

# 台灣健康食品之產業概況

羅英妃<sup>1</sup>、李美娟<sup>2</sup>

## 壹、前言

隨著社會型態的變遷，逐漸改變現代人飲食習慣，食用精緻化且增加外食比例的現象，造成營養素攝取不均衡而導致許多慢性疾病發生，因高齡化社會逐漸形成及替代醫療的抬頭，且為了講求健康生活，積極改善身體機能，促使許多的保健產品因應而生。在減少使用人工合成物的風潮下，標榜天然的保健產品在市場上大受歡迎，天然素材的生產研發蓬勃發展，保健產品公司成為市場主要的開拓者，隨著民眾接受度增加，經由超市、藥局、網路商店等通路，販售中草藥、草本膳食補充品及植物藥至全球，其中銷售額最大宗的產品為人蔘、銀杏及紫錐花等。2009年全球之保健產品市場產值高達454億美元，且逐年增加，可知保健產品具有無限商機。

## 貳、健康食品的產業現況

### 一、保健食品及健康食品定義

「保健食品」顧名思義是一種用來保養與強健身體的食品，其與一般食品及藥品之分野，在於一般食品主要用來維持人體生命與健康，藥品是被用來救命的，而「保健食品」正是介於兩者之間，即被用來創造健康、保養及預防疾病的食品，因此在預防醫學具正向層面

的意義。我國自1999年公布「健康食品管理法」明定「健康食品」係指提供特殊營養素或具有特定之保健功效，而非以治療、矯正人類疾病為目的的食品。依「健康食品管理法」規範且經過衛生署食品藥物管理局合法認證才稱之「健康食品」，目前已通過認證的產品達228項，具有正式標章；而未經認證的，慣稱保健食品、膳食補充品或機能性食品，游走於法令的灰色地帶。近年來通過健康食品的品項數愈來愈多，且市場規模在2008年約達677億新台幣，顯示保健產品市場的潛力無限。

### 二、健康食品的原料分析

目前已通過健康食品認證的產品計228項，產品常使用的原料如圖1所示，以微生物的利用最多，約佔35%，植物類佔29%，動物類則佔約在19%。微生物為食品原料以靈芝、酵母菌、冬蟲夏草、乳酸菌、紅麴及香菇為主。藻類部分則以綠藻、螺旋藻使用較多。動物類應用性亦廣，主要材料有魚油、雞精、蜂王乳、蜂膠、鯊魚軟骨及免疫奶粉等。特定成分之保健產品則以維他命、膳食纖維、卵磷脂、寡糖類及幾丁質應用最多。屬於植物類素材分為五穀雜糧、蔬果茶類及保健植物類等三類；其中以五穀雜糧類約佔半數，是健康食品應用最大宗的原料如燕麥等；蔬果茶類部分，以番茄汁、綠茶、烏龍茶及養生茶為主；

1 種苗改良繁殖場繁殖技術課 助理研究員

2 種苗改良繁殖場繁殖技術課 副研究員兼課長



保健植物類應用原料則以人蔘、中草藥、大蒜、牛蒡、洛神花、芝麻等為主，其中以人蔘、中藥類、大蒜之原料為最大宗(圖2)。由以上資料可知，大部分的原物料是仰賴國外進口，如人蔘、燕麥、冬蟲夏草、綠藻、螺旋藻、鯊魚軟骨、奶粉、乳品及特定成分之保健產品等，故保健食品產業面臨問題，為原料來源具不確定性，且原料品質及安全堪慮。惟國產原料供應不足且價格高昂，只能使用自國外供應的素材。故在開發保健產品時不僅要考慮原物料的安全性及機能性，並期望開發本土的素材，以帶動國內保健產業的發展。

### 三、健康食品之功能分析

由表一得知，通過健康食品認證的品項由2006年僅有的76個，發展至2012年計有228項產品，七年內成長了三倍之多，顯示保健市場的潛力無限。將健康食品與保健功效進一步分析，可區分為12項(圖3)，分別為：1.調節血脂功能、2.改善腸胃道功能、3.免疫調節功能、4.護肝功能、5.抗疲勞功能、6.牙齒保健、7.調節血糖、8.不易形成體脂肪功能、9.改善骨骼疏鬆、10.延緩衰老功能、11.輔助調節血壓功能、12.其他類之促進鐵吸收功能、輔助調整過敏體質功能等。以2010年之資料顯示，以調節血脂的功能產品達30%左右，為通過健康食品認證最多之功效產品，其次為腸胃道機能調整(26%)及免疫調節功能(13%)。調節

