

食品专家回应奶制品五大流言

科学喝奶有利肌肉和骨骼健康

奶制品营养丰富。根据国民营养健康指导委员会办公室今年4月发布的“减油、增豆、加奶”核心信息，充足摄入奶及奶制品有益于人体健康，尤其有利于肌肉和骨骼健康，建议每天摄入300毫升至500毫升液态奶或相当量的奶制品，并加大针对性科普宣传。

但调查数据显示，目前我国大多数居民的奶及奶制品摄入量远低于推荐量，除了有些人不习惯奶制品的味道，也有些人因为网络上一些流言而不敢喝奶或不愿喝奶。记者日前采访中国工程院院士、国家食品安全风险评估中心研究员陈君石，请其对部分流言“科学纠偏”。

中国人不适合饮奶？合理摄入可缓解乳糖不耐

据介绍，全球人口约65%存在不同程度的乳糖不耐受，表现为喝奶后腹胀、肠鸣、腹泻等，东亚地区属于乳糖不耐受高发区。

“但乳糖不耐不等于不能喝奶，合理摄入奶制品可以缓解甚至避免

乳糖不耐。”陈君石举例，比如喝奶可以少量多次，逐步提高肠道适应性；可以将牛奶与其他食物搭配，缓冲肠道反应；可以选择酸奶、奶酪等发酵产品；也可以选择经乳糖酶处理的牛奶。



奶牛产奶靠激素？科学喂养可提供充足原奶

据介绍，目前包括我国在内的大多数国家和地区禁止使用牛生长激素。我国相关法规规定，在饲料里不允许添加生长激素。

“通过科学喂养和管理，奶牛可以提供充足的原奶，不用打激素。”陈君石表示，奶牛产奶周期在280天至300天左右，这可以通过科学的周期管理实现。



脱脂奶更健康？主要针对高血脂人群

陈君石介绍，全脂奶提供脂肪的同时，也提供优质蛋白和钙。此外，全脂奶可以提供更好的饱腹感，乳脂带来的香味和醇厚口感也是脱脂奶不具备的。

“对于高血脂人群，脱脂或低脂奶可能是比较好的选择。其他人则可根据喜好选择。”陈君石说，应关注膳食脂肪摄入的总量，与其控制乳脂，不如减少烹调油。



牛奶不能搭配橙汁？可按照个人喜好随意搭配

据介绍，橙汁中有大量酸性物质，可以让牛奶里的蛋白质聚团、沉淀，这是正常现象。牛奶在胃酸的作用下同样会发生沉淀，这也是正常消化过程，

不影响营养吸收。陈君石表示，牛奶和橙汁以及其他绝大多数食物可以按照个人喜好搭配，不存在所谓的“食物相克”。



常温奶加防腐剂？保质期长短与加工工艺有关

陈君石表示，牛奶的保质期长短与加工工艺有关，常温奶并不需要加防腐剂。

据介绍，常温奶的加工工艺是通过瞬时高温灭菌处理并采用无菌包装技术，使终产品处于无菌状态并隔绝

外部微生物的进入，无需防腐剂就可存放数月甚至更长时间。

“常温奶和巴氏奶都是很好的营养来源，适应不同的保存方式和消费场景。”陈君石说。



最高法司法解释：缺陷产品造成的自损，属于产品责任赔偿范围

消费者购买的产品存在缺陷，造成消费者人身财产受损的同时产品自身也损失了。这些损失，是否都算产品责任？

最高人民法院民一庭负责人表示，产品责任是因产品存在缺陷造成他人损害时相关责任主体应承担的侵权责任。缺陷产品造成他人损害的事实，包括人身损害和财产损失。对于产品责任中财产损害的范围，普遍认同包括缺陷产品以外的其他财产的损失，但对是否包括

产品自损，立法过程中和司法实务中都存在一定争议。

对此，近日施行的《最高人民法院关于适用〈中华人民共和国民法典〉侵权责任编的解释（一）》明确将缺陷产品本身损害纳入侵权责任范围，更好保护消费者合法权益。

司法解释规定，因产品存在缺陷造成买受人财产损失，买受人请求产品的生产者或者销售者赔偿缺陷产品本身损

害以及其他财产损害的，人民法院依照民法典第一千二百零二条、第一千二百零三条的规定予以支持。

“对缺陷产品财产损害事实的认定，应当立足于我国国情从保护消费者角度作出解释，以符合人民群众对缺陷产品造成财产损害的一般认识。”最高法民一庭负责人表示，消费者可以通过提起一个侵权责任纠纷诉讼，一并主张赔偿产品自损以及缺陷产品以外的其他财产损失。 据新华社

