

- 따라서 면역력을 증진하거나 피로회복 개선 등 기능성이 있는 제품을 찾는다면 ‘건강기능식품’ 표시를 꼭 확인하시기 바랍니다.

### < 구매·섭취 시 주의사항 >

- (구매 시) 면역력 증진, 피로회복 개선 등 기능성이 있는 홍삼을 찾는다면 건강기능식품 표시·도안, 우수건강기능식품제조기준 (GMP) 마크를 꼭 확인하고 구입해야 합니다.
  - 또한 홍삼제품이 호흡기 감염, 코로나19 등의 예방·치료 효과가 있는 것처럼 광고하거나, 일반식품을 건강기능식품처럼 광고하는 것은 부당한 광고이므로 구매 시 주의해야 합니다.
- (섭취 시) 홍삼 제품에서 정하고 있는 일일섭취량에 맞게 섭취하고 과량 섭취를 피해야 합니다.
  - 진세노사이드 성분은 혈소판 응고를 감소시키고 혈당 저하 효과를 강화할 수 있으므로 당뇨 치료제와 혈액 항응고제 복용 시에는 의사 등 전문가와 상담하시기 바랍니다.
  - 섭취하는 개인의 체질이나 특성에 따라 이상사례가 발생할 수 있으므로 이상사례가 발생하면 섭취를 중단하고 전문가와 상담하거나 ‘건강기능식품 이상사례 신고센터’(1577-2488)에 문의하시면 됩니다.
- 식약처는 앞으로도 국민의 건강과 안전한 식생활을 위해 건강기능식품 섭취에 도움이 될 수 있는 정보를 지속적으로 제공하도록 노력하겠습니다.
- 아울러 건강기능식품이 질병의 예방이나 치료에 효능이 있다고 표시·광고하거나 의약품으로 인식할 수 있게 하는 표시·광고에 현혹되지 말 것을 당부드립니다.