

FORWARD 前瞻

决策·投资一定要有前瞻的眼光

# 2024年中国中式养生水行业

## 发展趋势洞察报告

---

前瞻产业研究院出品



目录

CONTENTS

04 中式  
养生水前景  
趋势

01 中式养生水市场概述

02 中式养生水市场格局

03 中式养生水消费洞察







# 中式养生水市场概述

Market overview

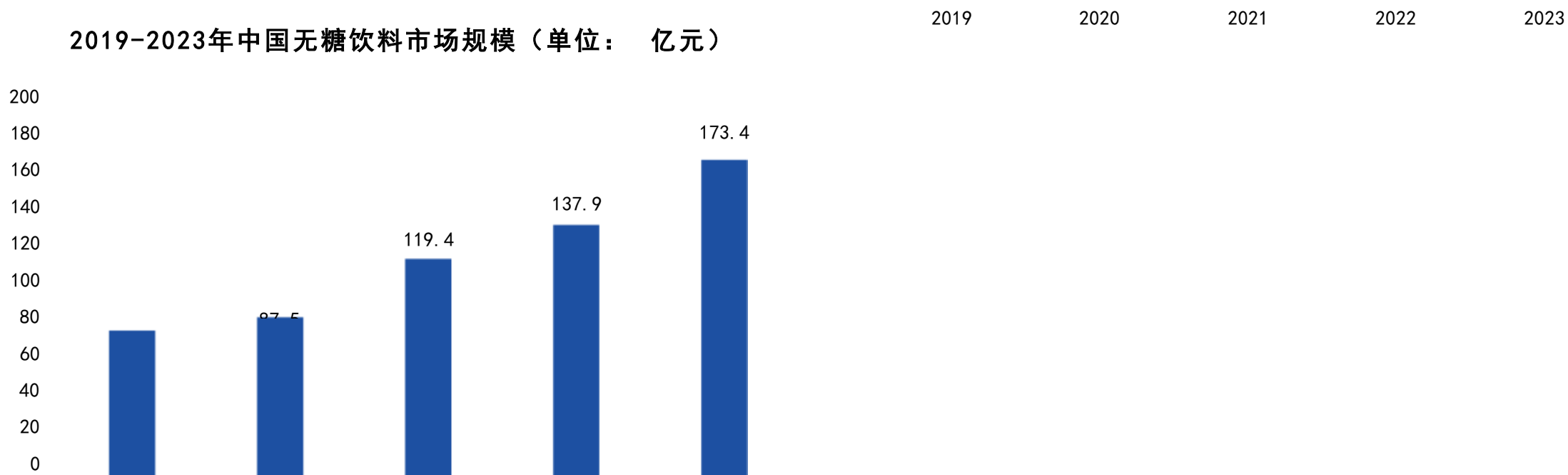
---

- 1.1 中式养生水发展基础
- 1.2 中式养生水概念界定
- 1.3 中式养生水产品布局
- 1.4 中式养生水市场规模

近年来，在减糖政策推动及消费者健康意识不断提升的背景下，饮料行业向更加健康方向的发展：零添加、低糖，甚至无糖等已经成为消费者日常消费的重要关注因素，推动无糖饮料市场快速发展。2018-2023年，中国无糖饮料市场规模年复合增速达21.7%，成为软饮料行业新增长点。

国家推行《关于促进中医药传承创新发展的意见》《“十四五”中医药发展规划的通知》等医药政策，促进消费者对传统中医理念的认知度和接受度的提升，饮料行业也从零添加、减糖等“减法”思维向促健康、助养生等“加法”思维转变，逐步涌现出一批基于“药食同源”等中医理念、主打中式养生的饮料产品。