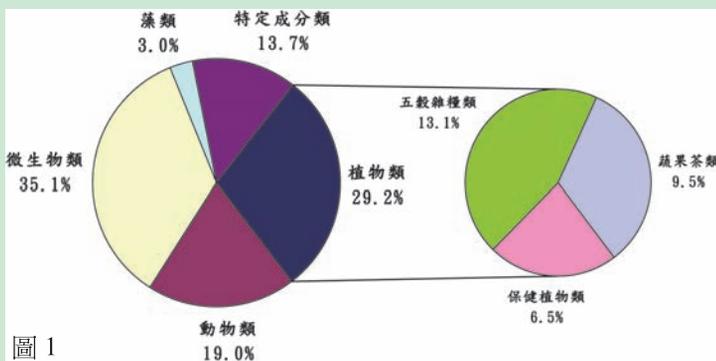


圖 1

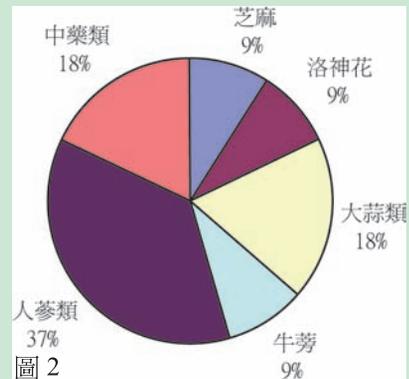


圖 2

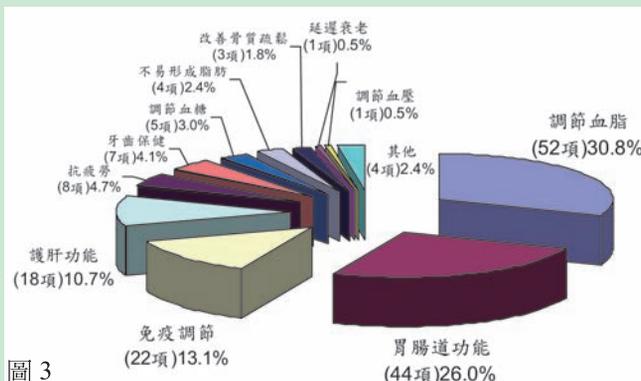


圖 3

圖 1 台灣健康食品應用原料種類及比例 (2010年)

圖 2 台灣健康食品應用中草藥種類及比例 (2010年)

圖 3 台灣健康食品認證功效種類及比例 (2010年)

(以上皆為衛生署食品藥物管理局網站資料整理)

表一、台灣衛生署通過健康食品之功能及功效成分

| 保健功能    | 功效成分   | 核准產品數<br>(2006/06) | 核准產品數<br>(2010/04) | 核准產品數<br>(2012/04) |
|---------|--|--------------------|--------------------|--------------------|
| 調節血脂    | Flavonoid, Lycopene, Soy protein, Immunoglobulin, EPA, DHA, Fatty acid, $\beta$ -glucan, Inulin, Allicin, Diacylglycerol | 27                 | 52                 | 81                 |
| 牙齒保健    | Xylitol  | 2                  | 7                  | 7                  |
| 血糖調節    | Cr, Ginsenoside  | 2<br>8             | 5<br>22            | 6<br>27            |
| 免疫調節    | Chrysin, Pinocembrin, Immunoglobulin, Whey, Protein, Daidzein, Triterpenoids, Polysaccharides, Total ginsenosides        |                    |                    |                    |
| 抗疲勞     | Amino acid, Peptide, Mannitol, Adenosine   | 3                  | 8                  | 8                  |
| 抗衰老     | Ganoderic acid<br><i>Bifidobacterium</i> , <i>Lactobacillus</i> ,  | 1<br>25            | 1<br>44            | 2<br>55            |
| 促進腸胃道功能 | Oligosaccharide, <i>Streptococcus thermophilus</i> , Nystose, Catechins, Immunoglobulin, Daidzein, Inulin                |                    |                    |                    |
| 肝功能保護   | Total polyphenols, Ganoderic acid, Triterpenoids, Polysaccharides, Lignin, Ginsenoside, Glycyrrhizin                     | 7                  | 18                 | 24                 |
| 骨骼保健    | Vitamin D3, Ca, Mg   | 1                  | 3                  | 5                  |
| 其他      |  |                    | 9                  | 13                 |
| 總計      |  | 76                 | 169                | 228                |

(衛生署食品藥物管理局網站及生物科技產業研究中心資料整理)

