

人参、姜枣、桂圆等出现在奶茶成分表里—— “良药”茶饮街头火出圈

“口味党”变成了“成分党”

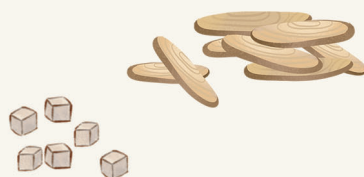
昨天,记者来到市中心一家名为“陆藜·开了个方子”的养生茶饮店。一进门就能闻到中药香气。店内的

吧台上摆着几个透明大茶桶,桶里泡着人参、菊花、玫瑰、陈皮等中药材,桶边的木盘里也陈列着五味子、艾草、决明子等不同的中药材。店员周海娟告诉记者:“我每天9点到店开始准备泡

茶用的药材,按照配比‘抓药’、冲洗、加水煮上半小时,到10点中药茶饮就制作完成了。”

周海娟上岗之前,曾去南京接受了为期一周的培训,对店内的所有中药茶饮的配比和制作了如指掌。

“按照药食同源的理念,目前店里推出了8款中药养生茶饮,里面加入了茯苓、薏仁、人参、陈皮等不同的中药材。”该店老板黄玉红介绍,在线下制作前及线上点单时,会有顾客询问自己适合哪款产品。“最近流感严重,我会推荐有需要的顾客购买一款含有秋梨膏、梨片、玉竹等的清肺止咳饮品。”黄玉红表示,自家茶饮店和其他养生茶饮店的不同之处在于:“我们的茶饮店是开在中药馆里的。”据悉,茶饮店的创始人是中医世家,所以对中药茶饮的药物配比、用量有着精准的把握。记者了解到,黄玉红在金沙的茶饮店也采用了“中药馆+茶饮店”的模



式。年后会有中医进驻,根据每个人的看诊情况,有针对性地开出中药茶饮配方。

除了“专营店”外,记者发现,不少奶茶店品牌也联合老字号推出了中药养生茶饮。比如百分茶联合雷允上推出了一款名为元气娇颜膏方饮的新品,将人参、阿胶、黄精、重瓣红玫瑰、银耳、枸杞、红枣等与奶茶融合,主打一个养生;乐乐茶使用方回春堂的阿胶膏和鲜牛乳做成一款玫瑰桃胶四物饮。不光是奶茶店,就连一些咖啡店也推出了小吊梨汤咖啡、枸杞咖啡、肉桂拿铁等“养生系”咖啡。此外,包括同仁堂在内的众多医药品牌也推出“熬夜水”等系列产品,据称成分中包含蜂王浆、人参、红枣等食补药材。

中药茶饮火了,越来越多的消费者从“口味党”变成了“成分党”。以前只要好喝就行,现在愈发看重健康属性。

良药既要健康也要可口

“感觉很健康,喝起来也没有负担。”这是李女士爱上中药奶茶的原因。李女士目前在市区一家事业单位工作,因为工作性质,常年熬夜。偶然在外卖平台上点过一次百分茶的元气娇颜膏方饮后,她便在上夜班时经常回购。“这种膏方茶饮看着比奶茶要健康许多,喝完感觉上夜班都精神百倍!”李女士告诉记者,尝过元气娇颜膏方饮后,她认为口感、口味和配方都很不错,于是她从淘宝上下单了雷允上同款膏方泡水喝。

打开大众点评可以看到,这款“元气娇颜膏方饮”去年10月份上线后,在该平台上的累计销量达2.3万件,仅次于店内的两款招牌产品半年内的销售量。

对于同样热爱养生的市民季敏来说,中药养生茶饮的出现,让她不用再自己煮茶,“以前,每天早上都要煮银耳、枸杞、

桃胶等,现在打开手机直接下单就行。”季敏告诉记者,除了中药养生茶饮外,自己还会买“食宜鲜炖”店里的补品。“我在经期会点红枣牛奶燕窝,128元一份,非常滋补。虽然价格略高,但性价比还可以,特殊时期应该要对自己好一点。”记者了解到,该店单品种类丰富,价格从十几元到上百元不等,为消费者提供更多选择的空间。

季敏告诉记者,自从自己感染新冠之后,便将养生贯彻到底,“近期,流感高发,身边很多人都中招了,但我幸免于难,我认为和我坚持喝这些养生补品以及中药茶饮密不可分。”她认为,与其生病后花钱买药治病,不如将关口前移,把钱花在养生和预防疾病上。

药食同源是寓医于食,变“良药苦口”为“良药可口”。近年来,随着全民大健康意识的觉醒,消费者从被动的寻医问药变为主动的健康管理,这与中医“治未病”的概念不谋而合。“未病”不是没有病,而是指身体中的阴阳、气血、脏腑出现了不平衡的状态。药食同源,实则是对抗“未病”的有效方式。

养生茶饮不是中药

尽管主打养生的快消品越来越多,但也有消费者提出疑问,这些饮品真的有用吗?

对此,南通市中医院治未病科主任医师周健认为,添加了中药材的饮品确实可以起到一定作用。“养生茶饮的兴起也体现了中医药文化渗透进百姓的日常生活中。但是消费者最好还是到专业医师处进行诊断,根据自己的体质选择中药代茶饮。”周健告诉记者,中药代茶饮从本质上来讲是中药,有治疗作用,中医师会根据每个人的身体状况辨证施治。

“人的体质可以分为阳虚、气虚、血虚、痰湿、平和等9大体质,每个人的体质是不一样的,甚至有人会混合几种体质。不同的中药食材,适用于不同的体质,像阿胶、黄芪补气养阴,适合气血不足的人食用,不适合湿热体质的人食用。”对此,周健建议消费者先了解清楚自己的体质,再有针对性地选择适合自己的茶饮。

那么,这些中药材可以合法地用在茶饮之中吗?

崇川区市场监督管理局食品监管科科长嵇嗣解释:“中药材分为两种,一种属于药食同源类,可以被添加到日常的食品和饮品中,如枸杞、陈皮等;还有一种是纯粹的中药材,只能作药用,要遵医嘱进行使用。”他告诉记者,涉及药食同源范围内的中药材,商家在销售的时候,也要着重标注它的禁忌人群。

为防止普通茶饮冠以“药食同源”“养生产品”的“高帽子”混淆视听,去年12月,崇川区市场监管部门针对此类新的食品类别开展专项检查,共检查了50余家商户,暂未发现问题。

对于中药养生茶饮,嵇嗣表示:“可能有一定的功效,但未经科学认证。所以商家在宣传时不能因为加入某种药材就大肆宣传具有药用价值,要注意宣传用语的合法性。”同时,他也提醒消费者,不要对此类食品抱有治病的期待。尽管中药茶饮有利于健康,但是养生的重点在于坚持良好的生活习惯,不能过多依赖中药奶茶。

周健也提醒:“人的作息要顺应自然,饮食有节,起居有常,不过度劳累。不能经常一边熬夜,一边指望喝点中药茶饮补救,作息、饮食和情绪调节都很重要。”

本报记者朱颖亮 李维

