

茶葉文宣資料引用詞句應注意要點

●文/陳國任、林木連

飲茶在國人日常生活中已有悠久的歷史，由於原料和製法不同，茶的種類達數十種。茶葉的種類依發酵程度可分為不發酵茶(碧螺春、煎茶及綠茶)、部分發酵茶(包種茶、烏龍茶、鐵觀音茶等)及全發酵茶(紅茶等)等三大茶類。台灣地區由於氣候溫和及臻熟和優異的製茶技術，各種茶類均可產製，尤其以部分發酵茶之產製聞名於世，其色、香、味之表現是台灣特色茶之精華所在。在製過程中，那一曬一翻、一搖一抖、一炒一攤、一揉一揀，每一細膩的動作，都關係著茶香之幽雅飄逸及滋味之清醇甘潤。這類茶飲後心曠神怡，甘滑潤喉，口齒留香。

飲茶之餘，「茶與保健」是近年來令人遐思與追求之研究話題。近年來由於科技與儀器設備的進步，學者專家們針對茶葉機能性內含物，諸如兒茶素類、維生素、礦物質等化學成分，進行各項動物及臨床實驗，證實茶葉確有多種保健及預防疾病之功效。然而，茶業改良場基於輔導茶農及業者的立場，和顧及「食品衛生管理法」法令規章及保障消費者的權益，再次呼籲：茶葉包裝及文宣內容必須遵守食品衛生管理法之規定範疇，以免牴觸法令而遭取締處罰。茲將衛生署『食品廣告標示詞句涉及虛偽、誇張或醫藥效能之認定表』(中華民國八

十八年七月三十一日衛署食字第88037735號公告)內容摘錄如下，提供茶農及業者參考：

壹、不可使用的詞句

一、詞句涉及醫藥效能：

(一)宣稱預防、改善、減輕、診斷或治療疾病或特定生理情形：

例句：治療近視。恢復視力。骨鈣流失及骨關節退化之治療及修補。健胃整腸。防止便秘。利尿。改善過敏體質。壯陽。強精。減輕過敏性皮膚病。治失眠。防止貧血。降血壓。改善血濁。清血。調整內分泌。防止提早更年期。

(二)宣稱減輕或降低導致疾病有關之體內成分：

例句：解肝毒。降肝脂。抑制血糖濃度上升。

(三)宣稱產品對疾病及疾病症候群或症狀有效：

例句：改善更年期障礙。消渴。消滯。平胃氣。降肝火。防止口臭。改善喉嚨發炎。祛痰止喘。消腫止痛。消除心律不整。解毒。

(四)涉及中藥材之效能者：

例句：補腎。溫腎(化氣)。滋腎。固腎。健脾。補脾。益脾。溫脾。和胃。養胃。補胃。益胃。溫胃(建中)。翻胃。養心。清心(火)。補心。寧心。瀉心。鎮心。強心。清肺。宣肺。潤肺。傷肺。溫肺(化痰)。補肺。瀉肺。疏肝。養肝。瀉肝。鎮肝(熄風)。澀腸。潤腸。活血。

(五)引用或摘錄出版品、典籍或以他人名義並述及醫藥效能：

例句：「本草備要」記載：冬蟲夏草可止血化痰。「本草綱目」記載：黑豆可止痛、散五臟結積內寒。

二、詞句未涉及醫藥效能但涉及虛偽誇張或易誤解：

(一)涉及生理功能者：

例句：增強抵抗力。強化細胞功能。增智。補腦。增強記憶力。改善體質。解酒。清除自由基。排毒素。分解有害物質。

(二)未涉及中藥材效能而涉及五官臟器者：

例句：保護眼睛。保肝。增加血管彈性。

(三)涉及改變身體外觀者：

例句：豐胸。預防改善乳房下垂。減肥。塑身。增高。使頭髮烏黑。延遲衰老。防止老化。改善皺紋。美白。

(四)涉及引用衛生署相關字號，未就該公文之旨意為完整之引述者：

例句：衛署食字第88012345號。

火。降火。降火氣。使口氣芬芳。促進唾液分泌。潤喉。「本草綱目」記載梅子氣味甘酸，可生津解渴(未述及醫藥效能)。

(二)一般營養素可敘述之生理功能例句：

膳食纖維：可促進腸道蠕動。增加飽足感。使糞便比較柔軟而易於排出。膳食中有適量的膳食纖維時，可增加糞便量。

維生素A：幫助視紫質的形成，使眼睛適應光線的變化。維持在黑暗光線下的視覺。保持上皮組織正常狀態的功能，維持皮膚黏膜的健康。幫助牙齒和骨骼的生長及發育。

β 胡蘿蔔素：維生素A的前驅物，可轉變為維生素A。

維生素D：幫助或促進鈣、磷的吸收及利用。幫助骨骼及牙齒的生長發育。幫助維持血鈣的正常濃度。維持神經、肌肉生理的正常。幫助骨骼的鈣化(calcification)。

