 個月組飲用母乳的百分比分別為 31.2%、15.9%和 9.6%。
- iii) 1 及 2 歲兒童最多飲用的奶類是較大嬰兒配方奶。在 12 個月組、18 個月組以及 24 個月組的兒童中，分別有 72.9%、82.9%以及 83.6%飲用較大嬰兒配方奶。
- iv) 隨着兒童年齡增長，飲用牛奶亦變得普遍。飲用牛奶的比率，從 12 個月組的 7.3% 上升至四歲組的 63.9%。較大年齡組別的兒童較多選擇果味/朱古力味奶或加鈣豆奶。
- v) 奶類製品(包括乳酪及芝士)頗受 18 個月組、24 個月組以及四歲組的兒童歡迎，在調查前 7 日內，約 30%兒童曾進食乳酪和約 60%兒童曾進食芝士。

(b) 飲奶的分量及次數

- i) 在 18 個月組、24 個月組和四歲組中沒有喝母乳的兒童，分別有 37.6%、37.0%和 12.3% 每天的飲奶量合乎建議範圍(即 360 至 480 毫升)。
- ii) 飲奶量過多(即每日飲奶超過 480 毫升)的情況並不普遍。飲奶過多的比率，從 18 個月組的 25.9%下降至 24 個月組的 16.7%和四歲組的 4.2%。
- iii) 在 18 個月組、24 個月組和四歲組中沒有喝母乳的兒童，在分別有 36.5%、46.2%及 83.5%沒有飲奶或每天飲奶量少於 360 毫升。除減少飲奶的分量外，學前兒童亦較少經常喝奶。24 個月組中 2.2%兒童和四歲組中 13.8%兒童，在調查前 7 日內完全沒有飲奶。有飲用但沒有每天飲奶的兒童，佔 24 個月組 7.5%和四歲組 36.0%。

(c) 使用奶瓶飲奶的情況

- i) 持續使用奶瓶飲奶的情況仍然普遍，在 18 個月組、24 個月組和四歲組中，分別有 84.4%、68.5%及 31.6%的兒童持續使用奶瓶飲奶。
大部分 18 個月組的父母沒有嘗試協助子女停用奶瓶，比率為 62.6%；至於 24 個月



組及四歲組的家長，分別有 39.8%和 13.1%沒有嘗試。

(d) 父母對配方奶的看法

- i) 雖然較大嬰兒及幼兒配方奶和牛奶同樣為幼兒膳食鈣質的重要來源，但相比四歲組的父母，明顯較多 24 個月以下兒童的父母（分別為 12、18 和 24 個月組的 51.3%、46.9%和 47.6%）認為較大嬰兒及幼兒配方奶鈣質的營養價值比牛奶好，該比率在四歲組為 39.8%。亦有較多 24 個月以下兒童的父母認同較大嬰兒及幼兒配方奶在增強兒童免疫力方面比牛奶好，（在 12、18、24 個月組的父母分別為 40.9%、41.1%和 41.1%），而四歲組的父母則為 31.8%。
- ii) 較多年幼兒童的父母（比率分別為 12、18、24 個月組的 31.2%、32.6%和 36.8%），認為在促進兒童腦部發育方面，這些配方奶比飲食中的其他食物有較好的營養價值；四歲組家長中只有 25.8%有同樣想法。

(e) 進食蔬菜和水果的情況

- i) 整體而言，超過 80%的兒童每天進食蔬菜。每天進食水果的亦超過 70%。
- ii) 在 12 個月組和 18 個月組中，分別有 37%和 43.7%的兒童進食符合建議量的蔬菜分量，即每天至少 80 克（一份）蔬菜。達到進食水果的建議分量的比例相對較多：12 個月組中 67.8%及 18 個月組中 79.0%的兒童，每天進食至少 40 克（半份）水果。
- iii) 在 24 個月組中，19.6%的兒童達到每天進食蔬菜的建議分量（每天至少進食 120 克），46.3%達到建議每天進食 80 克水果的分量。

(f) 服用營養補充劑的情況

- i) 大約 25%的兒童在調查前 7 日內曾經服用營養補充劑。
- ii) 最常服用的營養補充劑是魚肝油、魚油、鈣和維他命 C。

(g) 家長的餵養行為及兒童進餐時的狀況

- i) 接近三分之一的 12 個月組兒童，以及近 20%的 18 個月組兒童和 24 個月組兒童完全沒有或較少與家庭成員一起進餐。提供與家人相同的食物及讓兒童自行進食的餵養方式在 12 個月組的家長並不常見。家長甚普遍容許學前兒童在進餐時看電視或玩手機／平板電腦。這些進餐模式並不利於幼兒建立健康的飲食模式。
- ii) 在年齡較大的組別中，較多家長表示其子女進餐時間過長，或用餐時間通常或經常超過 30 分鐘，比率由 12 個月組佔 17.2%增至 18 個月組的 30.2%、24 個月組的 38.3%及四歲組的 55.2%。四歲組中近十分之一的父母（8.7%）表示其子女的用餐時間通常或經常超過 60 分鐘。



- iii) 約四分之一的 18 個月組、24 個月組和四歲組的家長表示擔心其子女吃得太少，這些家長的子女的用餐時間亦傾向偏長。
- iv) 父母利用食物獎賞的情況常見於幼兒或學前兒童。以食物安撫兒童的情況常見於 12 個月組、18 個月組和 24 個月組。

(h) 有關餵養幼兒的資料來源

- i) 大部分家長 (91.2%) 有閱讀衛生署的飲食小冊子，約 30.1% 的家長瀏覽過衛生署網頁內有關餵養幼兒的資料。
- ii) 最常提及的三個餵養幼兒的資料來源包括家人、親戚和朋友、醫護人員及育兒網頁。
- iii) 約三分之一的家長曾透過奶粉製造商主辦的媽咪會獲得餵養幼兒的資料。在四歲組中，38.8% 的家長表示曾透過其子女的學校獲得資料。

(i) 母親餵哺母乳的經驗

- i) 在育有 1 歲兒童的母親中，超過 90% 於其子女出生後開始餵哺母乳。三分之一 (33.3%) 的母親餵哺母乳至少 12 個月。
- ii) 「沒有足夠母乳」為最常提及停止餵哺母乳的原因 (58.3%)；在不同階段，這亦是最多母親提及的原因。約 30% 指出「需要上班」為停止餵哺母乳的原因。其他提及的停止餵哺母乳的原因包括「單靠母乳不能滿足其子女」、「餵哺母乳令人疲累」及「餵哺母乳不方便」，分別有 14.2%、13.6%、13.0% 的母親提及。

與 2010 調查結果作比較

(a) 幼兒飲用奶品的類別

- i) 調查顯示，飲用母乳的兒童顯著上升。在 12 個月組、18 個月組和 24 個月組中，飲用母乳的兒童比率分別由 2010 的 9.8%、5.4% 及 2.9% 上升至 2016 的 31.2%、15.7% 及 9.6%。

(b) 飲奶的分量和次數

- i) 就飲奶的分量，與 2010 年的調查相比，本調查有較高比例的 12 個月組和 18 個月組的兒童飲奶量為建議的每天 360 至 480 毫升，比率分別為 28.9% 和 37.6%，2010 的比率則分別為 18.5% 和 33.3%。在 2016 年，在所有年齡組別中，飲用超過 480 毫升的兒童比例顯著下降。在 24 個月組和四歲組中，分別由 2010 年的 40.5% 和 15.4% 下降至 2016 年的 16.7 和 4.2%。另一方面，每日飲奶少於 360 毫升的兒童比例在 2016 年有所增加。



- ii) 於這兩次調查中，沒有飲用奶品的兒童比例相若。然而，非每日飲用奶品的兒童比例大幅增加。在 24 個月組和四歲組中，比率分別由 2010 年的 0.8%和 7.9%上升至 2016 年的 7.5%和 36.0%。

(c) 使用奶瓶飲奶的情況

- i) 與 2010 年的調查相比，兒童持續使用奶瓶的比例有所下降。在 18 個月組中，使用奶瓶飲奶的比率由 2010 年的 95.2%下降至 2016 年的 84.4%。在 24 個月組和四歲組中，比率分別由 2010 年的 89.4%和 55.2%下降至 2016 年 68.5%和 31.6%。

(d) 進食蔬菜和水果情況

- i) 參與本調查的 1 至 2 歲兒童進食蔬菜的分量較 2010 年調查中同齡的兒童多。在 2010 年的調查中，以 3 天進食紀錄評估進食量，在 12 個月組、18 個月組和 24 個月組中，分別有 9.1%，36.1%和 35.0%的兒童每日進食至少 80 克（一份）蔬菜。在 2016 年，更多兒童每日進食至少一份蔬菜，比率分別為 12 個月組的 37.0%、18 個月組的 43.7%和 24 個月組的 53.1%。在四歲組中，每天進食至少 160 克（兩份）蔬菜的兒童比率維持於 8.9%。
- ii) 1 至 2 歲兒童進食水果的分量亦比 2010 年調查時多。在 2010 年的調查中，以 3 天進食紀錄評估進食量，在 12 個月組、18 個月組和 24 個月組中，分別有 54.4%，61.8%和 67.5%的兒童每日進食至少 40 克（半份）水果。在 2016 年，每日進食至少 40 克水果的兒童增加，比率分別為 12 個月組的 67.8%、18 個月組的 79.0%和 24 個月組的 79.5%。在本調查中，53.5%的四歲組兒童進食至少 80 克（一份）水果，比率與 2010 年的 49.8%相若。

結論和建議

本調查顯示，相當比例的幼兒很少與家庭成員一起進餐，家長亦較少容許他們自己進食。家長甚普遍容許學前兒童的在進餐時看電視或玩手機／平板電腦。這些餵養的方式不適合幼童發展，可能妨礙幼兒學習進食和建立健康的飲食習慣。

育有較大幼兒的家長，對子女的食慾和進餐時間長短有所擔憂，這反映出他們在餵養幼兒上可能遇到較多困難。父母擔心子女進食分量過少，顯示他們可能對孩子食慾抱有不合適期望。合適兒童年齡進食分量的明確資訊，可以讓家長對子女的進食分量的期望符合實際。這亦可能有助減少家長餵養幼兒的焦慮，從而促進配合幼兒發展的餵養行為。

本調查顯示，大部分兒童仍然未有進食足夠的水果和蔬菜。有效的餵養策略可促進幼兒進食水果和蔬菜，包括為孩子提供合適食物、重複接觸和家長作為榜樣等，配合幼兒發



展的餵養方式應當進一步推廣。

隨著年齡的增長，幼童飲奶的分量和次數均有所減少。飲奶的分量不足和次數少的現象，在兩歲和 4 歲的學前兒童較為明顯。這與 2013 年行為風險因素調查報告的香港成年人的飲食習慣以及全港 *食物消費量調查 2005-2007* 的結果相似，兩項調查均顯示本港成年人牛奶和奶製品進食量偏低。

父母樹立榜樣對幼兒和學前兒童飲食，起著舉足輕重的作用。所以，我們有需要加強給家長餵養幼兒和學前兒童飲食的健康教育資訊，內容需針對兒童及家長的飲食問題；鼓勵家長為自己和孩子提供充足的奶類及代替品。相關的資訊，包括鈣質豐富的食物、分量、奶和奶製品以及傳統含豐富鈣質的食物分量互換的訊息，可以幫助家長為自己和子女選擇營養合適的食物。將這些鈣質豐富的食物納入家庭膳食的烹飪技巧和食譜等實用資訊，亦不可缺少。改善家庭膳食，時常提供奶和奶製品及其他鈣質豐富的食物，還可以令家長改善其攝取鈣質不足的情況。

最後，幼童在 18 個月後停止使用奶瓶飲奶的情況不理想。有需要就家長幫助兒童停止使用奶瓶遇到的障礙作進一步研究。



1. 引言

1.1. 背景

在幼兒期間得到充足的營養，是兒童身體發育、智能發展和健康的基礎。世界衛生組織建議所有嬰兒首 6 個月全吃母乳，約到 6 個月大，應進食固體食物，並繼續餵哺母乳至 2 歲或以上。

在此期間，幼兒須要進食不同種類營養豐富的食物，這不僅在於滿足營養的需求，對於他們發展進食技能以及建立健康的飲食模式亦為必要。於幼兒期間形成的飲食喜好，很大程度在兒童時期仍然跟隨，並形成成人飲食模式¹。早期的飲食習慣是預防兒童肥胖和非傳染病的基礎。

衛生署家庭健康服務於 2010 年，進行了香港嬰幼兒的飲食調查，對象為到訪母嬰健康院的 6 個月大至 4 歲兒童的家長，調查家長餵養兒童行為、及嬰幼兒的飲食狀況。調查結果顯示，幼兒食用水果和蔬菜分量不足²。12 個月大或以上的幼兒飲用配方奶十分普遍，大部分 1 至 2 歲的兒童仍飲用大量配方奶³。雖然本地指引建議幼兒由 14 個月大起改用以杯飲奶，但絕大多數超過這年紀的幼兒仍在持續用奶瓶飲奶；4 歲兒童中有 55% 仍用奶瓶。這亦或導致飲奶量過多。家長對配方奶的營養益處亦有若干誤解，傾向不信任其子女能夠自己調節進食，很多家長並指出子女進餐時的行為問題⁴。

衛生署家庭健康服務在 2011 年推出了「6 至 24 個月嬰幼兒健康飲食」的家長健康教育小冊子，鼓勵家長以配合發展及回應方式餵養嬰幼兒。該小冊子建議嬰幼兒進食不同類型的食物，進食足夠的水果及蔬菜，以及飲用適當分量的奶類，即每天 360 至 480 毫升奶類。同時亦建議幼兒於 18 個月大時停用奶瓶。派發健康教育小冊子以外，還透過各種渠道向嬰幼兒家長發佈這些關鍵信息，包括醫護人員向到訪母嬰健康院的家長提出建議，家庭健康服務的網頁及健康講座。

為了解現時本港幼兒的飲食模式和家長餵食幼兒的習慣，並評估上述有關嬰幼兒餵養的健康促進行動的效果，家庭健康服務委託一所私營研究機構於 2016 年對到訪母嬰健康院的幼兒及其家長進行調查（下稱「調查」）。

1.2. 調查目的

調查旨在於研究 1 至 4 歲兒童的以下情況：

- i) 他們飲用奶品的模式，包括曾飲用的奶類或奶類產品、飲奶的分量分量、飲用習慣、家長對選擇奶品和配方奶以及對使用奶樽的態度；



- ii) 他們進食水果、蔬菜以及服用營養補充劑；
- iii) 家長餵養幼兒的行為；
- iv) 家長有關餵食兒童資料的來源；及
- v) 育有 1 歲兒童的母親餵哺母乳的經驗。



2. 調查方法

2.1. 調查設計

調查屬橫斷面研究，在香港 29 間母嬰健康院進行，包括港島 6 間、九龍區 9 間、新界東和將軍澳 5 間、和新界西 8 間母嬰健康院，以及大嶼山的東涌母嬰健康院。調查在 2016 年 7 月 22 日至 9 月 29 日期間，於指定日子在各母嬰健康院進行。

2.2. 受訪者

調查旨在研究到訪母嬰健康院的 1 至 4 歲的華裔兒童及其家長。調查對象為育有以下四個年齡組別兒童的家長：12 至少於 15 個月（12 個月組）、18 至少於 21 個月（18 個月組）、24 至少於 30 個月（24 個月組），以及 48 至少於 60 個月（4 歲組）。這些年齡組別的兒童，大多數會到母嬰健康院接受例行服務，例如於 12 個月大和 18 個月大接種疫苗、於 4 歲大接受視力普查，以及部分於 24 至 30 個月大的兒童進行發展監察。

當家長（母親或父親）帶同其 1 至 4 歲兒童到訪母嬰健康院時，而兒童又屬該四個年齡組別之一，護士會邀請他們參加調查。參加者須是華人、操廣東話或普通話，及能閱讀中文。如兒童非足月（即懷孕 37 周前出生）、被懷疑或確診為發展遲緩或異常、患有長期疾病、或先天不健全而需定期專科護理和跟進，其家長則不會被邀請參加調查。

2.3. 數據蒐集

隨後，已受訓過的訪問員與受訪家長就目標兒童的飲食和家長餵養的情況進行 15 至 20 分鐘面談訪問。訪問員透過平板電腦，以「電腦訪問輔助系統」(CAPI) 來收集和記錄問卷資料。

2.3.1. 調查問卷

調查使用的問卷，設有廣東話和普通話版本。問卷（附件一）以 2010 年調查所使用的問卷為基礎，並對飲奶的情況和家長餵食習慣的部分問題作出修訂。問卷在 2016 年 1 月至 4 月透過在母嬰健康院與家長進行試訪，確定問卷內容的有效性。

(a) 兒童飲奶的模式和習慣

問卷包括在調查前 7 日兒童曾飲用的奶類，包括直接母乳餵哺、擠出的母乳、嬰兒配方奶、較大嬰兒配方奶，牛奶（包括牛奶粉、牛奶）；有否食用奶製品如芝士、乳酪和加



鈣豆奶；飲用牛奶和配方奶的次數和分量。飲奶所用的器皿，以及用奶樽飲奶的習慣。

(b) 兒童進食不同食物類別及服用營養補充劑的情況

問卷包括在調查前 7 日兒童進食奶以外不同食物類別的日數；進食水果和蔬菜的種類和分量，以及兒童服用營養補充劑的情況。

家長以問卷分所列 9 個水果分量和 11 個蔬菜分量的選項，回答兒童在有進食的日子所進食的分量。為確保調查結果的一致性，訪問員會展示以標準尺寸的匙羹和碗盛不同分量水果和蔬菜的圖片，圖片包括 20 克、40 克、60 克，以及 80 克的水果分量，和 20 克、40 克、80 克、120 克，以及 160 克的蔬菜。(附件二) 在訪問中，調查員亦向家長展示標準尺寸的匙羹和碗。訪問中亦展示本地常見的水果和蔬菜圖片，輔助家長回答有關水果和蔬菜的問題。

(c) 兒童進餐及自行進食的狀況、家長餵養的行為

問卷包括調查前一個月兒童進餐的狀況：與家長一起進餐；家長容許兒童在進餐時看電視或玩手機／平板電腦；進餐時走來走去；用餐時間；家長協助兒童自己進食等。亦包括家長用食物獎賞或安撫兒童、容許兒童飲加糖飲品等的餵養行為。家長以 5 級選擇——「完全無」、「較少」、「有時」、「經常」、「通常（即每日、每次）」表示這些情況出現／發生的頻密程度。

問卷有關兒童自行進食的狀況的部分，包括拿食物吃、使用匙羹以及使用杯，由 12 個月組、18 個月組和 24 個月組的家長回答。

(d) 家長對配方奶的看法，以及有關餵養兒童的資訊來源

問卷包括家長對配方奶的營養價值和健康好處的看法。他們根據以 5 個選擇（「極不同意」、「不同意」、「無意見或不知道」、「同意」、「極同意」）來表達意見。問卷亦包括家長從何處得到餵養嬰幼兒的資訊，及家長期望衛生署提供餵養兒童資訊的途徑。

(e) 母親餵哺母乳的經驗

12 個月組和 18 個月組的母親被問及曾否餵哺母乳，以及停止餵哺的時間。對於已停餵母乳或從未餵哺母乳的母親，她們可從問卷預設的選項中選擇她們停餵或從未餵哺母乳



的原因。這些選項是根據美國疾病控制及預防中心的嬰兒餵養習慣調查的問卷編成。⁵

(f) 家長和兒童的人口特徵

本調查亦收集家長的人口特徵，包括年齡、教育程度、自己及其配偶／伴侶的就業情況、婚姻狀況以及家庭收入。問卷亦問及目標兒童的主要照顧者的資料。

(g) 兒童的體重和身高

護士以標準方法量度目標兒童的體重和身高／身長。24 個月以下的兒童以嬰兒電子磅量度體重，和用刻度為 0.5 厘米的測量墊量度身長。24 個月組和 4 歲組的兒童以距離計量度站立高度，算至最接近的 0.1 厘米，以及用電子磅量度體重。

2.3.2. 訪問員的培訓

調查備有訪問員手冊，指導訪問員進行問卷調查。就本調查和問卷的詳情、面訪技巧，所有訪問員均接受有關的培訓。訪問員完成首個訪問後，與督導檢討訪問情況。

2.3.3. 樣本數目

樣本的目標數目是 1 510，並按母嬰健康院到訪人次的比例分配各區的樣本數目。

計算目標樣本數目是估計本調查與 2010 年的調查相比，飲用高奶量和使用奶樽飲用奶品的兒童的百分比會下降 10%。

2.3.4. 品質控制的措施

所有完成的問卷均經過獨立品質控制程序。平均每名訪問員 15.4%的成功完成的訪問均被隨機抽樣作覆核。覆核程序由獨立覆核員（非訪問員的工作人員）進行。

2.4. 數據管理和分析

2.4.1. 數據管理

所有數據均由訪問員於訪問過程中直接輸入平板電腦。在面談中，不清晰或缺失的答案均由電腦訪問輔助系統當場驗證。所有完成的問卷亦經過妥善的編輯、編碼及驗證。在進行正式調查前，問卷的流程以及整個訪問工作的運作均經過試訪並及因應試訪結果而



修改。

2.4.2. 數據分析

調查根據世界衛生組織的兒童生長標準，使用軟件「WHO ANTHRO v3.2.2.6」將目標兒童的體重、身高以及身高體重指數轉換成 z 值。⁶調查採用了世界衛生組織對超重、肥胖、過瘦以及發育遲緩的定義，報告兒童的營養狀況。

在分析兒童進食水果和蔬菜的分量時，以以下方法計算「每日平均進食量」：

= 進食日數 x 水果和蔬菜的進食量 / 7 日

調查進一步就每日平均進食水果和蔬菜的分量，按衛生署建議 1 至 2 歲兒童每日進食水果及蔬菜的分量進行分類（表 1）。

表 1: 衛生署建議 1 至 2 歲兒童每日進食水果及蔬菜的分量

年齡	建議每日進食的分量	
	水果	蔬菜
一歲 ⁷	40 至 80 克（半份至一份）	最少 80 克（一份）
兩歲 ⁸	最少 80 克（一份）	最少 120 克（一份半）

調查採用獨立樣本 t 檢定（independent samples t-test），比較兒童是否使用奶樽飲奶和其飲奶量的關係。調查亦採用皮氏卡方檢定（Pearson's chi-square test）比較百分比，包括以下關係：進食時間與家長對兒童食慾的關注、比較各年齡組別的家長對配方奶營養益處的看法，以及人口特徵與母乳餵哺的情況。統計檢定採用的顯著水平為 5% ($p \leq 0.05$)。所有統計分析均採用 SPSS 21.0 統計軟件進行。

2.5. 倫理道德的審查

調查於在 2016 年 5 月已通過衛生署轄下的道德事務委員的道德審查。



3. 調查結果

3.1. 樣本

在調查期間（2016年7月22日至9月29日），母嬰健康院護士邀請了2447名符合本調查條件的家長參與調查，其中1639名家長回應並完成訪問，回應率為67.0%。大部分受訪者是母親（88.4%），而超過一半目標兒童是男孩（52.2%）。（表2）

表3列出受訪者和目標兒童的人口特徵。在所有年齡組別中，超過九成兒童每日與家長同住。關於受訪者的年齡，有54.5%的母親年齡是25至34歲，而52.9%的父親年齡是35至44歲。大部分（56.9%）受訪者具專上教育程度。約半數受訪母親（48.0%）是全職家庭主婦，而幾乎所有父親（96.7%）有全職工作。近六成受訪者報稱每月家庭收入超過\$30,000。

表 2: 受訪者及目標兒童的特徵

	12 個月組 (受訪人數=413)		18 個月組 (受訪人數=414)		24 個月組 (受訪人數=397)		四歲組 (受訪人數=415)		整體 (受訪人數=1639)	
	人數	(%)	人數	(%)	人數	(%)	人數	(%)	人數	(%)
目標兒童月齡										
平均數 (標準差)	12.1	(0.35)	18.1	(0.27)	24.3	(0.96)	50.7	(2.69)	-	-
目標兒童性別										
男	216	(52.3)	213	(51.4)	219	(55.2)	207	(49.9)	855	(52.2)
女	197	(47.7)	201	(48.6)	178	(44.8)	208	(50.1)	784	(47.8)
受訪者										
母親	382	(92.5)	366	(88.4)	347	(87.4)	354	(85.3)	1449	(88.4)
父親	31	(7.5)	48	(11.6)	50	(12.6)	61	(14.7)	190	(11.6)

基數：所有受訪者(1639)



