青岛市消费者日常喝茶习惯调查分析

李艳霞[1],李含芬[1],马春晖[2*]　(1.青岛农业大学图书馆,山东青岛 266109;2.青岛农业大学园艺学院,山东青岛 266109)

摘要　[目的]了解消费者日常饮茶习惯,为人们科学健康地饮茶提供参考依据。[方法]选择青岛市为调查地域,通过走访和问卷调查方法,对消费者的饮茶习惯进行了调查,并对结果进行统计分析。[结果]消费者日常泡茶器具主要以玻璃杯和瓷壶为主;泡茶水质以山泉水和纯净水居多;茶叶在壶中开水浸泡后再倒入茶碗饮用的人数占66%,茶叶直接放入茶杯中边浸泡边喝的人数占28%;喝茶时间主要选择在下午,一般在饭后饮茶;在对喝茶环境的选择上,主要以朋友一起喝茶的人数居多;消费者对茶叶的风味和香气关注度较高,认为茶叶的主要功效为消食化腻。[结论]消费者在饮茶上存在一些不良习惯,对茶叶的保健功效认识不足,应该提倡科学健康的饮茶观念。

关键词　茶;饮用习惯;人体健康
中图分类号　S571.1　　**文献标识码**　A　　**文章编号**　0517 -6611(2016)32 -0096 -04

Investigation and Analysis of Daily Tea-drinking Habit of Consumers in Qingdao City

LI Yan-xia[1], LI Han-fen[1], MA Chun-hui[2*]　(1. Library of Qingdao Agricultural University, Qingdao, Shandong 266109; 2. College of Horticulture, Qingdao Agricultural University, Qingdao, Shandong 266109)

Abstract　[Objective] To study the daily tea-drinking habits of consumers, and to provide a reference basis for scientific and health tea-drinking. [Method] Taking Qingdao City as the survey area, we investigated the tea-drinking habits of consumers through visiting and questionnaire investigation. The results were statistically analyzed. [Result] The consumers usually used tea utensils for glass and porcelain pot. Tea was made by mountain spring and pure water. 66% consumers firstly soaked tea in the teapot, and then transferred into the cup for drinking. 28% consumers directly soak tea into the teacup. Most people liked to drink tea in the afternoon, generally after the meal. As for the selection of environment, most of them drunk tea with their friends. Consumers paid high attention to the flavour and aroma of tea, and believed that the main function of tea was to digest food. [Conclusion] The consumers have some bad habits in tea-drinking, and lacked the knowledge on tea health care efficacy. Therefore, the science health concept of tea-drinking should be advocated in the future.

Key words　Tea; Tea-drinking habits; Human health

茶叶是我国重要的日常饮品之一,与人们的生活息息相关,但由于人们饮茶历史悠久,在不同时期、地域及消费群体中,形成了适应自身特点的饮茶文化、习惯以及饮茶方法,在使用的茶具、泡茶技艺、喝茶手法等方面各有不同[1-3]。一些习惯能够很好地利用茶叶的有效成分,使其发挥出应有的效能,但一些习惯不利于茶叶养分吸取,造成营养物质的浪费。随着科技的发展,人们对茶叶的认识提高,一些研究指出,茶叶营养成分的浸出时间和浸出量与使用的水温、茶具、浸泡时间关系密切[4-7];喝茶时间的选择和喝茶顺序也会对茶叶养分吸收产生一定的影响[8];茶叶的色度、季节性变换和喝茶环境等因素,在一定程度上能够影响人们喝茶的兴趣。因此,喝茶习惯对茶叶有效养分的吸取起着重要的作用,从科学的角度探索饮茶的方式,对提高人们科学健康饮茶尤为重要。茶叶中含有蛋白质、碳水化合物、维生素和矿物质等生命必需营养素,同时还含有多种生物活性物质,如茶多酚、类黄酮类物质,具有显著抗氧化、抗癌、预防心血管疾病等作用,对人体具有保健功效[9-10]。

目前,在茶种、化学成分、浸出条件和色香味等方面的相关研究报道较多[11-15],然而,对消费者在日常生活中健康饮茶的报道较少。笔者以青岛市民为研究对象,通过问卷调查的方式,了解人们日常生活中的饮茶习惯,并对调查结果进行数据统计分析,比较不同习惯对茶叶养分摄取的影响,为消费者科学合理地饮茶提供参考依据。