四大行均表示：小微企业支付手续费优惠减免措施再延3年

中国支付清算协会、中国银行业协会9月29日发出倡议，鼓励支付行业主体在小微企业和个体工商户支付手续费降费措施于9月30日到期后，延续部分降费项目标准。

记者了解到，主要商业银行、非银行支付机构和中国银联等清算机构纷纷响应倡议内容，发布接续安排和优惠措

施。四大行均表示将自2021年9月底施行。2024年9月底到期的部分手续费优惠减免举措延续三年，延至2027年9月。

2021年6月，中国人民银行等四部门联合印发《关于降低小微企业和个体工商户支付手续费的通知》，要求支付行业主体降低银行账户服务费、刷卡手续费等政府定价和指导价类支付手续费收

费项目收费标准。通知自2021年9月30日起施行，其中，票据业务降费期限为长期，其余降费措施优惠期限为3年。

截至2024年二季度末，中国支付清算协会会员单位累计为各类市场主体减费让利超1000亿元，有效降低小微企业经营成本，支持实体经济发展。 据新华社

贵州省纪委原副书记张平被立案审查调查

经中共中央批准，中央纪委国家监委对贵州省纪委原副书记、省监委原副主任张平严重违纪违法问题进行了立案审查调查。

经查，张平丧失理想信念，背弃初心使命，对党不忠诚不老实，对抗组织审查；违反中央八项规定精神，接受可能影响公正执行公务的宴请；无视组织原则，在组织进行谈话时不如实说明问题，在干部选拔任用工作中为他人谋取利益并收受钱款；清廉底线失守，违规收受礼品礼金；违反工作要求，违规干预和插手执纪执法活动；执纪违纪，执法犯法，把组织赋予的权力当作谋取私利的工具，长期与私营企业主深度“捆绑”，大搞权钱交易，严重损害了纪检监察干部形象；利用职务便利为他人企业经营、项目推进、职务晋升等方面谋利，并非法收受巨额财物。 据新华社

内蒙古自治区人大常委会原副主任杜梓被开除党籍

经中共中央批准，中央纪委国家监委对内蒙古自治区人大常委会原党组副书记、副主任杜梓严重违纪违法问题进行了立案审查调查。

经查，杜梓丧失理想信念，背弃初心使命，对抗组织审查；违背组织原则，违规选拔任用干部并收受财物；违规收受礼金；腐化堕落，不注重家风建设，造成恶劣影响；贪欲膨胀，大搞权钱交易，利用职务便利为他人工程承揽、煤炭资源配置、职务调整等方面谋利，并非法收受巨额财物。经中央纪委常委会会议研究并报中共中央批准，决定给予杜梓开除党籍处分。 据新华社

江西省政协原主席唐一军被审查调查

经中共中央批准，中央纪委国家监委对江西省政协原党组书记、主席唐一军严重违纪违法问题进行了立案审查调查。

经查，唐一军丧失理想信念，背离初心使命，对抗组织审查；无视中央八项规定精神，长期违规接受宴请和旅游活动安排，违规收受礼品礼金和消费卡，由他人支付应由个人支付的费用；组织意识淡薄，瞒报个人有关事项，在组织函询、谈话时不如实说明问题，在干部选拔任用工作中为他人谋取利益并收受财物；廉洁底线失守，利用职权帮助亲属承揽金融业务；违规干预、插手市场经济活动和司法活动；家风不正，对配偶失管失教；毫无纪法观念，把公权力当作谋取私利的工具，大搞权钱交易，利用职务便利为他人企业经营、公司上市、职务提拔、案件处理等方面谋利，并非法收受巨额财物。 据新华社

新疆维吾尔自治区政协原副主席窦万贵被调查

经中共中央批准，中央纪委国家监委对新疆维吾尔自治区政协原党组成员、副主席窦万贵严重违纪违法问题进行了立案审查调查。

经查，窦万贵丧失理想信念，背弃初心使命，贯彻党中央重大决策部署打折扣、搞变通，违背民主集中制原则，搞“七个有之”，投机钻营，结交政治骗子，履行全面从严治党主体责任不力；违反中央八项规定精神，接受可能影响公正执行公务的宴请；违背组织原则，跑官买官，在组织函询时不如实说明问题；廉洁底线失守，违规收受礼金，利用职权为亲友经营活动谋取利益；利用职务便利为他人矿产资源开发、工程项目承揽、干部选拔任用等方面谋利，并非法收受巨额财物。 据新华社