表 3: 父母的人口特徵

	12 個月組 (受訪人數= 413)		18 個月組 (受訪人數= 414)		24 個月組 (受訪人數= 397)		四歲組 (受訪人數= 415)		整體 (受訪人數= 1639)	
	人數	(%)	人數	(%)	人數	(%)	人數	(%)	人數	(%)
父母每日與兒童同住	386	(93.5)	382	(92.3)	372	(93.7)	397	(95.7)	1537	(93.8)
母親的年齡										
18 至 24 歲	19	(4.6)	12	(2.9)	9	(2.3)	2	(0.5)	42	(2.6)
25 至 34 歲	250	(60.5)	254	(61.4)	230	(57.9)	159	(38.3)	893	(54.5)
35 至 44 歲	141	(34.1)	146	(35.3)	153	(38.5)	244	(58.8)	684	(41.7)
45 歲或以上	3	(0.7)	2	(0.5)	5	(1.3)	10	(2.4)	20	(1.2)
母親的教育程度										
中三或以下	49	(11.9)	66	(15.9)	60	(15.1)	63	(15.2)	238	(14.5)
中四至中七	160	(38.7)	154	(37.2)	176	(44.3)	171	(41.2)	661	(40.4)
大專程度或以上	204	(49.4)	194	(46.9)	161	(40.5)	181	(43.6)	740	(45.2)
母親的職業										
全職受僱或自僱	186	(45.0)	200	(48.3)	178	(44.8)	175	(42.2)	739	(45.1)
兼職	27	(6.5)	18	(4.3)	25	(6.3)	35	(8.4)	105	(6.4)
退休或待業	3	(0.7)	0	(0.0)	3	(0.8)	2	(0.5)	8	(0.5)
全職照顧家庭	197	(47.7)	196	(47.3)	191	(48.1)	203	(48.9)	787	(48.0)
父親的年齡										
18 至 24 歲	7	(1.7)	3	(0.7)	4	(1.0)	0	(0)	14	(0.9)
25 至 34 歲	164	(39.7)	166	(40.1)	150	(37.8)	86	(20.7)	566	(34.5)
35 至 44 歲	216	(52.3)	200	(48.3)	197	(49.6)	254	(61.2)	867	(52.9)
45 歲或以上	26	(6.3)	45	(10.9)	46	(11.6)	75	(18.1)	192	(11.7)
父親的教育程度										
中三或以下	54	(13.1)	63	(15.3)	59	(14.9)	53	(12.8)	229	(14.0)
中四至中七	159	(38.5)	158	(38.3)	162	(40.8)	171	(41.4)	650	(39.7)
大專程度或以上	200	(48.4)	192	(46.4)	176	(44.4)	189	(45.8)	757	(46.3)
父親的職業										
全職受僱或自僱	406	(98.3)	404	(97.6)	374	(94.2)	401	(96.6)	1585	(96.7)
兼職	3	(0.7)	6	(1.4)	16	(4.0)	7	(1.7)	32	(2.0)
退休或待業	3	(0.7)	3	(0.7)	7	(1.8)	6	(1.4)	19	(1.2)
全職照顧家庭	1	(0.2)	1	(0.2)	0	(0.0)	1	(0.2)	3	(0.2)
每月家庭收入										
少於\$10,000	8	(2.0)	10	(2.4)	10	(2.6)	12	(2.9)	40	(2.5)
\$10,000 至\$29,999	138	(33.6)	153	(37.3)	155	(39.8)	172	(42.1)	618	(38.2)
\$30,000 至\$49,999	144	(35.1)	119	(29.0)	124	(31.9)	109	(26.7)	496	(30.7)
\$50,000 或以上	120	(29.3)	128	(31.2)	100	(25.7)	116	(28.4)	464	(28.7)

基數：所有受訪者(1639)



在大多數目標兒童由母親負責選擇食物（79.0%），以及看管或餵養（53.9%），其次是祖父母和家傭。（表 4）

表 4：負責照顧目標兒童的人士

	12 個月組		18 個月組		24 個月組		四歲組		整體	
	(受訪人數= 413)		(受訪人數= 414)		(受訪人數= 397)		(受訪人數= 415)		(受訪人數= 1639)	
	人數	(%)	人數	(%)	人數	(%)	人數	(%)	人數	(%)
為兒童選擇食物										
母親	332	(80.4)	340	(82.1)	302	(76.1)	321	(77.3)	1295	(79.0)
父親	10	(2.4)	10	(2.4)	13	(3.3)	15	(3.6)	48	(2.9)
(外) 祖父母	58	(14.0)	51	(12.3)	67	(16.9)	65	(15.7)	241	(14.7)
家傭	12	(2.9)	12	(2.9)	12	(3.0)	11	(2.7)	47	(2.9)
看管或餵養兒童										
母親	214	(51.8)	221	(53.4)	197	(49.6)	251	(60.5)	883	(53.9)
父親	7	(1.7)	5	(1.2)	8	(2.0)	6	(1.4)	26	(1.6)
(外) 祖父母	116	(28.1)	108	(26.1)	112	(28.2)	82	(19.8)	418	(25.5)
家傭	73	(17.7)	77	(18.6)	74	(18.6)	68	(16.4)	292	(17.8)

基數：所有受訪者(1639)



3.2. 目標兒童的營養狀態

表 5 列出 目標兒童的 體重、身高和體重指數(Body Mass Index, BMI)的 平均數，以及世界衛生組織兒童生長標準 按年齡 相關的 z 值。

表 5: 目標兒童的平均體重和身高

	12 個月組 平均數(標準差)	18 個月組 平均數(標準差)	24 個月組 平均數(標準差)	四歲組 平均數(標準差)
男童				
兒童數目	216	213	219	207
體重 (公斤)	9.6 (0.99)	10.8 (1.02)	12.1 (1.26)	16.4 (2.14)
身高 (厘米)	75.8 (2.70)	81.5 (3.17)	86.6 (3.00)	103.7 (4.52)
體重指數 (公斤/米 ²)	16.8 (1.37)	16.3 (1.30)	16.1 (1.29)	15.2 (1.24)
體重 z 值	-0.11 (0.93)	-0.16 (0.85)	-0.14 (0.90)	-0.26 (0.93)
身高 z 分數值	-0.10 (1.10)	-0.36 (1.16)	-0.30 (0.97)	-0.29 (0.97)
體重指數 z 值	-0.63 (1.02)	0.092 (1.01)	0.04 (1.01)	-0.12 (0.94)
女童				
兒童數目	197	201	178	208
體重 (公斤)	9.1 (1.01)	10.3 (0.94)	11.4 (1.29)	16.0 (2.50)
身高 (厘米)	74.4 (2.64)	80.1 (3.17)	85.0 (3.16)	102.6 (4.79)
體重指數 (公斤/米 ²)	16.4 (1.31)	16.0 (1.42)	15.8 (1.42)	15.1 (1.49)
體重 z 值	-0.01 (0.86)	-0.27 (0.74)	-0.16 (0.86)	-0.40 (1.00)
身高 z 值	0.02 (0.97)	-0.28 (1.08)	-0.35 (0.92)	-0.47 (0.99)
體重指數 z 值	-0.03 (0.88)	0.20 (0.88)	0.04 (1.02)	-0.17 (0.99)

基數：所有受訪者(1639)

按世界衛生組織兒童生長標準分類，4.1%的兒童發育遲緩（身高 z 分數少於 2），1.3%的兒童屬消瘦（體重指數 z 值少於-2），而 2.3%的兒童超重或肥胖（體重指數 z 值超過 2）。（表 6）



表 6: 目標兒童的營養狀態*

	12 個月組		18 個月組		24 個月組		四歲組		整體	
	(受訪人數= 413)		(受訪人數= 414)		(受訪人數= 397)		(受訪人數= 415)		(受訪人數= 1639)	
	人數	(%)	人數	(%)	人數	人數	(%)	人數	(%)	人數
消瘦	5	1.2%	3	0.7%	8	2.0%	6	1.4%	22	1.3%
超重或肥胖	7	1.7%	7	1.7%	12	3.0%	11	2.7%	37	2.3%
發育遲緩	14	3.4%	19	4.6%	18	4.5%	16	3.9%	67	4.1%

基數：所有受訪者(1639) *根據 2006 年世界衛生組織兒童生長標準



3.3. 兒童飲奶的情況

3.3.1. 兒童曾飲用的奶類

在調查前 7 日內，幾乎所有 12 個月組、18 個月組和 24 個月組的兒童（分別為 99.8%、99.3%和 99.5%）有單獨或一併飲用母乳、配方奶粉、牛奶或奶類製品。在四歲組的兒童中，93.7%的兒童有飲奶或進食奶類製品，而 6.3%的兒童沒有飲母乳或任何種類的奶或進食奶類製品。

在 1639 名目標兒童中，14.6%的兒童有飲用母乳。飲用母乳的兒童百分比由 12 個月組的 31.2%下降到 18 個月組的 15.9%和 24 個月組的 9.6%。只有少數四歲組的兒童(1.7%)仍飲用母乳。(表 7)

各種奶類中，最多目標兒童飲用的較大嬰兒配方奶。在 12 個月組、18 個月組、24 個月組，以及四歲組的兒童中，分別有 72.9%、82.9%、83.6%以及 43.1%飲用較大嬰兒配方奶。在 12 個月組和 18 個月組的兒童中，分別有 6.3%和 4.1%的兒童飲用嬰幼兒配方奶。隨著兒童年齡增長，配方奶的使用率下降，但值得注意的是，在四歲組的兒童當中，5.1%（在 415 名兒童中的 21 名兒童）飲用其他類別的配方奶，其中 19 名兒童飲用營養補充配方奶。

隨著兒童年齡增長，飲用牛奶亦變得普遍，反映邁向成年人飲食的習慣。兒童飲用牛奶的比率，從 12 個月組的 7.3%上升至四歲組的 63.9%。飲用加鈣豆奶的兒童比率，從 24 個月組的 9.3%升至四歲組的 14.5%。

進食奶類製品方面，在所有年齡組中，大部分兒童有食用芝士，百分比由 12 個月組的 40.4%增至四歲組的 58.1%。而在 18 個月組、24 個月組以及四歲組的兒童中，大約 30%的兒童進食乳酪。



表 7: 兒童在調查前 7 日內飲用過的奶品類別

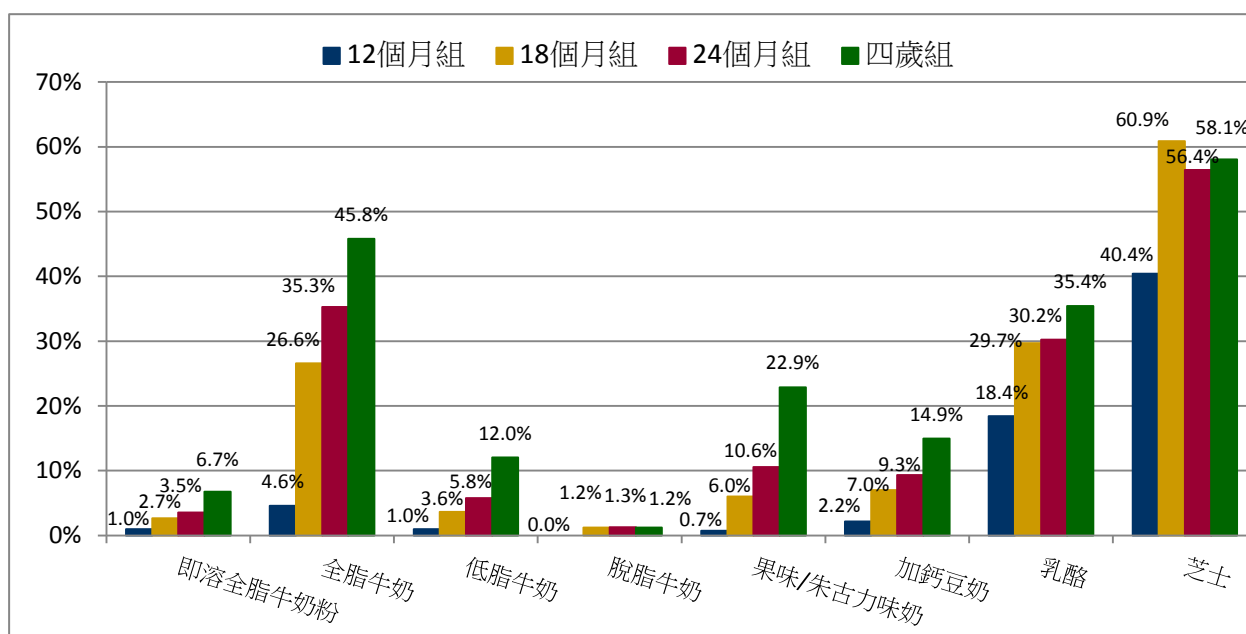
	12 個月組 (受訪人數=413) 人數 (%)	18 個月組 (受訪人數=414) 人數 (%)	24 個月組 (受訪人數=397) 人數 (%)	四歲組 (受訪人數=415) 人數 (%)	整體 (受訪人數=1639) 人數 (%)
母乳	129 (31.2)	65 (15.7)	38 (9.6)	7 (1.7)	239 (14.6)
嬰兒配方奶	26 (6.3)	17 (4.1)	1 (0.3)	2 (0.5)	46 (2.8)
較大嬰兒配方奶	301 (72.9)	343 (82.9)	332 (83.6)	179 (43.1)	1155 (70.5)
其他配方奶	2 (0.5)	2 (0.5)	4 (1.0)	21 (5.1)	29 (1.8)
牛奶	30 (7.3)	135 (32.6)	19 (47.9)	265 (63.9)	620 (37.8)
加鈣豆奶	9 (2.2)	29 (7.0)	37 (9.3)	62 (14.9)	137 (8.4)
乳酪	76 (18.4)	123 (29.7)	120 (30.2)	147 (35.4)	466 (28.4)
芝士	167 (40.4)	252 (60.9)	224 (56.4)	241 (58.1)	884 (53.9)

基數：所有受訪者(1639)

母乳和配方奶以外在不同種類的牛奶和奶類製品中，芝士是所有年齡組的兒童中最受歡迎的食品（圖 1）。而在 12 個月組和 18 個月組的兒童中，飲用乳酪比牛奶更普遍。

在不同類別的牛奶中，最多兒童飲用全脂牛奶。儘管健康飲食建議兩歲以上的兒童飲用低脂牛奶，但在 24 個月組和四歲組的兒童中，飲用低脂牛奶並不普遍，比率分別是 5.8% 和 12.0%。只有極少數兒童選擇脫脂牛奶。另一方面，更多較大年齡組別的兒童選擇果味／朱古力牛奶，比率從 24 個月組的 10.6% 到四歲組的 22.9%。這引起額外攝取的游離糖或添加糖的憂慮。

圖 1. 兒童進食不同種類的奶品類的比率



基數：所有受訪者(1639)



3.3.2. 兒童主要飲用的奶類

根據受訪家長報告，在 12 個月組、18 個月組和 24 個月組的兒童中，分別有 26.9%、10.9% 和 6.0% 的兒童主要飲用母乳。

在 12 個月組、18 個月組和 24 個月組的兒童中，分別有 72.9%、84.1% 和 81.9% 的兒童主要飲用配方奶。在四歲組中，43.1% 的兒童主要飲用配方奶，而分別有 38.3% 和 4.6% 的兒童主要飲用牛奶和加鈣豆奶。

整體而言，在調查前 7 日內，大約有 4.1% 的兒童沒有飲用任何種類的奶（包括母乳）。沒有飲用奶品的兒童比率隨年齡增長而上升，從 18 個月組的 0.7% 升至 24 個月組的 2.0%，並升至四歲組的 13.5%。（表 8）

表 8: 兒童主要飲用的奶類

	12 個月組 (受訪人數= 413)	18 個月組 (受訪人數= 414)	24 個月組 (受訪人數= 397)	四歲組 (受訪人數= 415)	整體 (受訪人數= 1639)
	人數 (%)	人數 (%)	人數 (%)	人數 (%)	人數 (%)
沒有飲奶	1(0.2)	3 (0.7)	8 (2.0)	56(13.5)	68(4.1)
母乳	111 (26.9)	45 (10.9)	24 (6.0)	2 (0.5)	182 (11.1)
配方奶	301 (72.9)	348 (84.1)	325 (81.9)	179 (43.1)	1153 (70.3)
牛奶	0 (0.0)	17 (4.1)	40. (10.1)	159 (38.3)	216 (13.2)
加鈣豆奶	0 (0.0)	1 (0.2)	0 (0.0)	19 (4.6)	20 (1.2)

基數：所有受訪者(1639)

3.3.3. 兒童飲用奶類的組合

大部分兒童飲用多於一類以上的奶品。圖 2 顯示了兒童飲用不同奶類組合的比率。

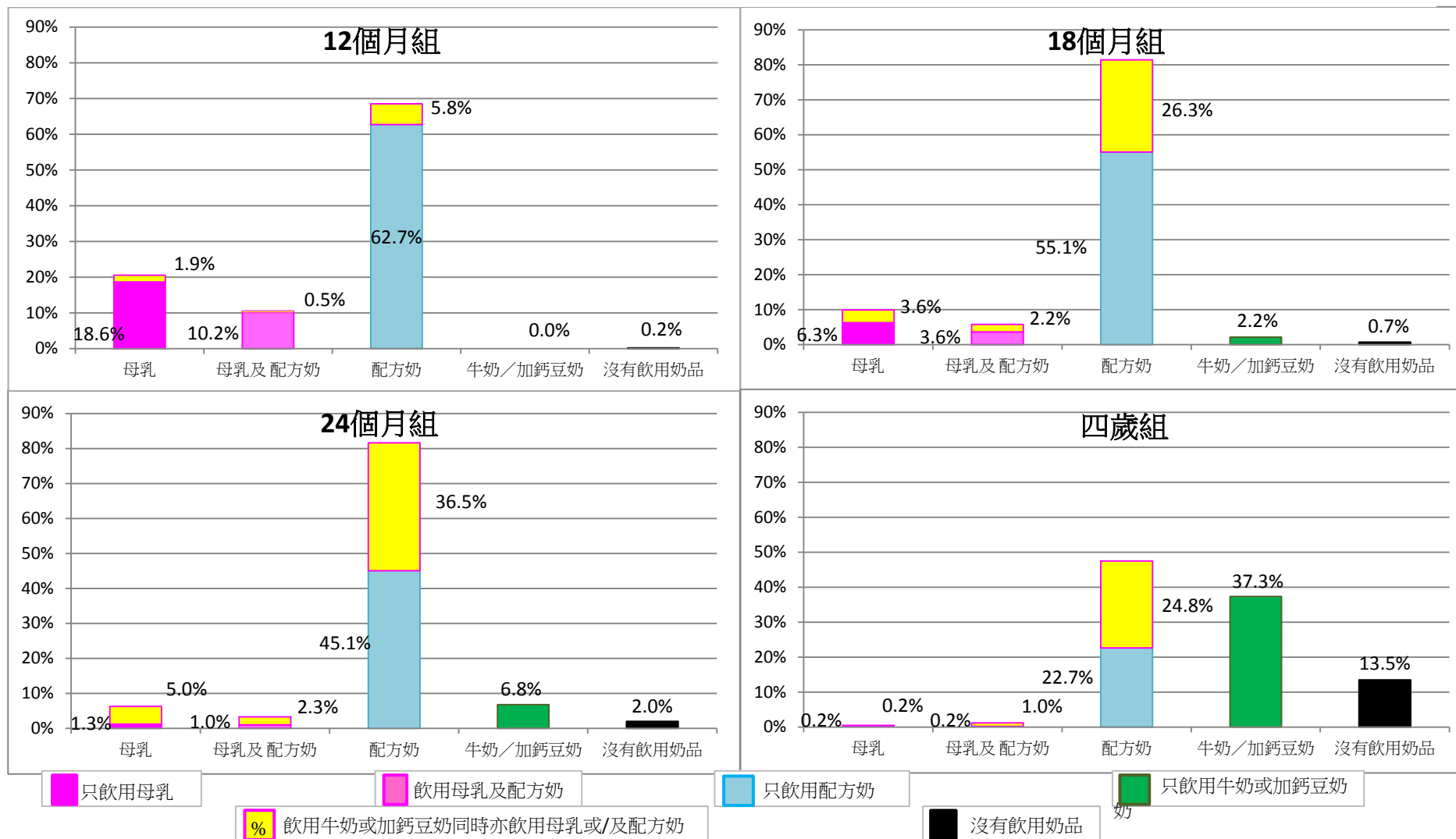
在 12 個月組、18 個月組和 24 個月組的兒童中，最為常見只飲用配方奶，比率分別為 62.7%，55.1% 及 45.1%；而四歲組的兒童則最多（37.3%）只飲用牛奶或加鈣豆奶。

在 12 個月組、18 個月組和 24 個月組的兒童中，同時飲用母乳或配方奶，以及牛奶或加鈣豆奶的兒童比率有上升趨勢，反映對一歲以上的兒童飲用牛奶的建議。在 18 個月組、24 個月組和四歲組的兒童中，第二普遍的組合是飲用配方奶和牛奶／加鈣豆奶，比率分別是 26.3%、36.5% 和 24.8%。

在只飲用母乳的 12 個月組和 18 個月組的兒童中，部分兒童沒有在飲食中包括其他牛奶。



圖 2. 兒童飲用奶類組合的分佈



基數：12 個月組(413) 18 個月組(414) 24 個月組(397) 四歲組(415)



3.3.4. 飲用牛奶和配方奶的次數

表 9 顯示沒有飲用母乳的兒童飲奶(包括配方奶、牛奶、加鈣豆奶)的次數。總括而言，頻密飲奶的情況並不常見。在 12 個月組、18 個月組和 24 個月組的兒童中，每日飲奶四次以上的兒童比率分別是 21.1%、4.3%和 3.6%。這三個組別的大部分兒童每日飲奶兩至三次。

從一歲幼兒轉到兩歲後學前期階段，兒童飲奶的次數逐漸減少和出現完全沒有飲奶的趨勢。24 個月組中的 2%和四歲組中的 13.8%的兒童在調查前 7 日內沒有飲用奶品，沒有每天都飲奶的兒童比率由 24 個月組中的 8%上升至四歲組中的 36.0%。

表 9: 兒童飲奶(包括配方奶、牛奶、加鈣豆奶)的次數

	12 個月組 (受訪人數= 284) 人數 (%)	18 個月組 (受訪人數= 348) 人數 (%)	24 個月組 (受訪人數= 359) 人數 (%)	四歲組 (受訪人數= 405) 人數 (%)	整體 (受訪人數= 1396) 人數 (%)
完全沒有飲奶	1 (0.4)	3 (0.9)	8 (2.2)	56 (13.7)	68 (4.9)
沒有每日飲奶	1 (0.4)	5 (1.4)	27 (7.5)	146 (36.0)	179 (12.8)
每日一次	5 (1.8)	37 (10.6)	56 (15.6)	82 (20.2)	180 (12.9)
每日兩次	72 (25.4)	184 (52.9)	193 (53.8)	107 (26.4)	556 (39.8)
每日三次	145 (51.1)	104 (29.8)	62 (17.3)	12 (3.0)	323 (23.1)
每日四次或以上	60 (21.1)	15 (4.3)	13 (3.6)	2 (0.5)	90 (6.4)

基數：子女在調查前 7 日內沒有飲母乳的受訪者（撇除四位未能回應每日平均飲用奶量的受訪者）(1396)

至於仍有飲母乳的兒童方面，12 個月組，18 個月組和 24 個月組中分別有 59.7%，39.1%和 13.2%的兒童除母乳外沒有飲用其他種類的奶。有飲用牛奶或配方奶但不是每天喝的兒童，在 12 個月組，18 個月組和 24 個月組中，分別有 11.6%，21.6%和 44.7%。飲母乳同時亦每日飲用牛奶或配方奶粉的比率，在 12 個月組為 28.7%，18 個月組為 39.1%，和 24 個月組中則佔 42.1%。



3.3.5. 飲用牛奶和配方奶的奶量

在沒有飲母乳的兒童中，12 個月組的平均每日奶量為 533 毫升（標準差 181 毫升），18 個月組為 416 毫升（標準差 169 毫升），24 個月組為 365 毫升（標準差 165 毫升），在四歲組為 230 毫升（標準差 145 毫升）。

沒有飲母乳的 18 個月組，24 個月組和四歲組的兒童中分別有 37.5%，37.0%和 12.3%的兒童每天飲用建議範圍內 360 至 480 毫升的奶品。（表 10）

飲用過多奶品或每日飲奶量超過建議並不常見。18 個月組中約有四分之一（25.9%）的兒童和 24 個月組有 16.7%的兒童每天飲奶超過 480 毫升。只有很少的四歲組（4.2%）兒童每日飲用超過 480 毫升的奶品。

總體而言，在 18 個月組，24 個月組和四歲組，飲奶量低於建議量的百分比比飲奶量超過建議量的為高。18 個月組中有三分之一以上（36.5%）沒有飲奶或每天飲奶少於 360 毫升。在 24 個月組中，46.2%的兒童沒有飲奶或每天飲奶少於 360 毫升，而這比率在四歲組中增至 83.5%。

表 10: 兒童每日飲奶(包括配方奶、牛奶、加鈣豆奶)的奶量

	12 個月組 (受訪人數=284)	18 個月組 (受訪人數=348)	24 個月組 (受訪人數=359)	四歲組 (受訪人數=405)	整體 (受訪人數=1396)
一日內攝取的奶量	人數 (%)	人數 (%)	人數 (%)	人數 (%)	人數 (%)
平均數(標準差) (毫升)	533 (181)	416 (169)	365 (167)	230 (145)	373 (197)
少於 360 毫升*	42 (14.8)	127 (36.5)	166 (46.2)	338 (83.5)	673 (48.2)
360 至 480 毫升	82 (28.9)	131 (37.6)	133 (37.0)	50 (12.3)	396 (28.4)
超過 480 毫升	160 (56.3)	90 (25.9)	60 (16.7)	17 (4.2)	327 (23.4)

基數：子女在調查前 7 日內沒有飲用母乳的受訪者（撇除四位未能回應每日平均飲用奶量的受訪者）(1396)

*備註：包括沒有飲用奶品的兒童

與沒有飲母乳的兒童相比，仍有飲母乳的兒童其牛奶和配方奶的飲用量較低。12 個月組，18 個月組 24 個月組，和四歲組的平均每日奶量分別為 101 毫升（標準差 161 毫升），161 毫升（標準差 152 毫升），198 毫升（標準差 137 毫升）和 220 毫升（標準差 134）。

3.3.6. 家長對子女飲奶量的看法

大部分（77.0%）家長認為其子女的飲奶量適當。與認為子女飲奶量太多（9.2%）的家長相比，較多家長認為其子女飲奶量太少（13.9%）。詳情見表 11。



表 11: 家長子女飲奶量的看法

	12 個月組 (受訪人數= 283)	18 個月組 (受訪人數= 346)	24 個月組 (受訪人數= 351)	四歲組 (受訪人數= 352)	整體 (受訪人數= 1332)
	人數 (%)	人數 (%)	人數 (%)	人數 (%)	人數 (%)
太少	34 (12.0)	35 (10.1)	35 (10.0)	81 (23.0)	185 (13.9)
適當	221 (78.1)	280 (80.9)	275 (78.3)	249 (70.7)	1025 (77.0)
太多	28 (9.9)	31 (9.0)	41 (11.7)	22 (6.3)	122 (9.2)

基數：子女在調查前 7 日內沒有飲用母乳但有飲奶的受訪者(1332)

