

2025年 中国中药材功能性食品 行业白皮书

从养生青年到银发族群，行业如何破解国民健康焦虑？

2025 China Herbal Functional Food Industry White Paper

摘要

过去，中药材功能性食品行业以中药材的种植和基础加工为主，功能食品概念尚处于萌芽阶段，产品形式较为单一，主要依赖传统中医药理论和民间经验。

如今，中药材功能性食品行业已形成较为完整的产业链，涵盖种植、研发、生产、销售等环节，并受益于健康消费升级和政策支持。消费者对天然、健康产品的追求推动了药食同源食品的普及，中药食品不再局限于传统保健品，而是向零食化、便捷化、个性化方向延伸。然而，行业仍面临产品质量参差不齐等挑战，亟需通过技术升级和标准化管理提升竞争力。预计未来，药食同源理念将进一步融入现代健康场景，拓展市场边界。

本报告为中国中药材功能性食品行业白皮书，系统梳理了该行业的全貌与发展脉络，内容涵盖基础理论、政策环境、市场现状及细分领域分析四大维度。

■ 功能性食品与保健食品的概念相近，广义层面保健食品属于功能性食品的范畴

功能性食品适合作为具有某些功能特性的食品组成的综合概念，本文的研究范畴为广义的功能性食品，包括功能性普通食品和保健食品，中药材功能性食品则指以中药材功能性成分为主要原料的功能性食品。

■ 精准营养为中药材功能性普通食品提供科学化路径

国民整体膳食结构仍不合理，传统标准化膳食建议已难以满足个体差异化的健康需求，精准营养干预应运而生。相对保健食品，中药材功能性普通食品面临的监管更为宽松，而精准营养的落地，也促使该部分食品需求快速增长。

■ 中药材保健食品以备案中药材保健食品及灵芝保健食品为代表

现阶段，中国保健食品行业实行注册和备案双轨制的管理，备案制的入局门槛更低。人参、西洋参和灵芝被正式纳入保健食品备案原料目录，开辟了传统中药材原料可在备案产品中使用的先例。而灵芝是著名的药用真菌，灵芝保健食品指以灵芝为主要原料的保健食品，两类细分赛道极具增长潜力。

目录

- ◆ 第一章 中国中药材功能性食品的行业综述
 - 功能性食品的概念界定
 - 中药材功能性食品的定义
 - 中国药食同源的发展概况
 - 中国中药材功能性食品的政策环境分析
- ◆ 第二章 中国中药材功能性普通食品的行业分析
 - 精准营养与功能性食品的时代背景
 - 精准营养与功能性食品的关联
 - 功能性普通食品的前沿赛道
 - 主要中药材的营养成分分析
 - 当前中药材功能性普通食品行业升级的阻碍
- ◆ 第三章 中国中药材保健食品的行业分析：备案中药材保健食品
 - 中国备案中药材保健食品的行业综述
 - 中国备案中药材保健食品的产业链分析
 - 中国备案中药材保健食品的竞争格局
 - 中国备案中药材保健食品的企业分析
- ◆ 第四章 中国中药材保健食品的行业分析：灵芝保健食品
 - 中国灵芝保健食品的行业综述
 - 中国灵芝保健食品的市场规模
 - 中国灵芝保健食品的产业链分析
 - 中国灵芝保健食品的竞争格局
 - 中国灵芝保健食品的企业分析
- ◆ 方法论
- ◆ 法律声明

目录

- ◆ Chapter 1: Overview of China Herbal Functional Food Industry
 - Conceptualization of Functional Food
 - Definition of Herbal Functional Food
 - Developmental Overview of Medicinal-Food Substances in China
 - Policy Environment Analysis of China Herbal Functional Food
- ◆ Chapter 2: Analysis of China Herbal Functional Conventional Food Industry
 - Contemporary Context of Precision Nutrition and Functional Food
 - The Relationship Between Precision Nutrition and Functional Food
 - Emerging Market of Functional Conventional Food
 - Nutritional Composition Analysis of Major TCM Ingredients
 - Current Obstacles to the Upgrading of China Herbal Functional Conventional Food Industry
- ◆ Chapter 3: Industry Analysis of China Herbal Health Food: Recorded Herbal Health Food
 - Overview of China Registered Herbal Health Food Industry
 - Industry Chain of China Registered Herbal Health Food Industry
 - Competitive Landscape of China Registered Herbal Health Food Industry
 - Representative Enterprises in China Registered Herbal Health Food Industry
- ◆ Chapter 4: Industry Analysis of China Herbal Health Food: Ganoderma Lucidum-Based Health Food
 - Overview of China Ganoderma Lucidum-Based Health Food Industry
 - Industry Chain of China Ganoderma Lucidum-Based Health Food Industry
 - Competitive Landscape of China Ganoderma Lucidum-Based Health Food Industry
 - Representative Enterprises in China Ganoderma Lucidum-Based Health Food Industry
- ◆ Methodology
- ◆ Legal Statement

第一章 ——

中国中药材功能性食品行业综述

核心洞察：

01 保健食品属于功能性食品的细分领域

功能性食品常与保健食品一同提及，保健食品作为一类特殊食品在中国拥有明确且严格的管理规定，而功能性食品更适合作为具有某些功能特性的食品组成的综合概念，本文的研究范畴为广义的功能性食品，包括功能性普通食品和保健食品，中药材功能性食品则指以中药材功能性成分为主要原料的功能性食品。

02 药食同源物质发展机遇与挑战并存

药物具有一定的毒性且主要用于治疗疾病，食物多为人提供必需的营养。中医临床实践常以食为药、以食代药，部分中草药与食物界限模糊，被列为药食同源的范畴。药食同源的思想源于传统医学的养生观，应用场景不断扩展，当前相关中药材产业发展呈现优劣并存、机遇与挑战交织的复杂态势。

03 道地药材与中药材GAP推动中药材质量提升

一方面，道地药材是优质中药材的代名词，现阶段产业仍面临诸多问题，尤其是低水平中药的猛烈冲击，缺乏一套提倡优质的道地药材标准以规范市场。另一方面，新版中药材GAP的颁布，通过全链条质量管控、技术创新和行业整合，为中药材功能性食品行业提供了更安全、稳定、高效的原料基础。

Chapter 1.1

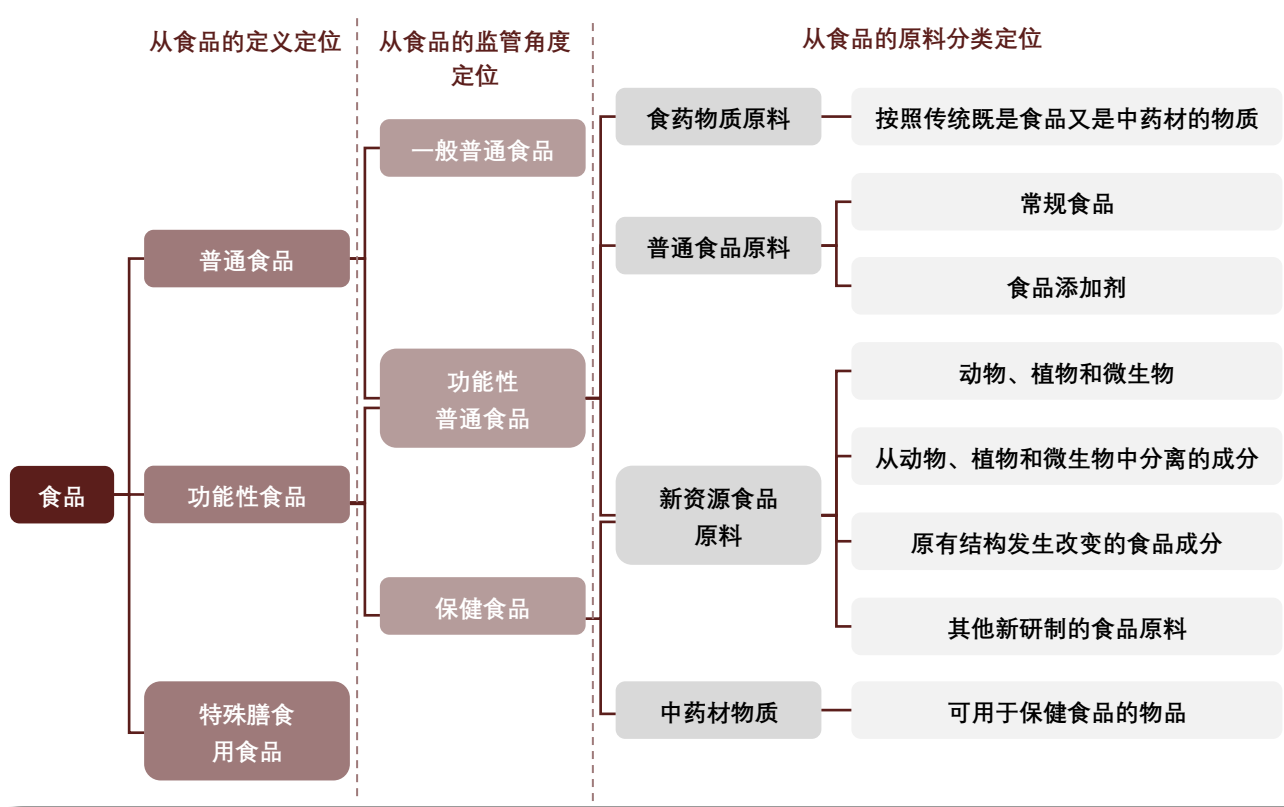
中国中药材功能性食品行业综述

- 
- 功能性食品的概念界定
 - 中药材功能性食品的定义
 - 中国药食同源的发展概况
 - 中国中药材功能性食品的政策环境分析

功能性食品的概念界定

功能性食品与保健食品存在概念交集，但监管边界存在差异；从广义分类来看，保健食品属于功能性食品的细分领域

功能性食品的定位



■ 功能性食品与保健食品的概念相近，广义层面保健食品属于功能性食品的范畴

功能性食品常与保健食品一同提及，保健食品作为一类特殊食品在中国拥有明确且严格的管理规定，而功能性食品更适合作为具有某些功能特性的食品组成的综合概念。因此，从食品定义和监管角度来看，广义的功能性食品包括功能性普通食品和保健食品，狭义的功能性食品仅指功能性普通食品，本文的研究范畴为广义的功能性食品。

一般普通食品、功能性普通食品和保健食品的概念及管理比较

指标/概念	一般普通食品	功能性普通食品	保健食品
特殊设计及加工	×	√	√
功能因子功能性验证	×	√	√
可呈现特殊的食品形态	不固定	不固定	√
声称	营养成分含量及功能声称	营养成分含量及功能声称	保健功能声称
声称的证据	×	不明确	充分科学证据
特殊监管措施	企业生产许可	企业生产许可	企业生产许可、产品注册或备案

来源：CNKI、头豹研究院

■ 中药材功能性食品的定义

常见的中药材功能性成分有多糖、黄酮、生物碱和萜类，在食品领域的应用形式包括三类，开发功能性食品最具增长空间

常见中药材功能性成分及特性



多糖类

多数来源于人参、枸杞、茯苓等中药材，免疫调节作用最为突出，其次是抗肿瘤、抗氧化、降血糖、降血脂等作用。



黄酮类

多数来源于银杏、黄芩、葛根等中药材，抗氧化作用最为突出，其次是抗炎作用。在心血管系统方面，黄酮类化合物对冠心病、高血压等心血管疾病具有一定的防治作用。



生物碱类

中药材里分布广泛，如罂粟的吗啡生物碱具有镇痛作用，麻黄的麻黄碱具有兴奋中枢神经和收缩血管的作用，黄连的小檗碱具有抗菌、抗炎和调节肠道功能的作用。



萜类

中药材的萜类成分丰富，萜类化合物的结构复杂，使化学性质和生物活性具有多样性：人参皂苷具有调节机体免疫功能、抗疲劳、改善记忆等作用；部分萜类化合物还具有抗菌、抗病毒、抗炎等作用。

■ 中药材功能性成分丰富，以其为主要原料开发的功能性食品极具发展前景

常见的中药材功能性成分包括多糖类、黄酮类、生物碱类和萜类。多糖的免疫调节作用最为突出；黄酮类化合物的抗氧化作用最为突出；生物碱的常见特性包括镇痛、兴奋中枢神经和收缩血管等；萜类化合物的化学性质和生物活性具有多样性，其代表成分人参皂苷具有调节机体免疫功能、抗疲劳、改善记忆等作用。

中药材功能性成分在食品的应用形式包括直接添加、作为食品添加剂与开发功能性食品。直接添加形式最为简单，作为食品添加剂是化学合成剂的良好替代，开发功能性食品最具发展前景。因此，中药材功能性食品指以中药材功能性成分为主要原料，具有特定保健功效的功能性食品，包括中药材功能性普通食品与中药材保健食品两类。

中药材功能性成分在食品中的应用形式

直接添加

- 将中药材功能性成分经过提取、纯化后，直接添加食品中；
- 该应用形式相对简单，需考虑功能性成分在食品中的稳定性、溶解性以及与其他食品成分的相容性等问题

作为食品添加剂

- 作为食品添加剂应用于食品工业，例如具有抗菌活性的生物碱类成分可作为天然防腐剂，替代化学合成防腐剂；
- 需严格遵循相关的食品添加剂法规 and 标准，确保使用的安全性和合法性

开发功能性食品

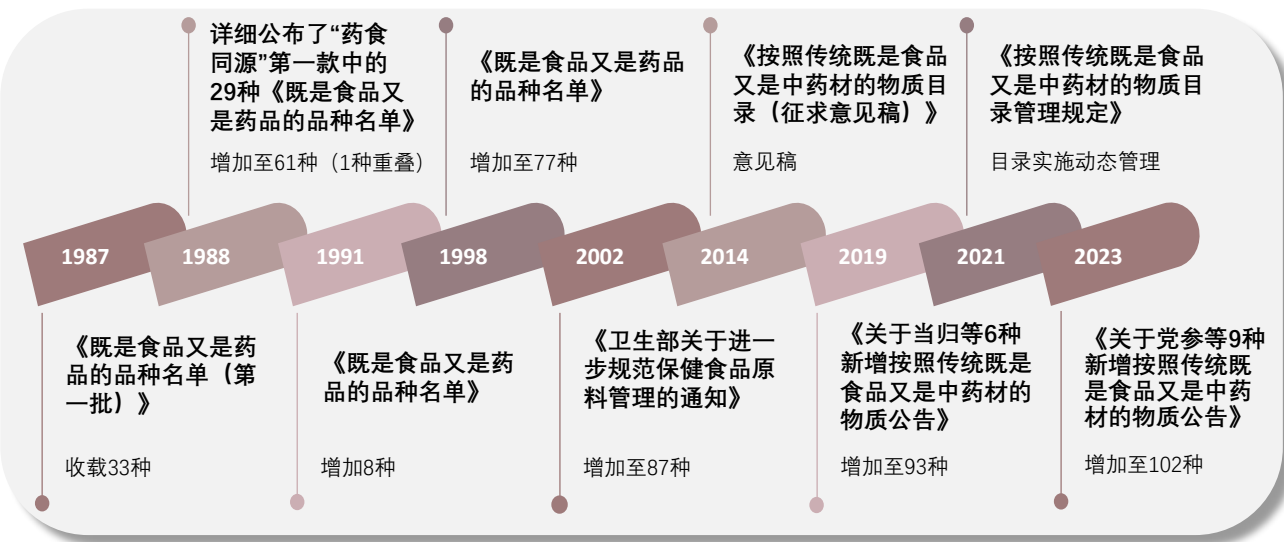
- 以中药材功能性成分为主要原料，开发具有特定保健功能的功能性食品；
- 该类产品需要经过严格的配方设计、工艺研究和功效验证，以确保保健功能的有效性和稳定性