1　材料与方法

1.1　调查对象　以青岛市6区(黄岛、市南、市北、崂山、李沧、城阳)4市(胶州市、即墨市、莱州市、平度市)经常饮茶的200户居民作为调查对象,排除茶叶种植者、研究者、专业销售人员等。2013年1到3月份进行入户调查,在调查对象的选择上,采用随机选取的方法,涵盖不同职业、不同年龄、不同性别的人群。

1.2　调查方法　依据普通消费者日常饮用茶叶实态,结合当地实际,确定问卷内容,问卷栏目设计力求简明,重点突出,指标设定合理,共设定8个栏目,每栏目设定4~6个选择答案,消费者通过打钩的方法,选择出自己的答案。主要调查内容包括:泡茶习惯,喝茶时间,喝茶顺序,常用茶具,喝茶环境,茶点零食,茶种选择,以及茶叶色度、香气和滋味等。在具代表性的区域以发放调查问卷和实地走访的方式对消费者日常饮用茶叶习惯,以及消费者对茶叶特性及营养成分的认识等进行了调查。

1.3　数据统计　对回收问卷进行编号整理,全部调查数据输入计算机存储,并对不同调查内容栏目进行数字化编码处理。采用Excel软件对数据进行自动筛选,设定满足条件的数据区域和条件表达式,利用Countif函数对指定区域中符合条件的单元格进行计数,计算出调查表中不同选项的总人数和分布情况。

2　结果与分析

2.1　消费者常用泡茶器具　由图1可见,在泡茶器具选择上,消费者选择玻璃杯的占32%,选择普通瓷壶的占31%,

基金项目　山东省自然科学基金项目(ZR2014CL026)。
作者简介　李艳霞(1969 -),女,山东聊城人,硕士,从事茶树栽培生理及茶叶品质研究。*通讯作者,副教授,博士,从事园艺植物栽培生理研究。
收稿日期　2016-09-23

选择紫砂壶的占 24%，瓷杯的占 11%，其他占 2%。在人们的日常生活中，玻璃杯、普通瓷壶和紫砂壶是主要的泡茶器具，其中玻璃杯占有较大的比例。从以上结果可看出，青岛市民选择玻璃杯的人群所占比例较高，但玻璃杯的保温性能较差，不利于茶叶养分的浸出，因此，建议消费者在日常生活中，尽量选择保温性能好的茶具，提高茶叶养分利用率。

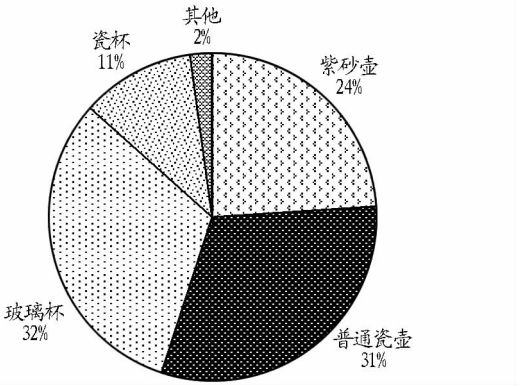

图 1　消费者常用泡茶器具所占比例

Fig. 1　The proportions of different tea utensils by consumers

2.2　消费者常用饮茶器具　由图 2 可看出，消费者在饮茶器具的选择上，使用瓷器饮茶的占全部调查人数的 54%，玻璃茶具的占 24%，陶器的占 17%，金属器具的占 2%。以上结果显示，瓷杯和玻璃杯为常见的饮茶器具，从茶叶营养吸收来看，不管选择哪种茶具，对茶叶养分的摄取无显著影响，但对色香味，以及人们的喝茶欲望会产生一定的影响。因此，消费者可根据个人喜好选择适宜的饮茶器具，能够促进饮用欲，提高营养的摄取量，促进人们的健康。