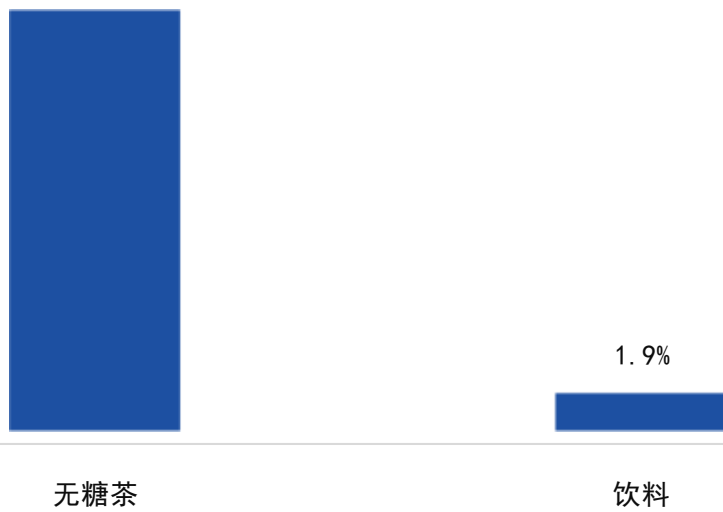
2019-2023年中国无糖饮料市场规模（单位：亿元）







2019  
-  
2023  
年中国无糖饮料和软饮料市场规模复合增速对比



(单位: %)

资料来源: 前瞻产业研究院整理

2  
1  
.2  
%

# 中式养生水发展文化基础：我国药食同源历史源远流长

中国自古以来就有“药食同源”的理念，古时的《黄帝内经》到《本草纲目》，历代专家对食物的药用价值进行了深入研究，形成了独特的理论体系和实践方法，现代的《中华人民共和国药典》及各地中药饮片标准也对“既是食品又是中药材”的物质进行了列举。其中，红豆、薏米、枸杞、红枣、绿豆等传统食物不仅是日常食材，还具备利水消肿、解毒排脓、补中益气、清热解毒等众多功能，是我国传统养生食补的重要食材。

## 重点“药食同源”食材对应功能及主治

| 食材 | 功能   | 主治   |
|----|--|--|
| 红豆 | 利水消肿，解毒排脓                                      | 用于水肿胀满，脚气浮肿，黄疸尿赤，风湿热痹，痈肿疮毒，肠痈腹痛                |
| 薏米 | 利水渗湿，健脾止泻，除痹，排脓，解毒散结                           | 用于水肿，脚气，小便不利，脾虚泄泻，湿痹拘挛，肺痈，肠痈，赘疣，癌肿             |
| 枸杞 | 滋补肝肾，益精明目                                      | 用于虚劳精亏，腰膝酸痛，眩晕耳鸣，阳痿遗精，内热消渴，血虚萎黄，目昏不明           |
| 红枣 | 补中益气，养血安神                                      | 用于脾虚食少，乏力便溏，妇人脏躁                               |
| 绿豆 | 清热解毒，消暑利湿，利水消肿                                 | 用于热毒疮疡，麻疹丹毒，暑热烦渴，水肿                            |
| 陈皮 | 理气健脾，燥湿化痰                                      | 用于脘腹胀满，食少吐泻，咳嗽痰多                               |
| 大麦 | 生干生寒，降低过盛胆液质、血液质，消炎退肿，清热止渴，清血除脂，通利肠气，清胆止泻，润肤生辉 | 用于湿热性或血液质性疾病，胸膜炎，乳腺炎，腮腺炎，肺结核，口渴心烦，腹泻，肤色粗糙，暗疮肿痛 |

|    |                |                            |
|----|----------------|----------------------------|
| 菊花 | 散风清热，平肝明目，清热解毒 | 用于风热感冒，头痛眩晕，目赤肿痛，眼目昏花，疮痈肿毒 |
|----|----------------|----------------------------|

资料来源：《中华人民共和国药典》；《江西省药品监督管理局中药饮片标准》；《新疆维吾尔自治区中药维吾尔药饮片炮制规范》 前瞻产业研究院整理

中式养生水是指遵循中式养生理念，以中华传统食疗文化为基础，采用红豆、薏米、枸杞、红枣、绿豆等既是传统食物，又具备一定药用价值的食药物质（药食同源），通过煮制、萃取等工艺制成的，主打传统养生概念的即饮植物饮料。目前该赛道常见产品包括红豆薏米水、枸杞红枣水、绿豆水等。

中式养生水及无糖饮料基本为无糖或低糖产品，但中式养生水的定位更注重传统养生，营养价值相对更高，因此中式养生水对无糖饮料有较高的替代性。

## 中式养生水主料分析



## 中式养生水及无糖饮料对比

.....