来源：CNKI、头豹研究院

中国药食同源的发展概况

药食同源的思想源于传统医学的养生观，应用场景不断扩展，当前相关中药材产业发展呈现优劣并存、机遇与挑战交织的复杂态势

中国药食同源目录发布历程

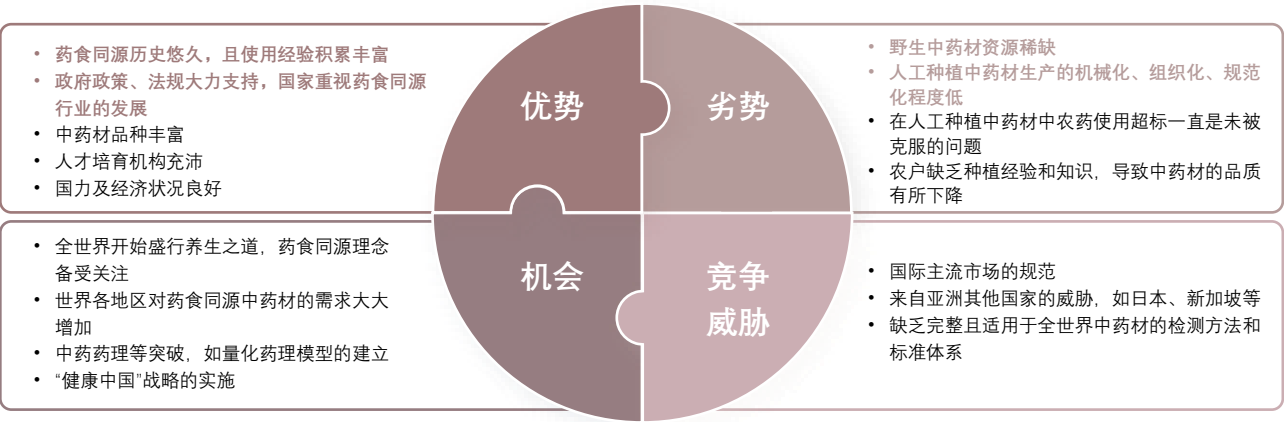


药食同源物质具备药物和食物的双重属性，应用场景丰富，相关中药材发展机遇与挑战并存

药物具有一定的毒性且主要用于治疗疾病，食物则主要为人体提供必需的营养。在中医临床实践中，常以食为药、以食代药，部分中草药与食物界限模糊，被列为药食同源的范畴。经由多年发展，药食同源目录历经近10次变更，从最初的33种发展至2023年的102种，药食同源产品逐渐融入至公众日常饮食、健康管理以及医疗保健等多元化的应用场景中。

从药食同源中药材的SWOT分析来看，深厚的历史文化底蕴提供了坚实的市场基础，同时政策支持和丰富的中药材品种也为行业发展注入了活力。但产业仍存在一定的挑战，例如野生中药材资源的稀缺性限制其可持续供应，以及人工种植中药材在机械化、组织化、规范化程度上存在不足。

药食同源中药材发展的SWOT分析



来源：CNKI、头豹研究院

第二章 ——

中国中药材功能性普通食品行业分析

核心洞察：

01 精准营养为中药材功能性普通食品提供科学化路径

国民整体膳食结构仍不合理，传统标准化膳食建议已难以满足个体差异化的健康需求，精准营养干预应运而生，成为实现从“吃得饱”、“吃得好”向“吃得科学”跃迁的关键路径。相对保健食品，中药材功能性普通食品面临的监管更为宽松，而精准营养的落地实施，也促使该部分食品需求快速增长。

02 心血管健康与减糖赛道快速增长

从疾病营养干预视角来看，常见慢性病包括心血管疾病、糖尿病、肥胖合并非酒精性脂肪肝、高尿酸血症及骨质疏松症。维护心脑血管健康与促进减糖均属于高增长赛道，与功能性成分膳食纤维有关。高膳食纤维成分的中药材包括茯苓、覆盆子、枳椇子、淡竹叶和紫苏，在功能性普通食品领域应用广阔。

03 行业存在整体功能性食品产业的共性问题

当前中药材功能性普通食品产业升级的阻碍包括资源分布不均衡等问题。传统药食同源原料资源丰富的地区存在加工技术落后、产业链协同不足的特点，致使原料利用率低、附加值开发不足。而消费需求旺盛的地区因本地原料少，依赖跨区域调配，会加高生产成本。其余问题包括开发功利化、低水平重复、产品质量参差不齐。

Chapter 2.1

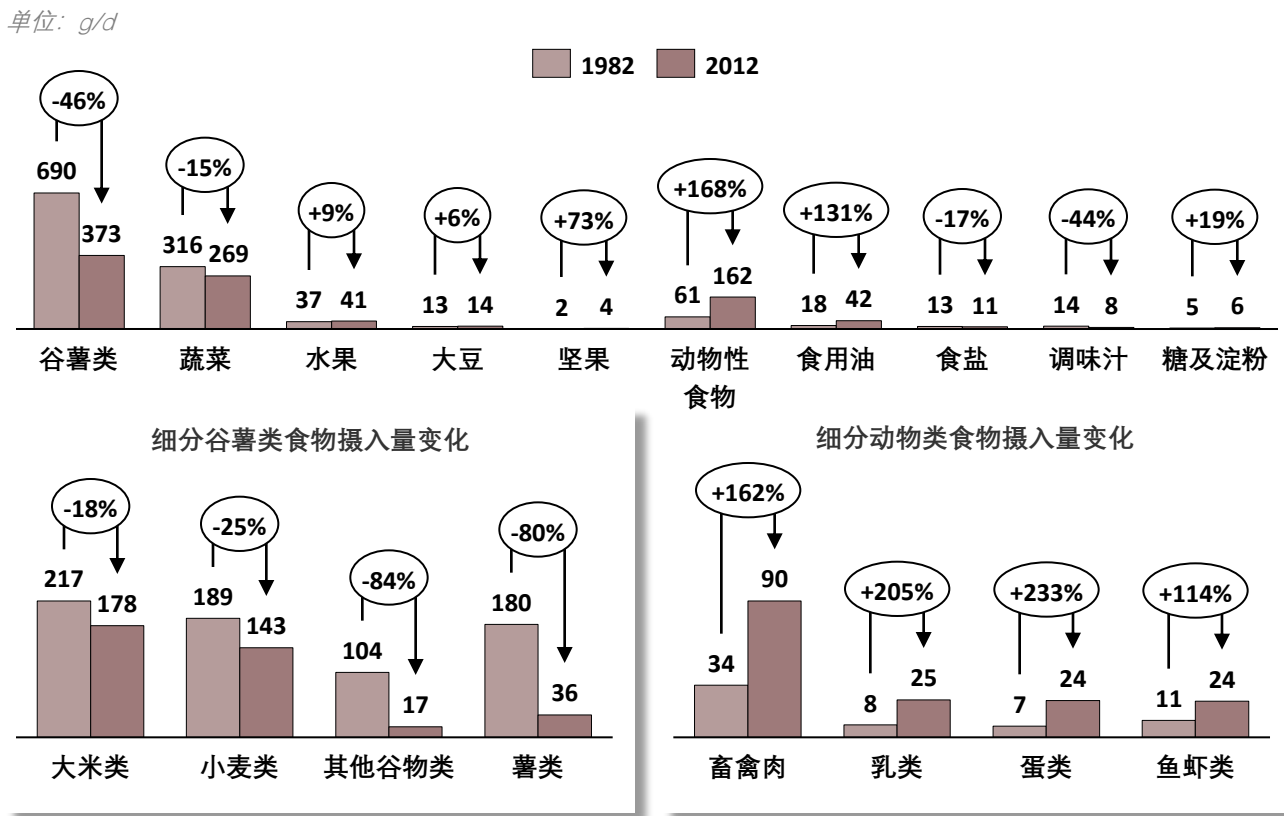
中国中药材功能性普通食品行业综述

- 
- 精准营养与功能性食品的时代背景
 - 精准营养与功能性食品的关联
 - 功能性普通食品的前沿赛道
 - 主要中药材的营养成分分析
 - 中药材在心血管疾病预防中的应用
 - 当前中药材功能性普通食品行业升级的阻碍

精准营养与功能性食品的时代背景

精准营养是解决当前国民膳食结构不合理、满足个体差异化健康需求的必然选择，而功能性食品顺应此趋势需求渐增

中国居民食物摄入量的变化，1982-2012年



■ 传统营养干预模式效率有限，功能性食品契合精准营养理念因而需求渐增

1982-2012年国民膳食摄入状况发生显著变化，具体来看：第一，谷薯类和蔬菜摄入下降，水果、大豆坚果摄入持续较低，致使体内维生素和矿物质等供给不足，加剧慢性病风险；第二，动物性食物摄入快速增加，畜肉所占比例过高，推高了心脑血管疾病和代谢性疾病负担；第三，食用油摄入量明显增加，食盐摄入量仍较高，致使国民超重肥胖及相关慢性病问题日趋加重。

因此，国民整体膳食结构仍不合理，传统标准化膳食建议已难以满足个体差异化的健康需求。基于群体营养数据制定的“一刀切”式膳食指南仅在一定程度上为大众提供了饮食参考，忽视了个体在基因特征、年龄阶段、身体状况、生活环境、运动水平等方面存在的显著差异。基于此背景，精准营养干预应运而生，成为实现从“吃得饱”、“吃得好”向“吃得科学”跃迁的关键路径。而精准营养的落地实施，也促使功能性食品需求快速增长。功能性食品能够根据不同人群的健康需求，强化特定营养成分或添加生物活性物质，为精准营养干预提供了便捷的载体。

来源：CNKI、头豹研究院

精准营养与功能性食品的关联

精准营养的核心价值体现多层次需求，面临四大科学问题，推动功能性食品向定制化、靶向化方向发展

ISNN对精准营养的三层定义



■ 精准营养的推进及落地均需功能性食品的支持

根据ISNN（2016），精准营养划分为3层：简单的分层营养、个性化营养及定向基因型指导营养。简单分层营养方面，功能性食品可依据不同人群的基础特征进行初步划分和研发；个性化营养层面，因依赖个人遗传背景、生物和文化差异，功能性食品的定制化趋势更为显著；基因定向型是精准营养的高阶形态，功能性食品在此阶段可实现靶向研发。

精准营养面临的四大科学问题如下。基础研究包括生物信息学、分子生物学、基因组学和大数据分析技术等，为功能性食品的成分筛选、配方优化提供了科学依据。典型的饮食模式有平衡膳食模式、地中海饮食模式等，功能性食品可成为其便捷的补充方式。生命周期涵盖婴幼儿时期至老龄时期，功能性食品可满足不同年龄阶段人群的营养需求。疾病干预主要达到减轻临床医疗负担的目的。

精准营养面临的四大科学问题



来源：CNKI、头豹研究院

■ 功能性普通食品的前沿赛道：疾病防治视角

疾病防治营养干预视角来看，结合常见慢性病的精准营养需求，功能性食品呈现“高增长赛道引领、高潜力赛道蓄能”的特点

五大疾病防治视角下功能性食品的前沿赛道

主要功能	饮食模式	食品功能性成分	机制原理	增长空间
维护心脑血管健康	制定 低脂、高膳食纤维、低盐、低糖 等饮食计划，增加易于消化的蔬菜水果	膳食纤维	膳食纤维经人体摄入后能够减缓小肠吸收、延缓餐后血糖和脂质升高、减缓胃排空，促进短链脂肪酸生成、降低血脂，健康保护效应显著	应用逐渐增加且心脑血管疾病防治效果显著，属于 高增长赛道
促进减糖	选择 能量适当、低盐低糖、低血糖指数和低血糖负荷 的食物，具体措施包括 低能量饮食、低GI/GL饮食及高膳食纤维饮食 等饮食模式	膳食纤维	膳食纤维是肠道细菌的主要能量来源，而高膳食纤维饮食结构可调节肠道环境、提高益生菌比例、维持肠道菌群稳态、促进短链脂肪酸的生成，从而减轻胰岛素抵抗、减缓糖尿病进展	部分控糖功能性食品应用逐渐增加且效果显著，属于 高增长赛道
促进减脂	常用 低能量 饮食干预，日常膳食能量摄入目标为 800~1,800 kcal/d	谷类、膳食纤维及ω-3脂肪酸	通过减少膳食能量摄入、调整饮食模式、增加谷类、膳食纤维及ω-3脂肪酸摄入等措施，有助于减轻肥胖及超重人群的体质量和腰围、降低胰岛素抵抗程度	通过膳食营养途径防治肥胖及超重已成为目前热点，属于 高潜力赛道
痛风防治	低脂饮食、地中海饮食、低碳水化合物饮食 等健康饮食模式	蛋白质、糖巨肽及乳清酸	相对于以肉类、海鲜和含糖饮料为主的饮食模式，以水果、蔬菜和低脂乳制品为主的终止高血压饮食能够降低血尿酸水平	膳食营养干预是痛风非药物治疗的重要措施，属于 高潜力赛道
维护骨骼健康	高钙、高蛋白和乳制品 饮食	钙、维生素D及蛋白质	与骨质疏松发生发展密切相关的营养因素主要集中于钙、维生素D和蛋白质摄入不足	随着近年我国骨质疏松患病率提升，属于 高潜力赛道

■ 传统营养干预模式效率有限，功能性食品契合精准营养理念因而需求渐增

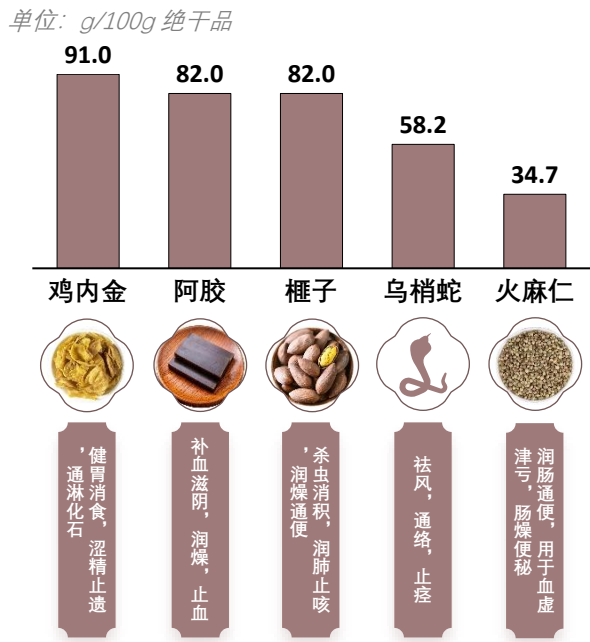
从疾病营养干预视角来看，常见慢性病包括心血管疾病、糖尿病、肥胖合并非酒精性脂肪肝、高尿酸血症及骨质疏松症，对应的保健功效如表所示。维护心脑血管健康与促进减糖这两大高增长赛道均与功能性成分膳食纤维有关。目前减肥话题的热度较高，但食品应用仍有较大的发展空间，因此促进减脂类食品归为高潜力赛道。痛风防治与维护骨骼健康领域的需求较前三类弱，但目前中国已进入慢性病的高发期，因此仍归为高潜力赛道。

