NATURAL

건강기능식품 / HEALTH NOTES

천연이라는 단어의 한계

원료의 출처와 안전성은 별개.

01 **성분 확인** 어떤 원료가 얼마나 들어 있는지 읽어요.

02 **상호작용** 약이나 다른 보충제와의 관계를 확인해요.

03 **개인 상태** 수술 예정이나 임신·수유 등을 알리세요.

천연 원료도 부작용이나 상호작용이 있을 수 있어요.