3.3.7. 飲奶用的器皿

18 個月大後很多兒童仍然持續使用奶瓶飲奶。18 個月組中有 84.4%，24 個月組中有 68.5% 的兒童使用奶瓶飲奶。而四歲組中接近三分之一（31.6%）的兒童仍在使使用奶瓶飲奶。（表 12）

使用飲管杯飲奶比使用訓練杯或普通杯更普遍。24 個月組和四歲組分別有 22.7% 及 56.4% 的兒童使用普通杯飲奶。

表 12: 兒童飲奶用的器皿

	12 個月組 (受訪人數= 335)	18 個月組 (受訪人數= 385)	24 個月組 (受訪人數= 384)	四歲組 (受訪人數= 358)	整體 (受訪人數= 1462)
	人數 (%)	人數 (%)	人數 (%)	人數 (%)	人數 (%)
奶瓶	321 (95.8)	325 (84.4)	263 (68.5)	113 (31.6)	1022 (69.9)
飲管杯	80 (23.9)	146 (37.9)	153 (39.8)	104 (29.1)	483 (33.0)
訓練杯	24 (7.2)	34 (8.8)	35 (9.1)	11(3.1)	104 (7.1)
普通杯	14 (4.2)	52 (13.5)	87 (22.7)	202 (56.4)	355 (24.3)

基數：子女有飲用奶品的受訪者(1462)。 #可接受複選

使用和沒有使用奶瓶的兒童的飲奶量

使用奶瓶飲奶的兒童的平均每日飲奶比沒有使用奶瓶的兒童顯著較多（p 值少於 0.001）。在 18 個月組中，使用奶瓶和沒有使用奶瓶的兒童的每日飲用奶量分別為 432 毫升和 320 毫升，而 24 個月組分別為 400 毫升和 299 毫升。（表 13）



表 13: 使用和沒有使用奶瓶的兒童的飲奶量

年齡組別	有使用奶瓶			沒有使用奶瓶			檢定統計量
	人數	每日飲奶量 (毫升)		人數	每日飲奶量 (毫升)		
		平均數	(標準差)		平均數	(標準差)	
18 個月組	306	432	(162)	40	320	(155)	4.13*
24 個月組	257	400	(158)	94	299	(138)	5.48*

基數：18 個月組和 24 個月組子女在調查前 7 日內沒有飲母乳但有飲牛奶或配方奶的受訪者(697)

* p 值小於 0.001

3.3.8. 父母協助子女停用奶瓶飲奶的情況

研究範圍包括了解18個月組，24個月組和四歲組的受訪父母協助子女停用奶瓶飲奶的情況。每個年齡組中均有超過六成家長表示知悉衛生署建議兒童停用奶瓶。然而，較少受訪家長知道建議停用奶瓶的年齡為18個月大，比率分別為18個月組的30.5%，24個月組的19.7%和四歲組的9.5%。

儘管18個月組和24個月組的所有兒童均能夠使用杯子（參見第3.5.4節和表25有關兒童自行進食的技巧），但這些兒童中，相當比例的父母沒有嘗試協助子女停用奶瓶--在18個月組和24個月組中分別為62.6%和39.8%。（表14）18個月組中約三分之一的父母曾嘗試幫助子女停用奶瓶，其中成功停用奶瓶佔11.9%，不成功則佔21.8%。在24個月組中，成功停用奶瓶飲用奶品為27.6%，嘗試但不成功則為28.6%。

在四歲組的兒童的父母中，13.1%從未嘗試過對其子女停用奶瓶，18.4%有嘗試但不成功。



表 14: 父母協助子女停用奶瓶飲奶的情況

	18 個月組 (受訪人數= 385)	24 個月組 (受訪人數= 384)	四歲組 (受訪人數= 358)
	人數 (%)	人數 (%)	人數 (%)
停用奶瓶的經驗			
從未使用奶瓶	14 (3.6)	15 (3.9)	14 (3.9)
成功停用奶瓶	46 (11.9)	106 (27.6)	231 (64.5)
嘗試停用奶瓶但不成功	84 (21.8)	110 (28.6)	66 (18.4)
未有嘗試停用奶瓶	241 (62.6)	153 (39.8)	47 (13.1)
衛生署 建議於兒童十八個月大時停用奶瓶			
父母知悉這項 建議	254 (66.0)	260 (67.7)	224 (62.6)
父母正確指出 建議年齡	117 (30.5)	76 (19.7)	34 (9.5)

基數：子女月齡為 18 個月大或以上並飲用配方奶粉或牛奶的受訪者(1227)

3.3.9. 使用奶瓶飲奶的行為和習慣

邊吸奶瓶邊睡覺，易將喝奶和睡眠結連，兒童需要依賴喝奶入睡，引起睡眠相關問題，從而對停用奶瓶構成障礙。在使用奶瓶飲奶的兒童中，16.5%的父母指出其子女經常或通常在飲奶時入睡。與年齡較小的組別相比，四歲組的兒童較少有用奶瓶入睡的習慣，四歲組中該比率為11.5%，而12個月，18個月和24個月組分別為15.6%，16.6%和19.8%。（表15）

起床時，在床上用奶瓶喝奶的情況在不同年齡組別的兒童中都十分常見，而在年齡較大的組別（24個月組和四歲組）持續使用奶瓶的兒童比率較多。12個月組中約40%的兒童在早上起床時有使用奶瓶在床上飲奶，而24個月組和四歲組分別有53.6%和52.2%的兒童有同樣的習慣。這結果反映出該做法是可能是停用奶瓶的障礙。所有年齡組別的受訪者中只有極少數以奶瓶安撫孩子。



表 15: 使用奶瓶飲奶的行為和習慣

	12 個月組 (受訪人數= 321)	18 個月組 (受訪人數= 325)	24 個月組 (受訪人數= 263)	四歲組 (受訪人數= 113)	整體 (受訪人數= 1 022)
	人數 (%)	人數 (%)	人數 (%)	人數 (%)	人數 (%)
孩子喝着奶瓶入睡 (邊喝邊睡)					
經常/通常	50 (15.6)	54 (16.6)	52 (19.8)	13 (11.5)	169 (16.5)
有時	49 (15.3)	39 (12.0)	22 (8.4)	9 (8.0)	119 (11.6)
完全沒有/較少	222 (69.2)	232 (71.4)	189 (71.9)	91 (80.5)	734 (71.8)
早上起床時, 孩子在床上用奶瓶喝奶					
經常/通常	129 (40.2)	163 (50.2)	141 (53.6)	59 (52.2)	492 (48.1)
有時	15 (4.7)	26 (8.0)	19 (7.2)	7 (6.2)	67 (6.6)
完全沒有/較少	177 (55.1)	136 (41.8)	103 (39.2)	47 (41.6)	463 (45.3)
孩子發脾氣時, 您用奶瓶安撫他/她					
經常/通常	11 (3.4)	8 (2.5)	6 (2.3)	2 (1.8)	27 (2.6)
有時	14 (4.4)	6 (1.8)	7 (2.7)	0 (0.0)	27 (2.6)
完全沒有/較少	296 (92.2)	311 (95.7)	250 (95.1)	111 (98.2)	968 (94.7)

基數：子女有以奶瓶飲用奶品的受訪者(1022)

3.3.10. 父母對配方奶的看法

研究包括評估受訪父母對四個有關較大嬰兒及幼兒配方奶粉的陳述的同意程度。整體而言，**18.8%**的父母同意或極同意「較大嬰兒及幼兒配方奶粉能代替其他食物，提供孩子所需的營養」，更多父母（**31.5%**）認為「較大嬰兒及幼兒配方奶粉含有添加的營養能促進腦部發展，是其他食物沒有的」。（表16）12個月組，18個月組和24個月組的父母較四歲組的父母更傾向同意配方奶粉能帶來的營養益處（ p 值小於**0.05**）。較多年幼兒童的父母（比率分別為12、18、24個月組的**31.2%**、**32.6%**和**36.8%**），認為在促進兒童腦部發育方面，這些配方奶比飲食中的其他食物有較好的營養價值；四歲組家長中只有**25.8%**有同樣認同這方面。

父母對較大嬰兒及幼兒配方奶粉比牛奶含有更多的營養價值或健康效用的錯誤觀念的情況亦普遍。整體而言，**46.6%**的家長同意或極同意「較大嬰兒及幼兒配方奶粉，比普通牛奶較能提供更多鈣質」，而**38.7%**的家長認為「較大嬰兒及幼兒配方奶粉，比普通牛奶較能增強孩子的抵抗力」。雖然較大嬰兒及幼兒配方奶和牛奶同樣為幼兒膳食鈣質的重要來源，但相比四歲組的父母，明顯較多24個月以下兒童的父母（分別為12、18和24個月組的**51.3%**、**46.9%**和**47.6%**）同意或極同意較大嬰兒及幼兒配方奶鈣質的營養價值比牛奶好，該比率在四歲組為**39.8%**。（ $p=0.037$ ）24個月以下兒童的父母亦較多高認同較大嬰兒及幼兒配方奶對增強兒童免疫力方面比牛奶好，（分別為12、18、24個月組的父母的**40.9%**、**41.1%**和**41.1%**），而4年齡組的父母則為**31.8%**。（ $p=0.026$ ）



表 16: 父母對配方奶的看法

關於配方奶粉的陳述	受訪父母同意/極同意					檢定 統計量 (p 值)
	12 個月組	18 個月組	24 個月組	四歲組	合計	
	(受訪人數=413)	(受訪人數=414)	(受訪人數=397)	(受訪人數=415)	(受訪人數=1639)	
	人數(%)	人數(%)	人數(%)	人數(%)	人數(%)	
「較大嬰兒及幼兒配方奶粉能代替其他食物，提供孩子所需的營養。」	79(19.1)	81(19.6)	91(22.9)	57(13.7)	308(18.8)	12.94 (0.044)
「較大嬰兒及幼兒配方奶粉含有添加的營養能促進腦部發展，是其他食物沒有的。」	129(31.2)	135(32.6)	146(36.8)	107(25.8)	517(31.5)	15.25 (0.018)
「較大嬰兒及幼兒配方奶粉，比普通牛奶，較能提供更多鈣質。」	212(51.3)	194(46.9)	189(47.6)	165(39.8)	760(46.4)	13.41 (0.037)
「較大嬰兒及幼兒配方奶粉，比普通牛奶，較能增強孩子的抵抗力。」	169(40.9)	170(41.1)	163(41.1)	132(31.8)	634(38.7)	14.39 (0.026)

基數：所有受訪者(1639)



3.4. 兒童進食的食物

3.4.1. 除奶以外進食不同食物類別的情況

本調查包括目標兒童在調查前 7 日進食不同食物類別的日數、進食水果和蔬菜的種類和分量。

24 個月組的兒童比 12 個月組的兒童進食較多不同類別的食物（肉類、魚類和海鮮、雞蛋、豆類及豆製品、蔬菜、水果及穀物類）。（表 17）而 24 個月組和四歲組的兒童的進食情況相近。

穀物類是最經常進食的食物類別。幾乎所有 18 個月組，24 個月組和四歲組的兒童每天都進食。

絕大部分兒童在調查前 7 日每天進食蔬菜，12 個月組為 83.1%，18 個月組為 88.6%，24 個月組為 86.9%，四歲組為 84.1%。四歲組中有 2.4% 的兒童在調查前 7 日沒有進食蔬菜，比率較年齡較小的組別的兒童高。

每個年齡組中均有超過三分二的兒童在調查前 7 日每天進食水果。24 個月組和四歲組中有 2.4% 沒有進食任何水果，比率較年齡較小的兒童組別高出 1%。

大多數兒童均有進食肉類和魚類，這些含有血基鐵質的食物。在 12 個月組中，60% 的兒童每天都進食肉類。比率上升至 18 個月組的 69.8%，24 個月組的 81.6% 和四歲組的 81.0%。12 個月組中的六成和其他年齡組中超過七成的兒童在調查前 7 日至少三天有進食魚類。沒有經常進食肉類和魚類在 12 個月組的兒童較多 — 1.0% 的兒童沒有進食任何肉類和魚類，4.1% 的兒童只有一或兩天有進食肉類和魚類。在 18 個月組，24 個月組和四歲組中，分別有 2.4%，2.5% 和 1.9% 的兒童只有一或兩天有進食魚類和肉類。

在所有年齡組中，兒童進食蛋類，豆類及豆製品的頻密度比其他食物低。12 個月組中近一半（46.5%）兒童沒有進食任何豆類及豆製品。在 18 個月組，24 個月組和四歲組中，大約四分之一的兒童沒有進食豆類及豆製品。



表 17: 兒童於調查前 7 日進食不同食物類別的日數

	沒有進食 人數 (%)	一至兩日 人數 (%)	三至四日 人數 (%)	五至六日 人數 (%)	每日 人數 (%)
12 個月組 (受訪人數 = 413)					
肉類	9 (2.2)	37 (9.0)	89 (21.5)	32 (7.7)	246 (59.6)
魚和水產	31 (7.5)	127 (30.8)	134 (32.4)	31 (7.5)	90 (21.8)
蛋類	69 (16.7)	191 (46.2)	88 (21.3)	17 (4.1)	48 (11.6)
豆類及豆製品	192 (46.5)	183 (44.3)	29 (7.0)	0 (0.0)	9 (2.2)
蔬菜	5 (1.2)	15 (3.6)	32 (7.7)	18 (4.4)	343 (83.1)
水果	6 (1.5)	26 (6.3)	62 (15.0)	54 (13.1)	265 (64.2)
穀物類	0 (0.0)	10 (2.4)	13 (3.1)	8 (1.9)	382 (92.5)
18 個月組 (受訪人數= 414)					
肉類	5 (1.2)	22 (5.3)	74 (17.9)	24 (5.8)	289 (69.8)
魚和水產	16 (3.9)	104 (25.1)	132 (31.9)	21 (5.1)	141 (34.1)
蛋類	40 (9.7)	145 (35.0)	139 (33.6)	17 (4.1)	73 (17.6)
豆類及豆製品	121 (29.2)	214 (51.7)	55 (13.3)	10 (2.4)	14 (3.4)
蔬菜	2 (0.5)	5 (1.2)	23 (5.6)	17 (4.1)	367 (88.6)
水果	5 (1.2)	17 (4.1)	53 (12.8)	29 (7.0)	310 (74.9)
穀物類	0 (0.0)	3 (0.7)	10 (2.4)	4 (1.0)	397 (95.9)
24 個月組 (受訪人數= 397)					
肉類	2 (0.5)	16 (4.0)	30 (7.6)	25 (6.3)	324 (81.6)
魚和水產	13 (3.3)	88 (22.2)	108 (27.2)	30 (7.6)	158 (39.8)
蛋類	44 (11.1)	127 (32.0)	134 (33.8)	27 (6.8)	65 (16.4)
豆類及豆製品	101 (25.4)	220 (55.4)	59 (14.9)	1 (0.3)	16 (4.0)
蔬菜	4 (1.0)	7 (1.8)	22 (5.5)	19 (4.8)	345 (86.9)
水果	8 (2.0)	19 (4.8)	50 (12.6)	35 (8.8)	285 (71.8)
穀物類	0 (0.0)	0 (0.0)	2 (0.5)	12 (3.0)	383 (96.5)
四歲組 (受訪人數= 415)					
肉類	3 (0.7)	16 (3.9)	42 (10.1)	18 (4.3)	336 (81.0)
魚和水產	11 (2.7)	94 (22.7)	119 (28.7)	37 (8.9)	154 (37.1)
蛋類	20 (4.8)	108 (26.0)	163 (39.3)	45 (10.8)	79 (19.0)
豆類及豆製品	98 (23.6)	214 (51.6)	86 (20.7)	6 (1.4)	11 (2.7)
蔬菜	10 (2.4)	13 (3.1)	21 (5.1)	22 (5.3)	349 (84.1)
水果	10 (2.4)	12 (2.9)	58 (14.0)	51 (12.3)	284 (68.4)
穀物類	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	8 (1.9)	407 (98.1)

基數：所有受訪者(1639)

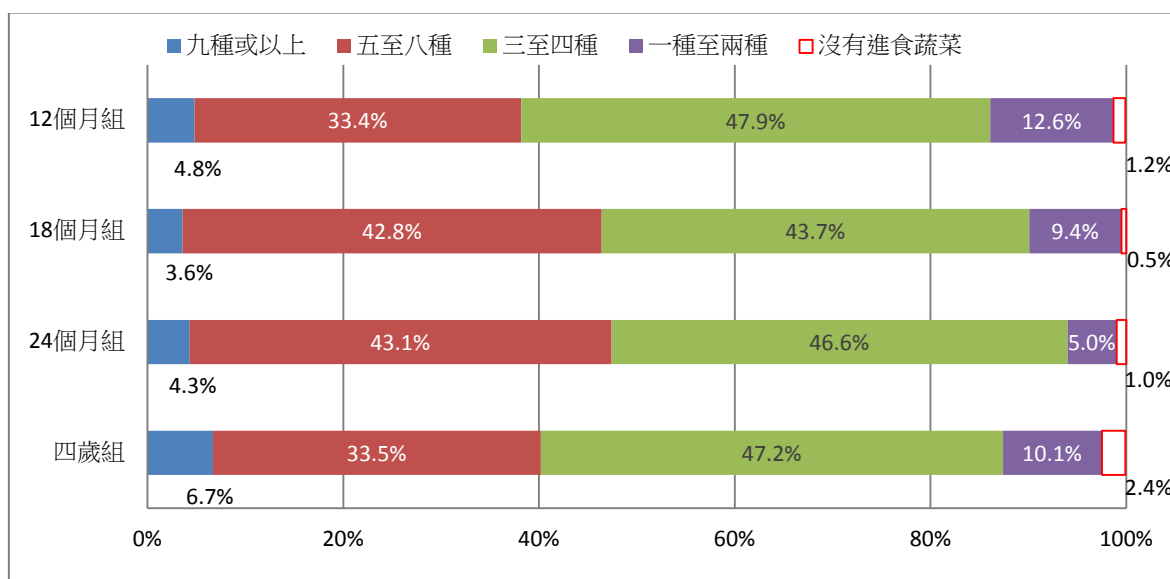


3.4.2. 進食蔬菜

(a) 進食蔬菜的種類

圖 3 所示為，兒童在調查前 7 日內進食的蔬菜種類的數目。四個年齡組的兒童進食蔬菜的種類的數量相近。整體而言，近一半兒童(46%)一周內進食三至四種蔬菜。約有 43.0% 的兒童每周至少進食五種蔬菜，而 4.9% 的兒童每週進食九種或以上的蔬菜。另一方面，約有 10% 的兒童在一周內只進食一種或兩種蔬菜。

圖 3. 目標兒童在調查前 7 日內進食蔬菜種類的數目



基數：所有受訪者：12 個月組(413) 18 個月組(414) 24 個月組(397) 四歲組(415)

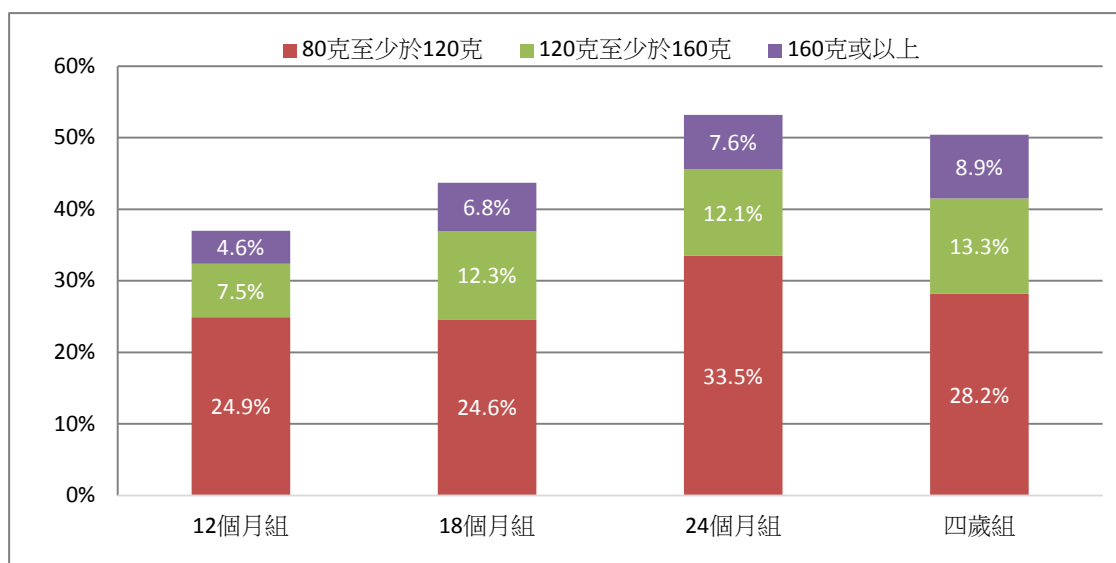
(b) 進食蔬菜的分量

圖 4 顯示各組別平均分量每日進食一份(80 克)或以上蔬菜的兒童所佔的比率。兒童平均每日進食的蔬菜分量隨著年齡增長而增加。

在 12 個月組和 18 個月的組中，分別有 37.0%和 43.7%的兒童每天進食至少一份或 80 克的蔬菜。在 24 個月組和四歲組中，分別有 53.1%和 50.4%的兒童每天進食至少一份蔬菜。24 個月組中約有 20%的兒童每天進食至少 120 克蔬菜，而 4 歲組中有 8.9%每天進食至少 160 克蔬菜。每天進食兩份或 160 克以上蔬菜的兒童比率隨年齡增長而增加，由 12 個月組的 4.6%上升至 18 個月組的 6.8%，24 個月組的 7.6%和四歲組的 8.9%。



圖 4. 各組兒童平均每日進食一份(80 克)或以上蔬菜的比率



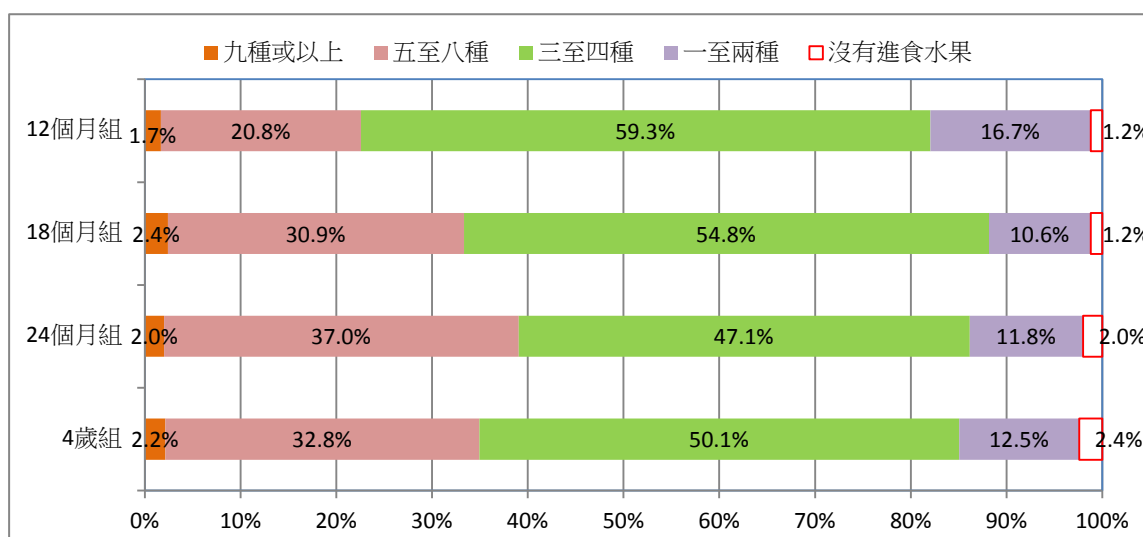
基數：所有受訪者：12 個月組(413) 18 個月組(414) 24 個月組(397) 四歲組(415)

3.4.3. 進食水果

(a) 進食水果的種類

圖 5 顯示目標兒童在調查前 7 日內進食的水果種類數目。相對於年齡較大的兒童，12 個月組的兒童進食較少種類的水果。總體而言，52.9%的兒童一周內進食三至四種水果。在所有目標兒童中，約三分之一（32.5%）進食最少五種水果。約一成兒童一周內只進食一至兩種的水果。極少兒童（2.1%）在一周內進食九種或以上的水果。

圖 5. 目標兒童在調查前 7 日內進食水果種類的數目



基數：所有受訪者：12 個月組(413) 18 個月組(414) 24 個月組(397) 四歲組(415)

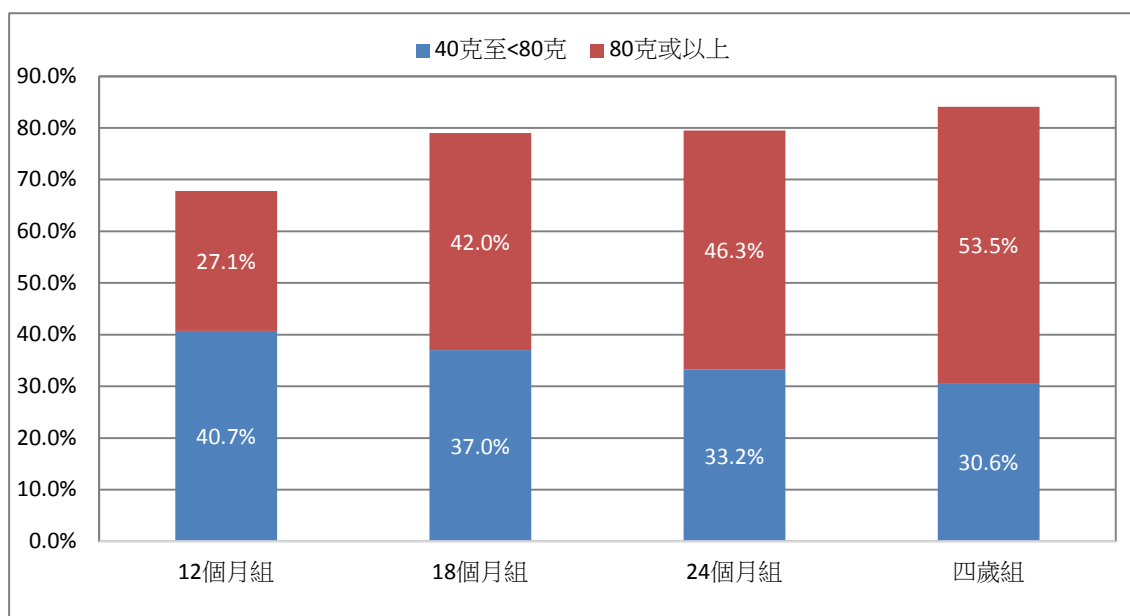


(b) 進食水果的分量

圖6顯示各組別平均每日進食半份(40克)或以上水果的兒童所佔的比率。

兒童平均每天進食水果的分量隨著年齡增長而增加。在12個月組和18個月組中，分別有67.8%和79.0%的兒童每天至少攝入40克水果。在24個月和4歲組中，分別有46.3%和53.5%的兒童每天進食80克或以上水果（至少一份）。（圖6）

