LABEL CHECK / OMEGA-3

오메가3, 앞면보다 뒷면.

같은 '어유 1,000 mg'이어도
EPA와 DHA의 합계는 다를 수 있습니다.

가상 제품 A

1캡슐 기준



어유 전체

1,000 mg

EPA	**180 mg**
DHA	**120 mg**

EPA + DHA 합계

300 mg

어유 전체 중 30%

가상 제품 B

1캡슐 기준



어유 전체

1,000 mg

EPA	**330 mg**
DHA	**220 mg**

EPA + DHA 합계

550 mg

어유 전체 중 55%

비교의 기준

같은 기준량으로 맞추고, 성분별 함량을 읽으세요.

함량이 높다고 모두에게 더 좋은 제품은 아닙니다.
제품별 1일 섭취량과 주의사항도 함께 확인하세요.

출처: NIH ODS · Omega-3 Fatty Acids
가상 제품 A·B의 비교 예시 · 특정 제품의 추천이나 효능 비교가 아닙니다.

콘텐츠 카드 샘플
자료 확인 2026.10.18