維生素E：減少細胞膜上多元不飽和脂肪酸的氧化。維持細胞膜的完整性。具有抗氧化作用。維持皮膚及血球細胞的健康。

維生素K：構成凝血酶元的成份。維持血液正常凝固的功能、活化肝臟及血液中的凝血蛋白質。

維生素C：促進膠原的形成，構成細胞間質的成分。維持細胞排列的緊密性。參與體內氧化還原反應。維持體內結締組織、骨骼及牙齒的生長。促進鐵的吸收。

維生素B1：構成輔酶的一種成分。參與能量代謝。為輔酶組成成分之一，參與能量代謝。維持心臟。神經系統的功能。維持正常的食慾。

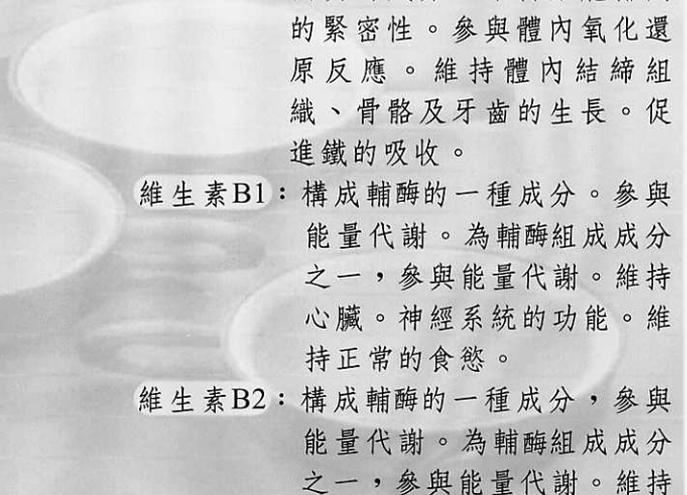
維生素B2：構成輔酶的一種成分，參與能量代謝。為輔酶組成成分之一，參與能量代謝。維持

貳、可使用的詞句

一、詞句未涉療效及誇大：

(一)通常可使用之例句：

幫助牙齒骨骼正常發育。幫助消化。幫助維持消化道機能。改變細菌叢生態。使排便順暢。使小便順暢。調整體質。調節生理機能。滋補強身。增強體力。精神旺盛。養顏美容。幫助人睡。營養補給。健康維持。青春永駐。青春源頭。延年益壽。產前產後或病後之補養。促進新陳代謝。減少疲勞感。清涼解渴。生津止渴。促進食慾。開胃。退



皮膚的健康。

菸鹼素：構成輔酶的一種成分，參與能量代謝。為輔酶組成成分之一，參與能量代謝。維持皮膚、神經系統及消紫的形成。幫助色胺酸轉變成菸鹼素。維持紅血球的正常大小。維持神經系統的健康。

葉酸：參與紅血球的形成。構成輔酶的一種成分，參與核酸及核蛋白的形成。為輔酶組成成分之一，參與核酸及核蛋白的形成。維持胎兒的正常生長與發育。

維生素B12：參與紅血球的形成。維持紅血球及神經系統的健康。

生物素：構成輔酶的一種成分。參與能量及胺基酸的代謝。為輔酶組成成分之一，參與能量及胺基酸的代謝。參與脂肪及肝醣的合成。參與嘌呤的合成。

泛酸：構成輔酶的一種成分。參與能量代謝。為輔酶組成成分之一，參與能量代謝。參與體內脂肪。膽固醇的合成及胺基酸的代謝。

鈣：構成牙齒與骨骼的主要成分。維持心臟。肌肉正常收縮及神經的感應性。活化凝血酶元轉變為凝血酶，幫助血液凝固。控制細胞的通透性。維持骨骼及牙齒的健康。

鐵：組成血紅素及肌紅素的成分。參與紅血球的形成。構成血紅素的重要成分。

碘：合成甲狀腺激素的主要成分。維持正常生長、發育、神經肌肉的功能及代謝率。調節細胞的氧化作用。

鎂：構成牙齒與骨骼的成分。參與醣類的代謝，為能量代謝因子。與鈉、鉀、鈣共同維持心臟、肌肉及神經等正常功能。

鋅：為胰島素及多種酵素的成分。參與核酸及蛋白質合成。參與能量代謝。