圖 6. 各組兒童平均每日進食半份(40 克)或以上水果的比率



基數：所有受訪者：12 個月組(413) 18 個月組(414) 24 個月組(397) 四歲組(415)



3.4.4. 兒童進食蔬菜和水果的分量與建議分量的比較

本調查對 12 個月，18 個月和 24 個月組別的兒童進食蔬菜和水果的分量，與衛生署的建議分量作出比較。(表 18)

在 12 個月組和 18 個月組中，分別有 37%和 43.7%的兒童平均每天進食蔬菜的分量達到建議的至少 80 克。較多兒童達到每天進食至少 40 克水果的建議，當中 12 個月組的比率達 67.8%，18 個月組則有 79.0%。

在 24 個月組中，約有 20%的兒童平均每天進食蔬菜的分量達到建議的至少 120 克，46.3%達建議每天至少進食 80 克的水果。

表 18: 一至兩歲的兒童每天進食建議分量的蔬菜和水果的比率

	建議分量	受訪人數	兒童每天進食達建議分量	
			人數	%
蔬菜	12個月組	413	153	37.0%
	18個月組	414	181	43.7%
	24個月組	至少120克*	397	78
水果	12個月組	413	280	67.8%
	18個月組	414	327	79.0%
	24個月組	至少80克*	397	184

備註：一至兩歲下兒童每天進食蔬菜和水果的建議分量為：蔬菜：四至八匙羹（一匙羹即 20 克）；水果：四分之一碗至半碗（半碗即一份或 80 克）

*幼營喜動校園計劃的建議分量為：蔬菜 1½份；水果一份（一份即 80 克）



3.4.5. 服用營養補充劑的情況

大約 25% 的兒童在調查前 7 日有服用營養補充劑。服用營養補充劑的比例隨著年齡增長而增加，從 12 個月組約佔 10% 的兒童增加至四歲組約佔三分之一的兒童。(表 19)

受訪兒童最常服用的營養補充劑是魚肝油，其次為魚油。在維他命和礦物質補充劑中，在 18 個月組，24 個月組和四歲組中，每組均有超過 5% 的兒童服用鈣和維他命 C。服用鐵或維他命 D 的兒童比率少於 1%。

魚肝油補充劑含維他命 D。在 12 個月組飲用母乳的兒童中，8.5% (129 名兒童中有 11 名) 有服用魚肝油或維他命 D，18 個月組中則為 12.7% (65 名兒童中有 8 名)。

表 19: 目標兒童服用營養補充劑的情況

	12 個月組 (受訪人數=413)	18 個月組 (受訪人數=414)	24 個月組 (受訪人數=397)	四歲組 (受訪人數=415)	合計 (受訪人數=1639)
	人數 (%)	人數 (%)	人數 (%)	人數 (%)	人數 (%)
服用營養補充劑的兒童	41 (9.9)	101 (24.4)	120 (30.2)	139 (33.5)	401 (24.5)
營養補充劑的種類					
魚肝油	17 (4.1)	50 (12.1)	64 (16.1)	58 (14.0)	189 (11.5)
魚油	8 (1.9)	36 (8.7)	32 (8.1)	41 (9.9)	117 (7.1)
維他命及礦物質	18 (4.4)	46 (11.1)	54 (13.6)	73 (17.6)	191 (11.7)
▪ 多種維他命或礦物質	6 (1.5)	10 (2.4)	12 (3.0)	13 (3.1)	41 (2.5)
▪ 維他命 B	1 (0.2)	2 (0.5)	2 (0.5)	1 (0.2)	6 (0.4)
▪ 維他命 C	2 (0.5)	12 (2.9)	25 (6.3)	43 (10.4)	82 (5.0)
▪ 維他命 D	5 (1.2)	4 (1.0)	1 (0.3)	4 (1.0)	14 (0.9)
▪ 鈣	6 (1.5)	26 (6.3)	31 (7.8)	25 (6.0)	88 (5.4)
▪ 鐵	1 (0.2)	0 (0.0)	3 (0.8)	0 (0.0)	4 (0.2)
▪ 鋅	1 (0.2)	0 (0.0)	5 (1.3)	3 (0.7)	9 (0.5)
其他營養補充劑	3 (0.7)	5 (1.2)	10 (2.5)	13 (3.1)	31 (1.9)

基數：所有受訪者(1639)



3.5. 家長的餵養行為及兒童進餐時的狀況

兒童健康飲食，子女和家長各有職責。家長責任提供多樣營養食物和進食的地方，然後，子女從這些食物中選擇吃什麼、吃多少。家長定時為子女提供三餐正餐及兩至三餐正餐之間的茶點，以進餐規律安排用餐，可以幫助他們安靜地享用食物和建立健康的飲食習慣。家長與子女坐在一起進食，子女用餐具自己吃飯；周圍沒有令人分心的物件，有利親子互動交談，看見父母進食享用食物，孩子也容易克服對新食物的抗拒。訂立在合理時間內完成用膳的規矩，30分鐘用餐時間對於一般幼兒及學前兒童是合適的。

3.5.1. 進餐環境的安排

兒童在固定及舒適的座位和有合適的餐具，安排兒童能夠跟家庭成員一起進餐，進餐時家長與他們交談，移走會令他們分心的物件，這些進餐環境的安排都有利於他們養成健康飲食行為。

接近一半（47.0%）12個月組的兒童於過去一個月有通常(每日、每次)或經常跟他們的家長或家人一起進餐，而這個進餐安排的兒童在18個月、24個月及4歲組增至58.7%，69.8%及83.9%。（表20）另一方面，接近三分之一的12個月組的兒童，及接近20%的18個月及24個月組的兒童沒有或較少與家庭成員一起進餐。12個月組中只有少數兒童(19.4%)通常或經常進食與家人相同的餸菜，但其餘三個年齡組別大部分兒童正餐吃的餸菜和家人一樣。

部分家長容許兒童在進餐時看電視或玩手機／平板電腦。這個做法於年齡較大的組別較為普遍，24個月組和四歲組的百分比分別為24.9%和28.2%。兒童吃飯時走來走去的情況隨兒童年齡有上升的趨勢，18個月組，24個月組和四歲組的百分比分別為14.5%，18.1%及20%。



表 20: 過去一個月兒童進食的環境和安排

	12 個月組 (受訪人數=413)	18 個月組 (受訪人數=414)	24 個月組 (受訪人數=397)	四歲組 (受訪人數=415)	整體 (受訪人數=1639)
	人數 (%)	人數 (%)	人數 (%)	人數 (%)	人數 (%)
「您的孩子和您或家人同枱吃飯。」					
經常或通常	194 (47.0)	243 (58.7)	277 (69.8)	348 (83.9)	1062 (64.8)
有時	77 (18.6)	81 (19.6)	47 (11.8)	33 (8.0)	238 (14.5)
完全沒有或較少	142 (34.4)	90 (21.7)	73 (18.4)	34 (8.2)	339 (20.7)
「孩子吃的菜和其他家人的一樣。」					
經常或通常	80 (19.4)	205 (49.5)	276 (69.5)	363 (87.5)	924 (56.4)
有時	91 (22.0)	95 (22.9)	62 (15.6)	23 (5.5)	271 (16.5)
完全沒有或較少	242 (58.6)	114 (27.5)	59 (14.9)	29 (7.0)	444 (27.1)
「您讓孩子一邊吃飯一邊看電視或手機。」					
經常或通常	62 (15.0)	87 (21.0)	99 (24.9)	117 (28.2)	365 (22.3)
有時	64 (15.5)	79 (19.1)	105 (26.4)	82 (19.8)	330 (20.1)
完全沒有或較少	287 (69.5)	248 (59.9)	193 (48.6)	216 (52.0)	944 (57.6)
「孩子吃飯時走來走去。」					
經常或通常	51 (12.3)	60 (14.5)	72 (18.1)	83 (20.0)	266 (16.2)
有時	37 (9.0)	95 (22.9)	82 (20.7)	96 (23.1)	310 (18.9)
完全沒有或較少	325 (78.7)	259 (62.6)	243 (61.2)	236 (56.9)	1063 (64.9)

基數：所有受訪者(1639)

3.5.2. 兒童用餐時間

兒童完成一頓飯的用餐時間在年齡較大的組別中較長，年齡較大的組別的亦普遍認為其子女的用餐時間過長。(表 21) 在四歲組中，超過一半的父母 (52.3%) 認為其子女的用餐時間過長，而 12 個月組的百分比為 15.3%。

在年齡較大的組別中，較多家長表示其子女用餐時間通常或經常超過 30 分鐘，比率由 12 個月組佔 17.2% 增至 18 個月組的 30.2%、24 個月組的 38.3% 及四歲組的 55.2%。四歲組中近十分之一的父母 (8.7%) 表示其子女的用餐時間通常或經常超過 60 分鐘。

在年齡較大的組別中，較多家長表示擔心其子女吃得太少。家長擔心其子女吃得太少的百分比由 12 個月組的 16.2%，增至 18 個月組的 23.4%，24 個月組的 30.0%，及四歲組的 26.5%。



表 21: 兒童於過去一個月的用餐時間和家長對用餐的看法

	12 個月組 (受訪人數=413)	18 個月組 (受訪人數=414)	24 個月組 (受訪人數=397)	四歲組 (受訪人數=415)	整體 (受訪人數=1639)
	人數 (%)	人數 (%)	人數 (%)	人數 (%)	人數 (%)
用餐時間					
15 分鐘或以下	124 (30.0)	64 (15.5)	41 (10.3)	30 (7.2)	259 (15.8)
16 至 30 分鐘	218 (52.8)	225 (54.3)	204 (51.4)	156 (37.6)	803 (49.0)
31 至 45 分鐘	42 (10.2)	74 (17.9)	101 (25.4)	124 (29.9)	341 (20.8)
46 至 60 分鐘	23 (5.6)	39 (9.4)	34 (8.6)	69 (16.6)	165 (10.1)
超過 60 分鐘	6 (1.5)	12 (2.9)	17 (4.3)	36 (8.7)	71 (4.3)
家長對其子女的用餐時間的看法					
太短	16 (3.9)	5 (1.2)	15 (3.8)	3 (0.7)	39 (2.4)
適中	334 (80.9)	305 (73.7)	262 (66.0)	195 (47.0)	1096 (66.9)
太長	63 (15.3)	104 (25.1)	120 (30.2)	217 (52.3)	504 (30.8)
家長對其子女食量的看法					
不擔心	335 (81.1)	306 (73.9)	271 (68.3)	297 (71.6)	1209 (73.8)
食得太少	67 (16.2)	97 (23.4)	119 (30.0)	110 (26.5)	393 (24.0)
食得太多	11 (2.7)	11 (2.7)	7 (1.8)	8 (1.9)	37 (2.3)

基數：所有受訪者(1639)

總括而言，四分之一的家長（24.0%）擔心其子女吃得太少（表 21）。擔心其子女吃得太少的家長中，約一半（50%）指出其子女的用餐時間超過 30 分鐘；至於不擔心子女進餐分量的家長，有 30.8%表示其子女的用餐時間超過 30 分鐘。（表 22）

表 22: 用餐時間和家長對其子女進餐分量的看法的關係

	家長對其子女進餐分量的看法		
	食得太多 (受訪人數= 37)	不擔心 (受訪人數= 1 209)	食得太少 (受訪人數= 393)
進餐時間	人數 (%)	人數 (%)	人數 (%)
30 分鐘或以下	29 (78.4)	839 (69.2)	196 (50.0)
超過 30 分鐘	8 (21.6)	372 (30.8)	197 (50.0)

基數：所有受訪者(1639)



3.5.3. 家長不恰當提供食物的做法

家長使用食物來處理兒童行為的手段並不少見。在年齡較大的組別中，用食物獎賞兒童甚為常見。在四歲組中，大約三分之一的父母（31.6%）在過去一個月「經常或通常用食物獎賞兒童」，而 12 個月組中的比率為 18.6%。在四歲組中，有 13.3%的家長表示他們「經常或通常」提供加糖飲品給孩子，比率較年齡較小的組別高。相反，在年齡較小的組別中，家長使用孩子喜歡的食物來安撫他們的情緒較為常見。超過 20%的 12 個月組、18 個月組和 24 個月組的家長指出他們「經常或通常於孩子發脾氣或不開心時提供他們最喜歡的食物」，但四歲組的百分比為 14.0%。（表 23）

表 23: 過去一個月家長不恰當提供食物的做法

	12 個月組 (受訪人數=413) 人數 (%)	18 個月組 (受訪人數=414) 人數 (%)	24 個月組 (受訪人數=397) 人數 (%)	四歲組 (受訪人數=415) 人數 (%)	整體 (受訪人數=1639) 人數 (%)
「您用孩子喜歡的食物來獎賞他／她的好行為。」					
經常或通常	77 (18.6)	102 (24.6)	101 (25.4)	131 (31.6)	411 (25.1)
有時	92 (22.3)	128 (30.9)	115 (29.0)	127 (30.6)	462 (28.2)
完全沒有或較少	244 (59.1)	184 (44.4)	181 (45.6)	157 (37.8)	766 (46.7)
「當孩子發脾氣或不開心時，您給他／她食物安慰他／她。」					
經常或通常	95 (23.0)	85 (20.5)	84 (21.2)	58 (14.0)	322 (19.6)
有時	119 (28.8)	147 (35.5)	141 (35.5)	138 (33.3)	545 (33.3)
完全沒有或較少	199 (48.2)	182 (44.0)	172 (43.3)	219 (52.8)	772 (47.1)
「您給孩子喝加糖飲品。」					
經常或通常	9 (2.2)	16 (3.9)	24 (6.0)	55 (13.3)	104 (6.3)
有時	19 (4.6)	49 (11.8)	90 (22.7)	132 (31.8)	290 (17.7)
完全沒有或較少	385 (93.2)	349 (84.3)	283 (71.3)	228 (54.9)	1245 (76.0)

基數：所有受訪者(1639)



3.5.4 家長引導和協助孩子自行進食

(a) 家長的引導及協助

六個月至兩歲的兒童，除了需要習慣進食家庭正餐，亦由全依賴父母餵食，經過同時自己進食父母又餵他吃的階段，過渡至獨立自行進食。家長的協助，包括提供餐具和引導，安排合適的食物及用餐環境，對孩子能夠掌握自行進食及使用合適的餐具進食均是非常重要的。

在 12 個月組中，引導兒童抓着食物或用匙羹進食的做法並不普遍。超過 40% 的 12 個月組家長只是偶爾（較少或很少）容許孩子用手或用匙羹進食。（表 24）超過一半（50%）的 18 個月組和 24 個月組家長經常讓孩子用匙羹自己進食。雖然此年齡組別的兒童多數能自己進食，但仍有相當比例的 18 個月組（21.7%）及 24 個月組（12.1%）家長只是偶爾讓子女使用匙羹自己進食。

差不多所有兒童都有使用杯子飲用飲品。超過九成（90%）的家長會給其子女使用較易使用的飲管杯。

表 24: 家長引導和協助孩子自行進食的情況

	12 個月組 (受訪人數= 413) 人數 (%)	18 個月組 (受訪人數= 414) 人數 (%)	24 個月組 (受訪人數= 397) 人數 (%)
「吃飯時，您有多經常會容許他／她自己抓着食物來吃？」			
經常或通常	123 (29.8)	207 (50.0)	175 (44.1)
有時	109 (26.4)	114 (27.5)	104 (26.2)
較少或很少	181 (43.8)	93 (22.5)	118 (29.7)
「您有多經常會讓孩子拿調羹／勺子自己吃飯？」			
經常或通常	46 (11.1)	209 (50.5)	282 (71.0)
有時	71 (17.2)	104 (25.1)	65 (16.4)
較少或很少	197 (47.7)	90 (21.7)	48 (12.1)
提供杯子飲用飲品			
提供一款或以上的水杯	397 (96.1)	414 (100.0)	397 (100.0)
未曾給兒童使用水杯	16 (3.9)	0 (0.0)	0 (0.0)
水杯的種類			
普通水杯	283 (68.5)	372 (89.9)	388 (97.7)
訓練杯	253 (61.3)	283 (68.4)	295 (74.3)
飲管杯	378 (91.5)	407 (98.3)	394 (99.2)

基數：育有 12 個月組、18 個月組或 24 個月組兒童的受訪者(1224)



(b) 兒童自行進食的能力

表 25 顯示能夠使用湯匙進食及使用杯子飲用飲品的兒童比率。接近一半（50%）12 個月組的兒童能使用湯匙進食。使用湯匙的能力隨着年齡增長而改善。18 個月組的 5.3% 及 24 個月組的 17.4% 兒童能整潔地用湯匙吃飯的。

12 個月組的多於九成（90%）的兒童，及近乎所有的 18 個月組及 24 個月組的兒童能用杯子飲用飲品。大部分（80.1%）12 個月組的兒童都能獨立地使用飲管杯；佔近三分之一的 12 個月組兒童能自己拿普通水杯飲用飲品，在 18 個月組及 24 個月組的比率上升至 61.6% 及 87.9%。

表 25: 兒童自行進食的技能

	12 個月組 (受訪人數= 413) 人數 (%)	18 個月組 (受訪人數= 414) 人數 (%)	24 個月組 (受訪人數= 397) 人數 (%)
用匙羹食飯			
能用匙羹自己進食	206 (49.9)	393 (94.9)	395 (99.5)
能整潔地用匙羹食飯	6 (1.5)	22 (5.3)	69 (17.4)
能用匙羹餵自己，但仍有食物漏出	49 (11.9)	268 (64.7)	287 (72.3)
於協助下能用匙羹	151 (36.6)	103 (24.9)	39 (9.8)
用水杯飲用飲品			
能用水杯飲用飲品	375 (90.8)	412 (99.5)	397 (100.0)
能用普通水杯飲用飲品	135 (32.7)	255 (61.6)	349 (87.9)
能用訓練杯飲用飲品	187 (45.3)	249 (60.1)	264 (66.5)
能用飲管杯飲用飲品	331 (80.1)	398 (96.4)	392 (94.9)

基數：育有 12 個月組、18 個月組或 24 個月組兒童的受訪者(1224)



3.6. 有關餵養兒童的資訊來源

3.6.1. 衛生署的家長教育資源

在所有有關嬰幼兒餵養的健康教育資源中，家長最常接觸小冊子（91.2%）。約 30.1%的家長透過衛生署網頁獲得資訊，而 21.6%的家長則透過家庭健康服務的網上會員電子郵件系統「親子一點通」獲得有關幼兒餵養的資訊。（表 26）

相對較少家長（8.8%）從衛生署提供的視像光碟或影片獲得這些健康資訊。

表 26: 家長從衛生署獲得餵養兒童資訊的途徑

	12 個月組 (受訪人數= 413)	18 個月組 (受訪人數= 414)	24 個月組 (受訪人數= 397)	四歲組 (受訪人數= 412)	整體 (受訪人數= 1 636)
	人數 (%)	人數 (%)	人數 (%)	人數 (%)	人數 (%)
飲食小冊子	391 (94.7)	389 (94.0)	370 (93.2)	345 (83.1)	1495 (91.2)
衛生署網頁	126 (30.5)	132 (31.9)	109 (27.5)	127 (30.6)	494 (30.1)
「親子一點通」電郵	97 (23.5)	90 (21.7)	77 (19.4)	90 (21.7)	354 (21.6)
視像光碟或影片	37 (9.0)	26 (6.3)	80 (20.2)	2 (0.5)	145 (8.8)

基數：所有受訪者(1639)

3.6.2. 其他資訊來源

除衛生署的家長健康教育資源外，最常提及的餵養兒童的資訊來源為家人、親人和朋友（71.0%）及醫護人員（50.7%）。（圖 7）

接近一半（47.2%）的家長表示曾透過育兒網頁獲得餵養兒童的資訊，三分之一的家長（36.7%）有透過社交媒體獲得這方面的資訊。

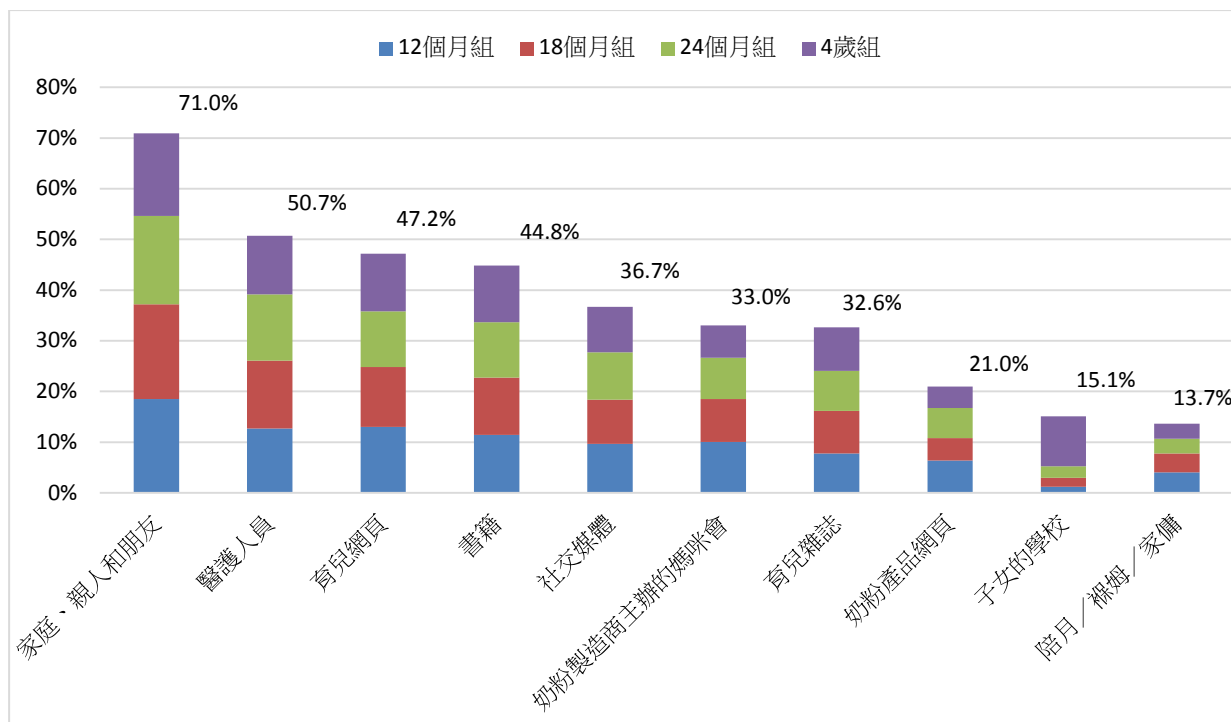
受訪家長中分別有 44.8%和 32.6%表示他們從書籍、育兒雜誌中獲得資訊。這顯示家長使用傳統印刷媒體仍普遍。

接近三分之一（33.3%）的家長表示曾經從奶粉製造商主辦的媽咪會獲得餵養兒童的資訊，在奶粉產品網頁中獲得資訊的亦有 20.1%。

在四歲組中，38.8%的家長表示曾透過其子女的學校取得相關兒童飲食的資訊。



圖 7. 家長從各種來源取得兒童飲食資訊的比率



基數：所有受訪者：12個月組(413) 18個月組(414) 24個月組(397) 四歲組(415)

3.6.3. 家長期望衛生署提供餵養兒童資訊的途徑

最多家長希望透過個人化的手機應用程式 (66.1%) 收取餵養兒童的資訊，其次為單張／小冊子 (55.5%)。其他途徑依次序為電子郵件 (42.5%)，短片、光碟或宣傳片 (36.3%) 及親子講座／研習班 (33.7%)。

幾乎所有 (99.5%) 受訪家長不選擇以社交媒體為收取衛生署餵養兒童的資訊。

表 27: 家長期望衛生署提供餵養兒童資訊的途徑

	12個月組 (受訪人數=413)	18個月組 (受訪人數=414)	24個月組 (受訪人數=397)	四歲組 (受訪人數=412)	整體 (受訪人數=1636)
	人數 (%)	人數 (%)	人數 (%)	人數 (%)	人數 (%)
個人化的手機應用程式	295 (71.4)	271 (65.5)	265 (66.8)	252 (60.7)	1083 (66.1)
單張／小冊子	230 (55.7)	242 (58.5)	222 (55.9)	216 (52.0)	909 (55.5)
電子郵件	193 (46.7)	175 (42.3)	165 (41.6)	163 (39.3)	696 (42.5)
短片、光碟或宣傳片	146 (35.4)	144 (34.8)	141 (35.5)	164 (39.5)	595 (36.3)
親子講座／研習班	134 (32.4)	132 (31.9)	136 (34.3)	151 (36.4)	553 (33.7)
社交媒體	2 (0.5)	1 (0.1)	3 (0.8)	2 (0.5)	8 (0.5)

基數：所有受訪者(1639)



3.7. 母親餵哺母乳的經驗

3.7.1. 餵哺母乳的情況

就育有一歲兒童的母親，本調查訪問她們以母乳餵哺目標兒童的經驗。在 827 名 12 個月組和 18 個月組的受訪者中，748 名為母親（12 個月組：382 名；18 個月組：366 名）。有 65 名母親（8.7%）從未餵哺母乳，而 182 名（24.3%）母親仍在餵哺母乳。（表 28）有 501 名（67.0%）母親曾餵哺母乳但已經停止，表 29 顯示母親停止餵哺母乳的時間。

