

随着人们对健康管理的逐渐重视,形形色色的保健品开始进入大家的视线。网店里挂的、实体店里卖的、上门或电话推销的、社区里开讲座的,各种销售方式令人眼花缭乱。

记者打开淘宝一搜,各种保健品的功效可谓惊人,甚至比专业药物还要神奇,并且这些产品大多都声称有“蓝帽子”(即卫食健字)标识。

近日曝光的权健事件再次折射出保健品市场的各种乱象。目前,权健公司实际控制人束某某等18名犯罪嫌疑人已被警方依法刑事拘留,相关部门也开展了集中打击清理整顿保健品乱象专项行动。那么,自己经常吃的所谓保健品到底算是食品还是药品?它们所承诺的功效真的比看病开方还要神吗?自己在日常生活中又该怎样鉴别保健品的真假好坏呢?



A 保健食品不是药品

要想了解大家经常在市面上见到的保健品和食品、药品分别是什么关系,就要先搞清楚它的规范叫法。

近日,国家市场监督管理总局发布了一份《食品保健食品欺诈和虚假宣传整治工作领导小组办公室组织编写的科普材料,从基本常识、特殊食品、虚假宣传、欺诈销售及广告审查与监管等方面进行了权威梳理。

根据这份材料的表述,国家只对保健食品具有明确的法律定位,其监管法律依据为我国食品安全法,产品属性为食品。而对保健品则没有明确的法律定义,其适用范围更广,比如消费者经常在市面上见到的内衣、床垫、器械、理疗仪、饮水机等对人体有保健功效的产品。都可算保健品的一种。

由此可见,在市面上销售的可供人们食用的保健品其实就是保健食品。这种特殊食品声称具有保健功能或者以补充维生素、矿物质等营养物质为目的,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。

而根据药品管理法的规定。药品则是指用于预防、治疗、诊断人的疾病。有目的地调节人的生理机能并规定有适应症或者功能主治、用法和用量的物质。

因此,保健食品与药品并无半点关系。消费者或患者在决定选择哪一种时,可以通过国家食品药品监督管理局的官网进行查询,还可通过二者的批准文号进行鉴别。

根据食品安全法规定,保健食品必须经过注册或备案。保健食品的批准文号有两种,一种是国家食品药品监督管理局的国食健字G或J(G指国产,J为进口);一种是国家卫计委的卫食健字(卫食健进字)。在保健食品的包装或标签上方,必须有“保健食品‘蓝帽子’特殊标识+‘保健食品’字样+批准文号”。

此外,保健食品的标签、说明书上应有明确的食用量、适宜人群、不适宜人群等说明,并明确声明该产品不能代替药物。

药品的批准文号则是“国药准字H或Z、S、J、B、F+8位数字”(H代表化学药品、Z代表中成药、S代表生物制品、J代表进口药品国内分包装、B代表具有辅助治疗作用的药品、F代表药用辅料),且说明书会明确标注该药品治疗什么疾病、毒副作用有哪些。

因此,消费者如果发现保健食品的包装不符合规定,或者有声称等同于药物治疗功效的虚假宣传表述,就要多留个心眼了。

把保健品当成救命稻草,你就输了

保健食品存27类虚假表述,选购保健食品应一看二查三辨



B 保健食品存27类虚假表述

欺诈和虚假宣传是保健食品市场长期存在的顽疾,受害的通常是一些病患和老人。消费者如果将保健食品作为救命稻草,轻信商家夸大的神奇疗效,轻则有破财之险,重则有丧命之危。

我国食品安全法明确规定,保健食品的标签、说明书不得涉及疾病预防、治疗功能,内容应当真实,与注册或者备案的内容相一致,载明适宜人群、不适宜人群、功效成分或者标志性成分及其含量等,并声明“本品不能代替药物”,保健食品的功能和成分也应当与标签、说明书相一致。

国家市场监督管理总局官网也曾多次发布提示,明确国内目前批准注册的保健食品允许声称的27类保健功能,并与之相对整理了市场上针对保健食品常见的27类虚假宣传表述。

根据提示,保健食品声称可以增强免疫力是被允许的,但声称“防癌,抗癌,对放化疗有辅助作用”则属虚假宣传表述;声称可辅助改善记忆是被允许的,但不得表述为“提高智力,提高学习专注力,提高考试成绩,缓解脑力疲劳,头昏头晕,预防老年痴呆”等;声称可以减肥是被允许的,但不得表述为“无需保持健康合理膳食和运动等规律生活习惯,可达到快速减脂、减体重、塑形效果,体重不反弹;预防便秘;可完全替代正常饮食”……

2017年7月,国务院食品安全办牵头联合9部门,在全国开展食品保健食品欺诈和虚假宣传专项整治,主要针对未经许可生产、经营、进口食品和保健食品,食品和保健食品标签含虚假标识声称,利用网络、会议营销、电视购物、直销、电话营销等方式违法营销宣传、欺诈销售食品和保健食品以及未经审查发布保健食品广告、发布虚假违法食品和保健食品广告这几种行为进行打击。

C 选购保健食品应一看二查三辨

眼看年节将至,一些不法分子又开始活跃起来,尤其以老年朋友为对象,利用会销、电话销售、义诊、送温暖等各种方式诱导老年朋友购买名不符实、假冒伪劣的保健食品。

为了帮助广大消费者理性选购保健食品,防范欺诈和虚假宣传等违法违规行为误导,国家市场监督管理总局特别发布了《关于防范保健食品功能声称虚假宣传的消费提示》,提醒消费者要科学、理性看待食品、保健食品广告和宣传。

根据提示,消费者在选购保健品时,应该特别关注三方面:

一看销售场所资质。消费者应到证照齐全的正正规场所购买产品,特别要注意有没有营业执照和食品经营许可证,并索要正规的销售凭据。切忌通过非法传销、会议营销、电话营销等途径购买保健食品。

不参加任何以产品销售为目的的健康知识讲座、专家报告、免费试用等活动。

二查外包装和说明书。消费者在购买时应仔细查看外包装标签标识相关信息,不要购买无厂名、厂址、生产日期和保质期的产品,不要购买标签上没有食品生产许可证号的预包装食品,不要购买标签或说明书中提及可以预防疾病、有治疗功能的产品,不要购买标签上没有保健食品批准文号但声称是保健食品的产品。

三辨广告和宣传内容。消费者要记住保健食品被批准允许的几类功能,尤其是老年消费者切勿听信将保健食品说成灵丹妙药的虚假宣传。凡声称疾病预防、治疗功能的,一律不要购买;未声明“本品不能代替药物”的,一律不要购买。

此外,保健食品不含有全面的营养素,消费者在购买后切不可用其代替一日三餐,要坚持正常饮食。如果遇到食品或保健食品存在欺诈和虚假宣传问题的,应拨打食品药品投诉举报电话12331或者消费者维权热线12315进行投诉举报。

据新华网