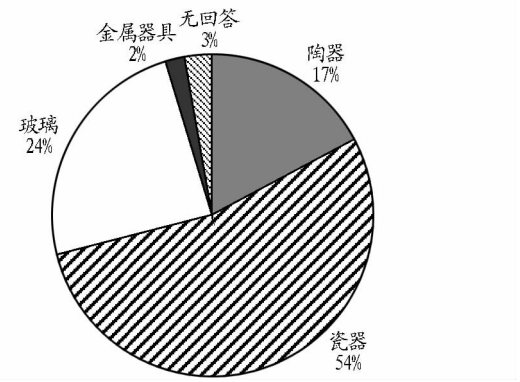

图 2　消费者常用饮茶器具种类所占比例

Fig. 2　The proportions of consumers' tea-drinking utensils with different types

2.3　水质种类的选择　从消费者泡茶时对水质的选择来看（图 3），选用山泉水泡茶的消费者占全部调查人数的 39%，选用纯净水的占 34%，选用矿物质水的占 15%，选用自来水的占 12%。由此可见，大部分消费者选择山泉水和纯净水来泡茶。不同水质对茶叶中茶多酚、氨基酸、咖啡碱、水浸出物等养分的浸出会产生一定的影响，一些研究结果表明，纯净水对茶多酚的浸出最好，而矿泉水最低。因此，日常生活中建议消费者选用纯净水泡茶对健康最为适宜。

2.4　茶叶浸泡习惯　从图 4 可以看出，在泡茶习惯上，茶叶

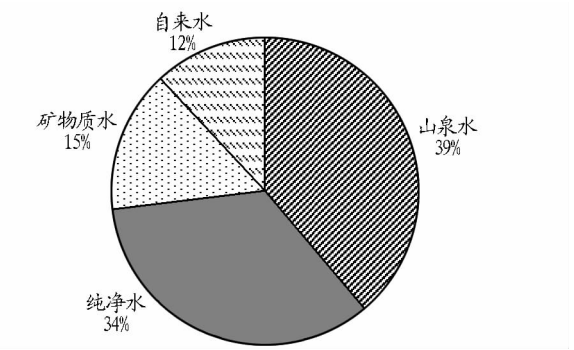

图 3　消费者泡茶所用水质种类所占比例

Fig. 3　The proportions of consumers' water types for making tea

在壶中开水浸泡后再倒入茶碗饮用的人数占 66%，将新鲜茶叶直接放入茶杯中，边浸泡边喝的人数占 28%，无回答的占 6%。这说明有相当一部分消费者由于各种原因，为了方便饮用选择边浸边喝的方式，由于边浸边喝容易造成茶汤过浓或过淡，长期浸泡也容易造成茶汤中有害物质的浸出。因此一般认为茶叶在壶中开水浸泡后倒入茶碗再喝比较科学。

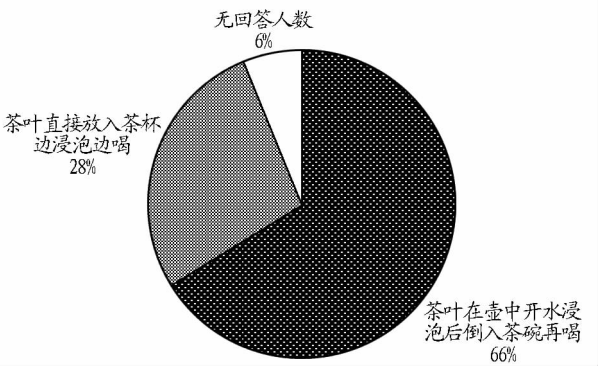

图 4　消费者泡茶方式的差异

Fig. 4　The differences between tea making way of consumers

2.5　一天中喝茶时间的选择　从图 5 可以看出，在被调查者中，45% 的消费者选择在下午饮茶，29% 的选择中午，17% 的消费者选择晚上，只有 9% 的消费者选择早上。因此可知，中午和下午是人们一天中喝茶的主要时间段，这可能与茶叶消费习惯和饮食时间有关。从茶叶有提神、明目、益思等作用来看，清晨喝一杯绿茶，醒脑清心；上午喝一杯茶，可提高工作效率；下午工间休息时解困提神；但从人体对茶叶营养吸收的角度来看，如果喝茶时间集中在下午，会不利于养分的吸收。

2.6　消费者喝茶顺序　选择不同时间段喝茶，直接影响人们对茶叶营养的吸收。从图 6 可以看出，在全部被调查人群中，选择饭后饮茶的消费者占 88%，饭前的消费者占 7%，饭间的消费者占 3%，无回答者占 2%。以上结果指出，选择饭后饮茶者占绝大多数，普通消费者对茶水的需求主要作为饭后人体水分的补充。

2.7　消费者喜欢的喝茶环境　在被调查者中，喜欢和朋友一起喝茶的人数占全部调查人数的 49%，喜欢和家人一起喝的占 28%，喜欢一个人喝的占 21%，无回答的占 2%（图 7）。