表 28: 母乳餵哺的經驗

	12 個月組		18 個月組		12 個月組及 18 個月組	
	(受訪人數= 382)		(受訪人數= 366)		(受訪人數= 748)	
	人數	(%)	人數	(%)	人數	(%)
未曾餵哺母乳	34	(8.9)	31	(8.5)	65	(8.7)
曾餵哺母乳，但已經停止	227	(59.4)	274	(74.9)	501	(67.0)
仍在母乳餵哺	121	(31.7)	61	(16.7)	182	(24.3)

基數：育有 12 個月組或 18 個月組兒童的母親受訪者(748)

表 29: 母親停止餵哺母乳的時間

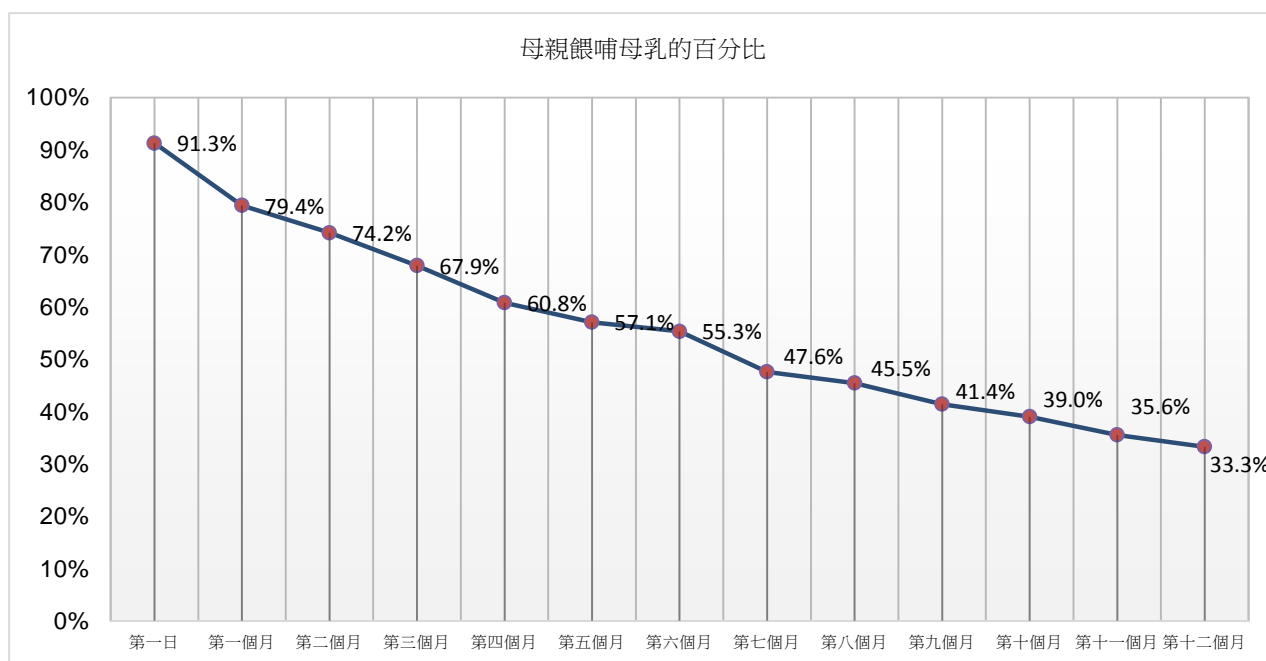
停止餵哺母乳時目標兒童的月齡	停止餵哺母乳的母親 (受訪人數= 501)	
	人數	(%)
少於一個月	89	(17.8)
一至兩個月	86	(17.2)
三至五個月	94	(18.8)
六至八個月	104	(20.8)
九至十一個月	61	(12.2)
十二個月或以上	67	(13.4)

基數：育有 12 個月組或 18 個月組兒童並已停止餵哺母乳的母親(501)

總括而言，如圖 8 所示，母親餵哺母乳的百分比，在孩子出生後逐步下降。在子女出生後有 91.3%的母親開始餵哺母乳。約三分之二的母親（67.9%）餵哺母乳至少三個月。超過一半（55.3%）的母親餵哺母乳至少六個月，而三分之一（33.3%）的母親餵哺母乳至少 12 個月。



圖 8. 子女出生後一年內母親餵哺母乳的比率



基數：育有 12 個月組或 18 個月組兒童的母親受訪者(748)

3.7.2. 母親的人口特徵和母乳餵哺的情況

表 30 根據母乳餵哺的情況列出母親的人口特徵。家庭收入和年齡與母乳餵哺的時間長短無關。在訪問時為家庭主婦或沒有工作的母親 (28.4%) 比有工作的母親 (20.2%) 仍在餵哺母乳的比率較多。

母乳餵哺的時間長短與母親及父親的教育程度有關 ($p < 0.001$)。具中三或以下教育程度的母親較多沒有餵哺母乳。與具大專程度或以上的母親 (28.6%) 相比，具中四至中七教育程度 (45.7%)，以及具中三或以下教育程度 (34.0%) 的母親，較多在兒童六個月大前停止餵哺母乳。與具中四至中七教育程度 (19.7%) 及具中三或以下教育程度 (17.9%) 的母親相比，較多具大專程度或以上的母親 (30.0%) 仍在餵哺母乳。父親的教育程度與母乳餵哺的時間長短亦有相似的關聯模式。



表 30: 餵哺母乳的母親的人口特徵

人口特徵	受訪總數	母乳餵哺的經驗				檢定統計量 (p 值)
		從未進行母乳 餵哺 人數 (%)	兒童 6 個月大前 停止母乳餵哺 人數 (%)	兒童 6 個月大後 停止母乳餵哺 人數 (%)	仍進行母乳餵哺 人數 (%)	
所有受訪者	748	65 (8.7)	269 (36.0)	232 (31.0)	182 (24.3)	
母親的年齡						
18 至 29 歲	163	18 (11.0)	61 (37.4)	46 (28.2)	38 (23.3)	
30 至 39 歲	515	41 (8.0)	182 (35.3)	164 (31.8)	128 (24.9)	2.25
40 歲或以上	70	6 (8.6)	26 (37.1)	22 (31.4)	16 (22.9)	(0.90)
母親的教育程度						
中三或以下	106	24 (22.6)	36 (34.0)	27 (25.5)	19 (17.9)	
中四至中七	289	28 (9.7)	132 (45.7)	72 (24.9)	57 (19.7)	65.85
大專程度或以上	353	13 (3.7)	101 (28.6)	133 (37.7)	106 (30.0)	(<0.001)
母親的就業狀況						
全職／兼職	371	34 (9.2)	150 (40.4)	112 (30.2)	75 (20.2)	9.57
家庭主婦／待業	377	31 (8.2)	119 (31.6)	120 (31.8)	107 (28.4)	(0.02)
父親的年齡						
18 至 29 歲	67	4 (6.0)	25 (37.3)	16 (23.9)	22 (32.8)	
30 至 39 歲	487	44 (9.0)	178 (36.6)	153 (31.4)	112 (23.0)	4.54
40 歲或以上	194	17 (8.8)	66 (34.0)	63 (32.5)	48 (24.7)	(0.60)
父親的教育程度						
中三或以下	106	18 (17.0)	47 (44.3)	22 (20.8)	19 (17.9)	
中四至中七	293	32 (10.9)	123 (42.0)	86 (29.4)	52 (17.7)	49.1
大專程度或以上	348	15 (4.3)	99 (28.4)	124 (35.6)	110 (31.6)	(<0.001)
家庭每月總收入						
少於\$30,000	289	30 (10.4)	101 (34.9)	91 (31.5)	67 (23.2)	
\$30,000 至 \$49,999	232	21 (9.1)	93 (40.1)	61 (26.3)	57 (24.6)	9.07
\$50,000 或以上	220	13 (5.9)	70 (31.8)	79 (35.9)	58 (26.4)	(0.17)

基數：育有 12 個月組或 18 個月組兒童的母親受訪者(748)



3.7.3. 停止餵哺母乳的原因

表 31 列出各階段母親最常提及停止以母乳餵哺目標兒童的十個原因。總括而言，最常提及的五個原因是「沒有足夠母乳」(58.3%)、「需要上班」(29.5%)、「單靠母乳不能滿足其子女」(14.2%)、「餵哺母乳令人疲累」(13.6%)，以及「餵哺母乳不方便」(13.0%)。

無論母親於什麼時間停餵母乳，「沒有足夠母乳」仍為最常見的原因。表示「單靠母乳不能滿足其子女」和「餵哺母乳令人疲累」為停餵原因的比率，在不同階段變化不大。

在子女出生一個月後至九個月內，「需要上班」是第二個最常見停餵的原因。整體而言，18.0%的母親指出「不能夠在工作時泵奶或餵母乳」，13.0%表示「不想在工作時泵奶或餵母乳」。

與餵哺母乳較長時間的母親相比，較多餵哺母乳不足三個月的母親指出，在餵哺母乳時有乳房問題(12.0%)、子女不會吸啜母乳或子女在吸吮母乳方面有困難(16.0%)。

指出「是合適停餵母乳的時間」的母親全都有餵哺母乳至少六個月。在子女六個月大或以後停止餵哺母乳的母親中，多於 10%提及「想回復她們的生活方式」為停餵的原因之一，比率高於早期便停餵母乳的母親。



表 31: 母親停止餵哺母乳的原因

受訪母親提的原因*	停止餵哺母乳時目標兒童的月齡						
	少於一個月	一至少於 三個月	三至少於 六個月	六至少於 九個月	九個月至少於 十二個月	十二個月至少 於十九個月	整體
	(受訪人數= 89)	(受訪人數= 86)	(受訪人數= 94)	(受訪人數= 104)	(受訪人數= 61)	(受訪人數= 67)	(受訪人數= 501)
	人數 (%)	人數 (%)	人數 (%)	人數 (%)	人數 (%)	人數 (%)	人數 (%)
我沒有足夠母乳	56 (62.9)	56 (65.1)	57 (60.6)	56 (53.8)	33 (54.1)	34 (50.7)	292 (58.3)
我需要上班	7 (7.9)	29 (33.7)	43 (45.7)	48 (46.2)	13 (21.3)	8 (11.9)	148 (29.5)
我不能夠在工作時泵奶或餵母乳	6 (6.7)	20 (23.3)	26 (27.7)	29 (27.9)	7 (11.5)	2 (3.0)	90 (18.0)
我不想在工作時泵奶或餵母乳	1 (1.1)	12 (14.0)	17 (18.1)	21 (20.0)	7 (11.5)	7 (10.4)	65 (13.0)
單靠母乳不能滿足子女 (子女經常肚子餓)	14 (15.7)	14 (16.3)	14 (14.9)	7 (6.7)	10 (16.4)	12 (17.9)	71 (14.2)
餵母乳令我疲累	12 (13.5)	14 (16.3)	10 (10.6)	14 (13.5)	8 (13.1)	10 (14.9)	68 (13.6)
餵哺母乳不方便	6 (6.7)	6 (7.0)	12 (12.8)	18 (17.3)	10 (16.4)	13 (19.4)	65 (13.0)
我的子女在吸取母乳方面有困難	13 (14.6)	15 (17.4)	5 (5.3)	10 (9.6)	8 (13.1)	1 (1.5)	52 (10.4)
我自己的健康問題	12 (13.5)	7 (8.1)	7 (7.4)	12 (11.5)	6 (9.8)	4 (6.0)	48 (9.6)
自己認為不適合餵哺母乳	12 (13.5)	6 (7.0)	4 (4.3)	9 (8.7)	5 (8.2)	3 (4.5)	39 (7.8)
醫護人員不建議我餵哺母乳	0 (0.0)	2 (2.3)	3 (3.2)	3 (2.9)	2 (3.3)	1 (1.5)	11 (2.2)
我認為這是合適停餵母乳的時間	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	13 (12.5)	14 (23.0)	20 (29.9)	47 (9.4)
子女不會吸吮母乳	4 (4.5)	11 (12.8)	1 (1.1)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	16 (3.2)
子女對母乳不感興趣	8 (9.0)	3 (3.5)	5 (5.3)	7 (6.7)	6 (9.8)	0 (0.0)	29 (5.8)
我想回復自己的生活方式	2 (2.2)	3 (3.5)	4 (4.3)	11 (10.6)	7 (11.5)	7 (10.4)	34 (6.8)
我的乳頭 / 乳房問題	13 (14.6)	8 (9.3)	5 (5.3)	2 (1.9)	1 (1.6)	1 (1.5)	30 (6.0)
餵哺母乳時, 我感到痛楚	7 (7.9)	2 (2.3)	2 (2.1)	1 (1.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	12 (2.4)
乳頭痛、破損裂、或出血	5 (5.6)	3 (3.5)	2 (2.1)	0 (0.0)	1 (1.6)	1 (1.5)	12 (2.4)
乳房發炎或含膿	2 (2.2)	4 (4.7)	3 (3.2)	2 (1.9)	0 (0.0)	0 (0.0)	11 (2.2)
乳房過份脹奶 / 谷奶	0 (0.0)	1 (1.2)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (0.2)
乳房過份漏奶	1 (1.1)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (0.2)
我需要其他照顧者餵子女吃奶	0 (0.0)	5 (5.8)	4 (4.3)	5 (4.8)	0 (0.0)	3 (4.5)	17 (3.4)
子女體重增加得太少	2 (2.2)	1 (1.2)	1 (1.1)	3 (2.9)	2 (3.3)	4 (6.0)	13 (2.6)
子女生病或出現健康問題	6 (6.7)	2 (2.3)	0 (0.0)	1 (1.0)	2 (3.3)	1 (1.5)	12 (2.4)
我再次懷孕或計劃懷孕	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (1.0)	1 (1.6)	6 (9.0)	8 (1.6)

基數：育有 12 個月組或 18 個月組兒童並已停止餵哺母乳的母親(501)

備註：受訪者最多提供三個原因



3.7.4. 未有選擇餵哺母乳的原因

有 65 名母親沒有以母乳餵哺目標兒童。表 32 列出她們不選擇餵哺母乳的原因。

首兩個最多受訪母親提及的原因是「認為自己沒有足夠的母乳」(41.5%) 及「需要工作」(30.8%)。約 20.0%的母親指出她們生病所以而不適合餵哺母乳。其他原因包括餵哺母乳太不方便 (15.4%)，及她們曾經嘗試餵哺母乳，但不喜歡或沒有成功 (12.3%)。

表 32: 母親未有選擇餵哺母乳的原因

	(受訪人數= 65)
	人數 (%)
我認為我的母乳不足夠	27 (41.5)
我需要上班	20 (30.8)
我生病，自己認為不適合餵哺母乳	13 (20.0)
餵哺母乳太不方便	10 (15.4)
我曾經嘗試餵哺母乳，但不喜歡或沒有成功	8 (12.3)
我需要其他的照顧者餵孩子吃奶	6 (9.2)
我想回復自己的生活方式	6 (9.2)
配方奶和母乳差不多／比母乳好	5 (7.7)
我有太多家務要做	5 (7.7)
我想可以放下孩子一段時間	3 (4.6)
我想回復我平時的飲食習慣／不想再戒口	3 (4.6)
孩子生病或出現健康問題	2 (3.1)
我想節食	1 (1.5)
家人不想我餵哺母乳	1 (1.5)
醫護人員不建議我餵哺母乳	0 (0.0)

基數：育有 12 個月組或 18 個月組兒童並從未餵哺母乳的母親受訪者(65)

備註：受訪者最多提供三個原因



4. 討論

本調查旨在研究幼兒的飲食模式以及家長餵養幼兒的習慣。絕大部分（88.4%）的受訪者是母親，子女的飲食和餵養亦由她們照顧。在近 80%的目標兒童中，母親是選擇食物的主要照顧者，也是看管和餵養兒童飲食的關鍵人物。

4.1. 母乳餵哺和兒童飲用的奶品

調查顯示，有相當比例的兒童在一歲之後持續飲用母乳，兩歲之後仍飲用母乳的亦不小。較大嬰兒配方是最多一至兩歲幼兒飲用的奶品種類。飲用牛奶在一至兩歲幼兒，逐漸普遍，牛奶是四歲的學前兒童最多選用的奶品。一歲以上的兒童普遍有進食乳酪和芝士等奶製品。與 2010 年的調查結果相比，在兒童飲用的奶品方面變化甚大。（表 33）一至兩歲幼兒持續飲用母乳的比率大幅上升，四個年齡組別飲用牛奶的比例顯著增加，飲用較大嬰兒配方奶仍然居多。這次調查中，相當比例的 18 個月大以後的兒童同時飲用配方奶和牛奶或只飲用牛奶，這反映幼兒和學前兒童選擇奶品多樣化、減少全依賴配方奶。

表 33: 2010 年調查及 2016 年調查兒童飲用的奶品

奶品的種類	12 個月組		18 個月組		24 個月組		四歲組	
	2010	2016	2010	2016	2010	2016	2010	2016
母乳	9.8%	31.2%	5.4%	15.7%	2.9%	9.6%	0.9%	1.7%
嬰幼兒配方奶	23.7%	6.3%	11.2%	4.1%	1.6%	0.3%	0.5%	0.5%
較大嬰兒配方奶	71.6%	72.9%	84.8%	82.9%	94.4%	83.6%	79.6%	43.1%
其他配方奶	0.5%	0.5%	0.7%	0.5%	0.3%	1.0%	0.0%	5.1%
牛奶	3.1%	7.3%	14.5%	32.6%	21.0%	47.9%	38.0%	63.6%

4.2. 飲奶的分量

幼兒飲用過量奶品可能會構成肥胖的風險，並會令他們減少進食固體，令食物選擇並不多樣化。按建議幼兒每天飲用 360 至 480 毫升的奶品，並配合均衡飲食，來滿足其營養需要。與 2010 年的調查相比，本調查有較高比例的 12 個月組和 18 個月組飲用建議分量的奶品；然而，在四歲組飲用適當分量奶品的兒童比率有所下降。（表 34）這次調查，各組別飲奶過量（即超過 480 毫升）的兒童比例顯著下降；每日飲奶少於 360 毫升的兒童比率較高。沒有飲奶的兒童比例與 2010 年相若；然而，在 24 個月組和四歲組中，沒有每日飲奶的兒童比率大幅增加。



表 34: 在 2010 年調查及 2016 年調查兒童飲奶次數及奶量

	12 個月組		18 個月組		24 個月組		四歲組	
	2010	2016	2010	2016	2010	2016	2010	2016
每日奶量								
每日 360 至 480 毫升	18.5%	28.9%	33.3%	37.6%	37.5%	37.0%	24.3%	12.3%
480 毫升或以上	71.7%	56.3%	47.8%	25.8%	40.5%	16.7%	15.4%	4.2%
每日少於 360 毫升	5.4%	14.8%	18.5%	36.5%	22.0%	46.2%	60.3%	83.5%
飲用奶品的頻率								
沒有飲用奶品	1.0%	0.4%	1.1%	1.1%	1.9%	2.2%	11.2%	13.8%
沒有每日飲用奶品	0.5%	0.4%	1.1%	1.4%	0.8%	7.5%	7.9%	36.0%

如表 9 和表 10 所示，由一歲到四歲，兒童飲用奶品的次數和奶量隨年齡長大而減少。飲奶的分量低於建議，同時進食奶製品和其他鈣質豐富的食物分量又少，兒童鈣的攝取可能不足。雖然進食芝士和乳酪的兒童甚多，但由於調查沒有收集這些食物的進食分量，所以不能全面評估目標兒童膳食鈣攝取的情況，但本調查結果顯示，香港兒童攝入含豐富鈣質的食物的情況需要改善。

在本調查中，學前兒童（24 個月組和四歲組）飲奶和次數都較少，與香港成年人的飲食習慣非常相似。⁹2013 年的「行為風險因素調查」顯示，15.6%的受訪者沒有飲用任何奶品，而 48.6%每日進食不足一份奶類食物。2005-2007 年香港市民食物消費量調查亦顯示本港成年人牛奶和奶製品攝入量偏低。¹⁰

當幼兒的膳食轉為以固體食品為主，他們相應減少攝入的流質食物（主要為奶），鈣和維生素 D 的攝入量亦相應較低。¹¹幼兒正在適應進食家庭的食物，家長既要幫助幼兒適應新的飲食模式，亦要保持固體食物部分和流質部分（特別是奶品）能量攝入的平衡。供應給他們的膳食，無論固體食品抑或流質食物，都應包括含豐富鈣質的選擇，這可能是家長的一個挑戰。另一方面，家長食用奶品的習慣，對兒童飲奶量有重大影響。¹²對於改善兒童攝取含豐富鈣質的食物，父母除了為兒童提供和選擇食物外，他們樹立榜樣，起著舉足輕重的作用。

為幼兒和學前兒童家長提供的健康教育資源，可同時針對家長和兒童如何從膳食攝取足夠鈣質，以及鼓勵有利骨骼健康的生活習慣和相關飲食建議。對於自己和孩子需要的奶量，家長需要清楚資訊。相關的資訊應包括以下方面——自己和孩子需要的奶量、鈣質豐富的食物來源及進食分量、奶和奶製品以及傳統含豐富鈣質的食物分量互換的訊息、烹飪技巧和食譜等。這些的實用資訊有助家長將這些鈣質豐富的食物納入家庭膳食。¹³改善家庭膳食中提供奶和奶製品及其他鈣質豐富的食物，還可以令家長改善其攝取鈣質不足的情況。¹⁴

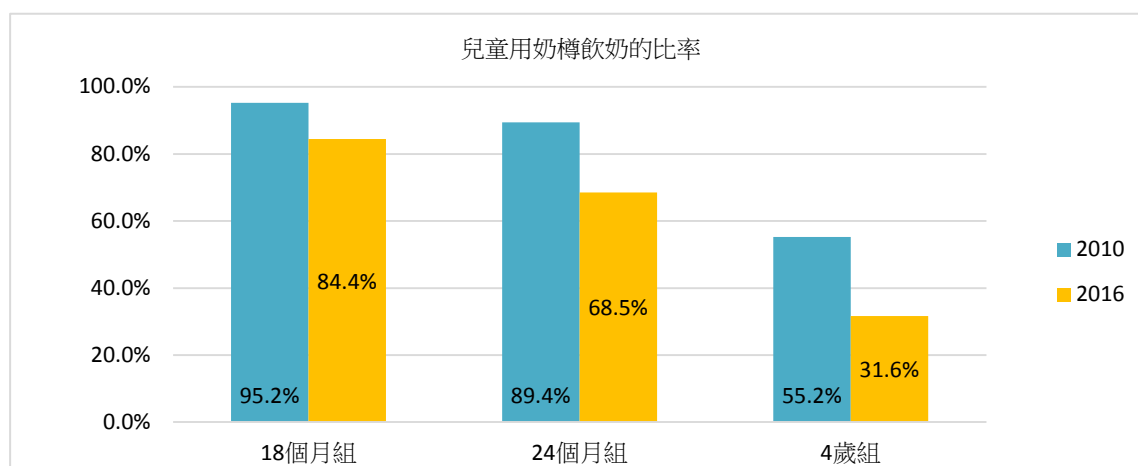


調查顯示，家長非常關注兒童的鈣攝入量。鈣的補充劑是最常見的補充劑之一，大約 6% 的四歲兒童有進食。超過 20% 的四歲組飲用果味／朱古力牛奶。經調味的牛奶作為一個更可口的飲品選擇，家長或會提供這些牛奶，幫助兒童改善鈣攝入量。一項系統性報告顯示，飲食中總體的糖攝入量的差異很少（每日少於 1.5 茶匙）。¹⁵然而，推廣經調味牛奶為改善鈣攝入量的方法有爭議。¹⁶雖然果味／朱古力牛奶是一種可行的替代方法去改善兒童的鈣攝入量，含糖飲品對健康的長期不良影響不容忽視，¹⁷有需要提醒家長這個潛在風險。

4.3. 持續使用奶瓶飲奶的情況

與 2010 年的調查相比，持續使用奶瓶的比例有所下降。（圖 10）然而，只有少部分兒童及時在 18 個月前停用奶瓶飲奶。在 18 個月組和 24 個月組中，大部分家長並未嘗試幫助子女停用奶瓶。這或由於家長相對缺乏意識，以及因預期停用奶瓶時遇到障礙而卻步。雖然大部分家長均接觸到有關餵養幼兒的家長教育資源，但相對較少的家長明確知道停用奶瓶的建議年齡。（表 14）家長認為停用奶瓶的適當年齡在 24 個月以上。

圖10. 在2010年及2016年調查兒童使用奶瓶飲奶的比率



調查結果顯示，有需要就家長幫助兒童停用奶瓶遇到的障礙作進一步研究。使用奶瓶飲奶，兒童飲奶量傾向多些。當家長替兒童轉用杯飲奶時，兒童或拒絕使用杯子飲奶，攝入的奶量因而減少。¹⁸這或導致部分家長擔心影響兒童的膳食質量和營養攝取量，尤其是鈣的攝取量，因而或削退家長幫兒童停用奶瓶的動機。

在晚上睡覺時，允許兒童在床上邊用奶瓶飲奶入睡覺，是常見停用奶瓶的障礙之一。¹⁹這做法在持續使用奶瓶的兒童亦屬常見。然而，如表 15 所示，這現象更多在兩歲後持續使用奶瓶的兒童早上起床時出現。在香港，許多學前兒童較晚睡，晚上睡眠時間亦較短。²⁰家長為剛剛醒來的幼兒提供奶瓶，或是為安撫他們重新入睡來延長睡眠時間而採取的措施。該做法亦或會影響兒童進食早餐。一項以二至五歲的兒童為對象的本地調查



顯示，約 20% 的兒童沒有定期吃早餐。²¹為幫助兒童停用奶瓶，應當就家長遇到的障礙作進一步研究，其中須包括了解家長讓兒童早上起床後便使用奶瓶飲奶的行徑。

4.4. 進食蔬菜和水果的情況

與 2010 年的調查結果相比，本調查的 12 個月組、18 個月組以及 24 個月組的兒童每日進食至少 80 克（或一份）蔬菜，或進食至少 40 克（半份）水果的比率較高。（表 35）在四歲組中，進食至少 80 克（一份）水果的比率稍高於 2010 年的；進食至少 160 克（兩份）蔬菜的兒童比率則相若。