血脂為降低血壓或膽固醇之功能，由表一得知，經認證的保健成分為Flavonoid、Lycopene、Soy protein、Immunoglobulin、EPA、DHA等，產品型態以膠囊為主。改善腸胃道功能主要是調整腸胃道菌落和促進蠕動代謝，以防止肥胖發生，功效成分為*Bifidobacterium*、*Lactobacillus*、Oligosaccharide、*Streptococcus thermophilus*等，產品型態以優酪乳及發酵乳為主。免疫調節部分是包含抗過敏原、免疫賦活等機能之調節，保健成分則以Chrysin、Pinocembrin、Immunoglobulin等，產品型態以膠囊為主。護肝功能

則包括肝功能與造血機能之恢復，以Total polyphenols、Ganoderic acid、Triterpenoids、Polysaccharides等為主要的功效成分，產品型態以膠囊為主。以下為常見的市售健康食品：優酪乳、雞精、羊奶粉、乳酸菌/腸道益生菌類、靈芝、冬蟲夏草、巴西蘑菇、綠藻、穀類相關產品、綜合植物蔬果萃取物、草本複方茶包類、人參、魚油、膠原蛋白、葡萄糖胺、燕窩、魚肝油、甲殼素、鈣、蜂膠、果寡糖類產品等，滿足現代人保健功效之需求。



## 四、健康食品之市場環境

我國保健產品市場的產業現況方面，在 2008 年的市場規模約達 677 億新台幣，產業蓬勃發展並促進廠商投入研發。健康食品主要的廠商包含了食品、製藥、生技公司，亦包含了國內外直銷商、進口商及代理商(圖 4)。其中以食品類廠商為最大宗約佔 48%，產品型式以接近食品類型的飲品居多，廠商如統一、台糖、佳格、維他露、葡萄王等公司以其製造、通路與廣告行銷等專長，在健康食品市場占有優勢。製藥與生技公司逐漸進入健康食品市場，其產品比較偏向非食品類型的膠囊或錠劑，常見廠商有生達、杏輝、科達、新萬仁、順天、勝昌等公司。國內外直銷商、進口商及代理商則利用不同行銷管道與通路銷售產品，產品來源相當多元，部分由國外進口原料，再於國內包裝，如美商安麗等公司。

## 五、未來研究方向

台灣食品產業隨著國民所得增加及健康意識抬頭，逐漸以提供優質、便利的食品來滿足國人健康需求。食品產業為提高附加價值，亦積極朝向保健及健

康食品發展。保健食品最主要的問題在於原料供應問題，為確保產品品質穩定，應加強本土的作物生產、提昇原料品質及加強原料安全性檢測。更應計畫性及重點性的開發市場需求的種類，可提高原料自給率，相對減少進口比率。

對於國內未來保健食品發展方向，應朝具有科學證據之保健食品進行開發，研發含有豐富營養成分或特殊成分的作物，確認其在科學上的功效及安全性。隨著高齡化社會的到來，亦建議朝銀髮族需求之保健食品發展。另外，發展具功能性之保健食品，如防癌保健食品、延緩衰老及美容相關功能訴求之保健食品，以提高其附加價值。

以本場多年來收集之藥用石斛為例，文獻指出具有為清熱生津，滋陰養胃，清肝明目等功效，並經由雜交選拔出發展潛力之品種，測試其活性成分主要為多糖及生物鹼等，具有調控免疫之功能，未來可朝免疫力調節功能訴求的保健食品發展。

如何善用台灣既有豐富的農業資源來開發保健產品，首先應加強原料安全生產規範，提升消費者信心，並積極開發原料應用多樣性，更需強化農業、食品業及生技業之橫向整合，將有助開發保健食品，以滿足市場多元化的需求，繼而提高廠商投資意願，定可創造產、官、學共贏的效益。

## 致謝

本文承蒙黃文德先生及林維熙、林洸卉、詹金鳳小姐協助表格及圖表資料整理，特此一併謝忱。

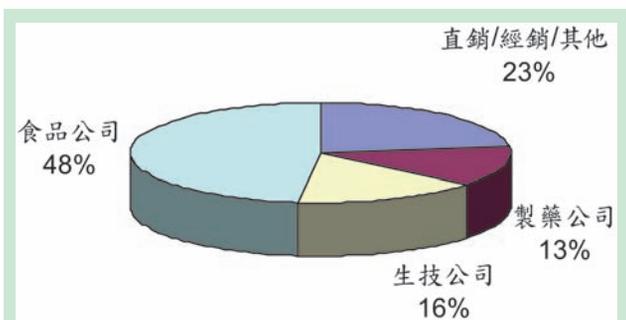


圖 4 台灣健康食品廠商類別統計  
(生物科技產業研究中心資料)