来源：CNKI、头豹研究院

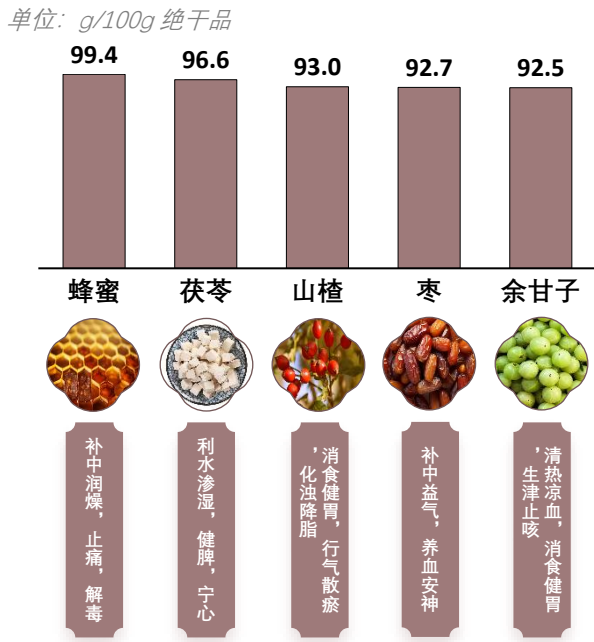
主要中药材的营养成分分析

中药材成分与功能各异，对应的食品应用场景也有所不同，以茯苓为代表的高膳食纤维药材极具产业化潜力

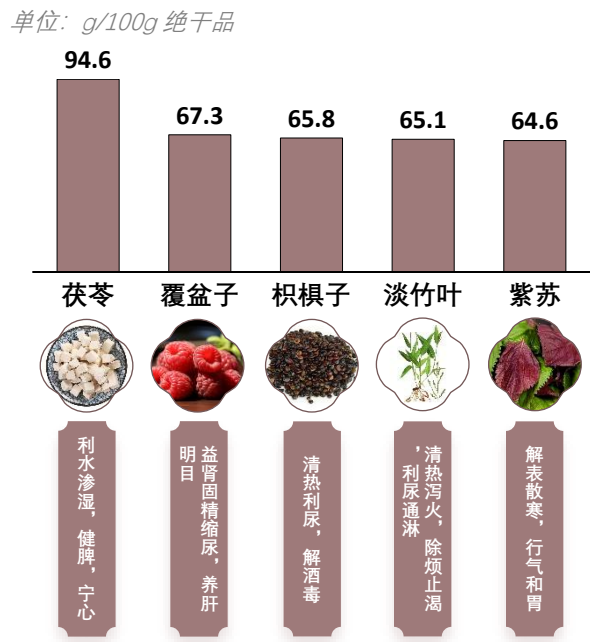
蛋白质含量最高的前五种中药材，2024



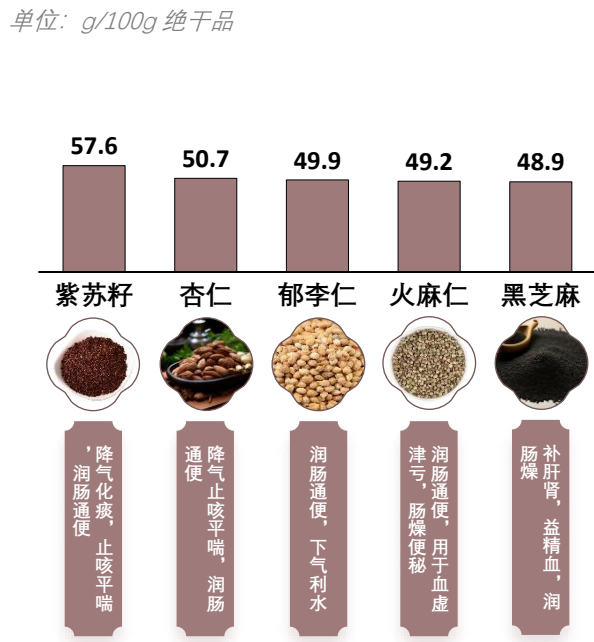
碳水化合物含量最高的前五种中药材，2024



膳食纤维含量最高的前五种中药材，2024



脂肪含量最高的前五种中药材，2024



来源: CNKI、中国药典、头豹研究院

当前中药材功能性普通食品行业升级的阻碍

行业存在整体功能性食品产业的共性问题，也因中药材特有的药食同源属性及复杂功效机制，使得难题更为复杂

当前功能性食品产业升级面临的四大瓶颈



资源分布不均衡

功能性食品的原料产地与市场需求错配。陕西、宁夏、广西等地的传统药食同源原料资源丰富，但因加工技术落后、产业链协同不足，致使原料利用率低、附加值开发不足。而西安、南京、杭州等消费市场虽需求旺盛，却因本地原料匮乏，依赖进口或跨区域调配，推高生产成本并削弱产品竞争力。



开发功利化

当前功能性食品开发过度追求短期利润，通过简单添加营养素提升附加值，却忽视覆盖特定人群的精准需求。该“广谱式”开发模式导致产品同质化严重，与精准营养的核心理念——“因人制宜”的个性化健康管理背道而驰。



低水平重复

90% 获批的功能性产品属于第一、二代低水平重复产品，多数仅通过添加维生素、矿物质或天然提取物实现“营养强化”，但其功效成分的作用机制缺乏临床验证。该“经验主义式”开发与“精准营养对“科学证据链”的要求形成冲突。



产品质量参差不齐

行业普遍存在研发投入不足、设备落后、掺假等问题，当前多数企业仍采用传统工艺，功效成分利用率低。部分企业甚至通过非法添加药物或虚假标注成分获取短期利润，阻碍行业建立“安全-有效-可追溯”的原料标准体系。若无法解决质量参差问题，功能性食品将难以通过国际认证限制其全球化布局。

■ 当前中药材功能性普通食品行业存在资源分布失衡等问题

当前中药材功能性普通食品产业升级的瓶颈总结如下：第一，资源分布不均衡。能够发现，传统药食同源原料资源丰富的地区存在加工技术落后、产业链协同不足的特点，致使原料利用率低、附加值开发不足。而消费需求旺盛的地区因本地原料少，依赖跨区域调配，会加高生产成本。并且，主产区加工设备普遍老旧，难以实现原料高效利用；

第二，开发功利化。当前多数厂商开发功能性食品，仅通过简单添加营养素提升附加值，未充分挖掘中药材活性成分的协同机制，忽视覆盖特定人群的精准需求。并且，技术转化能力薄弱，活性成分提取存在瓶颈，传统方法易破坏多糖构象，而新型分离技术的工业化应用不足；

第三，低水平重复。90%获批的功能性产品属于第一、二代低水平重复产品，多数仅通过添加维生素、矿物质或天然提取物实现“营养强化”，但其功效成分的作用机制缺乏临床验证；

第四，产品质量参差不齐。行业普遍存在研发投入不足、设备落后、掺假等问题。

来源：CNKI、头豹研究院

第三章 ——

中国中药材保健食品行业分析： 备案中药材保健食品

核心洞察：

01

保健食品备案制相比注册制准入门槛更低

现阶段，中国保健食品行业实行注册和备案双轨制的管理，备案制的入局门槛更低。人参、西洋参和灵芝被正式纳入保健食品备案原料目录，开辟了传统中药材原料可在备案产品中使用的先例。备案中药材保健食品指备案通过的以中药材为原料的保健食品。

02

行业产品厂商背景多元，中药企业原料成本优势显著

备案中药材保健食品的厂商可分为两类，一类由本土中医药企业拓展而来，品牌和渠道优势显著；另一类是专注保健食品业务的企业，产品趋于多样化。中药企业属于医药生物行业，覆盖上游中药材供应，产业链成本优势显著，盈利与研发创新能力突出，在业内更具有竞争优势。

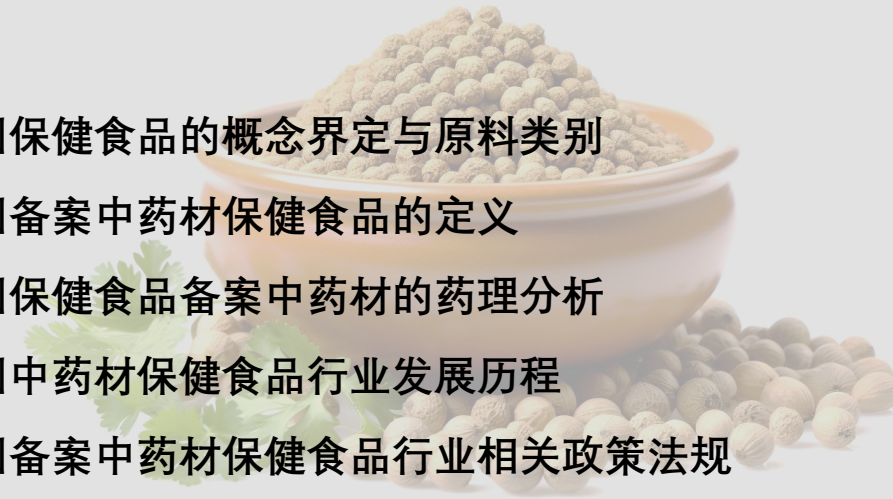
03

备案中药材保健食品的主流剂型包括软胶囊与粉剂

从已备案的人参及西洋参保健食品来看，软胶囊和颗粒剂是主要剂型。已备案的灵芝保健食品发展较为成熟，分为灵芝孢子粉和非灵芝孢子粉两类，非灵芝孢子粉包括软胶囊和口服液两种剂型。口服液以其便于吸收的液态形式，占据了一定的市场份额。

Chapter 3.1

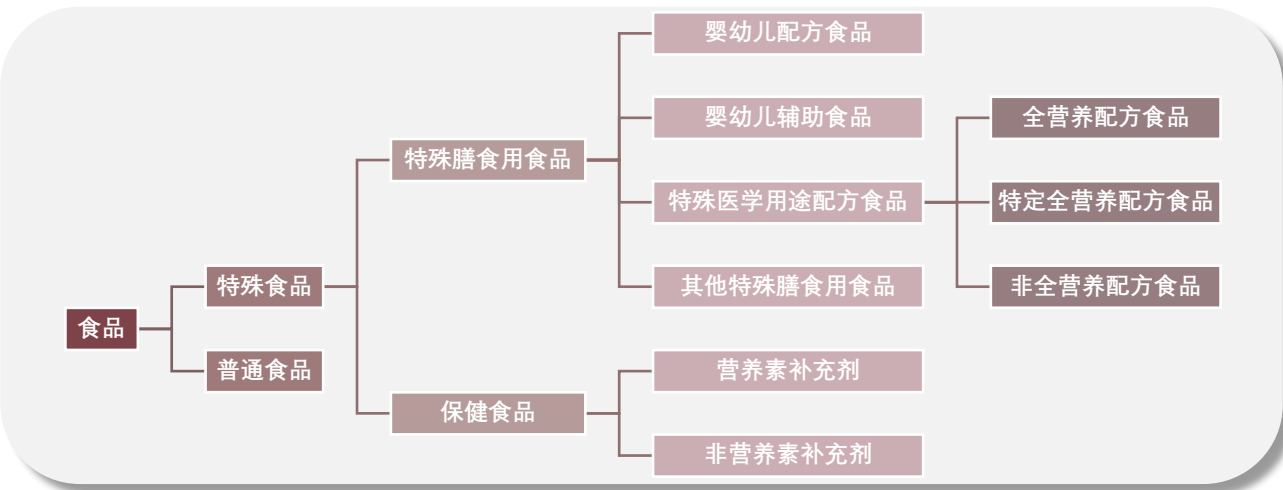
中国备案中药材保健食品行业综述

- 
- ❑ 中国保健食品的概念界定与原料类别
 - ❑ 中国备案中药材保健食品的定义
 - ❑ 中国保健食品备案中药材的药理分析
 - ❑ 中国中药材保健食品行业发展历程
 - ❑ 中国备案中药材保健食品行业相关政策法规
 - ❑ 中国备案中药材保健食品市场规模

中国保健食品的概念界定与原料类别

保健食品不以治疗为目的，属于特殊食品，药食同源中药材原料使用范围相对较广且涉及功能相对较多

食品的主要分类



■ 保健食品是特殊食品的重要分支，较常使用中药材原料

在中国，食品可划分为普通食品与特殊食品两大类，特殊食品又分为保健食品和特殊膳食用食品。保健食品指声称并具有特定保健功能或者以补充维生素、矿物质为目的的食品，即适用于特定人群食用，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、亚急性或慢性危害的食品。根据功能发挥的不同，保健食品可再分为营养素补充剂和声称具有特定保健功能的保健食品。

根据法规，保健食品用原料包括：食品原料、营养强化剂、食品添加剂、按照传统既是食品又是中药材物质、可用于保健食品的物品等。它还规定了禁止用于保健食品的物品名单，及部分原料生产、使用和检验等特殊要求。其中，使用范围最广、用量最大和涉及功能最多的原料，是“按照传统既是食品又是中药材物质”和“可用于保健食品的物品”及其提取物。以中药材为原料的保健食品是本文的重点关注对象。

保健食品允许使用的原料主要类别

类别	主要依据
普通食品、按照普通食品管理的物品	国务院卫生行政部门意见、《食物成分表》
食品添加剂、营养强化剂	《食品安全国家标准 食品添加剂使用标准》、《食品安全国家标准 营养强化剂使用标准》、《关于进一步规范保健食品原料管理的通知》、国务院卫生行政部门意见
新食品原料	国务院卫生行政部门批准的新食品原料（新资源食品）
按照传统既是食品又是中药材物质	《关于进一步规范保健食品原料管理的通知》、国务院卫生行政部门公告
可用于保健食品的物品	《关于进一步规范保健食品原料管理的通知》
其他类	保健食品主管部门发布的申报审评系列规定

来源：知网《我国保健食品与其他食品及药品的监管情况比较》《中药材类保健食品原料团体标准体系的构建与思考》、头豹研究院

中国备案中药材保健食品的定义

保健食品备案的准入门槛相比注册更为灵活宽松，随着首批中药材被正式纳入备案原料目录，有望激发该类保健食品的市场活力

保健食品注册与备案的范围

注册

- 若加工原料属于原料目录以外，或首次进口且不属于补充维生素及矿物质等，保健食品需要进行注册。
- 注册需依照法律的有关要求，对申请人提交的关于产品安全性、功效性以及质量品质可控性等材料进行严格的审评和审批。
- 强调对注册检验、试制现场和复核检验等的全面评估。
- 实行注册与备案双轨制后，注册程序相比于旧办法精简了部分要求，降低了获得证书的成本。