表 35: 受訪兒童在 2010 及 2016 年進食蔬菜及水果的比率

	12 個月組		18 個月組		24 個月組		四歲組	
	2010*	2016 [†]	2010*	2016 [†]	2010*	2016 [†]	2010*	2016 [†]
進食蔬菜								
每日至少 80 克(一份)	29.1%	37.0%	36.1%	43.7%	35.0%	53.1%	---	---
每日至少 160 克(兩份)	---	---	---	---	---	---	8.9%	8.9%
進食水果								
每日至少 40 克(半份)	54.4%	67.8%	61.8%	79.0%	67.5%	79.5%	---	---
每日至少 80 克(一份)	---	---	---	---	---	---	49.8%	53.5%

*2010 年的兒童蔬菜及水果進食量是根據父母提供的三天飲食紀錄；2016 年的兒童蔬菜及水果進食量是根據父母提供的問卷調查

隨年齡增長，進食至少一份（80克）蔬菜或至少半份（40克）水果的兒童比率有所增加。（圖4和6）進食建議分量的蔬菜和水果的學前兒童的比率仍然偏低。學前階段正處於恐懼新食物的高峰。學前兒童亦可能已有對食物的喜好，為他們添加新的食物和增加他們進食的分量變得相對困難。有一系列隨機對照試驗結果，提供能有效增加兒童蔬菜和水果攝取量的餵哺策略。^{22, 23, 24, 25} 透過提供非食物的獎勵，以健康醬汁伴上蔬菜，有效提升兒童對蔬菜和水果的接受程度和進食量。²⁶

4.5. 兒童的進餐環境和規律 (mealtime structure)

家長實行進餐規律，安排兒童定時進食正餐和茶點，正餐和茶點之間不提供任何食物，精心安排的令兒童專心的進餐環境，孩子與家人一起坐著用餐自己進食；家長以回應方式餵養——大人提供合適食物、孩子決定吃的分量，是建立良好的進餐習慣和維持兒童良好膳食質素的重要策略。研究顯示家長以回應方式餵養，和以進餐規律安排用餐，兒童享受食物的程度(enjoyment of food)相對較高，他們亦較少表現抗拒進食(food fussiness)。^{27, 28} 然而，在本調查中，12 個月組、18 個月組以及 24 個月組的兒童，有相



當比例很少和家人同檯吃飯、吃家人的餸菜；家長可能為他們特別烹調食物、另訂用餐時間。(表 20) 另外，支援一歲幼兒自己進食並不普遍。在較年齡較大的組別中，較多兒童在進餐時分心，例如看電視或玩手機／平板電腦。總括而言，結果顯示我們的幼兒在學會好好地進餐遇到障礙。

調查亦顯示，兒童進餐時間過長的情況並不少見。(表 21) 在四歲組中，有一半以上的兒童的進餐時間超過 30 分鐘。同時，家長亦多擔心子女進食分量過少。進餐時間相應過長與家長在育兒有困難以及兒童挑食行為有關。^{29,30} 當擔憂子女進食分量不足，家長不必要地延長兒童的進餐時間，這可以理解的。對兒童食量少和進餐時間長的憂慮，亦或因家長未全面理解兒童進食的分量。¹³ 家長對子女進食的分量期望過大，會引伸更多的餵養問題。缺乏對進食分量分量的知識是妨礙家長選擇有益子女健康的行動的常見障礙之一。³¹ 有關幼兒及學前兒童飲食的家長教育資源，有需要加強兒童進食分量和胃口的資訊，使家長對子女進食的分量有合理期望，減少他們餵養孩子時感受的壓力，並鼓勵他們多用回應方式餵養。

4.6. 母乳餵哺的經驗

調查顯示，較高的教育水平，與母親持續餵哺母乳有關。然而，家庭收入與母親餵哺母乳的時間長短無關。這與 2006-2007 年本地母親餵哺母乳的前瞻性研究結果一致。³²

無論於什麼時間停餵母乳，「沒有足夠母乳」仍為最多母親表示的原因。(表 30) 在美國的母親亦有同樣情況。³³ Gatti 在有關母乳餵哺和母乳供應的綜合文獻回顧中指出母乳不足是母乳餵哺最常見的問題，亦是早期停餵的主要原因。³³ 母親通常以嬰兒煩躁和哭鬧，作為母乳供應不足的指標，不過這些明顯表現，並非嬰兒表達需要餵食時獨有，他們可能在表達其他需要。^{34,35} 這亦解釋成功餵哺母乳的母親，還會認為自己母乳不足，因而停餵。「需要上班」是停餵母乳的另一主要原因。然而，恢復工作對母乳餵哺時間的影響並不屬本調查研究範圍。

在母乳餵哺的過程，母親需要付出很多精神、心力和時間，可能對母親構成壓力，³⁶ 這或導致某些母親（例如在職母親、缺乏家人支持、社交支援、家務支援的母親）在餵哺過早停止餵哺。我們要確保家庭和社區給予母親更多支持，以分擔「母乳餵哺的成本」。例如，家人要協助做家務、照顧嬰兒及其他孩子；提供母乳餵哺友善工作間的措施，例如授乳時段、有私隱的空間和可存放母乳的設施；在社區提供更多幼兒設施等。

4.7. 限制

本調查是一個橫截面研究。年齡趨勢或源於家長群體之間的差異，而不是實際的年齡差異。另外，有關因果關係的推論不能確定，有待進一步調查。



受訪者在到母嬰健康院時受邀參加訪問。調查僅限於母嬰健康院的現時服務使用者，調查結果或不能代表未有繼續使用母嬰健康院服務的群組。參加者是自願參與，參與的家長可能較多在餵養子女上有困難，或對健康和營養方面特別關注。

在訪問時，家長報告子女和奶品的攝取量。準確性和精確性會受回憶偏差影響。令人憂慮的是，因為在學校兒童攝取奶品或子女食物的分量或屬未知，或父母未有向學校溝通了解，調查或低估學齡前兒童的攝取量。由於研究正值暑假，該影響被降至最低。就飲奶量，本調查與另一個研究學齡前兒童的飲食習慣調查中，攝入牛奶約2杯或以上的比例相若。²⁰



5. 結論和建議

本調查顯示，相當比例的幼兒很少與家庭成員一起進餐，家長亦較少容許他們自己進食。家長甚普遍容許學前兒童的在進餐時看電視或玩手機／平板電腦。這些餵養的方式不適合幼童發展，可能妨礙幼兒學習進食和建立健康的飲食習慣。

育有較大幼兒的家長，對子女的食慾和進餐時間長短有所擔憂，這反映出他們在餵養幼兒上可能遇到較多困難。父母擔心子女進食分量過少，顯示他們可能對孩子食慾抱有不合適期望。合適兒童年齡進食分量的明確資訊，可以讓家長對子女的進食分量的期望符合實際。這亦可能有助減少家長餵養幼兒的焦慮，從而促進配合幼兒發展的餵養行為。

本調查顯示，大部分兒童仍然未有進食足夠的水果和蔬菜。有效的餵養策略可促進幼兒進食水果和蔬菜，包括為孩子提供合適食物、重複接觸和家長作為榜樣等，配合幼兒發展的餵養方式應當進一步推廣。

隨著年齡的增長，幼童飲奶的分量和次數均有所減少。飲奶的分量不足和次數少的現象，在兩歲和 4 歲的學前兒童較為明顯。這與 2013 年行為風險因素調查報告的香港成年人的飲食習慣以及全港食物消費量調查 2005-2007 的結果相似，兩項調查均顯示本港成年人牛奶和奶製品進食量偏低。

父母樹立榜樣對幼兒和學齡前兒童飲食，起著舉足輕重的作用。所以，我們有需要加強給家長餵養幼兒和學前兒童飲食的健康教育資訊，內容需針對兒童及家長的飲食問題；鼓勵家長為自己和孩子提供充足的奶類及代替品。相關的資訊，包括鈣質豐富的食物、分量、奶和奶製品以及傳統含豐富鈣質的食物分量互換的訊息，可以幫助家長為自己和子女選擇營養合適的食物。將這些鈣質豐富的食物納入家庭膳食的烹飪技巧和食譜等的實用資訊，亦不可缺少。改善家庭膳食，時常提供奶和奶製品及其他鈣質豐富的食物，還可以令家長改善其攝取鈣質不足的情況。

最後，幼童在 18 個月後停止使用奶瓶飲用奶品的情況不理想。有需要就家長幫助兒童停止使用奶瓶遇到的障礙作進一步研究。



6. 參考資料

1. Nicklaus s, Boggio v, Chabanet C, Issanchou S. A prospective study of food variety seeking in childhood, adolescence and early adult life. *Appetite* 2005;44:289-297.
2. Department of Medicine and Therapeutics, Centre of Nutritional Studies, the Chinese University of Hong Kong, and Family Health Service, Department of Health, HKSARG 2012. A Survey of Infant and Young Child Feeding in Hong Kong: Diet and Nutrient Intake.
http://www.fhs.gov.hk/english/archive/files/reports/Survey_IYCF_Dietnutrient%20intake.pdf
3. Family Health Service, Department of Health, HKSARG 2012. A Survey of Infant and Young Child Feeding in Hong Kong: Milk Consumption. http://www.fhs.gov.hk/english/archive/files/reports/Survey_IYCF_milkconsumption_1904.pdf
4. Department of Applied Social Sciences, the Hong Kong Polytechnic University, and Family Health Service, Department of Health, HKSARG 2012. Survey of infant and young Child Feeding in Hong Kong: Parental Perception and Practice. http://www.fhs.gov.hk/english/archive/files/reports/Survey_IYCF_parents%20perception.pdf
5. Centers for Disease Control and Prevention. USA. Infant Feeding Practices Study II and its year six follow up. Questionnaires. <http://www.cdc.gov/breastfeeding/data/ifps/questionnaires.htm> (last accessed January 2016)
6. World Health Organization. WHO Anthro (version 3.2.2, January 2011) and macros (2011). <http://www.who.int/childgrowth/software/en/> (accessed September 2017)
7. Family Health Service, Department of Health, HKSAR. 7-day healthy meal planning guide for 6 to 24 month old children.
8. Central Health Education Unit, Department of Health, HKSAR. Nutrition Guidelines for Children aged 2 to 6 y for pre-primary institutions. Revised 2014.
9. Centre for Health Protection, Department of Health, Hong Kong SAR Government. Statistics on Behavioural Risk Factors. Consumption of milk products. April 2013. <http://www.chp.gov.hk/en/data/1/10/280/2235.html> (accessed September 2017)
10. Centre for Food Safety, Food and Environmental Hygiene Department. Hong Kong Population-Based Food Consumption Survey 2005-2007. Final Report. April 2010. http://www.cfs.gov.hk/english/programme/programme_firm/files/FCS_final_report.pdf (accessed September 2017)
11. Ben-Avraham S,Hyden CJ,Fletcher J,Bonuck KA. Bottle and sippy cup use is associated with diet and energy intake in toddlers. *Matern Child Nutr.* 2015 Oct;11(4):845-58.
12. Brett NR, Vanstone C, Maguire JL, Rauch F, Weiler HA. Parental knowledge, perceptions and consumption of milk and alternatives relates to intakes of young



- children 2-8 y of age. *The FASEB Journal* 2016, 30(1): S295
13. Martin-Biggers J, Spaccarotella K, Hongu N, Alleman F, Worobey J, Byrd-Bredbenner J. Translating it into real life: a qualitative study of the cognitions, barriers and supports for key obesogenic behaviors of parents of preschoolers. *BMC Public Health* (2015) 15:189
 14. Centre for Food Safety, Food and Environmental Hygiene Department. The First Hong Kong Total Diet Study Report No. 9. The First Hong Kong Total Diet Study: Minerals. December 2014
http://www.cfs.gov.hk/english/programme/programme_firm/files/Report_on_the_1st_HK_Total_Diet_Study_Minerals_e.pdf
 15. Fayet-Moore F. Effect of flavored milk vs plain milk on total milk intake and nutrient provision in children. *Nutr Rev* (2016) 74 (1): 1-17.
 16. Dooley D, Patel A, Schmidt LA. Chocolate Milk in Schools. *Pediatrics* 2015;136:e1680 DOI: 10.1542/peds.2015-3202A
 17. Noel SE, Nesss AR, Northstoe K, Emmett P, Newby PK. Association between flavored milk consumption and changes in weight and body composition over time: differences among normal and overweight children. *Eur J Clin Nutr.* 2013; 67(3): 295-300. doi: 10.1038/ejcn.2012.123.
 18. Kahn R, Bonuck K, Trombley M. Randomized controlled trial of bottle weaning intervention: a pilot study. *Clin Pediatr* 2007; 46(2):163-74.
 19. Frazier JP1, Countie D, Elerian L. Parental barriers to weaning infants from the bottle. *Arch Pediatr Adolesc Med.* 1998 Sep;152(9):889-92.
 20. Lo K, Cheung C, Lee A, Tam WWS, Keung V (2015) Associations between Parental Feeding Styles and Childhood Eating Habits: A Survey of Hong Kong Pre-School Children. *PLoS ONE* 10(4): e0124753. doi:10.1371/journal.pone.0124753
 21. Tso W, Rao N, Jiang F, Li AM, Lee SL, Ho FK, Li SL, Ip P. Sleep Duration and School Readiness of Chinese Preschool Children. *J Pediatr.* 2016 Feb;169:266-71. doi: 10.1016/j.jpeds.2015.10.064.
 22. Savage JS, Peterson J, Marini M, Bordi PL Jr, Birch LL. The addition of a plain or herb-flavored reduced-fat dip is associated with improved preschoolers' intake of vegetables. *J Acad Nutr Diet.* 2013 Aug;113(8):1090-5.
 23. Anzman-Frasca S, Savage JS, Marini ME, Fisher JO, Birch LL. Repeated exposure and associative conditioning promote preschool children's liking of vegetables. *Appetite.* 2012 Apr;58(2):543-53. doi: 10.1016/j.appet.2011.11.012.
 24. Fildes A, van Jaarsveld CH, Wardle J, Cooke L. Parent-administered exposure to increase children's vegetable acceptance: a randomized controlled trial. *J Acad Nutr Diet.* 2014 Jun;114(6):881-8. doi: 10.1016/j.jand.2013.07.040.
 25. Añez E1, Remington A, Wardle J, Cooke L. The impact of instrumental feeding on



- children's responses to taste exposure. *J Hum Nutr Diet.* 2013;26(5):415-20. doi: 10.1111/jhn.12028.
26. Holley CE, Farrow C, Haycraft E. A Systematic Review of Methods for Increasing Vegetable Consumption in Early Childhood. *Curr Nutr Rep.* 2017;6(2):157-170. doi: 10.1007/s13668-017-0202-1.
 27. Finnane JM, Jansen E, Mallan KM, Daniels LA. Mealtime Structure and Responsive Feeding Practices Are Associated With Less Food Fussiness and More Food Enjoyment in Children. *J Nutr Educ Behav.* 2017 Jan;49(1):11-18.e1. doi: 10.1016/j.jneb.2016.08.007.
 28. Powell F, Farrow C, Meyer C, Haycraft E. The importance of mealtime structure for reducing child food fussiness. *Matern Child Nutr.* 2017 Apr;13(2). doi: 10.1111/mcn.12296.
 29. Reau NR, Senturia YD, Lebailly SA, Christoffel KK. Infant and toddler feeding patterns and problems: normative data and a new direction. Pediatric Practice Research Group. *J Dev Behav Pediatr.* 1996 Jun;17(3):149-53.
 30. Adamson M, Morawska A, Wigginton B. Mealtime duration in problem and non-problem eaters. *Appetite* 2015, 84;228-234.
 31. Rylatt L, Cartwright T. Parental feeding behavior and motivations regarding preschool age children: A thematic synthesis of qualitative studies. *Appetite* 2016; 99:25-297
 32. Tarrant M, Fong DYT, Wu KM, Lee ILY, Wong EMY, Sham A, Lam C, Dodgson JE. Breastfeeding and weaning practices among Hong Kong mothers: a prospective study. *BMC Pregnancy and Childbirth* 2010, 10:27
 33. Li R1, Fein SB, Chen J, Grummer-Strawn LM. Why mothers stop breastfeeding: mothers' self-reported reasons for stopping during the first year. *Pediatrics.* 2008;122 Suppl 2:S69-76. doi: 10.1542/peds.2008-1315i.
 34. Lisa Gatti, RN, MSN, Xi. Maternal Perceptions of Insufficient Milk Supply in Breastfeeding. *J Nurs Scholarsh.* 2008 ; 40(4): 355-363. doi:10.1111/j.1547-5069.2008.00234.x
 35. Lou Z, Zeng G, Huang L, Wang Y, Zhou L, Kavanagh KF. Maternal Reported Indicators and Causes of Insufficient Milk Supply. *J Hum Lact.* 2014 Nov;30(4):466-73;
 36. Hodges EA, Hughes SO, Hoptkinson J, Fisher JO. Maternal decision about the initiation and termination of infant feeding. *Appetite* 2008;50:333-339
- Smith JP, Forrester R. Who pays for the health benefits of exclusive breastfeeding? An analysis of maternal time costs. *J Hum Lact.* 2013 Nov;29(4):547-55. doi: 10.1177/0890334413495450. Epub 2013 Jul 17.



附件 1 – 問卷

A. 廣東話版本

香港家長餵養幼兒問卷

R1. 健康院縮寫：	R2. 目標兒童嘅姓名嘅英文縮寫：
B1. 年齡組別： <input type="checkbox"/> ₁ 12m <input type="checkbox"/> ₂ 18m <input type="checkbox"/> ₃ 24m <input type="checkbox"/> ₄ 4y	B2. 訪問日期： / /

第一部分：目標兒童及受訪者資料

1.	你係孩子嘅： 【單選】 <input type="checkbox"/> ₁ 父 <input type="checkbox"/> ₂ 母
2.	孩子嘅性別： <input type="checkbox"/> ₁ 男 <input type="checkbox"/> ₂ 女
3.	孩子嘅出生日期： _____年 _____月 _____日
4.	孩子嘅體重：_____公斤（取至小數點後一位） <input type="checkbox"/> ₉₉ 唔知道／拒絕量度
5.	孩子嘅身高：_____厘米（取至小數點後一位） <input type="checkbox"/> ₉₉₉ 唔知道／拒絕量度
6.	係邊位 最主要 幫孩子選擇食物同埋奶？ 【單選】 <input type="checkbox"/> ₁ 孩子嘅父親 <input type="checkbox"/> ₃ 家傭 <input type="checkbox"/> ₅ 其他親戚 <input type="checkbox"/> ₉ 其他：_____ <input type="checkbox"/> ₂ 孩子嘅母親 <input type="checkbox"/> ₄ （外）祖父母 <input type="checkbox"/> ₆ 褓姆
7.	係邊位 最主要 睇孩子嘅正餐、茶點、飲奶嘅時候餵孩子或者看顧孩子？ 【單選】 <input type="checkbox"/> ₁ 孩子嘅父親 <input type="checkbox"/> ₃ 家傭 <input type="checkbox"/> ₅ 其他親戚 <input type="checkbox"/> ₉ 其他：_____ <input type="checkbox"/> ₂ 孩子嘅母親 <input type="checkbox"/> ₄ （外）祖父母 <input type="checkbox"/> ₆ 褓姆



第二部分：幼兒飲用奶品情況

第二部分係有關孩子喺過去一星期（7日）內嘅飲奶情況。

11. (a) 孩子喺過去一星期（7日）有無食過母乳？**[單選]**

<input type="checkbox"/> ₁ 有	→ 答第 11(b) 題
<input type="checkbox"/> ₀ 無	→ 跳答第 12 題

11. (b) 孩子喺過去一星期（7日）食母乳嘅方法係？**[單選]**

<input type="checkbox"/> ₁ 完全直接餵哺（全親餵／埋身餵）	→ 跳答第 12 題
<input type="checkbox"/> ₂ 食泵出嚟嘅母乳	→ 答第 11(c) 題
<input type="checkbox"/> ₃ 完全直接餵哺（全親餵／埋身餵） 同埋食泵出嚟嘅母乳兩種方法都有	→ 答第 11(c) 題

11. (c) 孩子平均每日大概食幾多泵出嚟嘅母乳？ _____ 毫升（cc/ml） / _____ 安士（oz）（整數）

12. 孩子喺過去一星期（7日）有無飲過**配方奶粉**？**[單選]**

<input type="checkbox"/> ₁ 有	→ 答第 13 題
<input type="checkbox"/> ₀ 無	→ 跳答第 15 題

以下係有關孩子飲**配方奶粉**嘅情況：

13. 孩子喺過去一星期（7日）飲嘅**配方奶粉**係？

(a) 1 號（嬰兒配方／細仔） [包括奶粉、即用液體奶] [單選]	<input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 無
(b) 2 號（較大嬰兒配方） [單選]	<input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 無
(c) 3 號（較大幼兒配方） [單選]	<input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 無
(d) 4 號／學前（兒童配方） [單選]	<input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 無
(e) 其他 配方奶粉 [單選]	<input type="checkbox"/> ₁ 有 → 答第 13(ei) 題 <input type="checkbox"/> ₀ 無 → 跳答第 14 題
(ei) 孩子係飲邊種其他 配方奶粉 ？	
i. 特別醫用 配方奶粉 （例如：全水解 配方 ） [單選]	<input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 無
ii. 營養補充 配方奶粉 （例如：兒童佳膳，保兒加營養） [單選]	<input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 無
iii. 其他，請註明： _____ [單選]	<input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 無

14. 孩子喺過去一星期（7日）所飲嘅**配方奶粉**有無含有以下成份？

(a) 羊奶 [單選]	<input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 無 <input type="checkbox"/> ₂ 唔知道
(b) 大豆／豆奶 [單選]	<input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 無 <input type="checkbox"/> ₂ 唔知道



以下係有關孩子飲奶類製品嘅情況：

15. 孩子喺過去一星期（7日）有無飲過即溶全脂牛奶粉？【單選】

₁ 有 ₀ 無

16. (a) 孩子喺過去一星期（7日）有無飲過盒裝或樽裝嘅牛奶？【單選】

₁ 有 → 答第 16(b) 題

₀ 無 → 跳答第 17 題

16. (b) 孩子飲嘅盒裝或樽裝嘅牛奶係？

i. 全脂牛奶／純牛奶【單選】	<input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 無
ii. 低脂牛奶【單選】	<input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 無
iii. 脫脂牛奶【單選】	<input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 無
iv. 朱古力味／果味牛奶【單選】	<input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 無
v. 唔清楚係邊種盒裝／樽裝嘅牛奶【單選】	<input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 無

17. 孩子喺過去一星期（7日）有無飲過或食過以下嘅食品？【示圖】

(a) 乳酪（唔包括乳酸味飲品，例如益力多）【單選】	<input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 無
(b) 包裝上寫有「加鈣」或「高鈣」嘅豆奶【單選】	<input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 無
(c) 芝士【單選】	<input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 無

18. 孩子喺過去一星期（7日）嘅奶量係以咩為主？【單選】
- ₀ 無飲奶 ₁ 母乳 ₂ 配方奶粉 ₃ 牛奶或即溶全脂牛奶粉 ₄ 加鈣／高鈣豆奶

全直接餵哺及餵泵出嚟嘅母乳，而且無飲過配方奶粉／牛奶或即溶全脂牛奶粉／加鈣／高鈣豆奶
→ 跳答第三部份



以下係有關孩子飲配方奶粉同埋牛奶或即溶全脂牛奶粉同埋加鈣／高鈣豆奶嘅飲奶量嘅情況：

19. 孩子喺過去一星期（7日）：

(a) 除人奶以外，總共有幾多日係飲過奶？

過去一星期飲過 _____ 日 （整數）

(b) 喺飲奶嘅日子中，每日飲奶幾多次（除人奶以外）？

每日飲奶 _____ 次 （整數）

(c) 喺飲奶嘅日子中，每日總共飲幾多奶（除人奶以外）？**【單選】**

₁ 清楚知道所有奶類嘅容量：_____ 毫升/ _____ 安士（整數）→ 跳答第20題

₂ 只清楚知道部分奶類嘅容量，記錄所知道嘅容量：_____ 毫升/ _____ 安士（整數）

→ 答第19(c)題

₉ 唔清楚所有奶類嘅容量 → 答第19(c)題

(ci) 孩子飲嘅奶嘅牌子係？ _____

(cii) 孩子飲嘅奶係咩包裝？**【多選】** **【示圖】**

₁ 盒裝／屋仔奶 - 普通裝

₂ 盒裝／屋仔奶 - 家庭裝

₃ 紙包 - 普通裝

₄ 紙包 - 家庭裝

₅ 紙包 - 迷你裝

₆ 玻璃樽

₉ 其他，請註明： _____

(ciii) 孩子總共飲幾多盒／包／樽奶？ _____

20. 你認為孩子目前（除人奶以外）嘅飲奶量係：**【單選】**

₁ 太少

₂ 適當

₃ 太多

以下係有關孩子使用奶瓶嘅情況：

21. 孩子喺過去一星期（7日）有無用以下嘅器皿飲奶（除人奶以外）？**【示圖】**

(a) 用學習杯／訓練杯**【單選】**

₁ 有

₀ 無

(b) 直接用普通杯**【單選】**

₁ 有

₀ 無

(c) 用飲管／飲管杯吸吮**【單選】**

₁ 有

₀ 無

(d) 用奶瓶**【單選】**

₁ 有

₀ 已經停用／戒咗，由 _____ 個月大
（整數，四捨五入）已經停用／戒咗

₂ 從來無用奶瓶

→ 答第22(a)題

→ 跳答第23題



22. (a) 孩子喺過去一星期 (7 日), 有幾經常出現以下嘅情況, 係「完全無」、「較少」、「有時」、「經常」抑或「通常」(次次)? **【單選】** **【示卡】**

	完全無	較少	有時 (平均一半時間)	經常	通常 (每次、每日)
i. 飲住奶瓶入睡 (邊飲邊瞓)。	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
ii. 朝早起身時, 孩子喺床上用奶瓶飲奶。	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
ii. 孩子扭計時, 你用奶瓶安撫佢。	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅

