



《适老药膳配方食品通则》编制说明

一、任务来源

经中国老年医学学会批准，由中国老年医学学会科技成果转化工作委员会牵头，会同辽宁中医药大学，中国农业大学、内蒙古农业大学、天津科技大学、解放军总医院国家老年疾病临床研究中心、四川大学华西医院、北京协和医院、***医院、***医院、中润利华（北京）营养科技有限公司、杭州纽曲星生物科技有限公司、***公司、***公司等十几家单位共同编制《适老药膳配方食品通则》。

二、起草单位

中国老年医学学会科技成果转化工作委员会、辽宁中医药大学、中国农业大学、内蒙古农业大学、天津科技大学、解放军总医院国家老年疾病临床研究中心、四川大学华西医院、北京协和医院、***医院、***医院、中润利华（北京）营养科技有限公司、杭州纽曲星生物科技有限公司、***公司、***公司。

三、编制背景

药膳是在中医学、烹饪学和营养学理论指导下，严格按药膳配方，将有药用价值的药食同源食材与传统食物相配，采用我国独特的饮食烹调技术和现代科学方法制作而成的具有一定色、香、味、形的美味食品。它是中国传统的医学知识与营养学、烹调经验相结合的产物。药膳“寓医于食”，既将药物作为食物，又将食物赋以药用，既具有较高的营养价值，又可防病治病、保健强身、延年益寿。

药膳是中医学的一个重要组成部分，是中华民族历经数千年不断



探索、积累而逐渐形成的独具特色的一种保健、养生膳食，是中华民族祖先遗留下来宝贵的文化遗产。

老年期是指年龄在 65 岁以上的人生阶段。老年人在生理机能上已有很显著的改变，例如身体各种器官机能降低，各种组织弹性降低，对环境变化的调适能力降低，及应变的能力也比较差等，在各方面的能力逐渐退化及老化的一个情形。人口老龄化在给老年人身心健康带来极大的影响的同时，也会使家庭养老问题突出；而在社会层面，人口老龄化不仅加重了我国经济负担，而且也对社会稳定以及造成了很大程度的影响影响。因此，人口老龄化已经成为我国一个极为严峻的社会问题。

因为老年人群有其特殊的生理代谢特点，而合理的药膳有助于延缓衰老，提升生活质量，提高机体免疫力，科学合理的药膳对所有老年人都非常重要，对于生病或已被诊断患有慢性疾病或痴呆症的老年人尤其重要。依托中国传统的药食同源和保健养生理论，针对老年人群的其特殊的生理代谢特点，在中医学的理论支撑下，依托中国传统的养生文化和药食同源理论，制定适老药膳配方食品通则，就是以提高老年人的健康指标和生活质量为目的，以老年人及其家属的需求为导向，充分考虑他们对适老药膳配方食品的安全性、功能性、经济性等方面的要求，为老年人提供科学合理、经济适用的适老药膳配方食品。同时，也能科学有序的支撑我国新型健康产业的大力发展。

四、编制过程

2019 年 7 月完成立项申请和标准论证，标准编写。



2019 年 8 月广泛征求意见。

2019 年 9 月评审。

五、标准编制原则和依据

国外没有同类标准。

本标准部分内容参考了

GB 2760 食品安全国家标准 食品添加剂使用标准

GB 2761 食品安全国家标准 食品中真菌毒素限量

GB 2762 食品安全国家标准 食品中污染物限量

GB 4789.1 食品安全国家标准 食品微生物学检验总则

GB 4789.2 食品安全国家标准 食品微生物学检验 菌落总数测定

GB 4789.3 食品安全国家标准 食品微生物学检验 大肠菌群计数

GB 4789.4 食品安全国家标准 食品安全国家标准 食品微生物学检验 沙门氏菌检验

GB 4789.10 食品安全国家标准 食品微生物学检验 金黄色葡萄球菌检验

GB 5009.11 食品国家安全标准 食品中总砷的测定

GB 5009.12 食品安全国家标准 食品中铅的测定

GB 5009.13 食品安全国家标准 食品中铜的测定

GB 5009.14 食品安全国家标准 食品中锌的测定



GB 5009.22 食品安全国家标准 食品中黄曲霉毒素B族和G族的测定

GB 5009.24 食品安全国家标准 食品中黄曲霉毒素M族的测定

GB 5009.33 食品安全国家标准 食品中亚硝酸盐与硝酸盐的测定

GB 7718 食品安全国家标准 预包装食品标签通则

GB 13432 食品安全国家标准 预包装特殊膳食用食品标签

GB 29921 食品安全国家标准 食品中致病菌限量

T/CGSS 004—2019

ZYYXH/T157—2009中医体质分类与判定

《中华人民共和国药典》2015版

六、主要内容

本标准规定了适老药膳配方食品的术语和定义、适老药膳配方食品分类、技术要求、安全性要求、食品添加剂和药膳强化剂及标签。

本标准适用于老年人群的药膳配方食品。

七、推荐性标准和强制性标准建议

本标准作为推荐性标准发布。