

CHOLINE

FOOD / 012

콜린이 하는 일

세포와 신경의 작은 구성원.

세포막 01

세포를 둘러싼 막의 구성에 필요해요.

신경 02

기억과 근육 조절 등에 쓰이는 물질 생성에 관여해요.

식품 03

달걀·육류·콩류 등에서 얻을 수 있어요.

공공자료 기반 건강정보
일반 정보이며 개인별 진단·처방이 아닙니다.
NIH ODS · Choline