

允许保健食品声称的保健功能目录 非营养素补充剂（2023 年版）

序号	保健功能名称
1	有助于增强免疫力
2	有助于抗氧化
3	辅助改善记忆
4	缓解视觉疲劳
5	清咽润喉
6	有助于改善睡眠
7	缓解体力疲劳
8	耐缺氧
9	有助于控制体内脂肪
10	有助于改善骨密度
11	改善缺铁性贫血
12	有助于改善痤疮
13	有助于改善黄褐斑
14	有助于改善皮肤水份状况

15	有助于调节肠道菌群
16	有助于消化
17	有助于润肠通便
18	辅助保护胃粘膜
19	有助于维持血脂（胆固醇/甘油三酯）健康水平
20	有助于维持血糖健康水平
21	有助于维持血压健康水平
22	对化学性肝损伤有辅助保护作用
23	对电离辐射危害有辅助保护作用
24	有助于排铅