(b) 你有無嘗試過幫孩子戒用奶瓶飲奶? **【單選】**

₁ 有, _____個月大 (整數, 四捨五入) 開始 / 嘗試戒用奶瓶

₀ 無

(c) 你認為孩子喺幾多個月大嘅時候停用奶瓶飲奶最為適合? _____個月大 (整數, 四捨五入)

23. 你有無聽過而家母嬰健康院建議孩子應該喺幾多個月大嘅時候**完全停用奶瓶飲奶**? **【單選】**

₁ 有聽過, 喺_____個月大 (整數, 四捨五入)

₃ 有聽過, 但唔記得建議係由幾個月大完全停用奶瓶飲奶

₂ 無聽過



第三部分：孩子進食除奶以外食物嘅情況

第三部分係有關孩子喺過去一星期(7日)內進食固體食物及營養補充劑嘅情況。

24. 過去一星期(7日)期間，孩子有幾多日進食以下類別嘅食物？【示圖】【單選】

	無 進食	一日	兩日	三日	四日	五日	六日	每日 進食
(a) 肉類(家禽、豬、牛、羊)	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅	<input type="checkbox"/> ₆	<input type="checkbox"/> ₇
(b) 魚、水產	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅	<input type="checkbox"/> ₆	<input type="checkbox"/> ₇
(c) 蛋類	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅	<input type="checkbox"/> ₆	<input type="checkbox"/> ₇
(d) 豆類及豆製品(豆腐、乾豆等)	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅	<input type="checkbox"/> ₆	<input type="checkbox"/> ₇
(e) 蔬菜	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅	<input type="checkbox"/> ₆	<input type="checkbox"/> ₇
(f) 水果	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅	<input type="checkbox"/> ₆	<input type="checkbox"/> ₇
(g) 穀物類	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅	<input type="checkbox"/> ₆	<input type="checkbox"/> ₇

25. 喺孩子有食蔬菜嘅日子，孩子平均每日食蔬菜嘅分量係？(包括所有唔同顏色及種類嘅蔬菜，例如：葉菜、瓜類、菇菌及藻類等)【示圖】【單選】

- ₁ 比圖 A 少 (<20g)
 ₂ 約圖 A 分量 (~20g)
 ₃ 圖 A 與 B 分量之間
 ₄ 約圖 B 分量 (~40g)
₅ 圖 B 與 C 分量之間
 ₆ 約圖 C 分量 (~80g)
 ₇ 圖 C 與 D 分量之間
 ₈ 約圖 D 分量 (~120g)
₉ 圖 D 與 E 分量之間
 ₁₀ 約圖 E 分量
 ₁₁ 比圖 E 分量多 (~160g)

26. 孩子過去一星期(7日)，食過幾多種蔬菜？【單選】

- ₁ 1種 ₂ 2種 ₃ 3種 ₄ 4種 ₅ 5種
₆ 6種 ₇ 7種 ₈ 8種 ₉ 9種 ₁₀ 10種或以上

27. 喺孩子有食水果嘅日子，孩子平均每日食水果嘅分量係？(果汁唔計算在內)【示圖】【單選】

- ₁ 比圖 A 少 (<20g)
 ₂ 約圖 A 分量 (~20g)
 ₃ 圖 A 與 B 分量之間
 ₄ 約圖 B 分量 (~40g)
₅ 圖 B 與 C 分量之間
 ₆ 約圖 C 分量 (~60g)
 ₇ 圖 C 與 D 分量之間
 ₈ 約圖 D 分量 (~80g)
₉ 比圖 D 分量多

28. 孩子喺過去一星期(7日)，食過幾多種水果？【單選】

- ₁ 1種 ₂ 2種 ₃ 3種 ₄ 4種 ₅ 5種
₆ 6種 ₇ 7種 ₈ 8種 ₉ 9種 ₁₀ 10種或以上

29. 喺過去一星期(7日)期間，孩子有無食過或飲過營養補充劑？【單選】

- ₁ 有 → 答第 30 題
₀ 無 → 跳答第四部分



30. 孩子有無食過或飲過以下營養補充劑？

- | | |
|-------------------------------------|---|
| (a) 魚肝油 [單選] | <input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 無 |
| (b) 奧米加 3 魚油或 DHA [單選] | <input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 無 |
| (c) 維他命或礦物質 [單選] | <input type="checkbox"/> ₁ 有 → 答第 30(c)題
<input type="checkbox"/> ₀ 無 → 跳答第 30(d)題 |
| (ci) 孩子係食過或飲過邊種維他命或礦物質？ [多選] | <input type="checkbox"/> ₁ 多種維他命或礦物質
<input type="checkbox"/> ₂ 維他命 B
<input type="checkbox"/> ₃ 維他命 C
<input type="checkbox"/> ₄ 維他命 D
<input type="checkbox"/> ₅ 鈣
<input type="checkbox"/> ₆ 鐵
<input type="checkbox"/> ₇ 鋅
<input type="checkbox"/> ₈ 唔清楚係邊種維他命或礦物質
<input type="checkbox"/> ₉ 其他維他命或礦物質，請註明：_____ |
| (d) 其他營養補充劑 [單選] | <input type="checkbox"/> ₁ 有 → 答第 30(di)題
<input type="checkbox"/> ₀ 無 → 跳答第 31 題 |
| (di) 孩子係食過或飲過邊種其他營養補充劑？ [多選] | <input type="checkbox"/> ₁ 牛初乳
<input type="checkbox"/> ₂ 益生菌
<input type="checkbox"/> ₃ 藍梅素
<input type="checkbox"/> ₄ 視葉黃素 (Lutein)
<input type="checkbox"/> ₅ 蜂皇漿
<input type="checkbox"/> ₆ 加能素 Polycal
<input type="checkbox"/> ₈ 唔清楚食過或飲過嘅其他營養補充劑嘅性質
<input type="checkbox"/> ₉ 其他營養補充劑，請註明：_____ |



第四部分：孩子進食嘅情況

第四部分係有關孩子嚟過去一個月內進食嘅情況或行為。

請你形容以下情況出現嘅頻密程度，係「完全無」、「較少」、「有時」、「經常」抑或「通常」（次次）？**【單選】**【示卡】

	完全無	較少	有時 (平均一半時間)	經常	通常 (每次、每日)
31. 你嘅孩子同埋你或家人同枱食飯。	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
32. 你俾孩子一邊食飯一邊睇電視或手機。	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
33. 孩子食飯時走嚟走去。	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
34. 孩子食嘅餸菜同埋其他家人嘅一樣。	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
35. 你用孩子喜歡嘅食物嚟獎賞佢嘅好行為。【如有需要時讀出：例如，孩子收拾玩具或成績好嘅時候獎勵佢】	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
36. 當孩子扭計或唔開心嘅時候，你會俾食物嚟哄佢。	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
37. 你俾孩子飲加糖飲品。【如有需要時讀出：例如汽水、加糖果汁、乳酪飲品、乳酸菌飲品、運動飲品、加糖包裝飲品、果味／朱古力味奶等】	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅

38. 孩子食每餐飯一般需要幾耐？**【單選】**

₁ 15 分鐘或以內 ₂ 16 至 30 分鐘 ₃ 31 至 45 分鐘 ₄ 46 至 60 分鐘 ₅ 60 分鐘以上

39. 你認為呢個用餐時間係：**【單選】**

₁ 太短 ₂ 適中 ₃ 太長

40. 孩子正餐嘅食量會唔會令你擔心？**【單選】**

₁ 唔會，我唔擔心 ₂ 我擔心佢食嘅量過少 ₃ 我擔心佢食嘅量過多

【若孩子現為 4 歲或以上，跳答第五部分。】

41. 孩子能唔能夠用匙羹？**【單選】**

₁ 能夠 → 答第 41a 題
₂ 唔能夠 → 答第 41b 題

41a. 以下邊項最能貼切形容佢用匙羹嘅情況？**【單選】**

₁ 佢能夠整潔地用匙羹食飯。
₂ 佢能夠用匙羹餵自己，但仍有食物漏出嚟。
₃ 喺協助下，佢能夠用匙羹。



41b. 以下邊項最能貼切形容佢用匙羹嘅情況？【單選】

- ₂ 佢能夠用匙羹餵自己，但仍有食物漏出嚟。
- ₃ 喺協助下，佢能夠用匙羹。
- ₄ 佢未能夠用匙羹。
- ₅ 你唔會／未曾俾孩子用匙羹。

42. 食飯時，你有幾經常會容許佢自己拎住食物嚟食？【單選】

- ₁ 好少
- ₂ 較少
- ₃ 有時
- ₄ 經常
- ₅ 通常(每次吃飯)

43. 你有幾經常會俾孩子拎匙羹自己食飯？【單選】

- ₁ 好少
- ₂ 較少
- ₃ 有時
- ₄ 經常
- ₅ 通常(每次吃飯)

孩子能唔能夠用以下器皿飲除咗奶以外嘅流質飲品？【示圖】【單選】

	能夠	未能夠	孩子拒絕使用	未曾俾孩子試用
44. 用普通水杯	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄
45. 用訓練杯	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄
46. 用飲管／飲管杯	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄

第五部分：其他

47. 你同唔同意以下嘅句子？

	極唔同意	唔同意	無意見／唔知道	同意	極同意
(a) 2 號、3 號、4 號或學前（較大嬰兒及幼兒配方）奶粉能代替其他食物，提供孩子所需嘅營養。	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
(b) 2 號、3 號、4 號或學前（較大嬰兒及幼兒配方）奶粉含有添加嘅營養能促進腦部發展，係其他食物無嘅。	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
(c) 2 號、3 號、4 號或學前（較大嬰兒及幼兒配方）奶粉，比普通牛奶，較能提供更多鈣質。	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
(d) 2 號、3 號、4 號或學前（較大嬰兒及幼兒配方）奶粉，比普通牛奶，較能增強孩子嘅抵抗力。	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅

48. 你有無曾經喺以下途徑，得到過有關嬰幼兒飲食同埋營養嘅資料？【示圖】

(a) 6 至 24 個月嬰幼兒健康飲食小冊子【單選】	<input type="checkbox"/> ₁ 有	<input type="checkbox"/> ₀ 無
(b) 6 至 24 個月嬰幼兒健康飲食嘅影片／光碟【單選】	<input type="checkbox"/> ₁ 有	<input type="checkbox"/> ₀ 無
(c) 「親子一點通」電郵【單選】	<input type="checkbox"/> ₁ 有	<input type="checkbox"/> ₀ 無
(d) 衛生署網頁【單選】	<input type="checkbox"/> ₁ 有	<input type="checkbox"/> ₀ 無



49. 你有無喺以下地方、人士或其他途徑，得到過有關嬰幼兒飲食同埋營養嘅資料？【示卡】

- | | | | |
|----------------------|---|--|---|
| (a) 親人、朋友【單選】 | <input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 無 | (b) 育兒網頁【單選】 | <input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 無 |
| (c) 醫護人員【單選】 | <input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 無 | (d) 奶粉產品網頁【單選】 | <input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 無 |
| (e) 育兒雜誌【單選】 | <input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 無 | (f) 奶粉媽咪會【單選】 | <input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 無 |
| (g) 陪月／褓姆／家
傭【單選】 | <input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 無 | (h) 書籍【單選】 | <input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 無 |
| (i) 學校【單選】 | <input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 無 | (j) 社交媒體群組 (如:
Facebook/WhatsApp)
【單選】 | <input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 無 |

50. 你認為衛生署應透過以下邊嘅途徑，提供嬰幼兒飲食同埋營養、進食行為嘅資料俾你？仲有呢？【示卡】【多選】

- ₁ 單張／小冊子
- ₂ 短片、光碟或宣傳片
- ₃ 親子講座／研習班
- ₄ 個人化嘅手機應用程式
- ₅ 電子郵件
- ₉ 其他：_____

【若孩子現為兩歲以下，請續問第六部分。若孩子為兩歲或以上，請跳至到第七部分。】



第六部分：母乳餵哺

【只限 12 至不大於 24 個月大孩子嘅母親本人作答】51. 你（孩子嘅母親）而家有無俾 呢個孩子 食母乳（包括泵出嚟嘅母乳）？【單選】□₁ 你 而家仍餵緊 佢食母乳。→ 跳答第七部分□₂ 你曾經餵佢食過母乳，喺孩子□₀ 細過一個月 / □₁ ____ 個月大（整數，四捨五入）時完全停止餵哺。
→ 答第 52 題□₃ 你 從來無餵過 呢個孩子食母乳。→ 跳答第 53 題

52. 以下邊啲係你最主要停止餵哺母乳（包括泵出嚟嘅母乳）嘅原因？第二重要原因？第三重要原因？【最多選擇三個重要原因】【示卡】

	三個原因	其他原因 / 與你無關
(a) 我認為這是合適停餵母乳的時間	□ ₁	□ ₂
(b) 母乳不足夠	□ ₁	□ ₂
(c) 母乳不能滿足孩子 (孩子經常肚子餓)	□ ₁	□ ₂
(d) 孩子含乳 / 吸啜母乳困難 / 對母乳不感興趣	□ ₁	□ ₂
i. 孩子不會吸啜母乳	□ ₁	□ ₂
ii. 孩子咬乳頭	□ ₁	□ ₂
iii. 孩子對母乳不感興趣	□ ₁	□ ₂
(e) 我的乳頭 / 乳房問題	□ ₁	□ ₂
i. 餵哺母乳時，我感到痛楚	□ ₁	□ ₂
ii. 乳頭痛、破損裂、或出血	□ ₁	□ ₂
iii. 乳房過份脹奶 / 谷奶	□ ₁	□ ₂
iv. 乳房發炎或含膿	□ ₁	□ ₂
v. 乳房過份漏奶	□ ₁	□ ₂
(f) 孩子生病或出現健康問題	□ ₁	□ ₂
(g) 孩子的體重增加得太少	□ ₁	□ ₂
i. 醫護人員說，孩子體重增加太少	□ ₁	□ ₂
ii. 我認為孩子體重增加太少	□ ₁	□ ₂
(h) 我自己的健康問題	□ ₁	□ ₂
i. 醫護人員不建議我餵哺母乳	□ ₁	□ ₂
ii. 自己認為不適合餵哺母乳	□ ₁	□ ₂
(i) 餵母乳令我疲累或感到壓力	□ ₁	□ ₂
(j) 餵哺母乳不方便 / 太花時間	□ ₁	□ ₂
(k) 我要上班	□ ₁	□ ₂
i. 我不能夠在工作時泵奶或餵母乳	□ ₁	□ ₂
ii. 我不想在工作時泵奶或餵母乳	□ ₁	□ ₂
(l) 工作以外的因素，我需要其他的照顧者餵孩子吃奶	□ ₁	□ ₂
(m) 我想回復自己的生活方式、飲食習慣 / 不想再戒口	□ ₁	□ ₂
(n) 我再次懷孕了或計劃懷孕	□ ₁	□ ₂
(o) 其他，請註明：_____	□ ₁	□ ₂



53. 以下邊啲係你最主要無餵哺呢個孩子母乳（包括泵出嚟嘅母乳）嘅原因？第二重要原因？第三重要原因？【最多選擇三個重要原因】【示卡】

	三個原因	其他原因 / 與你無關
(a) 孩子生病或出現健康問題	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
(b) 我認為我的母乳不足夠	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
(c) 醫護人員不建議我餵哺母乳	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
(d) 我生病，自己認為不適合餵哺母乳	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
(e) 我認為配方奶和母乳差不多 / 比母乳好	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
(f) 我認為餵哺母乳太不方便	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
(g) 我曾經嘗試餵哺母乳，但不喜歡或沒有成功	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
(h) 我想可以放下孩子一段時間	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
(i) 我想節食	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
(j) 我想回復我平時的飲食習慣 / 不想再戒口	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
(k) 我有太多的家務要做	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
(l) 我要上班	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
(m) 工作以外的因素，我需要其他的照顧者餵孩子吃奶	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
(n) 我想回復自己的生活方式	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
(o) 家人不想我餵哺母乳	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
(p) 其他，請註明： _____	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂



第七部分：孩子父母嘅資料

54. 孩子母親嘅年齡係：**[單選]**

- ₁ 17 歲或以下 ₂ 18-24 歲 ₃ 25-29 歲 ₄ 30-34 歲 ₅ 35-39 歲
- ₆ 40-44 歲 ₇ 45-49 歲 ₈ 50 歲或以上 ₉₈ 唔知道 ₉₉ 拒答

55. 孩子父親嘅年齡係：**[單選]**

- ₁ 17 歲或以下 ₂ 18-24 歲 ₃ 25-29 歲 ₄ 30-34 歲 ₅ 35-39 歲
- ₆ 40-44 歲 ₇ 45-49 歲 ₈ 50 歲或以上 ₉₈ 唔知道 ₉₉ 拒答

56. 母親嘅教育程度係：**[單選]**

- ₁ 小學或以下 ₂ 中一至中三 ₃ 中四至中五 ₄ 中六至中七
- ₅ 專上教育(文憑／證書課程／副學士課程) ₆ 大學或以上 ₉₈ 唔知道 ₉₉ 拒答

57. 父親嘅教育程度係：**[單選]**

- ₁ 小學或以下 ₂ 中一至中三 ₃ 中四至中五 ₄ 中六至中七
- ₅ 專上教育(文憑／證書課程／副學士課程) ₆ 大學或以上 ₉₈ 唔知道 ₉₉ 拒答

58. 母親有無工作？**[單選]**

- ₁ 全職受僱／自僱 ₂ 兼職 ₃ 退休人仕 ₄ 待業
- ₅ 全職家務料理者 ₉₈ 唔知道 ₉₉ 拒答

59. 父親有無工作？**[單選]**

- ₁ 全職受僱／自僱 ₂ 兼職 ₃ 退休人仕 ₄ 待業
- ₅ 全職家務料理者 ₉₈ 唔知道 ₉₉ 拒答

60. 孩子係唔係同父母同住：**[單選]**

- ₁ 每日同住 ₂ 每星期 5 日至 6 日 ₃ 每星期 1 至 4 日 ₄ 唔係同住

61. 你嘅每月家庭總收入（包括所有工作獲得嘅收入）係：**[單選]【示卡】**

- ₁ 少於 \$5,000 ₂ \$5,000 - \$9,999 ₃ \$10,000 - \$19,999 ₄ \$20,000 - \$29,999
- ₅ \$30,000 - \$39,999 ₆ \$40,000 - \$49,999 ₇ \$50,000 - \$59,999 ₈ \$60,000 或更多
- ₉₈ 唔知道 ₉₉ 拒答

訪問已經完成，多謝你嘅參與。



B. 普通話版本

香港家長餵養幼兒問卷

R1. 健康院縮寫：	R2. 目標兒童的姓名的英文縮寫：
B1. 年齡組別： <input type="checkbox"/> ₁ 12m <input type="checkbox"/> ₂ 18m <input type="checkbox"/> ₃ 24m <input type="checkbox"/> ₄ 4y	B2. 訪問日期： / /

您好！我姓_____，是 CSG 的訪問員，我們受衛生署委託進行一項關於香港家長餵養幼兒的問卷調查，想了解您的孩子的飲食的情況。整個訪問大概 15-20 分鐘，收集得到的資料會絕對保密，只會作整體統計分析用途，並會在完成分析後完全銷毀。

第一部分：目標兒童及受訪者的資料

1.	您是孩子的： [單選] <input type="checkbox"/> ₁ 父 <input type="checkbox"/> ₂ 母
1.	孩子的性別： <input type="checkbox"/> ₁ 男 <input type="checkbox"/> ₂ 女
2.	孩子的出生日期： _____年 ____月 ____日
3.	孩子的體重：_____公斤（取至小數點後一位） <input type="checkbox"/> ₉₉ 不知道／拒絕量度
4.	孩子的身高：_____厘米（取至小數點後一位） <input type="checkbox"/> ₉₉₉ 不知道／拒絕量度
5.	是誰 <u>最主要</u> 給孩子選擇食物和奶？ [單選] <input type="checkbox"/> ₁ 孩子的父親 <input type="checkbox"/> ₃ 家傭 <input type="checkbox"/> ₅ 其他親戚 <input type="checkbox"/> ₉ 其他：_____ <input type="checkbox"/> ₂ 孩子的母親 <input type="checkbox"/> ₄ (外) 祖父母 <input type="checkbox"/> ₆ 褓姆
6.	是誰 <u>最主要</u> 在孩子的正餐、茶點、喝奶的時候餵孩子或看顧孩子？ [單選] <input type="checkbox"/> ₁ 孩子的父親 <input type="checkbox"/> ₃ 家傭 <input type="checkbox"/> ₅ 其他親戚 <input type="checkbox"/> ₉ 其他：_____ <input type="checkbox"/> ₂ 孩子的母親 <input type="checkbox"/> ₄ (外) 祖父母 <input type="checkbox"/> ₆ 褓姆



第二部分：幼兒飲用奶品的情況

第二部分是有關孩子於**在過去一星期(7天)內**的喝奶情況。

11. (a) 孩子在過去一星期(7天)有沒有吃母乳? [單選]

- | | |
|--|-------------|
| <input type="checkbox"/> ₁ 有 | → 答第 11(b)題 |
| <input type="checkbox"/> ₀ 沒
有 | → 跳答第 12 題 |

11. (b) 孩子在過去一星期(7天)吃母乳的方法是? [單選]

- | | |
|--|-------------|
| <input type="checkbox"/> ₁ 完全直接餵哺(全親餵) | → 跳答第 12 題 |
| <input type="checkbox"/> ₂ 吃擠出的母乳 | → 答第 11(c)題 |
| <input type="checkbox"/> ₃ 完全直接餵哺(全親餵)及吃擠出的
母乳兩種方法也有 | → 答第 11(c)題 |

11. (c) 平均每天大概吃多少擠出的母乳? _____ 毫升(cc/ml) / _____ 安士(oz) (整數)

12. 孩子在過去一星期(7天)有沒有喝配方奶粉? [單選]

- | | |
|--|------------|
| <input type="checkbox"/> ₁ 有 | → 答第 13 題 |
| <input type="checkbox"/> ₀ 沒
有 | → 跳答第 15 題 |

以下是有關孩子喝**配方奶粉**的情況：

13. 孩子在過去一星期(7天)喝的**配方奶粉**是?

- | | | |
|---------------------------------|---|--|
| (a) 1號(嬰兒配方/細仔)[包括奶粉、即用液體奶][單選] | <input type="checkbox"/> ₁ 有 | <input type="checkbox"/> ₀ 沒有 |
| (b) 2號(較大嬰兒配方)[單選] | <input type="checkbox"/> ₁ 有 | <input type="checkbox"/> ₀ 沒有 |
| (c) 3號(較大幼兒配方)[單選] | <input type="checkbox"/> ₁ 有 | <input type="checkbox"/> ₀ 沒有 |
| (d) 4號/學前(兒童配方)[單選] | <input type="checkbox"/> ₁ 有 | <input type="checkbox"/> ₀ 沒有 |
| (e) 其他配方奶 [單選] | <input type="checkbox"/> ₁ 有 | → 答第 13(ei)題 |
| | <input type="checkbox"/> ₀ 無 | → 跳答第 14 題 |
| (ei) 孩子是喝什麼其他配方奶粉? | | |
| i. 特別醫用配方奶粉(例如:全水解配方)[單選] | <input type="checkbox"/> ₁ 有 | <input type="checkbox"/> ₀ 沒有 |
| ii. 營養補充配方奶粉(例如:兒童佳膳,保兒加營養)[單選] | <input type="checkbox"/> ₁ 有 | <input type="checkbox"/> ₀ 沒有 |
| iii. 其他,請註明: _____ [單選] | <input type="checkbox"/> ₁ 有 | <input type="checkbox"/> ₀ 沒有 |

14. 孩子在過去一星期(7天)所喝的**配方奶粉**有沒有含有以下成份?

