

食品標示宣傳或廣告詞句涉及誇張易生誤解或醫療效能之認定基準第四點附表一、附表二修正規定

附表一、維生素或礦物質例句

| 營養素成分 | 每日最低攝取量 | 可敘述之生理功能例句 |
|----------------|---------|--|
| 維生素 A 或 β-胡蘿蔔素 | | 有助於維持在暗處的視覺。增進皮膚與黏膜的健康。幫助牙齒和骨骼的發育與生長。 |
| 維生素 D | | 增進鈣吸收。幫助骨骼與牙齒的生長發育。促進釋放骨鈣，以維持血鈣平衡。有助於維持神經、肌肉的正常生理。 |
| 維生素 E | | 減少不飽和脂肪酸的氧化。有助於維持細胞膜的完整性。具抗氧化作用。增進皮膚與血球的健康。有助於減少自由基的產生。 |
| 維生素 K | | 有助血液正常的凝固功能。促進骨質的鈣化。活化肝臟與血液中的凝血蛋白質。 |
| 維生素 C | | 促進膠原蛋白的形成，有助於傷口癒合。有助於維持細胞排列的緊密性。增進體內結締組織、骨骼及牙齒的生長。促進鐵的吸收。具抗氧化作用。 |
| 維生素 B1 | | 有助於維持能量正常代謝。幫助維持皮膚、心臟及神經系統的正常功能。有助於維持正常的食慾。 |
| 維生素 B2 | | 有助於維持能量正常代謝。有助於維持皮膚的健康。 |
| 菸鹼素 | | 有助於維持能量正常代謝。增進皮膚、神經系統、黏膜及消化系統的健康。 |

| 營養素成分 | 每日最低攝取量 | 可敘述之生理功能例句 |
|---------|---------|---|
| 維生素 B6 | | 有助於維持胺基酸正常代謝。有助於紅血球中紫質的形成。幫助色胺酸轉變成菸鹼素。有助於紅血球維持正常型態。增進神經系統的健康。 |
| 葉酸 | | 有助於紅血球的形成。有助於核酸與核蛋白的形成。有助胎兒的正常發育與生長。 |
| 維生素 B12 | | 有助於紅血球的形成。增進神經系統的健康。 |
| 生物素 | | 有助於維持能量與胺基酸的正常代謝。有助於脂肪與肝醣的合成。有助於嘌呤的合成。增進皮膚和黏膜的健康。 |
| 泛酸 | | 有助於維持能量正常代謝。增進皮膚和黏膜的健康。有助於體脂肪、膽固醇的合成及胺基酸的代謝。 |
| 鈣 | | 有助於維持骨骼與牙齒的正常發育及健康。幫助血液正常的凝固功能。有助於肌肉與心臟的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。調控細胞的通透性。 |
| 鐵 | | 有助於正常紅血球的形成。構成血紅素與肌紅素的重要成分。有助於氧氣的輸送與利用。 |
| 碘 | | 合成甲狀腺激素的主要成分。有助於維持正常生長、發育、神經肌肉的功能。調節細胞的氧化作用。有助於維持甲狀腺激素的正常分泌。有助於維持正常基礎代謝。 |
| 鎂 | | 有助於骨骼與牙齒的正常發育。有助於維持醣類的正常代謝。有助於心臟、肌肉及神經的正常功能。有助於身體正常代謝。 |
| 鋅 | | 為胰島素及多種酵素的成分。有助於維持能 |

| 營養素成分 | 每日最低攝取量 | 可敘述之生理功能例句 |
|-------|---------|--|
| | | 量、醣類、蛋白質與核酸的正常代謝。增進皮膚健康。有助於維持正常味覺與食慾。有助於維持生長發育與生殖機能。有助於皮膚組織蛋白質的合成。 |
| 鉻 | 6μg | 有助於維持醣類正常代謝。 |

註：營養素成分「含量」應符合「包裝食品營養宣稱應遵行事項」及「包裝維生素礦物質類之錠狀膠囊狀食品營養標示應遵行事項」，前開規定未列者，「每日最低攝取量」應達附表一規定以上，方得標示、宣傳或廣告該附表「可敘述之生理功能例句」。

附表二、其他營養素例句

| 營養素成分 | 每日最低攝取量 | 可敘述之生理功能例句 |
|-------|---------|---|
| 蛋白質 | | 人體細胞、組織、器官的主要構成物質。幫助生長發育。有助於組織的修復。為肌肉合成的來源之一。可用於肌肉生長。 |
| 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。 |

註：營養素成分「含量」應符合「包裝食品營養宣稱應遵行事項」及「包裝維生素礦物質類之錠狀膠囊狀食品營養標示應遵行事項」，前開規定未列者，「每日最低攝取量」應達附表二規定以上，方得標示、宣傳或廣告該附表「可敘述之生理功能例句」。