备案

- 实行注册与备案双轨并存的最大亮点是，在原本保健食品需要注册的基础上增加了备案的要求。
- 使用原料已纳入保健食品原料目录或者首次进口属于维生素、矿物质的营养物且营养物已纳入原料目录的保健食品，不需要通过程序复杂的注册管理，直接将相关材料提交相关部门登记备案即可。
- 目前，美国、欧盟、日本和韩国等国家和地区均根据原料和功能声称等风险评估结果，按照风险管理原则采取注册和备案的分类管理模式。

■ 备案制相比注册制准入门槛更低，中药材首次进入保健食品原料目录

现阶段，中国保健食品行业实行注册和备案双轨制的管理。注册制针对加工原料属于原料目录以外，或首次进口且不属于补充维生素及矿物质等的保健食品，**强调对申请材料的系统评价和审评**。备案制针对使用原料已纳入保健食品原料目录或首次进口属于维生素、矿物质的营养物且营养物已纳入原料目录的保健食品，**强调各部门对保健食品上市后的监督管理，市场和消费者直接成为监督主体，入局门槛降低。**

人参、西洋参和灵芝自2024年5月1日起被正式纳入保健食品备案原料目录，官方规定其原料名称和品种来源与现行《中国药典》相同品种项下内容保持一致。**人参、西洋参和灵芝是保健食品常见的中药材原料，纳入目录开辟了传统中药材原料可在备案产品中使用的先例。这极大地拓宽了中药材在保健食品领域的应用范围。同时，中药材首次进入保健食品原料目录，表明国家对保健食品的审批政策更加宽松，市场对保健食品的宽容度增加。**综上所述，**备案中药材保健食品指备案通过的以中药材为原料的保健食品，现阶段包括人参、西洋参及灵芝三大品种。**

《保健食品原料目录：人参 西洋参 灵芝》

原料名称	每日用量			功效
	用量范围	适宜人群	不适宜人群	
人参	1-3g	- 易疲劳者 - 免疫力低下者	- 少年儿童、孕妇、乳母 - 湿热体质、阴虚体质者	- 不宜与含有藜芦、五灵脂的中草药及其制品同用。 - 感冒、舌苔厚腻、易上火者不推荐使用。 - 长期食用建议根据个人体质酌情使用。 - 缓解体力疲劳 - 有助于增强免疫力
西洋参	1.5-3g	- 易疲劳者 - 免疫力低下者	少年儿童、孕妇、乳母	- 不宜与含有藜芦的中草药及其制品同用。 - 感冒、舌苔厚腻者不推荐使用 - 缓解体力疲劳 - 有助于增强免疫力
灵芝	4-6g	免疫力低下者	少年儿童、孕妇、乳母	- - 有助于增强免疫力

来源：知网《保健食品注册与备案管理办法亮点解读》、国家市监局、头豹研究院

中国保健食品备案中药材的药理分析：人参

活性成分皂苷和多糖的药理作用中极为重要，主要表现为对神经系统、心脑血管的影响和免疫调节、抗肿瘤、抗氧化应激作用等

人参的活性成分及药理作用

皂苷类	多糖类	挥发油类	蛋白质类	氨基酸类	其他
✓ 属于一类连接有糖链的三萜皂苷类物质； ✓ 人参中重要的生理活性有效成分，其属于固醇类化合物，可影响多重表达水平。	✓ 一种高分子葡聚糖，在人参中含量近5%； ✓ 主要成分为淀粉样葡聚糖、果糖且无明显药理活性，而果胶为多糖类中主要活性物质占20%。	✓ 人参中挥发油类活性成分的含量较低，约占总化学成分含量0.1%~0.5%，其中倍半萜类成分占其40%。	✓ 人参总蛋白应用超滤、亲和层析、离子交换层析、疏水层析、凝胶过滤层析等方法进行分离、纯化，得到5种水溶性人参蛋白	✓ 学者从人参中分离纯化并鉴定出重要的神经传导递质γ-氨基丁酸的存在，还分离鉴定了N端为Glu并以γ-羧基形成肽键的寡肽	✓ 有机酸、黄酮类、维生素类及人体必需微量元素等
药理作用					
• 抗休克； • 调节人体消化吸收功能，改善脾虚的证候，安神益智，增强记忆力； • 改善造血功能、改善心脑血管供血、抗心律失常等	• 提高免疫力； • 提升血液中白细胞 	• 少量应用能兴奋神经中枢，适量应用具有镇静作用，大剂量应用可麻痹神经； • 具有抑菌、抗肿瘤和改善心肌缺血等作用	• 具有抗癌、抗辐射和提高免疫力作用； • 还在降血脂及抗疲劳方面发挥着重要作用	• 降血压； • 止血 	• 在人体中也发挥着重要作用 

■ 人参是传统名贵中药材，药理作用广泛，其开发利用受到重视

人参是源自东北地区的传统名贵中药材，药用部分为五加科植物人参的干燥根茎。人参中药久服不伤，具有补益元气、延缓衰老等功效，在临床应用中备受关注。现代药理学研究表明，人参中含有人参皂苷、多糖、挥发油、蛋白质、氨基酸、有机酸、维生素类及微量元素等多种活性成分。首先，**人参皂苷是人参中重要的生理活性有效成分**，不仅具有抗休克的作用，还可调节人体消化吸收功能，保护胃肠道细胞，从而改善脾虚的证候，能够增强能量物质在脑中的利用，还可改善造血功能、改善心脑血管供血和抗心律失常等。其次，**人参多糖最主要的药理作用是机体免疫系统的调节和免疫系统正常生理功能的维持**，并且对特异性或非特异性免疫均具有促进作用。因此，**缓解体力疲劳与增强免疫力成为人参类保健食品主要发挥的功能**。

然而，人参中活性成分含量受多重因素影响，导致不同地区的有效成分含量存在显著差异，加之成分结构复杂，对作用机理的研究缺乏可以量化的现代生物学指标，限制了人参在医疗保健领域中的应用与发展。

来源：知网《人参活性成分及药理作用研究进展》、头豹研究院

中国中药材保健食品行业发展历程

从早期政策法规建立和完善，再到高速发展期的“双轨制”实施，备案制度成为推动中药材保健食品行业创新与规范发展的关键力量

中国中药材保健食品行业发展历程



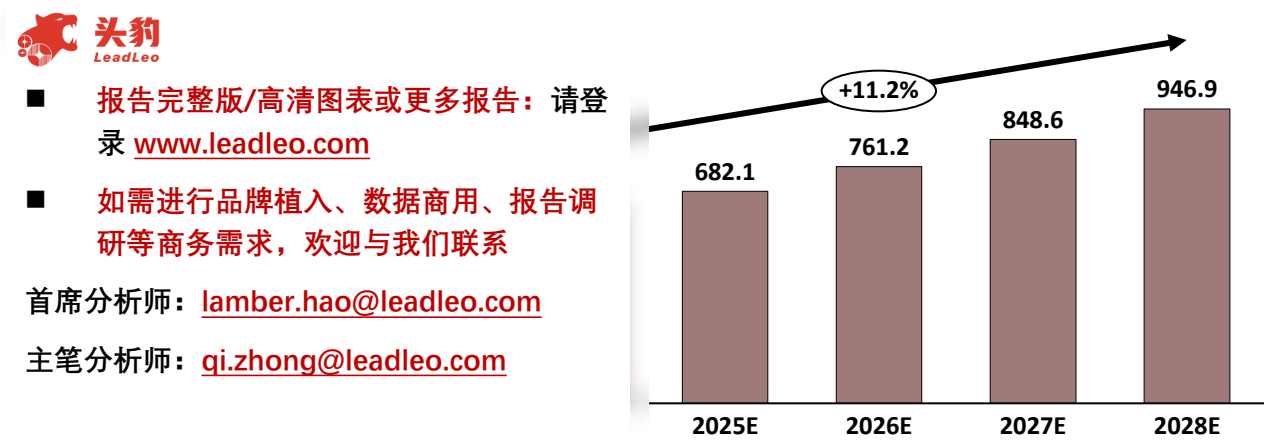
- **初创期：**这一时期中药材保健食品行业的政策法规初步建立，既规范了市场行为，也为行业的健康发展奠定了基础。同时，首批《既是食品又是药品的品种名单》的发布正式确认了33种中药材的药食同源地位，极大促进了中药材在保健食品领域的应用，增强了公众对中药材保健功能的认知和接受度。
- **启动期：**中药材保健食品行业的监管体系得到进一步完善，审批的专业性和效率得到提高，为行业的规范发展提供了有力保障。同时，药食同源目录征求意见稿的发布为中药材在保健食品中的应用提供了更加明确的指导。
- **高速发展期：**这一时期保健食品行业从单一的注册制转变为注册与备案相结合的“双轨制”，市场准入流程得到简化，效率有所提升，同时事中事后监管也有所加强。通过备案，企业能更为快速地响应市场需求变化，灵活调整产品策略，从而满足消费者多样化的健康需求。
- **高质量增长期：**现阶段药食同源目录已增至102种，这极大地丰富了可用于保健食品生产的中药材原料种类，也为行业发展提供了更多的创新机会。同时，**三大名贵中药材纳入保健食品备案原料目录意味着备案中药材保健食品的正式诞生**，体现政府对中药材保健食品行业的持续关注和政策支持。

来源：知网《我国保健食品法律法规发展历程分析》《我国药食同源产业发展问题解析及综合发展建议》、头豹研究院

中国备案中药材保健食品的市场规模

国民健康意识与中药材接受度趋升等因素驱动历史规模高增长，随着首批中药材纳入原料目录，预计供需双向助力规模继续扩张

中国备案中药材保健食品行业市场规模及预测，2021-2028E



Chapter 3.2

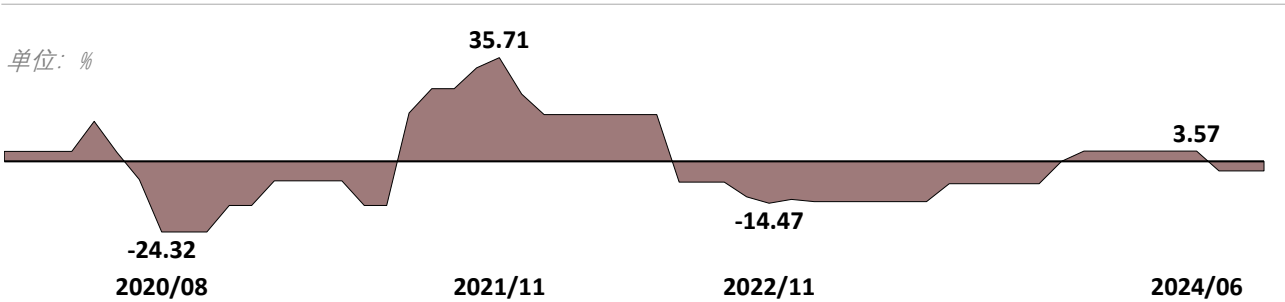
中国备案中药材保健食品产业链

- 
- 中国备案中药材保健食品产业链图谱
 - 中国备案中药材保健食品产业链上游分析
 - 中国备案中药材保健食品产业链中游分析
 - 中国备案中药材保健食品产业链下游分析

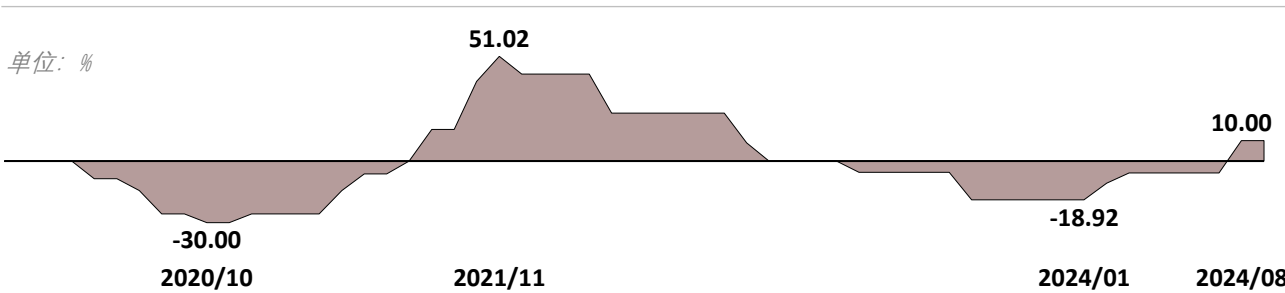
中国备案中药材保健食品行业上游分析

人参与西洋参价格波动趋于减弱，对中游生产成本的影响有限；灵芝近期价格波动显著且趋于上行，对中游生产构成负面影响

人参中药材（生晒45支，东北产）历史价格变动情况，2020M1-2024M9



西洋参中药材（长支10克，国产）历史价格变动情况，2020M1-2024M9



灵芝中药材（家种统个，山东）历史价格变动情况，2020M1-2024M9



■ 三大核心中药材的价格动态特征不一，对中游保健食品厂商成本结构的影响有所差异

从三大中药材的历史价格月度变动情况来看，2024年9月人参价格同比下降3.33%，2020年至今涨幅曾达35.71%，跌幅曾达-24.32%，当前小幅下跌；西洋参同比增长10.00%，历史涨幅曾达51.02%，跌幅曾达-30.00%，当前实现平稳增长；灵芝同比16.00%，历史涨幅曾达16.00%，跌幅曾达-10.71%，当前处于高位。

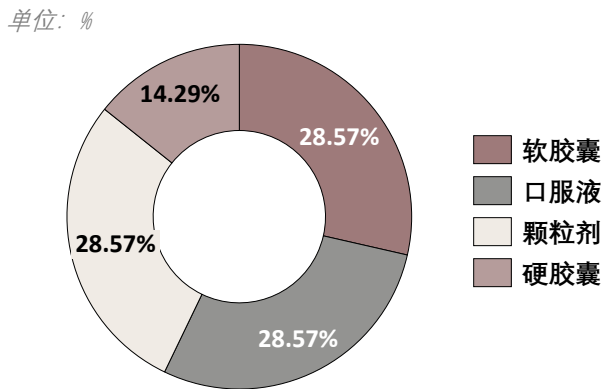
一方面，人参与西洋参凭借独特的药用价值，在中药材市场备受关注，过去受经济环境影响二者价格经历显著的上涨，现阶段波动趋势减弱。人参价格小幅下跌意味着中游保健食品生产成本有所降低，利于行业扩张。西洋参虽然增幅显著但不及历史高位，对中游厂商的成本结构影响有限。另一方面，由于市场供需失衡，近年灵芝价格波动显著且现阶段趋于上涨。灵芝是行业产品的重要原料，其价格上涨直接导致中游保健食品生产企业的原材料采购成本上升。为保持合理的利润空间，企业或将部分成本转嫁给消费者，致使最终品价格上行。