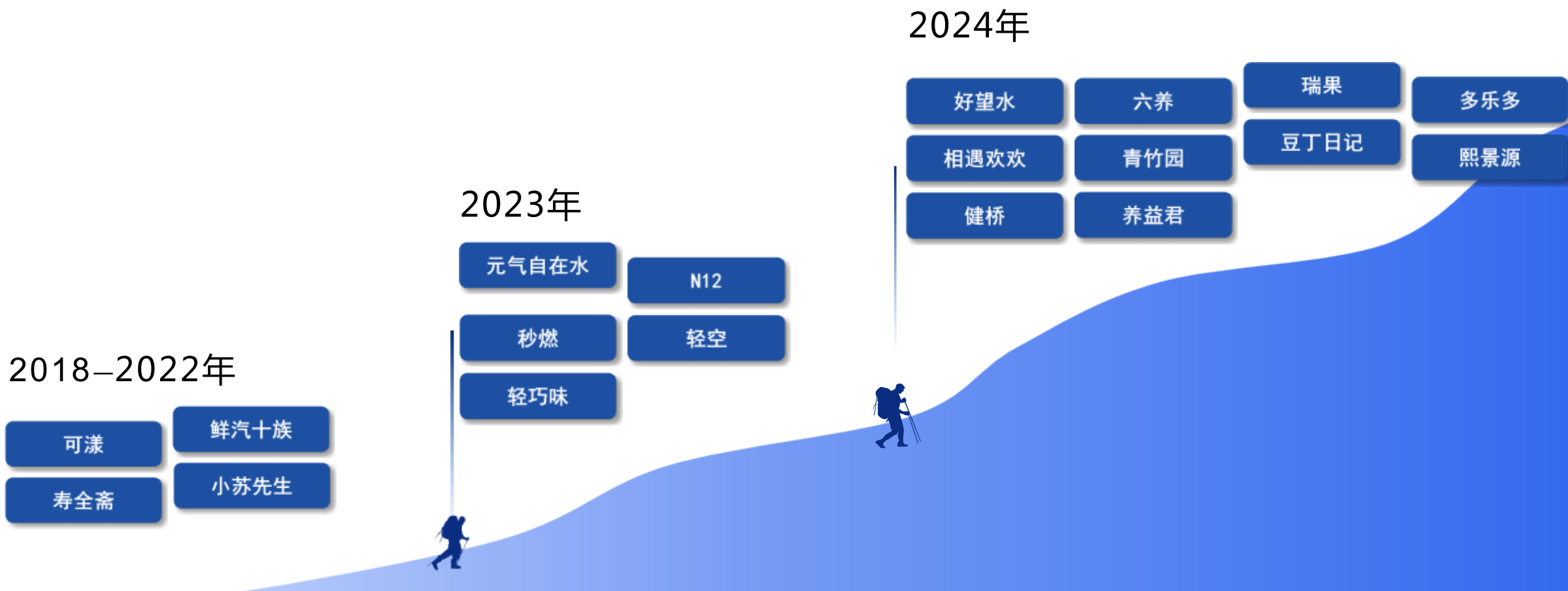


| 维度   | 中式养生水              | 无糖饮料                       |
|------|--------------------|----------------------------|
| 含糖   | 基本不含添加糖，极少部分产品含少量糖 | 不含添加糖                      |
| 饮用方式 | 即饮                 | 即饮                         |
| 重要成分 | 传统食材               | 木糖醇、赤藓糖醇等甜味剂               |
| 制作工艺 | 煮制、萃取等传统工艺         | 不同类产品工艺差别较大，注重甜味剂的添加和饮料的调配 |
| 产品定位 | 传统养生               | 控制糖分                       |
| 营养价值 | 具有滋补调理等功效          | 营养价值相对较低                   |

资料来源：前瞻产业研究院整理

# 中式养生水品牌于2024年起加速入局

自2018年可漾推出红豆水后，到2022年五年时间内，国内仅有4个品牌布局中式养生水，中式养生水行业尚处于萌芽阶段。随着2023年初，元气森林发布元气自在水，中式养生水赛道逐渐受到关注，陆续有品牌布局中式养生水，2023年便有5个品牌入局，而到2024年前五个月有10个玩家进入中式养生水行业，行业参与者正快速增加。





以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/985323334333011231>