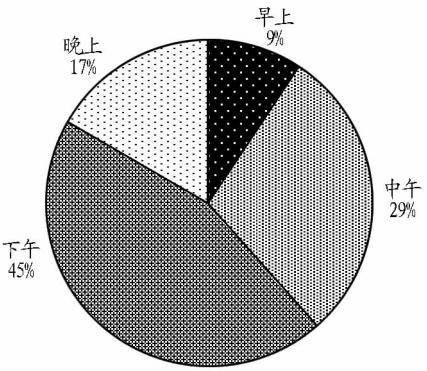

图 5 消费者每天喝茶时间

Fig. 5 The tea drinking time of consumers every day

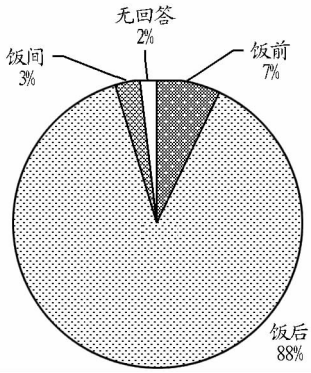

图 6 消费者喜欢的喝茶顺序

Fig. 6 The order of tea drinking of consumers

以上说明,消费者的喝茶欲望与喝茶环境相关,良好的喝茶环境能够促进饮茶。同时,喝茶作为一种交往文化的媒介,在朋友聚会中起着不可忽视的作用。

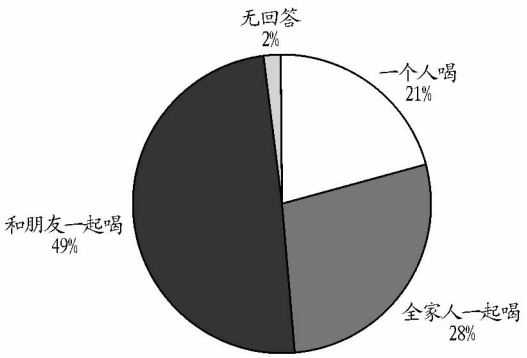

图 7 消费者喜欢的喝茶环境

Fig. 7 The favorite tea drinking environment of consumers

2.8 消费者日常喝茶对零食的选择 调查结果显示,在喝茶时喜欢吃点心的人数占全部调查人数的 41%,喜欢吃水果的占 33%,吃饼干的占 13%,吃面包的占 5%,无回答的占 8%(图 8)。以上说明,人们注重喝茶时的饮食,其中点心和水果是人们的首选,这些习惯有利于茶叶养分的吸收,同时还可减轻因喝茶引起的一些不良反应,但在零食种类选择上一定要科学合理。

2.9 消费者关注的茶叶特性 茶叶的色、香、味是消费者较为关注的茶叶特性,不同消费者关注的程度和偏好不同。调查结果显示,60% 的消费者注重茶叶的风味,33% 的消费者注重香气,仅有 6% 的消费者注重茶叶色度(图 9)。以上说明,尽管茶叶的色泽能够提高人们的饮茶欲望,但消费者的关注度较低,而消费者主要注重的是茶叶的风味和香气,说明茶叶品质的好坏是主要评判指标。

