

全国食品安全宣传周 (特刊)

China Food Safety Publicity Week

湖南省食品药品监督管理局
湖南省科学技术协会主办
大众卫生报

别把保健食品当药品

经常有一些老年消费者花了数千元,购买治疗某方面疾病的保健品等,使用后发现自己对病症不起作用,才知上当受骗。

保健食品是食品的一个种类,具有一般食品的共性,能调节人体的机能,适于特定人群食用,但不能治疗疾病。《保健食品注册管理办法(试行)》明确指出保健食品是指声称具有特定保健功能或以补充维生素、矿物质为目的的食品。即适宜于特定人群食用,具有调节机体功能,不以治疗疾病为目的,并且对人体不产生任何急性、亚急性或慢性危害。保健食品是食品而不是药品,药品是用来治疗疾病的,而保健食品不以治疗疾病为目的,不追求临床治疗效果,也不能宣传治疗作用。保健食品重在调节机体内环境平衡与生理节律,增强机体的防御功能,达到保健康复的目的。

我国市场上的保健品主要集中在免疫调节、调节血脂和抗疲劳三大类上,但有些不法厂商利用广告、讲座



等手法,大肆进行虚假夸大宣传,将普通食品宣传为具有治疗某种疾病功效的药品,误导和欺骗消费者。

国家食品药品监督管理局公布的保健食品的27种功能,其名称如下:
1、增强免疫力功能;2、辅助降血脂功能;3、辅助降血糖功能;4、抗氧化功能;5、辅助改善记忆功能;6、缓解视疲劳功能;7、促进排铅功能;8、清咽功能;9、辅助降血压功能;

10、改善睡眠功能;11、促进泌乳功能;12、缓解体力疲劳;13、提高缺氧耐受力功能;14、对辐射危害有辅助保护功能;15、减肥功能;16、改善生长发育功能;17、增加骨密度功能;18、改善营养性贫血;19、对化学肝损伤有辅助保护功能;20、祛痤疮功能;21、祛黄褐斑功能;22、改善皮肤水份功能;23、改善皮肤油份功能;24、调节肠道菌群功能;25、促进消化功能;26、通便功能;27、对胃粘膜损伤有辅助保护功能。

常德市食品药品监督管理局 高家志

如何选购保健食品

第一、看清保健食品的标志 保健食品的标志为天蓝色专用标志,与批准文号上下排列或并列。国产保健食品的批准文号是“食健字”,进口保健食品是“进食健字”。

第二、根据自身需要选购保健食品 任何保健食品(包括进口产品),都标明了特定的保健功能。选购产品时要按照自身需要,选购有关功能的产品,不要听信那些夸大或虚假宣传具有“治百病”的产品,否则容易选购错误和上当。

第三、看清保健食品的原料和有效成分 认识了保健食品产品的原料和有效成分,就可以明确该产品所具有的保健功能是否相对应,是否相符合。

第四、看清产品的包装、说明书等标识内容 近年来,有关部门多次对保健食品产品进行检查,在部分产品的外包装或说明书中还是发现有宣传或暗示具有治疗作用的违法产品。这些产品或者无批准文号,或者在产品包装和说明书中宣传有改善性功能、预防肝硬化等所谓的保健功能,有的甚至宣传是治疗高血压、脂肪肝、糖尿病等的良药。这些标识违反了法规规定,也严重误导了消费者。

第五、购买适宜于自身食用的剂型 目前我国保健食品的剂型,有传统食品形态的剂型,如袋泡茶、谷类制品、酒类制品等;药品剂型,有胶囊、口服液、冲剂、片剂等。药品剂型占当前保健食品产品的80%;由于各种适用人群存在差异(如有的人群不适宜酒类等),故应按自身特点选购适用剂型才好。

第六、到正规商店或专卖店购买 购买者一定要到正规、信誉度好的商店或保健品专卖店购买,切勿贪图价廉,到大降价或街头摊贩处购买,以免买到假冒或掺假产品,危害身体健康。

衡阳市食品药品监督管理局

阳海平

食品也有“身份证”

食品标签就像食品的身份证,对于消费者而言,在购买食品时,食品标签是甄别食品的一个重要参考依据。

保健食品的标签上必须注明这个产品的功能。国家食品药品监督管理局批准的每个产品的保健功能最多是两种,卫计委批准的每个保健食品的保健功能最多是五种。目前批准的保健食品的保健功能有23项27种,超过此范围的表述都是违规的。

保健食品的标签看起来很复杂,但细细分析,不外乎这些项目:保健食品标志(俗称“小蓝帽”)、批准文号、规格、生产批号、生产日期、生产厂家、配料名称、成分含量、保健功能、适宜人群、不适宜人群、食用方法、注意事项、储存方法等内容。

以上内容,普通消费者最关心的是“保健功能”,但国家规定,功效不能随意乱说。如果保健食品的包装上含有以下“禁忌语”则是假冒产品,如:宣称产品为“祖传秘方”;含有“安全”、“无毒副作用”、“无依赖”等承诺;含有“最新技术”、“最高科学”、“最先进制法”等绝对化的用语和表述。

长沙市食品药品监督管理局 杨婕

商家宣传误导消费者

在保健品销售中,商家常常采取夸大宣传的手段误导消费者。以下举出常见的几个宣传语,这些词语多是用一些模糊不清的语言误导消费者。

纯天然 “纯天然”的不都是自然的产品,它只是商家推出的宣传用语,并非国家权威机构的认证标志。因此,商家在这些食品里添加合格的着色剂、人工香料等“合成材料”并不违法。商家利用“纯天然”作为宣传手段,让消费者以为其是“绿色”产品,有误导之嫌。

全麦 全麦比精制粮食含有更多的纤维素和维生素,但市面上的全麦产品并非全部都由全麦制作。以面包为例,在超市等地方不难找到全麦面包,但如果仔细研究配料表会发现,通常配料表的第一项都不是全麦粉。

未添加糖分 “未添加糖分”的产品并不代表不含糖。所有的食品,包括水果、牛奶、麦片和蔬菜,本身就含有糖分。因此,尽管这些商品没有额外添加糖分,但原料本身也可能含有糖分。

无糖 无糖不一定就说明它所含的热量就少。我国现行的无糖食品标准规定,每100克或100毫升固体或液体食品中,糖含量小于0.5克即是“无糖”。

增强身体免疫力 如果产品中含有维生素,商家就喜欢用“调节免疫力”或“增强免疫力”这些字眼吸引消费者。多数情况下,商家是在打“擦边球”,而其实际效能并非如此。

株洲市食品药品监督管理局

李卉



“QS”标志是英文“Quality Safety”(质量安全)的缩写,该标志由“QS”和“质量安全”组成,国家质检总局已对28大类食品实行食品质量安全市场准入制度。



在无污染条件下种植、养殖、施有机肥料,不用高毒性、高残留农药,在标准环境、生产技术、卫生标准下加工生产,经权威机构认定并使用专门标志的安全、优质、营养类食品统称。



按照有机耕作和加工方式生产的,产品符合国际或国家有机食品的要求和标准,并通过国家认证机构认证的一切农副产品及其加工品。



指产地环境、生产过程、产品质量等符合无公害食品标准和生产技术规范的要求,经认证合格获得认证证书,并允许使用无公害农产品标志的未经过加工或初加工的食品农产品。