来源：中药材天地网、头豹研究院

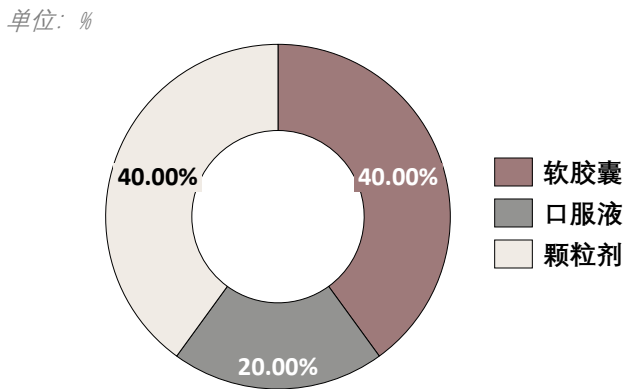
中国备案中药材保健食品行业中游分析：产品视角

软胶囊和颗粒剂凭借其便于携带、服用方便及生物利用度佳等优势赢得市场广泛认可，而粉剂是备案灵芝保健食品的主流剂型

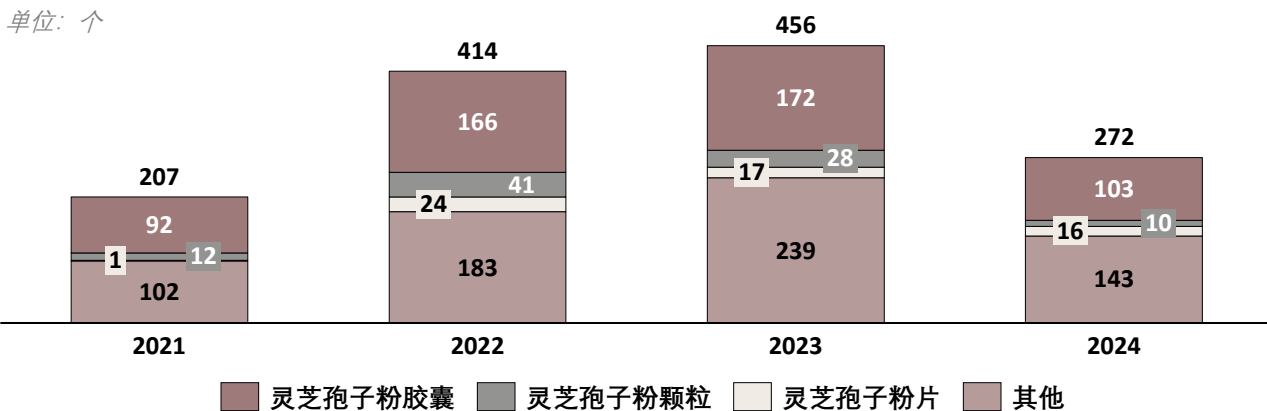
已备案的人参保健食品各剂型占比，2024M9



已备案的西洋参保健食品各剂型占比，2024M9



已备案的灵芝孢子粉各剂型构成，2021-2024



■ 软胶囊是备案人参与西洋参保健食品的主流剂型，灵芝类以粉剂为主

从已备案的人参及西洋参保健食品来看，软胶囊和颗粒剂是主要剂型。具体来看，软胶囊能够有效保护人参与西洋参中的活性成分，防止其在加工和储存过程中的损失，颗粒剂则以其即冲即饮的便捷性，满足了国民对健康管理的追求。

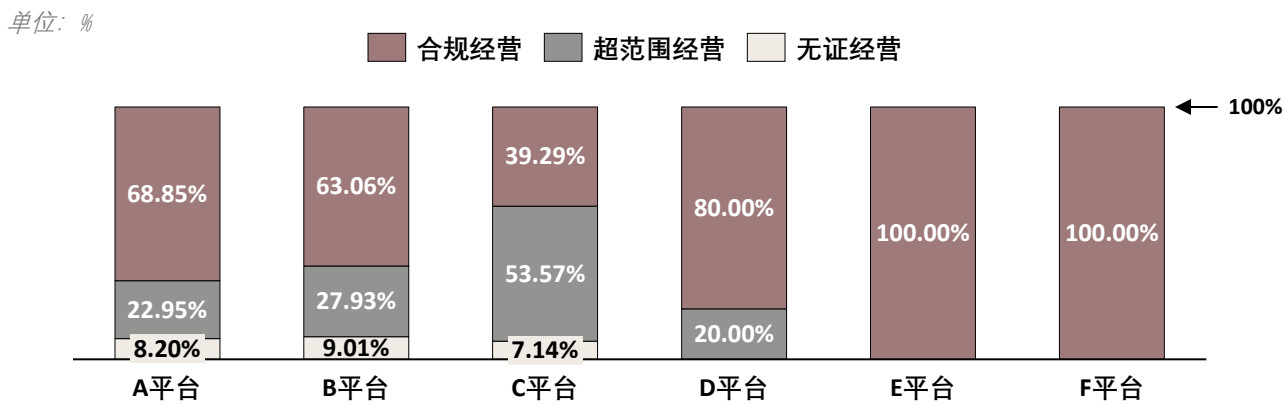
已备案的灵芝保健食品发展较为成熟，分为灵芝孢子粉和非灵芝孢子粉两类，非灵芝孢子粉包括软胶囊和口服液两种剂型。口服液以其便于吸收的液态形式，直接作用于人体，占据了一定的市场份额。从已备案的灵芝孢子粉来看，以粉剂为代表的其他剂型占主要比重，其次为胶囊。灵芝孢子粉作为灵芝的精华，因其丰富的营养价值和免疫调节功能备受推崇，粉剂形式便于按需调配剂量，并且可直接冲泡饮用或是加入食物中食用，适合日常保健使用。

来源：国家市监局、头豹研究院

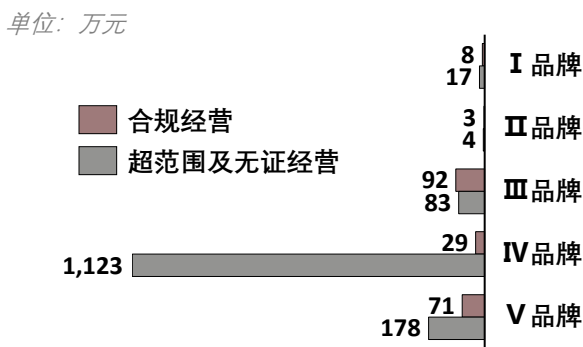
中国备案中药材保健食品行业下游分析

中药保健食品在电商平台的销售合规问题突出，监管仍需加强；胶囊是最受居民欢迎的中药保健食品剂型，茶剂较受青睐

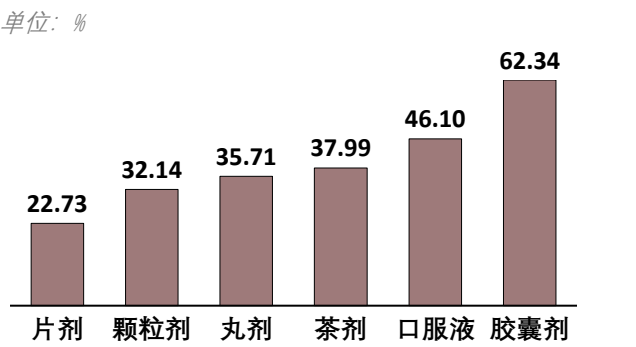
六大线上平台店铺中药类保健食品销售资质构成，2023



五大知名品牌线上店铺月销售额情况，2023



最受居民欢迎的中药保健食品服用形式，2023



■ 中药保健食品的渠道监管有待加强，居民对中药保健茶的偏好值得关注

调研显示，从六大知名线上平台店铺中药类保健食品的销售资质构成来看，两家平台的合规经营达100%，两家平台的超范围及无证经营超30%，一家平台的超范围及无证经营超60%；从五大知名品牌线上店铺的月销售额来看，超范围及无证经营的创收均超过合规经营的店铺，个别品牌的非合规经营创收额是合规经营的38.38倍。多数平台中药材保健食品销售的合规问题突出，体现平台在商家资质审核和日常监管方面存在不足。并且，部分商家通过规避监管获取高额利润，合规商家在市场竞争中处于不利地位，行业监管的紧迫性和必要性凸显。

调研显示，从最受居民欢迎的中药保健食品服用形式来看，胶囊剂占比62.34%领先于其他剂型，其次是口服液46.10%，茶剂37.99%。胶囊是保健食品的传统剂型，消费者对其接受度最高，口服液吸收率较好。茶剂的高占比值得关注，体现消费者倾向于通过传统饮茶方式来接受中药保健的益处。

来源：知网《中药保健食品线上销售情况的调研分析》、头豹研究院

Chapter 3.3

中国备案中药材保健食品竞争格局

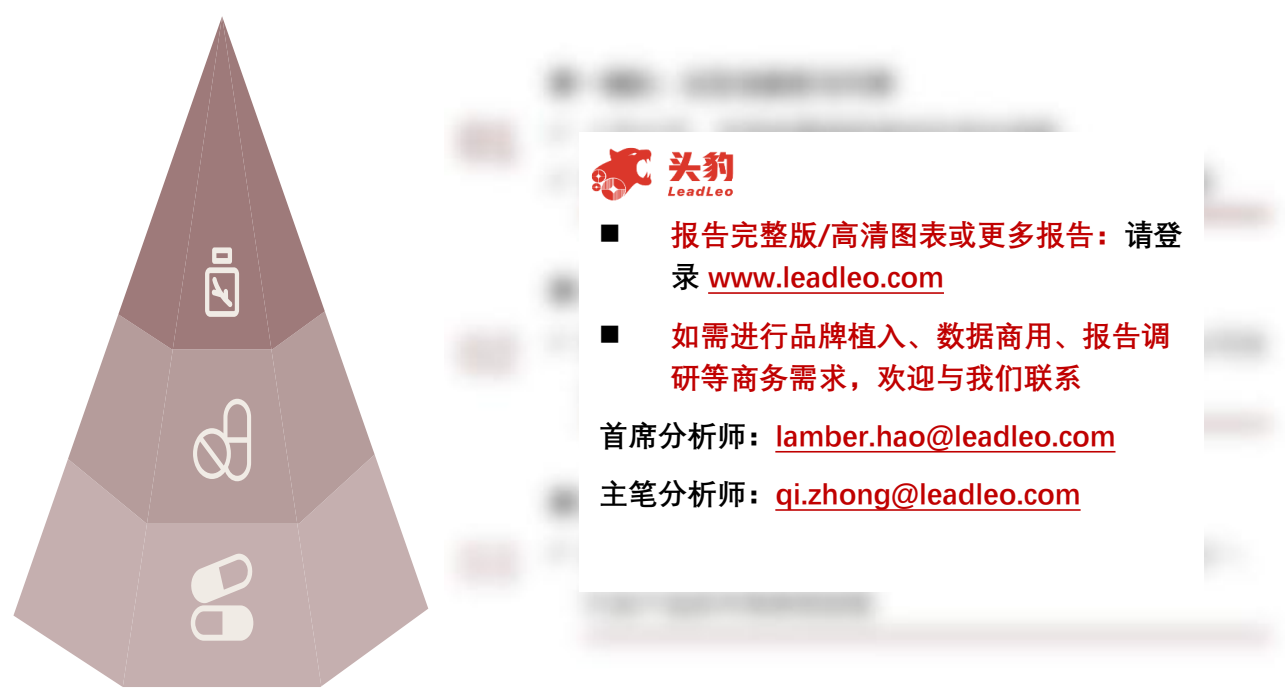
□ 中国备案中药材保健食品行业竞争格局分析



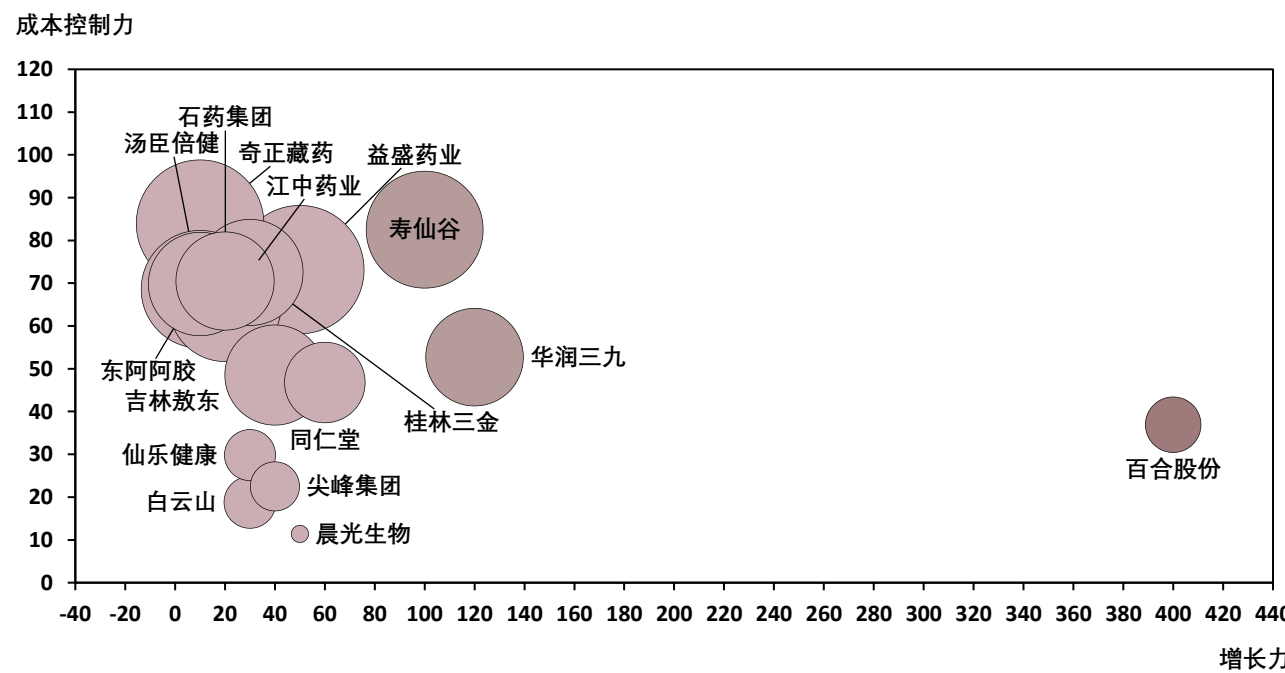
中国备案中药材保健食品行业竞争格局综述

行业是保健食品的重要细分赛道，包括大型药企旗下的子公司与主营保健食品的公司两类

中国备案中药材保健食品行业竞争格局



中国备案中药材保健食品行业竞争格局气泡图



来源：头豹研究院

第四章 ——

中国中药材保健食品行业分析： 灵芝保健食品

核心洞察：

01

传统名贵中药材灵芝药理作用丰富

灵芝是著名的药用真菌，含有三萜和多糖等化学成分发挥抗肿瘤、抗菌、抗炎、抗氧化等药理活性。纳入食药物质目录后，灵芝可作为普通食品、保健食品与药品的原料。灵芝保健食品指以灵芝为主要原料的保健食品，不包括属于普通食品的灵芝功能性食品。

02

医药企业是灵芝保健食品的主要厂商

灵芝保健食品的生产企业包括食品公司、医药公司与农产品加工公司，药企为主要参与者。由于灵芝保健食品与中医药理念的关联度较高，化药与中药企业在推广时更具优势，并且医药专业性强的企业会持续投入研发，有利于灵芝中药材的深度开发和利用。

