

# 洛阳·消费

有市民说买不到脱脂纯奶，  
记者走访多家超市一探究竟——

## 脱脂纯奶， 集体“脱光”了？

专家：市民可自制“脱脂纯奶”



□见习记者 王雨 文/图

近几日，洛阳的“奶荒”有所缓解，可一些市民发现，脱脂纯奶好像“不见了”。脱脂纯奶为何难求？没有脱脂纯奶，喝其他奶可以吗？

### 【市民】为啥超市没有脱脂纯奶？

“我想买一箱脱脂纯奶，逛了几个超市都没买到。”10日，市民王女士拨打洛阳晚报热线电话66778866说，因为患有心脑血管疾病，70岁的王女士养成了喝脱脂纯奶的习惯。

“以前都是孩子给我买。”她说。可是近1个月来，她发现孩子买的牛奶盒子上都写着“低脂”字样。

“孩子说买不到脱脂纯奶了，只有喝低脂的。”为此，王女士很苦恼，因为喝惯了脱脂纯奶，突然喝含有脂肪的

纯奶，“真是不习惯，总觉得腻腻的”。

最近几天，王女士一到超市就问有没有脱脂纯奶，结果令她失望，大张、丹尼斯等超市，都没有卖脱脂纯奶。

**消费话题**

**洛阳中通速递**

电话：62350315 62350316  
62350318 62312826



超市内摆放的低脂纯奶

### 【走访】脱脂纯奶集体“消失”

接到王女士的来电，洛阳晚报记者走访了洛龙区两家超市，均未见到国产脱脂纯奶的踪影。

在政和路附近的丹尼斯超市内，听到询问有卖脱脂纯奶没，超市工作人员瞪圆了眼睛说：“脱脂纯奶？差不多俩月没货了。拿一箱低脂纯奶吧，这个卖得也不错。”该工作人员说，现在的奶源仍然很紧张，“普通牛奶的货都不多，更别提脱脂纯奶了”。

记者发现，无论是伊利、蒙牛、光

明还是夏进，都没有脱脂纯奶，在太康路附近的大张盛德美超市，我们遇到了同样的情况。“老人们大都喜欢喝脱脂纯奶，可是现在只能推荐他们买低脂纯奶了。”工作人员说。

随后，记者又致电涧西区和西工区的几家超市，同样没有脱脂纯奶。“脱脂纯奶每次到货就只有一两箱，经常断货，下次啥时候能到也说不上。”“我好像半年都没有见过脱脂纯奶了。”工作人员纷纷说。

### 【原因】奶源告急，多用来生产高端纯奶

为何脱脂纯奶难求？主要原因就是奶源告急。

业内人士分析，今年夏、秋季的持续高温和干旱，导致牧场里的草长得不好，使得奶牛的产奶量下降，而市场对纯牛奶的需求量又在不断增加，厂家只得把仅有的奶源用来生产高端纯奶。

自今年9月开始，我市的牛奶市场就出现了明显的缺货现象，低端纯奶的到货量很少，尤其是袋装纯奶，经常出现断货现象。“袋装纯奶的需求量大，到货量又小，每次到货后，不到两天就卖完了。”而脱脂纯奶的需求量一直不大，厂家的货也不多。

### 【消费者】多选择全脂、半脱脂奶粉

与脱脂纯奶相比，脱脂奶粉在市场上也不占多数。

在周公路一超市奶粉专柜前，洛阳晚报记者看到货架上摆放了伊利、雅士利、飞鹤、红星等品牌的奶粉，其中以全脂奶粉的种类居多。

一前来为宝宝选购奶粉的女士说，给宝宝喝奶粉必须要选全脂的，因为全脂奶粉中含有的维生素和微量元素很全，能够给宝宝提供丰富的营养，而且全

脂奶粉的香味儿好闻，孩子更容易接受。

洛阳晚报记者咨询营业员哪种奶粉比较好卖，营业员说，人们来此多选购全脂奶粉和半脱脂奶粉，购买全脱脂奶粉的人并不是很多。还有一些消费者买奶粉更注重品牌的选择，似乎对奶粉脂肪的含量并不很在意。

如今更多的年轻人热衷于喝各种品牌的酸奶，对全脂、半脱脂、脱脂纯奶和奶粉的了解则较少。

### 【医生】心脑血管疾病患者，也可饮用含脂肪的纯牛奶

现在，王女士最发愁的就是喝不到脱脂纯奶，低脂纯奶喝了又不舒服。“我有心脑血管疾病，喝了含脂肪的奶会不会对身体不好？”

对此，郑州大学附属洛阳中心医院营养科主任王朝霞表示，心脑血管疾病患者也可以饮用含脂肪的纯牛奶。她说，正常人每天摄入脂肪量最好不要超过60克，心脑血管疾病患者每天脂肪摄入量要控制在40克以内。纯牛奶中的脂肪含量非常少，普通的250克纯牛奶中大约含8克脂肪，而一盘炒菜的脂肪含量就有25克，想要控制脂肪摄入量，最好是从减少炒

菜中的脂肪含量下手。

“一点脂肪都没有也不好。”王朝霞说，脂肪可以促进脂溶性维生素的吸收，所以人体要适量摄入脂肪，不可一味排斥。但是，患有急性胰腺炎、胆囊炎和胆石症的人，一定要控制脂肪摄入量。王朝霞说，王女士对低脂纯奶有“腻腻”的感觉应该是心理作用，因为低脂纯奶中的脂肪含量已经很少了。如果喝不习惯，可自制脱脂奶，把牛奶放在容器中加热，放置一段时间后，牛奶表面会结一层“奶皮子”。“这层奶皮子就是脂肪，把它取出后再饮用就可以了。”



www.lyd.com.cn

# 洛阳人 看洛阳手机报

权威、专业、及时、准确

- 洛阳手机报由洛阳日报报业集团精心打造，取本地、国内、国际新闻资讯，时尚实用，服务贴心。
- 洛阳手机报本地新闻资讯内容丰富总量占到了60%以上。

- 移动用户发送短信 LYD 到 10658300 订阅，3元/月。不收GPRS流量费。
- 联通用户发送短信 712 到 10655885 订阅，3元/月。不收GPRS流量费。

