〈 붙임 3 〉

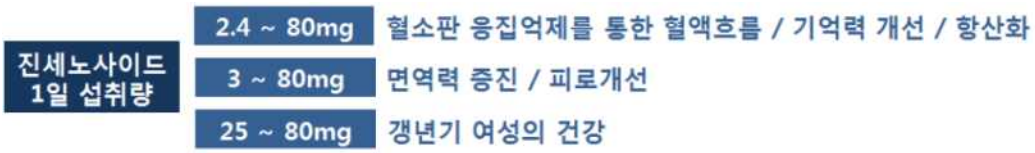
홍삼 건강기능식품 구매 가이드

✔ 홍삼건강기능식품 **구매 시 확인해야할 사항**

1. **식품 유형 : 건강기능식품 vs 일반식품**
   ⇨ 홍삼을 함유한 제품 중에는 일반식품(액상차, 홍삼음료 등)도 있습니다.
   면역 증진 및 피로 회복 개선 등 건강에 도움을 주는 목적으로 구매할 경우, 건강기능식품 및 우수건강기능식품 제조기준(GMP) 마크가 있는지 확인하세요.



2. **진세노사이드 함량**
   ⇨ 진세노사이드 일일섭취량에 따라 기능성이 다르기 때문에 효능에 맞는 함량 제품을 선택하세요.



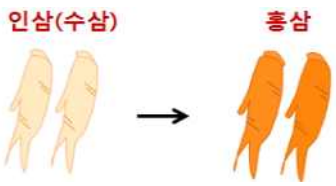
3. 점도와 진세노사이드 함량은 일치하지 않습니다. 반드시 진세노사이드 함량 표시를 확인하고 선택하세요.

✔ 홍삼건강기능식품 **섭취 시 확인해야할 사항**

1. **일일섭취량**을 확인해주세요.
   ⇨ 건강기능식품은 일반식품과 달리 섭취량과 섭취방법이 정해져 있으므로 반드시 확인한 후 섭취해주세요.

2. **주의사항**을 확인해주세요.

⇨ 당뇨치료제 및 혈액응고제 복용 시 섭취에 주의
⇨ 알레르기 체질 등은 개인에 따라 과민 반응을 나타낼 수 있음.
⇨ 이상 사례 발생 시 섭취를 중단하고 전문가와 상담할 것



"참고!"

☑ 홍삼은 인삼(수삼)의 껍질을 벗기지 않은 상태로 증기 또는 기타 방법으로 쪄서 익혀 건조시킨 삼으로 진세노사이드 외에도 홍삼다당체, 아미노산, 미네랄 등 유효성분이 함유되어있으며, 홍삼 건강기능식품 원재료로 사용됩니다.

※ 소비자 피해가 발생하면, **'소비자24 열린소비자포털(모바일 앱, www.consumer.go.kr)'**을 통해 거래내역, 증빙서류 등을 갖추어 온라인 상담 또는 피해구제를 신청할 수 있다.