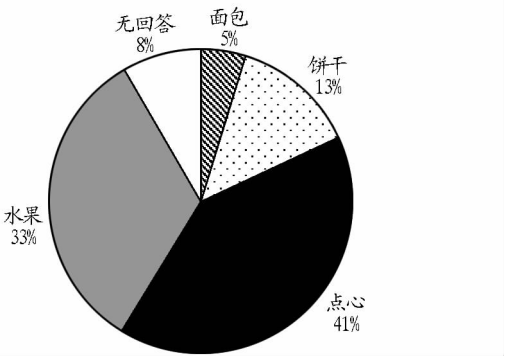

图 8 消费者喝茶时选用零食类型

Fig. 8 The snacks types of consumers during tea drinking

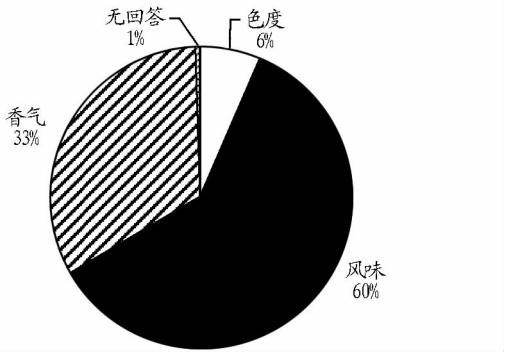

图 9 消费者对茶叶特性的关注度

Fig. 9 The consumers' attention degree of the tea features

2.10 消费者对茶叶营养成分的认识 对茶叶营养成分的调查结果显示,认为茶多酚是茶叶中主要营养成分的消费者占 58%,认为维生素是茶叶中的主要营养成分的占 23%,认为氨基酸是主要营养成分的占 60%,无回答的占 1%(图 10)。由此看出,在茶叶营养成分了解上,尽管有一半的人对茶多酚有所认识,但仍然有相当多的消费者缺乏对茶叶主要营养成分的了解,导致忽视饮茶的营养功能,今后应逐步提高认识,改变消费者的观念,逐步将茶叶作为品尝佳品转变到营养健康的消费观念上来。

2.11 消费者对茶叶保健功效的认识 在全部被调查者中,认识到喝茶能消食化腻的人数占全部调查人数的 39%,认识到具有保健功效的占 39%,解渴的占 22%,营养的占 9%,无回答的占 2%,防癌的为 0(图 11)。由此可知,茶叶的消食化腻和保健功能是认识度最高的指标,但对防癌的功效认识几乎为零。以上结果反映出目前消费者对茶叶的功效认识状况,这为今后茶叶的宣传、普及和推广工作提供了参考依据。今后不但要注重茶叶色香味等基本品质的宣传,还要从医学保健和防癌等方面加强宣传力度,使消费者对茶叶功效有更加系统和全面的了解,提高人们对饮茶的兴趣。

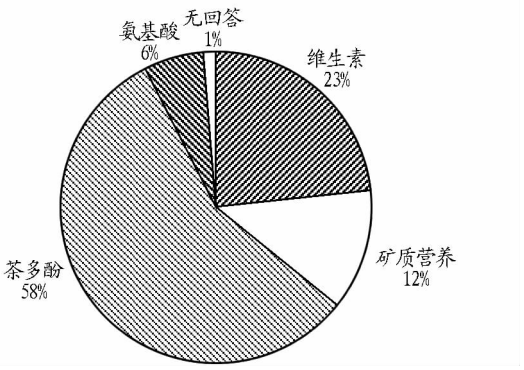

图 10　消费者对茶叶主要养分的认识

Fig. 10　The consumers' recognition of main nutrients in tea

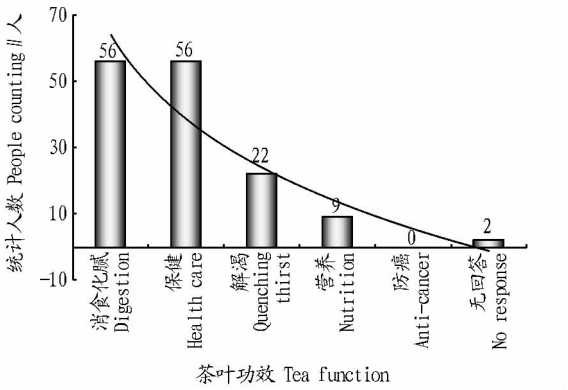

图 11　消费者对茶叶功效的认识

Fig. 11　The consumers' recognition of the tea function

3　结论与讨论

该次调查结果显示,人们在喝茶习惯上具有饮茶泡茶器具随意、不讲究;泡茶方式不科学,存在边浸边喝的不良习惯;饮茶选择时间不科学,应大力倡导饭后 30 min 饮茶的好习惯;消费者在茶叶特性认识上,主要关注茶叶的风味和香气,对色泽关注度较低;在茶叶的营养成分认识上仍然有相当多的消费者对茶多酚缺乏了解;在茶叶的医学保健认识上,偏重于消食化腻,而对防癌的功效认识极其不足。这些说明,青岛市民的茶叶消费观念仍然处于尝味阶段,对茶叶的营养和保健功效认识较差,在一定程度上阻碍着茶叶消费的提高,今后应增强对茶叶的全面介绍和宣传,使更多的消费者能够了解茶叶的功效。