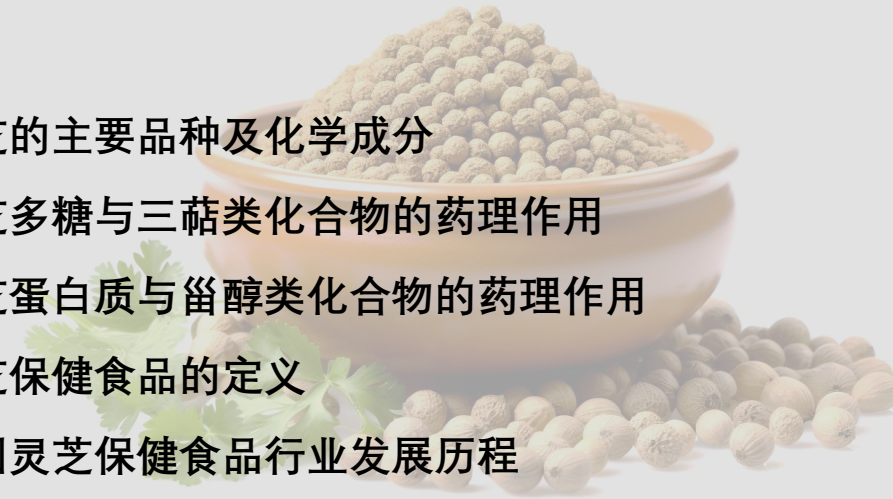
03

不同代际老龄人的消费意愿各异

老年群体是保健食品的主要客群，银发经济的崛起将为行业带来更多的发展机遇。中国老年群体在教育文化程度、财富积累等个体特征以及消费习惯、需求偏好等行为特征方面均形成了高度的异质性，对灵芝保健食品市场的推动各有侧重，提升了行业规模增长的可持续性。

Chapter 4.1

中国灵芝保健食品行业综述

- 
- ❑ 灵芝的主要品种及化学成分
 - ❑ 灵芝多糖与三萜类化合物的药理作用
 - ❑ 灵芝蛋白质与甾醇类化合物的药理作用
 - ❑ 灵芝保健食品的定义
 - ❑ 中国灵芝保健食品行业发展历程
 - ❑ 中国灵芝保健食品行业相关政策法规

灵芝的主要品种及化学成分

灵芝是著名的药用真菌，含有三萜类、多糖类、蛋白质和甾醇等化学成分发挥多种药理活性

灵芝的主要品种



收录至2020年版《中国药典》，官方认证可药用

■ 中国灵芝种类丰富，具有药理作用的化学成分包括灵芝多糖、三萜类和甾醇类化合物等

灵芝是灵芝科、灵芝属真菌的统称，是一种白腐真菌，多种化学成分发挥抗肿瘤、抗菌、抗炎、抗氧化等药理活性，在中国已有两千多年的记载和使用历史。目前灵芝主要分布于欧洲北部、南部、非洲中部、南美以及亚洲东部，世界范围内可确认的灵芝属物种共有137种，中国可确认的灵芝属物种共有124种，占世界已知灵芝种类的88%。根据形态特征和颜色，中国灵芝可分为赤灵芝、黑灵芝、青灵芝、黄灵芝、紫灵芝及白肉灵芝等，其中赤灵芝和紫灵芝被2020年版《中国药典》所收录，是官方认证可药用的2种灵芝。灵芝的化学成分复杂，主要包括灵芝多糖、三萜类化合物、蛋白质、氨基酸和甾醇类化合物等。

- **灵芝多糖：**分子量在500kDa以上，首先被发现的灵芝主要药理活性成分之一，也是灵芝化学成分研究最多的一类。
- **三萜类：**由30个碳原子构成的萜类化合物，菌类、蕨类、单子叶和双子叶植物、动物及海洋生物中均有分布，从自然界中分离鉴定出20,000多种，其中300多种在灵芝中发现。
- **甾醇类化合物：**灵芝的主要生物活性物质之一，大多为麦角甾醇化合物，是真菌类的特征甾醇。
- **蛋白质与氨基酸：**除多糖和三萜之外的主要活性物质之一。灵芝蛋白类活性成分包括灵芝蛋白、灵芝多肽和糖肽。
- **其他成分：**包括维生素C等维生素类、钙等微量元素和胞嘧啶等核苷。

灵芝的主要化学成分

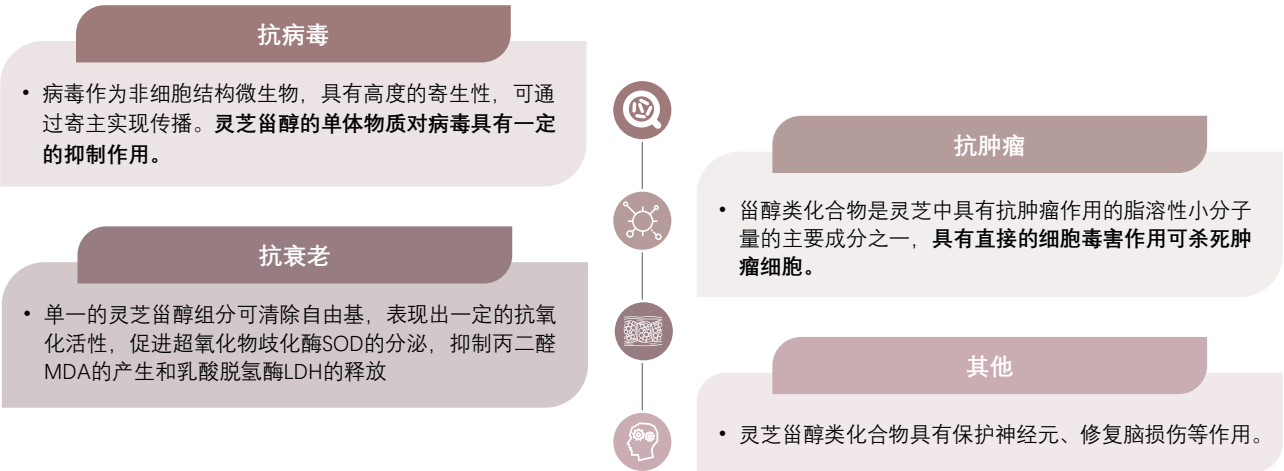
灵芝多糖	三萜类	甾醇类化合物	蛋白质与氨基酸	其他成分
L-岩藻糖	三萜酸	灵芝醇A	灵芝蛋白	维生素类
D-葡萄糖	三萜醇	灵芝醇B	灵芝多肽	微量元素
D-半乳糖	三萜内酯	麦角甾醇	灵芝糖肽	核苷

来源：知网《灵芝栽培研究进展》《灵芝化学成分、药理作用及质量标志物预测分析》、头豹研究院

灵芝蛋白质与甾醇类化合物的药理作用

灵芝甾醇与蛋白成为继灵芝多糖与三萜之后新的研究热点，在抗肿瘤与抗炎等方面优势显著，在保健食品开发领域潜力较大

灵芝甾醇的药理作用



■ 灵芝甾醇与灵芝蛋白是灵芝重要的活性成分之二，临床对其药理机制的相关研究仍在持续推进

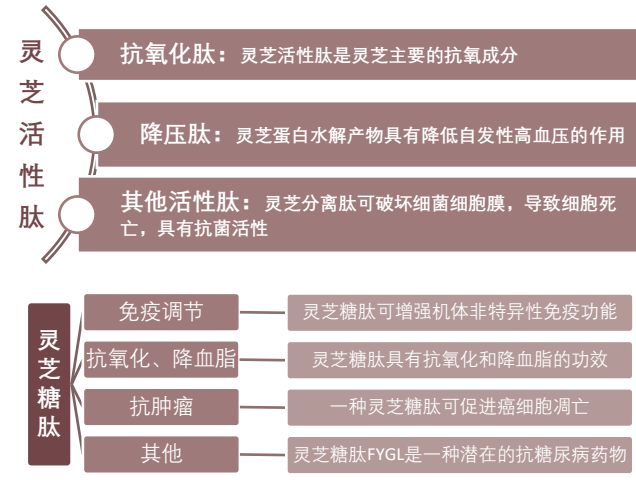
甾醇类物质是灵芝中重要的次生代谢产物，在抗肿瘤、抗病毒、抗衰老、抗炎和抑菌等方面优势显著，在保健食品的开发领域具有较大潜力。然而由于该类物质结构的复杂性和合成途径的不确定性，目前对其生物合成机制、化学合成路径、药理活性作用原理及分子结构特征等方面仍需深入的系统研究。

灵芝蛋白以多种形式存在，包括蛋白、多肽、氨基酸、凝集素、糖蛋白和酶等，**其含量远高于多糖和三萜类化合物**。其中，**真菌免疫调节蛋白是灵芝的主要活性蛋白**，具有抗炎、抗癌及凝集素的生物活性；**灵芝活性肽具有抗氧化和降血压等功效，可广泛应用于食品和医药行业**；灵芝糖肽具有多种生物学功能，包括免疫调节、抗氧化、降血脂和抗肿瘤等。

灵芝属真菌免疫调节蛋白的基本特征

名称	生物活性	来源
LZ-8	抗炎、抗癌	赤灵芝
Lz-9	凝集素	赤灵芝
FIP-gts	抗癌	铁杉灵芝
FIP-gja	抗癌	日本灵芝
FIP-gmi	抗癌、抗肿瘤	小孢灵芝
FIP-gsi	凝集素	中国灵芝
FIP-gat	抗癌	黑灵芝

灵芝活性肽和灵芝糖肽的药理作用



来源：知网《灵芝甾醇的影响因素、研究工艺及药理作用研究进展》《灵芝活性蛋白和多肽研究进展及展望》、头豹研究院

灵芝保健食品的定义

灵芝保健食品属于拥有明确法律定义的保健食品，保健食品的研发多以灵芝孢子、子实体、菌丝体及其发酵产物为原料

功能性食品、保健食品和普通食品的概念及管理比较

指标/概念	普通食品	功能性食品	保健食品
特殊设计及加工	×	√	√
功能因子功能性验证	×	√	√
可呈现特殊的食品形态	不固定	不固定	√
声称	营养成分含量及功能声称	营养成分含量及功能声称	保健功能声称
声称的证据	×	不明确	充分科学证据
特殊监管措施	企业生产许可	企业生产许可	企业生产许可、产品注册或备案

注：×指不具备或不需要；√具备或需要。

■ 灵芝保健食品与灵芝功能性食品存在显著差异，后者不属于本文的研究范畴

保健食品指声称并具有特定保健功能或者以补充维生素、矿物质为目的的食品，即适用于特定人群食用，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、亚急性或慢性危害的食品。在中国，功能性食品常与保健食品一同提及但二者存在显著的区别：保健食品有明确的法律地位，作为特殊食品在功能声称、产品宣传及产品上市前的功效审评等方面均有明确的法规细则；功能性食品在中国仍未拥有明确的法律定义，监管仍归为普通食品的范畴。

自2023年纳入食药物质目录，灵芝既能作为普通食品原料应用于食品加工生产中，也能作为保健食品与药品的原料。**本文聚焦的灵芝保健食品指以灵芝为主要原料的保健食品，不包括属于普通食品的灵芝功能性食品。**灵芝在中国保健食品领域占据较为重要的地位，其研发多以灵芝孢子、子实体、菌丝体及其发酵产物为原料，制成保健食品的工艺因对应原料形态不同而有所差异。

常见的保健食品灵芝原料及其主要工艺

原料名称	介绍	保健食品的主要工艺
灵芝孢子	灵芝生长成熟后其菌盖下方菌孔中弹射出的褐色粉末状卵形生殖细胞， 含有灵芝所有遗传活性物质，有效成分含量是子实体的数十倍	可直接以孢子粉为原料或辅料加工处理，如孢子粉保健食品制剂等；或提取孢子粉中的有效成分，以提取物为原料加工成孢子油胶囊、功能饮料等
灵芝子实体	由气生菌丝特化而成，由骨架菌丝及缠绕菌丝等菌肉菌丝构成	将子实体干燥粉碎后的灵芝绒与药粉（或淀粉）加水充分混匀再干燥粉碎，制成精粉后再加工成胶囊、片剂、颗粒剂和丸剂
灵芝菌丝体	由灵芝孢子萌发繁殖而成的许多分支丝状的菌丝组成，液态发酵	对菌丝体进行浸提，以提取液为原料再加工，主要应用在颗粒剂、保健口服液、乳、酒和固体饮料等
灵芝发酵液	由灵芝孢子萌发繁殖而成的许多分支丝状的菌丝组成，液态发酵	取决于液体基质，发酵液可直接作为原料加工处理，其成品以液态食品为主，如酒、茶、乳和饮料
灵芝固态发酵菌质	由灵芝孢子萌发繁殖而成的许多分支丝状的菌丝组成，固态发酵	以谷物基质为主，菌丝体具有分解、利用谷物中纤维素和木质素的能力，同时谷物可作为菌丝体生长的原料，产品包括茶、酒和饮料等

来源：知网《我国功能性食品与保健食品的比较研究》《灵芝功能食品的研究进展》、头豹研究院

中国灵芝保健食品行业发展历程

行业从20世纪50年代的人工栽培和初步研究起步，历经规范化管理和市场扩展，目前实现高速稳定发展

中国灵芝保健食品行业发展历程

萌芽期 (1950-1989年)	启动期 (1990-2015年)	高速发展期 (2016-2024年)
20世纪50年代，中国科学院微生物研究所首次人工栽培灵芝获得成功，随后北京、武汉和上海等地也相继开启人工栽培灵芝子实体以及深层发酵培养菌丝体和发酵液的研究，逐步推广到全国，实现了规模化生产，为灵芝的研究和产品开发提供了充足的原料； 20世纪70年代，中国医药学者在对灵芝进行化学和药理研究的基础上，开启灵芝临床研究； 1987年，原卫生部实施“药健字”审批管理，明确规定保健药品不得加入特定药品	1996年，《保健食品管理办法》发布，指出凡宣称保健功能的食物均应经卫生部审批确认； 1997年，已注册的灵芝保健食品达25件，行业初具规模； 2000年，《中华人民共和国药典》收载灵芝，灵芝的药用价值得到了法定的确认； 2003年，国务院明确了国家食药总局是国务院主管药品监管和综合监督保健品等安全管理的直属机构，承担保健品审批职能	2016年，保健食品新产品注册、备案双通道时代开启，中国第一批允许保健食品声称的功能目录和保健食品的原料目录发布； 2023年，一系列保健食品规范文件发布，包括《保健食品原料目录灵芝》，指明灵芝的每日用量及功效；同年，灵芝纳入按照传统既是食品又是中药材的物质目录； - 截至2024年9月13日，中国灵芝保健食品的累计获批注册数量近1400件，占整体注册保健食品市场的比重为6.65%

- 萌芽期：**见证了灵芝从实验室到产业化的初步转变。早期，中国科学家成功实现了灵芝的人工栽培并逐步在全国范围内推广，既为后续的研究和产品开发提供了坚实的物质基础，也促进了灵芝作为一种潜在药用资源的深入探索。自20世纪70年代起，化学成分分析与临床研究的开展进一步揭示了灵芝的药用价值。至1987年，“药健字”审批管理的实施，标志着国家开始正式规范整体保健食品的市场准入，确保其安全性和有效性。
- 启动期：**灵芝保健食品行业走向规范化和规模化的重要时期。《保健食品管理办法》的出台及《中华人民共和国药典》对灵芝的认可，不仅建立了行业的监管框架，还确立了灵芝作为合法保健食品原料的地位，从而推动了行业的快速发展。期间，注册灵芝保健食品的数量显著增长，反映了市场需求的上升。
- 高速发展期：**标志着灵芝保健食品进入了更为成熟的发展阶段。新产品注册与备案双轨制的引入以及一系列规范文件的发布，为行业发展提供了明确的方向和标准。灵芝被纳入传统既是食品又是中药材的物质目录，突显了其在传统医学与现代健康观念中的双重角色。截至2024年，灵芝保健食品累计获批注册数量接近1400件，占整体保健食品市场的比重达到6.65%，显示出消费者对其认可度和需求的持续增长，证明了灵芝保健食品在中国市场上的稳固地位。