- | | | |
|---------------|---|--|
| (a) 羊奶[單選] | <input type="checkbox"/> ₁ 有 | <input type="checkbox"/> ₀ 沒有 |
| | <input type="checkbox"/> ₂ 不知道 | |
| (b) 大豆/豆奶[單選] | <input type="checkbox"/> ₁ 有 | <input type="checkbox"/> ₀ 沒有 |
| | <input type="checkbox"/> ₂ 不知道 | |





以下是有關孩子喝奶類製品的情況：

15. 孩子在過去一星期（7天）有沒有喝**即溶全脂牛奶粉**？【單選】

₁ 有 ₀ 沒有

16. (a) 孩子在過去一星期（7天）有沒有喝**盒裝或樽裝的牛奶**？【單選】

₁ 有 → 答第16(b)題

₀ 沒有 → 跳答第17題

16. (b) 孩子喝的**盒裝或樽裝的牛奶**是？

i. 全脂牛奶／純牛奶【單選】	<input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 沒有
ii. 低脂牛奶【單選】	<input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 沒有
iii. 脫脂牛奶【單選】	<input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 沒有
iv. 巧克力味／果味牛奶【單選】	<input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 沒有
v. 不清楚是那一種盒裝／樽裝的牛奶【單選】	<input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 沒有

17. 孩子在過去一星期（7天）有沒有喝過或吃過以下的**食品**？【示圖】

(a) 酸奶（不包括乳酸味飲料，如益力多）【單選】	<input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 沒有
(b) 包裝上寫有「加鈣」或「高鈣」的豆奶【單選】	<input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 沒有
(c) 奶酪（芝士）【單選】	<input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 沒有

18. 孩子在過去一星期（7天）的奶量是以什麼為主？【單選】

₀ 沒有喝奶 ₁ 母乳 ₂ 配方奶粉 ₃ 牛奶或即溶全脂牛奶粉 ₄ 加鈣／高鈣豆奶

全直接餵哺及餵擠出的母乳，而且沒有喝 配方奶粉／ 牛奶或即溶全脂牛奶粉／ 加鈣／高鈣豆奶 →
跳答第三部份



以下是有關孩子喝配方奶粉及牛奶或即溶全脂牛奶粉及加鈣／高鈣豆奶的喝奶量的情況：

19. 孩子在過去一星期（7天）：
- (a) 除人奶以外，總共喝奶多少天？
過去一星期喝 _____ 天（整數）
- (b) 在喝奶的日子中，每天喝奶多少次（除人奶以外）？
每天喝奶 _____ 次（整數）
- (c) 在喝奶的日子中，每天共喝多少奶（除人奶以外）？【單選】
- ₁ 清楚知道所有奶類的容量：_____ 毫升/ _____ 安士（整數）→ 跳答第20題
- ₂ 只清楚部分奶類的容量，記錄所知道的容量：_____ 毫升/ _____ 安士（整數）
→ 答第19(c)題
- ₉ 不清楚所有奶類的容量 → 答第19(c)題
- (ci) 孩子喝的奶的牌子是？ _____
- (cii) 孩子喝的奶是什麼包裝？【多選】【示圖】
- ₁ 盒裝 - 普通裝
- ₂ 盒裝 - 家庭裝
- ₃ 紙包 - 普通裝
- ₄ 紙包 - 家庭裝
- ₅ 紙包 - 迷你裝
- ₆ 玻璃樽
- ₉ 其他，請註明： _____
- (ciii) 孩子總共喝奶多少盒／包／樽？ _____
20. 您認為孩子目前（除人奶以外）的喝奶量是：【單選】
- ₁ 太少 ₂ 適當 ₃ 太多

以下是有關孩子使用奶瓶的情況：

21. 孩子在過去一星期（7天）有沒有用以下的器具喝奶（除人奶以外）？【示圖】
- | | | |
|-------------------|--|--|
| (a) 用學習杯／訓練杯【單選】 | <input type="checkbox"/> ₁ 有 | <input type="checkbox"/> ₀ 沒有 |
| (b) 直接用普通杯【單選】 | <input type="checkbox"/> ₁ 有 | <input type="checkbox"/> ₀ 沒有 |
| (c) 用吸管／吸管杯吸吮【單選】 | <input type="checkbox"/> ₁ 有 | <input type="checkbox"/> ₀ 沒有 |
| (d) 用奶瓶【單選】 | <input type="checkbox"/> ₁ 有 | |
| | <input type="checkbox"/> ₀ 已停用／戒掉，由_____個月（整數，四捨五入）已停用／戒掉 | |
| | <input type="checkbox"/> ₂ 從來沒有使用奶瓶 | |
- 答第22(a)題
- 跳答第23題



22. (a) 孩子在過去一星期 (7 天), 有多經常出現以下的情況, 是「完全沒有」、「較少」、「有時」、「經常」抑或「通常」(每次)? **[單選]** **【示卡】**

	完全沒有	較少	有時 (平均一半時間)	經常	通常 (每次、每天)
i. 喝着奶瓶入睡 (邊喝邊睡)。	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
ii. 早上起床時, 孩子在床上用奶瓶喝奶。	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
iii. 孩子發脾氣時, 您用奶瓶安撫他/她。	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅

- (b) 您有沒有嘗試過幫孩子戒用奶瓶喝奶? **[單選]**

₁ 有, _____ 個月 (整數, 四捨五入) 開始/嘗試戒用奶瓶
₀ 沒有

- (c) 您認為孩子在多少個月時停用奶瓶喝奶最為適合? _____ 個月 (整數, 四捨五入)

23. 您有沒有聽過現時母嬰健康院建議孩子應在多少個月時完全停用奶瓶喝奶? **[單選]**

₁ 有聽過, 在 _____ 個月 (整數, 四捨五入)
₃ 有聽過, 但不記得建議是由多少個月時完全停用奶瓶喝奶
₂ 沒有聽過



第三部分：孩子進食除奶以外食物的情況

第三部分是有關孩子於在過去一星期(7天)內進食固體食物及營養補充劑的情況。

24. 過去的一星期(7天)期間，孩子有多少天進食以下類別的食物？【示圖】【單選】

	沒有 進食	一天	兩天	三天	四天	五天	六天	每天 進食
(a) 肉類(家禽、豬、牛、羊)	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅	<input type="checkbox"/> ₆	<input type="checkbox"/> ₇
(b) 魚、水產	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅	<input type="checkbox"/> ₆	<input type="checkbox"/> ₇
(c) 蛋類	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅	<input type="checkbox"/> ₆	<input type="checkbox"/> ₇
(d) 豆類及豆製品(豆腐、乾豆等)	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅	<input type="checkbox"/> ₆	<input type="checkbox"/> ₇
(e) 蔬菜	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅	<input type="checkbox"/> ₆	<input type="checkbox"/> ₇
(f) 水果	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅	<input type="checkbox"/> ₆	<input type="checkbox"/> ₇
(g) 穀物類	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅	<input type="checkbox"/> ₆	<input type="checkbox"/> ₇

25. 在孩子有吃蔬菜的日子中，孩子平均每天吃蔬菜的分量是？(包括所有不同顏色及種類的蔬菜，例如：葉菜、瓜類、菇菌及藻類等)【示圖】【單選】

- ₁ 比圖 A 少 (<20g)
 ₂ 約圖 A 分量 (~20g)
 ₃ 圖 A 與 B 分量之間
 ₄ 約圖 B 分量 (~40g)
₅ 圖 B 與 C 分量之間
 ₆ 約圖 C 分量 (~80g)
 ₇ 圖 C 與 D 分量之間
 ₈ 約圖 D 分量 (~120g)
₉ 圖 D 與 E 分量之間
 ₁₀ 約圖 E 分量
 ₁₁ 比圖 E 分量多
 (~160g)

26. 孩子過去一星期(7天)，吃過多少種蔬菜？【單選】

- ₁ 1種 ₂ 2種 ₃ 3種 ₄ 4種 ₅ 5種
₆ 6種 ₇ 7種 ₈ 8種 ₉ 9種 ₁₀ 10種或以上

27. 在孩子有吃水果的日子中，孩子平均每天吃水果的分量是？(果汁不計算在內)【示圖】【單選】

- ₁ 比圖 A 少 (<20g)
 ₂ 約圖 A 分量 (~20g)
 ₃ 圖 A 與 B 分量之間
 ₄ 約圖 B 分量 (~40g)
₅ 圖 B 與 C 分量之間
 ₆ 約圖 C 分量 (~60g)
 ₇ 圖 C 與 D 分量之間
 ₈ 約圖 D 分量 (~80g)
₉ 比圖 D 分量多

28. 孩子過去一星期(7天)，吃過多少種水果？【單選】

- ₁ 1種 ₂ 2種 ₃ 3種 ₄ 4種 ₅ 5種
₆ 6種 ₇ 7種 ₈ 8種 ₉ 9種 ₁₀ 10種或以上

29. 過去一星期(7天)期間，孩子有沒有吃過或喝過營養補充劑？【單選】

- ₁ 有 → 答第30題
₀ 沒有 → 跳答第四部分

30. 孩子有沒有吃過或喝過以下營養補充劑？

(a) 魚肝油【單選】	<input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 沒有
(b) 奧米加3魚油或DHA【單選】	<input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 沒有
(c) 維他命或礦物質【單選】	<input type="checkbox"/> ₁ 有 → 答第30(c)題



(ci) 孩子是吃過或喝過那種維他命或礦物質？ [多選]	<input type="checkbox"/> ₀ 沒有→ 跳答第 30(d)題
	<input type="checkbox"/> ₁ 多種維他命或礦物質
	<input type="checkbox"/> ₂ 維他命 B
	<input type="checkbox"/> ₃ 維他命 C
	<input type="checkbox"/> ₄ 維他命 D
	<input type="checkbox"/> ₅ 鈣
	<input type="checkbox"/> ₆ 鐵
	<input type="checkbox"/> ₇ 鋅
	<input type="checkbox"/> ₈ 不清楚是那種維他命或礦物質
	<input type="checkbox"/> ₉ 其他維他命或礦物質，請註明：_____
(d) 其他營養補充劑 [單選]	<input type="checkbox"/> ₁ 有→ 答第 30(di)題
	<input type="checkbox"/> ₀ 沒有→ 跳答第 31 題
(di) 孩子是吃過或喝過什麼其他營養補充劑？ [多選]	<input type="checkbox"/> ₁ 牛初乳
	<input type="checkbox"/> ₂ 益生菌
	<input type="checkbox"/> ₃ 藍梅素
	<input type="checkbox"/> ₄ 視葉黃素 (Lutein)
	<input type="checkbox"/> ₅ 蜂皇漿
	<input type="checkbox"/> ₆ 加能素 Polycal
	<input type="checkbox"/> ₈ 不清楚吃過或喝過的其他營養補充劑的性質
	<input type="checkbox"/> ₉ 其他營養補充劑，請註明：_____



第四部分：孩子進食的情況

第四部分是有關孩子在過去一個月內進食的情況或行為。

請您形容以下情況出現的頻密程度，是「完全沒有」、「較少」、「有時」、「經常」或「通常」(每次)？【**單選**】【示卡】

	完全沒有	較少	有時 (平均一半時間)	經常	通常 (每次、每天)
31. 您的孩子和您或家人同枱吃飯。	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
32. 您讓孩子一邊吃飯一邊看電視或手機。	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
33. 孩子吃飯時走來走去。	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
34. 孩子吃的菜和其他家人的一樣。	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
35. 您用孩子喜歡的食物來獎賞他／她的好行為。【如有需要時讀出：例如，孩子收拾玩具或成績好時獎勵他／她】	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
36. 當孩子發脾氣或不開心時，您給他／她食物安慰他／她。	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
37. 您給孩子喝加糖飲品。【如有需要時讀出：例如汽水、加糖果汁、乳酪飲品、乳酸菌飲品、運動飲品、加糖包裝飲品、果味／巧克力味奶等】	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅

38. 孩子每頓飯一般需時多久？【**單選**】

₁ 15 分鐘或以內 ₂ 16 至 30 分鐘 ₃ 31 至 45 分鐘 ₄ 46 至 60 分鐘 ₅ 60 分鐘以上

39. 您認為這個用餐時間是：【**單選**】

₁ 太短 ₂ 適中 ₃ 太長

40. 孩子正餐的食量會否令您擔心？【**單選**】

₁ 否，我不擔心 ₂ 我擔心他／她吃的量過少 ₃ 我擔心他／她吃的量過多

【若孩子現為 4 歲以下，續問 41 至 46 題。若孩子現為 4 歲或以上，跳答第五部分。】

41. 孩子是否能夠用調羹／勺子？【**單選**】

₁ 能夠 → 答第 41a 題
₂ 不能夠 → 答第 41b 題

41a. 以下哪項最能貼切形容他／她用調羹／勺子的情況？【**單選**】

₁ 他／她能夠整潔地用調羹／勺子吃飯。
₂ 他／她能夠用調羹／勺子餵自己，但仍有食物漏出來。
₃ 在協助下，他／她能夠用調羹／勺子。



41b. 以下哪項最能貼切形容他／她用調羹／勺子的情況？【單選】

- ₂ 他／她能夠用調羹／勺子餵自己，但仍有食物漏出來。
₃ 在協助下，他／她能夠用調羹／勺子。
₄ 他／她未能夠用調羹／勺子。
₅ 不知道，因您不會／未曾讓孩子拿調羹／勺子。

42. 吃飯時，您有多經常會容許他／她自己抓着食物來吃？【單選】

- ₁ 很少 ₂ 較少 ₃ 有時 ₄ 經常 ₅ 通常(每次吃飯)

43. 您有多經常會讓孩子拿調羹／勺子自己吃飯？【單選】

- ₁ 很少 ₂ 較少 ₃ 有時 ₄ 經常 ₅ 通常(每次吃飯)

孩子能夠用以下器具喝除奶以外的流質飲品嗎？【示圖】【單選】

	能夠	未能夠	孩子拒絕使用	未曾俾孩子試用
44. 用普通水杯	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄
45. 用訓練杯	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄
46. 用吸管／吸管杯	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄

第五部分：其他

47. 您是否同意以下的句子？【單選】

	極不同意	不同意	沒有意見／不知道	同意	極同意
(a) 2 號、3 號、4 號或學前（較大嬰兒及幼兒配方）奶粉能代替其他食物，提供孩子所需的營養。	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
(b) 2 號、3 號、4 號或學前（較大嬰兒及幼兒配方）奶粉含有添加的營養能促進腦部發展，是其他食物沒有的。	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
(c) 2 號、3 號、4 號或學前（較大嬰兒及幼兒配方）奶粉，比普通牛奶，較能提供更多鈣質。	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
(d) 2 號、3 號、4 號或學前（較大嬰兒及幼兒配方）奶粉，比普通牛奶，較能增強孩子的抵抗力。	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅

48. 您有沒有從以下途徑，得到過有關嬰幼兒飲食和營養的資料？【示圖】

(a) 6 至 24 個月嬰幼兒健康飲食小冊子【單選】	<input type="checkbox"/> ₁ 有	<input type="checkbox"/> ₀ 沒有
(b) 6 至 24 個月嬰幼兒健康飲食的影片／光碟【單選】	<input type="checkbox"/> ₁ 有	<input type="checkbox"/> ₀ 沒有
(c) 「親子一點通」電郵【單選】	<input type="checkbox"/> ₁ 有	<input type="checkbox"/> ₀ 沒有
(d) 衛生署網頁【單選】	<input type="checkbox"/> ₁ 有	<input type="checkbox"/> ₀ 沒有



49. 您有沒有從以下地方、人士或其他途徑，得到過有關嬰幼兒飲食和營養的資料？【示卡】

- | | | | |
|----------------------|--|--|--|
| (a) 親人、朋友【單選】 | <input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 沒有 | (b) 育兒網頁【單選】 | <input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 沒有 |
| (c) 醫護人員【單選】 | <input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 沒有 | (d) 奶粉產品網頁【單選】 | <input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 沒有 |
| (e) 育兒雜誌【單選】 | <input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 沒有 | (f) 奶粉媽咪會【單選】 | <input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 沒有 |
| (g) 陪月／保姆／家
傭【單選】 | <input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 沒有 | (h) 書籍【單選】 | <input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 沒有 |
| (i) 學校【單選】 | <input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 沒有 | (j) 社交媒體群組 (如:
Facebook/WhatsApp)
【單選】 | <input type="checkbox"/> ₁ 有 <input type="checkbox"/> ₀ 沒有 |

50. 您認為衛生署應透過以下哪些途徑，提供嬰幼兒飲食和營養、進食行為的資料給您呢？還有呢？【示卡】【多選】

- ₁ 單張／小冊子
- ₂ 短片、光碟或宣傳片
- ₃ 親子講座／研習班
- ₄ 個人化的手機應用程式
- ₅ 電子郵件
- ₉ 其他：_____

【若孩子現為兩歲以下，請續問第六部分。若孩子為兩歲或以上，請跳至到第七部分。】



第六部分：母乳餵哺

【只限 12 至不大於 24 個月大孩子的母親本人作答】

51. 您（孩子的母親）現在有沒有給 這個孩子 吃母乳（包括擠出母乳）？**【單選】**

₁ 您 **現在仍餵** 他／她吃母乳。→ 跳答第七部分

₂ 您曾經餵他／她吃母乳，在孩子口₀ 少過一個月／口₁ _____個月（整數，四捨五入）時完全停止餵哺。
→ 答第 52 題

₃ 您 **從來沒有餵這個孩子吃母乳**。→ 跳答第 53 題

52. 以下哪些是您最主要停止餵哺母乳（包括擠出母乳）的原因？第二重要原因？第三重要原因？**【最多選擇三個重要原因】【示卡】**

	三個原因	其他原因 / 與您無關
(a) 我認為這是合適停餵母乳的時間	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
(b) 我的母乳不足夠	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
(c) 母乳不能滿足孩子（孩子經常肚子餓）	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
(d) 孩子含乳 / 吸啜母乳困難 / 對母乳不感興趣	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
i. 孩子不會吸啜母乳	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
ii. 孩子咬乳頭	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
iii. 孩子對母乳不感興趣	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
(e) 我的乳頭 / 乳房問題	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
i. 餵哺母乳時，我感到痛楚	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
ii. 乳頭痛、破損裂、或出血	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
iii. 乳房過份脹奶 / 谷奶	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
iv. 乳房發炎或含膿	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
v. 乳房過份漏奶	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
(f) 孩子生病或出現健康問題	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
(g) 孩子的體重增加得太少	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
i. 醫護人員說，孩子體重增加太少	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
ii. 我認為孩子體重增加太少	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
(h) 我自己的健康問題	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
i. 醫護人員不建議我餵哺母乳	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
ii. 自己認為不適合餵哺母乳	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
(i) 餵母乳令我疲累或感到壓力	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
(j) 餵哺母乳不方便 / 太花時間	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
(k) 我要上班	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
i. 我不能夠在工作時泵奶或餵母乳	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
ii. 我不想在工作時泵奶或餵母乳	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
(l) 工作以外的因素，我需要其他的照顧者餵孩子吃奶	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
(m) 我想回復自己的生活方式、飲食習慣 / 不想再戒口	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
(n) 我再次懷孕了或計劃懷孕	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
(o) 其他，請註明： _____	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂



53. 以下哪些是您最主要沒有給這孩子餵哺母乳（包括擠出母乳）的原因？第二重要原因？第三重要原因？【最多選擇三個重要原因】【示卡】

	三個原因	其他原因 / 與您無關
(a) 孩子生病或出現健康問題	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
(b) 我認為我的母乳不足夠	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
(c) 醫護人員不建議我餵哺母乳	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
(d) 我生病，自己認為不適合餵哺母乳	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
(e) 我認為配方奶和母乳差不多／比母乳好	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
(f) 我認為餵哺母乳太不方便	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
(g) 我曾經嘗試餵哺母乳，但不喜歡或沒有成功	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
(h) 我想可以放下孩子一段時間	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
(i) 我想節食	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
(j) 我想回復我平時的飲食習慣／不想再戒口	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
(k) 我有太多的家務要做	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
(l) 我要上班	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
(m) 工作以外的因素，我需要其他的照顧者餵孩子吃奶	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
(n) 我想回復自己的生活方式	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
(o) 家人不想我餵哺母乳	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂
(p) 其他，請註明：_____	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂



第七部分：孩子父母的資料

54. 孩子母親的年齡是：**[單選]**

- ₁ 17 歲或以下 ₂ 18-24 歲 ₃ 25-29 歲 ₄ 30-34 歲 ₅ 35-39 歲
₆ 40-44 歲 ₇ 45-49 歲 ₈ 50 歲或以上 ₉₈ 不知道 ₉₉ 拒答

55. 孩子父親的年齡是：**[單選]**

- ₁ 17 歲或以下 ₂ 18-24 歲 ₃ 25-29 歲 ₄ 30-34 歲 ₅ 35-39 歲
₆ 40-44 歲 ₇ 45-49 歲 ₈ 50 歲或以上 ₉₈ 不知道 ₉₉ 拒答

56. 母親的教育程度是：**[單選]**

- ₁ 小學或以下 ₂ 中一至中三 ₃ 中四至中五 ₄ 中六至中七
₅ 專上教育(文憑／證書課程／副學士課程) ₆ 大學或以上 ₉₈ 不知道 ₉₉ 拒答

57. 父親的教育程度是：**[單選]**

- ₁ 小學或以下 ₂ 中一至中三 ₃ 中四至中五 ₄ 中六至中七
₅ 專上教育(文憑／證書課程／副學士課程) ₆ 大學或以上 ₉₈ 不知道 ₉₉ 拒答

58. 母親有沒有工作？**[單選]**

- ₁ 全職受僱／自僱 ₂ 兼職 ₃ 退休人仕 ₄ 待業
₅ 全職家務料理者 ₉₈ 不知道 ₉₉ 拒答

59. 父親有沒有工作？**[單選]**

- ₁ 全職受僱／自僱 ₂ 兼職 ₃ 退休人仕 ₄ 待業
₅ 全職家務料理者 ₉₈ 不知道 ₉₉ 拒答

60. 孩子是否與父母同住：**[單選]**

- ₁ 每天同住 ₂ 每星期 5 天至 6 天 ₃ 每星期 1 至 4 天 ₄ 不是同住

61. 您的每月家庭總收入（包括所有工作獲得的收入）是：**[單選]**

- ₁ 少於 \$5,000 ₂ \$5,000 - \$9,999 ₃ \$10,000 - \$19,999 ₄ \$20,000 - \$29,999
₅ \$30,000 - \$39,999 ₆ \$40,000 - \$49,999 ₇ \$50,000 - \$59,999 ₈ \$60,000 或更多
₉₈ 不知道 ₉₉ 拒答

訪問已經完成，謝謝您的參與。



附件 2 – 圖片指南

圖片以 A3 大小展示

香港家長餵養幼兒問卷調查



水果食物圖例

圖 A ~20g 水果

或 或 或 或

圖 B ~40g 水果

約 1/4 個橙 約 1/4 個蘋果 約 1/2 隻細香蕉

或 或 或 或

圖 C ~60g 水果

或 或 或 或

圖 D ~80g 水果

約 1/2 個橙 約 1/2 個蘋果

或 或 或 或

圖像版權屬衛生署家庭健康服務所擁有











香港家長餵養幼兒問卷調查



蔬菜食物圖例



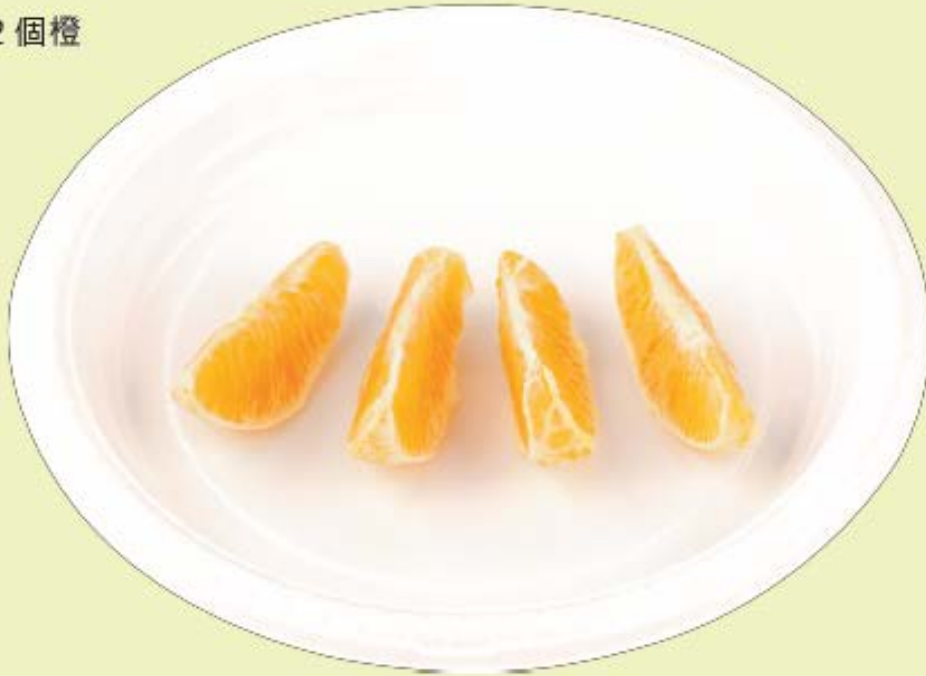
<p>圖 A ~20g 瓜菜(熟)</p>  <p>或</p>  <p>或</p>  <p>或</p>  <p>1 湯匙菜心(熟)</p> <p>約 1/8 碗瓜菜(熟)</p>
<p>圖 B ~40g 瓜菜(熟)</p>  <p>或</p>  <p>約 1/4 碗瓜菜(熟)</p>
<p>圖 C ~80g 瓜菜(熟)</p>  <p>或</p>  <p>約 1/2 碗瓜菜(熟)</p>
<p>圖 D ~120g 瓜菜(熟)</p>  <p>或</p>  <p>約 3/4 碗瓜菜(熟)</p>
<p>圖 E ~160g 瓜菜(熟)</p>  <p>或</p>  <p>1 平碗瓜菜(熟)</p>

圖像版權屬衛生署家庭健康服務所擁有

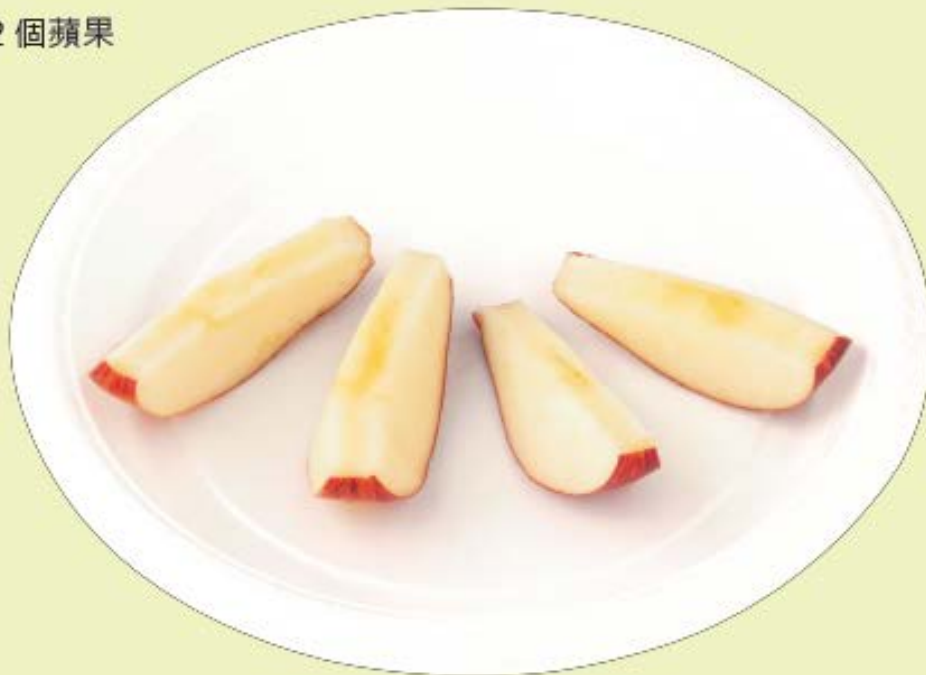


水果實物大小圖例

約 1/2 個橙



約 1/2 個蘋果



圖像版權屬衛生署家庭健康服務所擁有



不同杯子例子



圖像版權屬衛生署家庭健康服務所擁有