

如何避免誤買到宣稱療效的健康食品 及一般食品？

資料來源：消費者保護處

- 1.健康食品管理法第十四條第二項及食品安全衛生管理法第二十八條第二項分別規定，健康食品及一般食品不可以有醫療效能的標示、宣傳或廣告。因此，健康食品或是坊間宣稱保健的一般食品，如果宣稱療效都是違反食品衛生相關法令規定的，民眾可向地方衛生局申訴或檢舉。
- 2.消費者如何判別一般食品是否誇大不實呢？可在衛生福利部食品藥物管理署網站查詢「食品及相關產品標示宣傳廣告涉及不實誇張易生誤解或醫療效能認定準則」參閱；也可在該網站的「食品藥物消費者專區」，查詢違規食品的相關資訊及規定，並堅持「不聽、不信、不買、不吃和不推薦」的五不原則。