来源：国家市监局、知网、头豹研究院

Chapter 4.2

中国灵芝保健食品市场规模



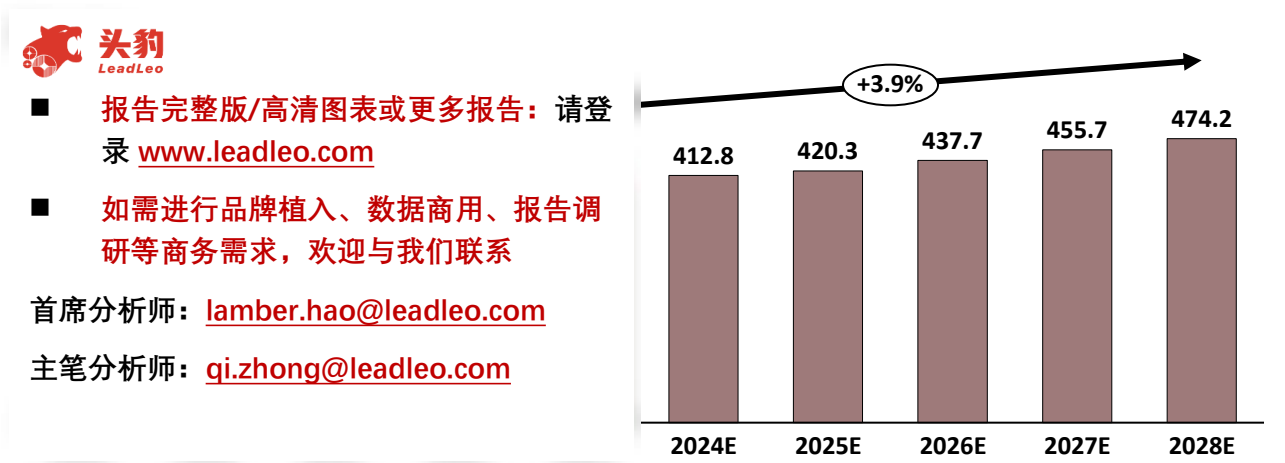
□ 中国灵芝保健食品市场规模分析

□ 中国灵芝保健食品行业发展趋势

中国灵芝保健食品市场规模分析

备案制引入后灵芝保健食品规模实现较快扩张，未来受银发经济与药食同源产品研发推进的影响，行业有望实现更高质量的增长

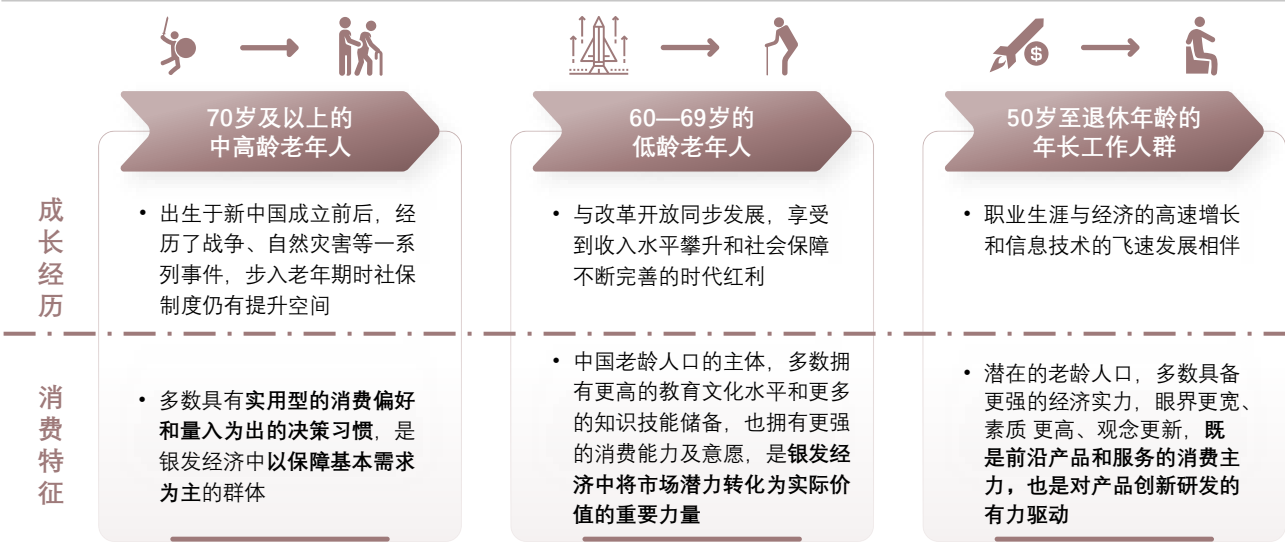
中国灵芝保健食品行业市场规模及预测，2019-2028E



中国灵芝保健食品行业发展趋势：银发经济

保健食品是银发经济的潜力产业，并且不同代际老龄人的消费意愿各异，将驱动业内不同细分市场的增长从而使整个行业受益

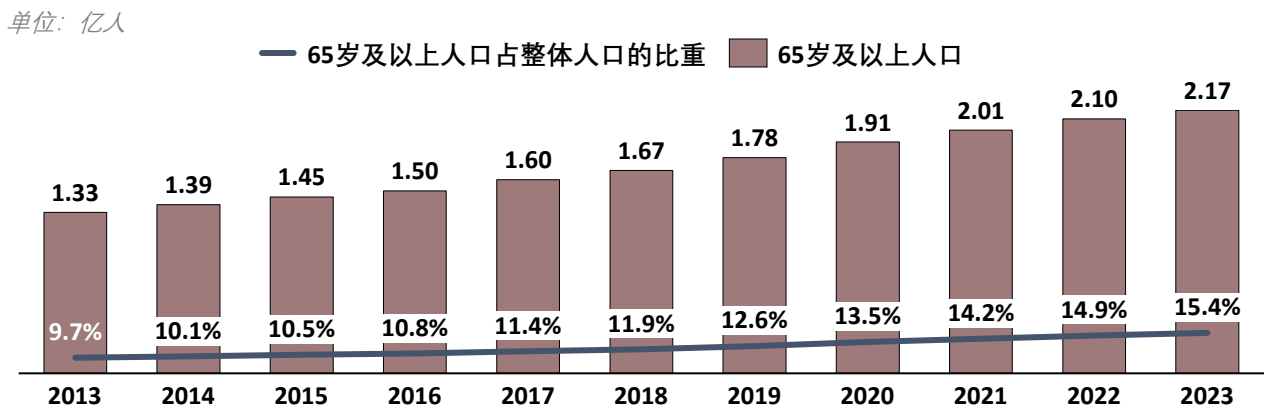
不同代际老龄人群的消费行为变化



■ 银发经济成为保健食品产业发展新引擎，各代际老龄人的多样化需求也将催化行业内各细分市场的发展

数据显示，2013-2023年中国65岁及以上人口从1.33亿增至2.17亿，占整体人口的比重已从9.7%升至15.4%。老年群体是保健食品的主要客群，银发经济的崛起将为行业带来更多的发展机遇。中国老年群体在教育文化程度、财富积累等个体特征以及消费习惯、需求偏好等行为特征方面均形成了高度的异质性，对灵芝保健食品市场的推动作用各有侧重。具体来看：70岁及以上的中高龄老年人倾向于选择能够支持健康的实用型产品，行业产品的合理定价和便捷购买渠道是开拓该市场的关键；60-69岁的低龄老年人消费能力与意愿更强，开发高品质与多功能的灵芝保健食品可满足该市场的需求；接近退休年龄的工作人群是未来老龄化的预备队，对健康的关注不止局限于简单的疾病预防，更注重整体身心平衡和个人价值实现，因此对行业产品的定制化服务需求渐增。

中国65岁及以上人口，2013-2023



来源：国家统计局、知网《银发经济的发展机遇及其布局》、头豹研究院

Chapter 4.3

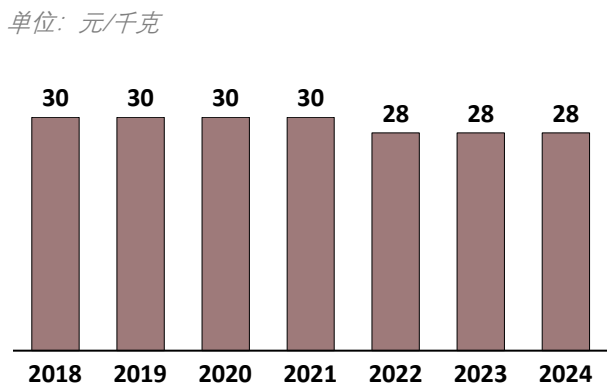
中国灵芝保健食品产业链分析

- 
- ❑ 中国灵芝保健食品产业链图谱
 - ❑ 中国灵芝保健食品产业链上游分析
 - ❑ 中国灵芝保健食品产业链中游分析
 - ❑ 中国灵芝保健食品产业链下游分析

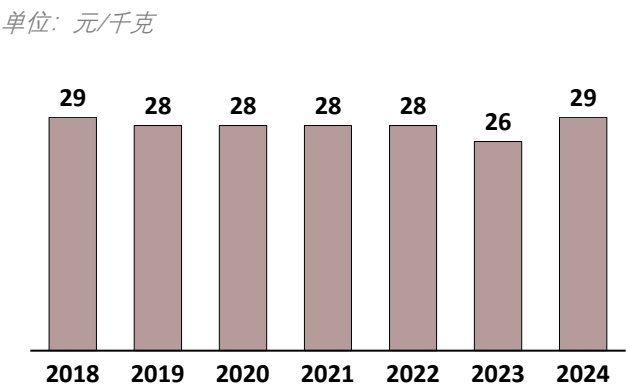
中国灵芝保健食品行业上游分析

不同药市价格走势体现了各自市场的供需关系和竞争格局，家种灵芝价格的小幅波动趋势与野生灵芝稳定高位的价格成鲜明对比

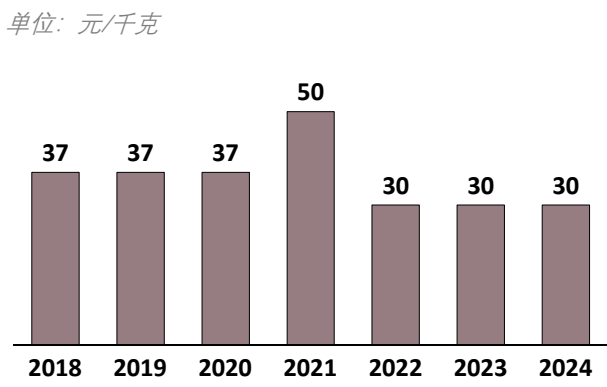
亳州药市的家种灵芝价格，2018-2024



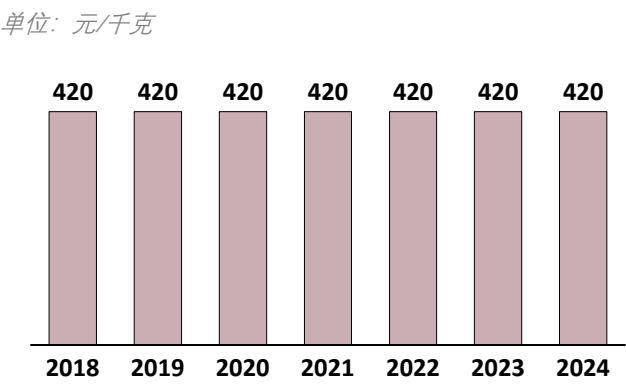
安国药市的家种灵芝价格，2018-2024



荷花池药市的家种灵芝价格，2018-2024



玉林药市的野生灵芝价格，2018-2024



注：各年数据以当年12月披露的月度数据作参考。

上游灵芝药材价格反映了不同地区市场的供需关系和竞争态势

从各本土药市的药材价格来看，2018-2024年亳州药市的家种灵芝从30元/千克降为28元/千克；2023年安国药市的家种灵芝达26元/千克，位居历年该市最低水平；2021年荷花池药市的家种灵芝达50元/千克，位居历年该市最高水平；2018-2024年玉林药市的野生灵芝稳定在420元/千克的水平。

中国各药市的灵芝药材价格呈现显著的地域差异和市场动态，亳州药市的降价趋势凸显；安国药市的历史价格曾出现显著的下行趋势，与产区库存供大于求有关；荷花池药市的历史价格曾出现显著的上行趋势，与药材市场投资增加影响供需有关。而野生灵芝稀缺且采集难度较大，价格不易受到短期市场波动的影响，更多依赖于资源本身的供给状况及消费者对天然产品的偏好。

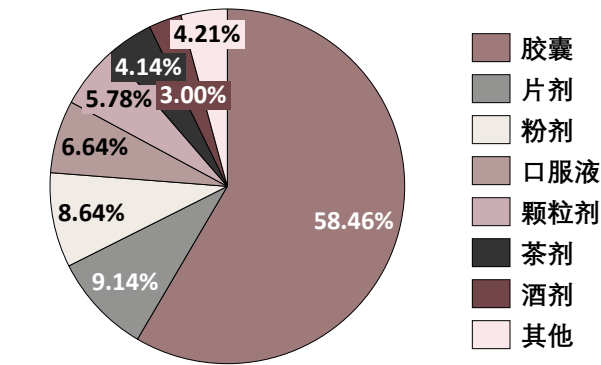
来源：中药材天地网、头豹研究院

中国灵芝保健食品行业中游分析：产品视角

主要剂型是消费者普遍接受的胶囊与粉剂，保健功能分布凸显客群对灵芝保健食品发挥免疫调节与缓解疲劳等作用的重视

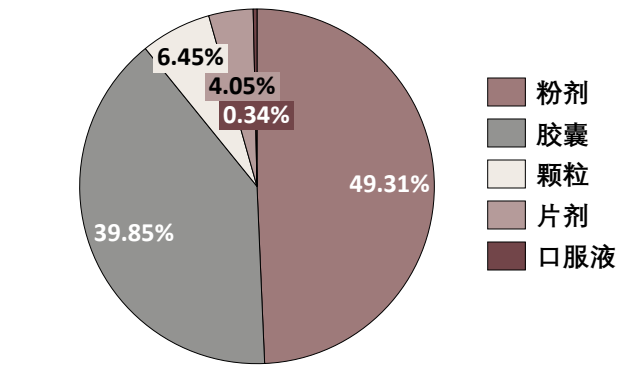
注册灵芝保健食品的剂型占比，2024M12

单位：%



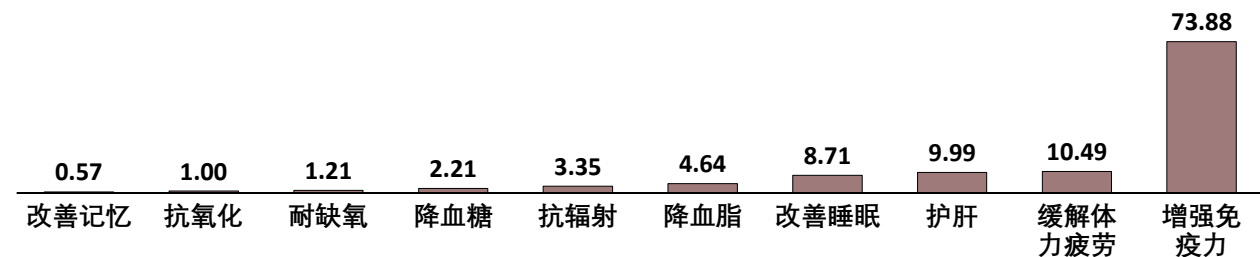
备案灵芝保健食品的剂型占比，2024M12

单位：%



注册灵芝保健食品的功能占比，2024M12

单位：%



■ 产品的主流剂型为消费者接受度高的胶囊与粉剂，核心保健功能为增强免疫力

从剂型分布看，截至2024年12月27日，注册灵芝保健食品以胶囊居多，占比高达58.46%，其次为片剂9.14%、粉剂8.64%；备案灵芝保健食品以粉剂和胶囊居多，占比分别为49.31%和39.85%。胶囊因其易于吞咽、便于携带和剂量精确的优势，在注册产品中占据主导地位，其次是占有一定份额的片剂和粉剂。在备案产品中粉剂与胶囊同样受到青睐，二者均为保健食品的传统剂型，消费者认知度与接受度较高。