我国的饮茶文化历史悠久,在漫长的利用过程中,不同时期对茶叶功效认识上出现不同特点,如从最初的医疗作用转变为注重风味品质[16-17]。另外,在喝茶的手法、技艺、道具等方面研究较深,形成具有我国特点的茶文化[18]。这些经验总结促进人们对茶叶认识的同时,也产生了一些不良影响,形成一些不科学的认识。随着现代医学的发展,对茶叶功效认识的增强,应及时地改变现有传统饮茶观念,在日常生活中,尽量去除一些经验性和缺乏科学依据的错误认识,在注重原有茶文化的同时,逐步转变观念,提高健康饮茶的认识度,形成风味与健康并重的共识,让茶叶这一传统饮品在未来人们生活中发挥更大的作用。

该次调查从营养健康的角度对日常饮茶习惯进行了分析,指出还有相当比例的人群对科学健康饮茶知识缺乏了解,在日常饮茶习惯上存在一些不良的习惯,这些基础数据的获得,为今后人们科学合理地饮茶提供了可参考依据,将促使我国茶叶消费从品味阶段逐渐向健康饮用转变。

参考文献

[1] 章传政,朱世桂,黎星辉,等. 试论茶文化的起源:和"原始茶道"论者商榷[J]. 南京农业大学学报(社会科学版),2006,6(2):80-84.
[2] 陈文华. 论中国的茶艺及其在中国茶文化史上的地位:兼谈中日茶文化的不同发展方向[J]. 中国农史,2005,24(3):3-11.
[3] 陈俏巧. 中国古代茶具的历史时代信息[D]. 上海:华东师范大学,2005.
[4] 张庆,陈祥贵,李晓霞,等. 茶的保健作用研究进展[J]. 中国食物与营养,2005(9):38-41.
[5] 冯婧,侯彩云. 常温冲泡绿茶有效物质浸出规律的研究[J]. 食品科技,2005(11):93-96.
[6] 梁慧玲,黄丽莲,张蕾,等. 三种茶具保温性能及泡茶效果的差异研究[J]. 广东茶业,2009(Z1):46-49.
[7] 刘淑娟,钟兴刚,李维,等. 绿茶三种冲泡方法及其特色的研究[J]. 茶叶通讯,2010,37(2):42-45,49.
[8] 胡凤仁. 中国茶的精神养生及其实证研究[D]. 福州:福建农林大学,2012.
[9] 赵保路. 天然抗氧化剂茶多酚的健康作用及其机理[J]. 生物物理学报,2012,28(5):426-437.
[10] 蓝雪铭,刘志彬,倪莉. 乌龙茶保健功效的研究进展[J]. 中国食品学报,2014,14(2):201-207.
[11] 王淑慧,龙立梅,宋沙沙,等. 3 种名优绿茶的特征滋味成分研究及种类判别[J]. 食品科学,2016,37(2):128-131.
[12] 王广铭,孙慕芳,刘会玲. 冲泡时间对信阳毛尖茶汤中化学成分的影响[J]. 安徽农业科学,2008,36(31):13704-13705,13712.
[13] 杨维平,吴洁荣,高茜娣,等. 浸泡方式对茶叶茶多酚溶出量的影响[J]. 安徽农业科学,2010,38(21):11174-11175,11179.
[14] 马梦君,胡文卿,傅丽亚,等. 温度和质量浓度对茶多酚水溶液稳定性的影响[J]. 食品科学,2014,35(11):11-16.
[15] 何郁菲,曹冰冰,梁敏敏,等. 花香绿茶加工过程中的香气变化研究[J]. 中国茶叶加工,2016(2):51-56.
[16] 陈宗懋. 20 世纪茶与健康研究的主要进展[J]. 中国茶叶,2001,23(4):8-10.
[17] 李刚,王磊,肖兴基,等. 有机茶与常规茶中主要口感与功能成分的测定与比较[J]. 安徽农业科学,2015,43(27):251-253.
[18] 龚永新,黄敞亮,张耀武. 中国茶文化发展的历史回顾与思考[J]. 农业考古,2015(2):12-16.

(上接第 93 页)

[5] 王涛,贺红武,薛思佳. 新颖除草剂研究进展[J]. 化学世界,2002,43(11):608-611.
[6] 饶钦雄,曲明清,赵晓燕,等. HPLC 法测定常见蔬菜水果中多菌灵、噻菌灵和苯菌灵残留量[J]. 上海农业学报,2009,25(4):85-88.
[7] 邱建伟. 茶叶和咖啡中农药多残留的检测方法研究[D]. 哈尔滨:哈尔滨工业大学,2007.