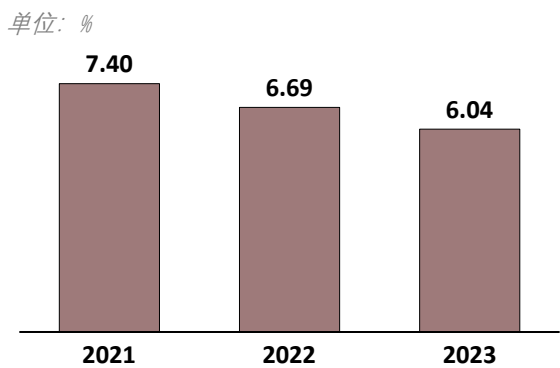
从功能分布看，截至2024年12月27日，灵芝保健食品的主要功能声称增强免疫力，73.88%的产品发挥此功能；其次为抗疲劳10.49%、护肝9.99%。灵芝保健食品的核心功能是增强免疫力，主要系灵芝作为传统中药材在提升人体抵抗力方面的作用受到广泛认可，也迎合了现代消费者预防疾病和促进整体健康的需求。抗疲劳和护肝功能次之，体现国民对缓解生活压力及保护重要器官的需求渐增。

来源：国家市监局、头豹研究院

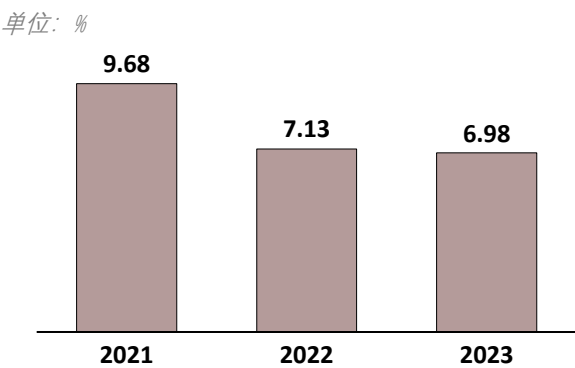
中国灵芝保健食品行业下游分析

药店作为保健食品的销售渠道面临一定的挑战，而更便捷、品种更丰富且更具性价比的电商渠道有望在未来继续保持强劲的增长态势

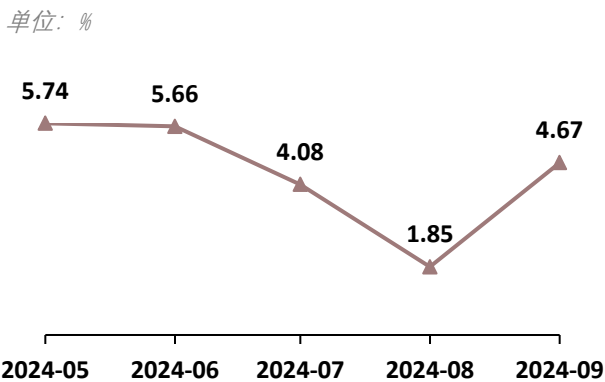
中国药店食品与保健品类的销售贡献率，2021-2023



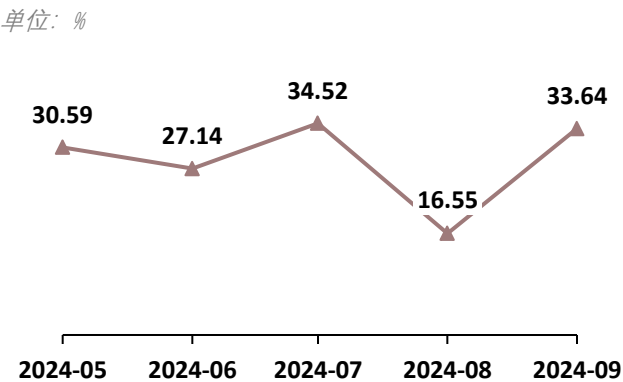
中国药店食品与保健品类的利润贡献率，2021-2023



电商渠道保健食品价格同比增长，2024M5-M9



电商渠道保健食品销售额同比增长，2024M5-M9



■ 药店渠道在保健食品销售方面承压前行，电商渠道重要性日渐凸显

药店与电商平台是保健食品的两大渠道。药店渠道数据显示，2021-2023年中国药店食品与保健品类的销售贡献率由7.40%降为6.04%，该品类的利润贡献率由9.68%降为6.98%；电商渠道数据显示，2024年5月-9月保健食品价格月度同比增幅落在1.85%至5.74%的区间，销售额月度同比增幅落在16.55%至34.52%的区间。

药店渠道在保健食品销售方面的表现略显疲态，与消费者购物习惯的转变有关，而电商渠道则显示出强劲的增长态势。电商平台在吸引消费者、扩大市场覆盖方面优势显著，能够提供更丰富的商品选择、更具竞争力的价格以及更便捷的购物体验，推动了保健食品在线上的快速增长。因此，随着消费者对便利性和多样性的追求不断提升，电商平台正逐渐成为含行业产品在内的保健食品销售的主要驱动力，传统药店渠道则面临着转型的压力。

来源：同花顺金融、Wind、头豹研究院

Chapter 4.4

中国灵芝保健食品竞争格局

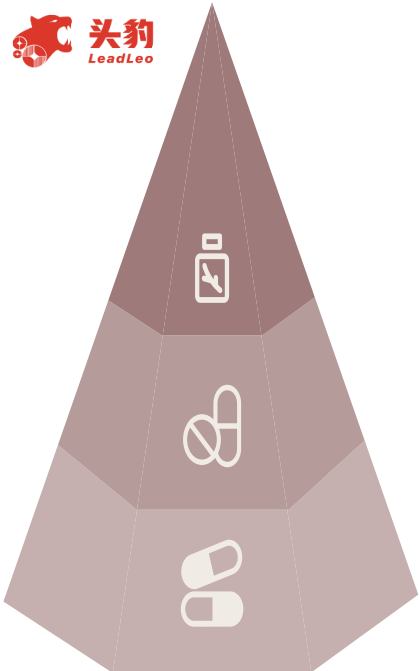
□ 中国灵芝保健食品行业竞争格局分析



中国灵芝保健食品行业竞争格局综述

行业是中药材保健食品的重要细分赛道，多数入局企业拥有中医药产业背景

中国灵芝保健食品行业竞争格局



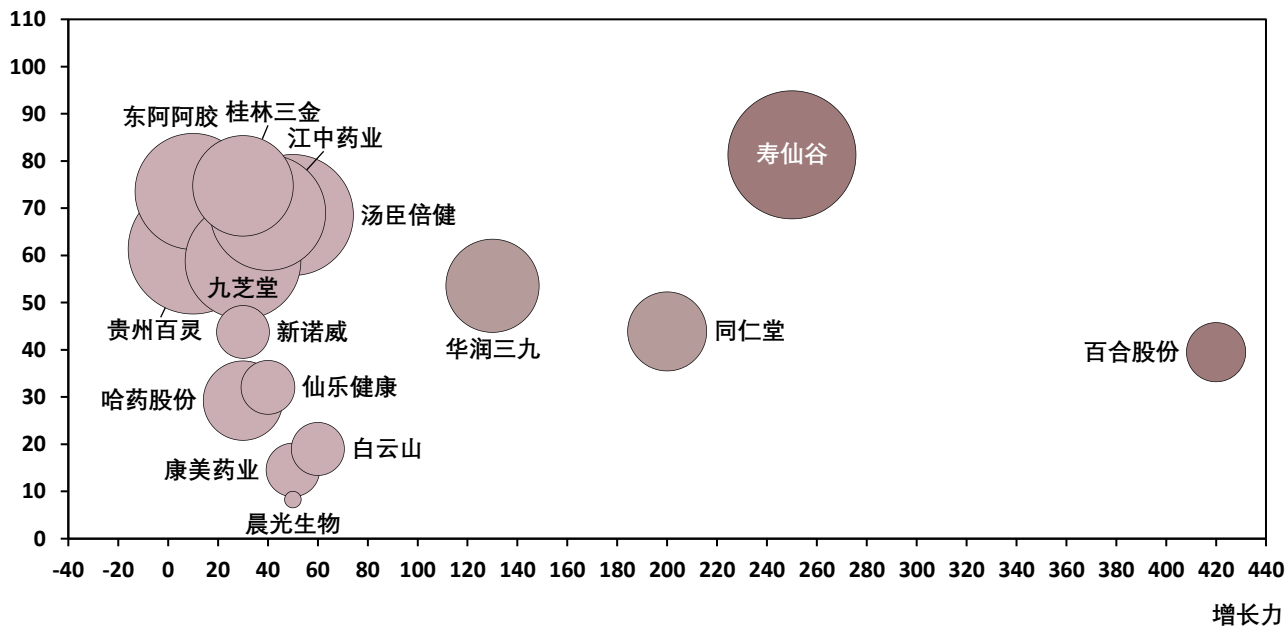
- 报告完整版/高清图表或更多报告：请登录 www.leadleo.com
- 如需进行品牌植入、数据商用、报告调研等商务需求，欢迎与我们联系

首席分析师：lamber.hao@leadleo.com

主笔分析师：qi.zhong@leadleo.com

中国灵芝保健食品行业竞争格局气泡图

成本控制力



来源：头豹研究院

方法论

- ◆ 头豹研究院布局中国市场，深入研究19大行业，持续跟踪532个垂直行业的市场变化，已沉淀超过100万行业研究价值数据元素，完成超过1万个独立的研究咨询项目。
- ◆ 研究院依托中国活跃的经济环境，研究内容覆盖整个行业的发展周期，伴随着行业中企业的创立，发展，扩张，到企业走向上市及上市后的成熟期，研究院的各行业研究员探索和评估行业中多变的产业模式，企业的商业模式和运营模式，以专业的视野解读行业的沿革。
- ◆ 研究院融合传统与新型的研究方法，采用自主研发的算法，结合行业交叉的大数据，以多元化的调研方法，挖掘定量数据背后的逻辑，分析定性内容背后的观点，客观和真实地阐述行业的现状，前瞻性地预测行业未来的发展趋势，在研究院的每一份研究报告中，完整地呈现行业的过去，现在和未来。
- ◆ 研究院密切关注行业发展最新动向，报告内容及数据会随着行业发展、技术革新、竞争格局变化、政策法规颁布、市场调研深入，保持不断更新与优化。
- ◆ 研究院秉承匠心研究，砥砺前行的宗旨，从战略的角度分析行业，从执行的层面阅读行业，为每一个行业的报告阅读者提供值得品鉴的研究报告。

法律声明

- ◆ 本报告著作权归头豹所有，未经书面许可，任何机构或个人不得以任何形式翻版、复刻、发表或引用。若征得头豹同意进行引用、刊发的，需在允许的范围内使用，并注明出处为“头豹研究院”，且不得对本报告进行任何有悖原意的引用、删节或修改。
- ◆ 本报告分析师具有专业研究能力，保证报告数据均来自合法合规渠道，观点产出及数据分析基于分析师对行业的客观理解，本报告不受任何第三方授意或影响。
- ◆ 本报告所涉及的观点或信息仅供参考，不构成任何投资建议。本报告仅在相关法律许可的情况下发放，并仅为提供信息而发放，概不构成任何广告。在法律许可的情况下，头豹可能会为报告中提及的企业提供或争取提供投融资或咨询等相关服务。本报告所指的公司或投资标的的价值、价格及投资收入可升可跌。
- ◆ 本报告的部分信息来源于公开资料，头豹对该等信息的准确性、完整性或可靠性不做任何保证。本文所载的资料、意见及推测仅反映头豹于发布本报告当日的判断，过往报告中的描述不应作为日后的表现依据。在不同时期，头豹可发出与本文所载资料、意见及推测不一致的报告和文章。头豹不保证本报告所含信息保持在最新状态。同时，头豹对本报告所含信息可在不发出通知的情形下做出修改，读者应当自行关注相应的更新或修改。任何机构或个人应对其利用本报告的数据、分析、研究、部分或者全部内容所进行的一切活动负责并承担该等活动所导致的任何损失或伤害。

头豹业务合作

数据库/会员账号

可阅读全部原创报告和
百万数据，提供数据库
API接口服务

定制报告

行企研究多模态搜索引擎
及数据库，募投可研、尽
调、IRPR等研究咨询

定制白皮书

对产业及细分行业进行现
状梳理和趋势洞察，输出
全局观深度研究报告

招股书引用

研究覆盖国民经济19+核
心产业，内容可授权引用
至上市文件、年报

市场地位确认

对客户竞争优势进行评
估和调研确认，助力企
业品牌影响力传播

行研训练营

依托完善行业研究体系，
帮助学生掌握行业研究能
力，丰富简历履历

报告作者



郝世超
首席分析师
lamber.hao@leadleo.com



钟琪
行业分析师
Qi.zhong@leadleo.com

业务咨询

- 客服电话：400-072-5588
- 官方网站：www.leadleo.com



商务咨询与深度合作

深圳办公室 广东省深圳市南山区粤海街 道华润置地大厦E座4105室 邮编：518057	上海办公室 上海市静安区南京西1717号 会德丰国际广场 2701室 邮编：200040	南京办公室 江苏省南京市栖霞区经济开 发区兴智科技园B栋401 邮编：210046
--	---	--



FROST & SULLIVAN

沙利文

诚邀

2025沙利文新投资大会

第十九届沙利文全球增长、科创与领导力峰会
暨第四届新投资大会

THE 19TH FROST & SULLIVAN GROWTH, INNOVATION AND
LEADERSHIP SUMMIT AND THE 4TH NEW INVESTMENT EVENT

2025年8月27日-28日 中国·上海
August 27th-28th, 2025, Shanghai · China

2025年9月2日 中国·成都
September 2nd, 2025, Chengdu · China

开幕倒计时

期待与您再度携手
共赴增长之旅、共创美好明天

大会咨询热线：021-3209-6800 转 8672

大会咨询邮箱：gil@frostchina.com