

보도시점	2025. 3. 4.(화) 12:00 <3. 5.(수) 조간>	배 포	2025. 3. 4.(화) 08:30
담당부서	시험연구팀	담당자	사무국장 박윤권 (042-863-9982)

어린이 홍삼, 제품별 진세노사이드 및 당류 함량 차이 있어

- 제품 구입시 '건강기능식품' 표시 꼼꼼히 확인하고 선택해야 -

'어린이 홍삼 건강기능식품'에 관한 가격·품질 비교정보는 '소비자24(www.consumer.go.kr)' 내 '비교공감'란을 통해 소비자에게 제공될 예정임.

성장기 어린이들의 면역력 증진, 피로개선, 기억력 개선, 항산화 등에 도움을 줄 수 있다고 알려진 홍삼 건강기능식품은 소비자 수요가 지속해서 증가하고 있지만, 제품마다 안전성과 품질의 차이를 알 수 있는 객관적인 정보는 미흡한 실정이다.

이에 대전충남소비자연맹(회장 강난숙)은 소비자에게 객관적인 제품 정보를 제공하기 위해 시중에 판매 중인 어린이 홍삼 건강기능식품 10개* 제품을 대상으로 안전성과 품질, 표시 적합성 등에 대해 시험·평가했다.

* 농협홍삼 한삼인 아이홍삼, 동원 천지인 우리아이 면역엔 타요 홍삼스틱, 마이니 면역썩썩 홍삼젤리 망고맛, 아이배넷 고마 홍삼젤리, 애터미 키즈홍삼, 정관장 홍이장군 3단계, 정원삼 6년근 고려홍삼정 365스틱 키즈, 종근당건강 어린이홍삼, 천지양 튼튼썩썩 키즈 홍삼스틱 망고맛, 함소아 홍키통키 프리미어 블루 (제품명 가나다순)

시험결과, 건강기능식품 10개 제품에 표시된 일일섭취량을 준수할 경우 어린이가 하루에 섭취하게 되는 진세노사이드* 함량은 2.6~9.6mg으로 모든 제품이 건강기능식품 일일섭취량 기준을 충족했고, 대장균균, 중금속, 보존료 등 안전성에도 문제가 없었다. 동일 용량 10g(mL) 당 가격은 643~2,067원으로 제품 간 최대 3.2배 차이가 있었다.

* 진세노사이드 : 인삼 속에서 특이적으로 존재하는 사포닌의 일종인 진세노사이드는 홍삼의 기능성분(또는 지표성분)으로 면역력 증진, 피로 개선, 혈소판 응집억제를 통한 혈액흐름·기억력 개선, 항산화, 갱년기 여성의 건강 등에 도움을 줄 수 있음.

□ 진세노사이드 함량, 제품 간 최대 3.7배 차이 있어 (붙임자료 6~7p)

- 건강기능식품 10개 제품에 표시된 일일섭취량을 준수할 경우 어린이가 하루에 섭취하게 되는 진세노사이드 함량은 평균 5.4mg으로 제품 간 최대 3.7배(2.6~9.6mg) 차이가 있었고, 모든 제품이 건강기능식품 일일섭취량 기준*을 충족했다.

* 건강기능식품의 기준 및 규격(식품의약품안전처 고시 제2024-16호) ①면역력 증진·피로개선에 도움을 줄 수 있음 : 진세노사이드(Rg1, Rb1 및 Rg3의 합계) 일일섭취량 3~80mg, ②혈소판 응집억제를 통한 혈액흐름·기억력 개선·항산화에 도움을 줄 수 있음 : 진세노사이드(Rg1, Rb1 및 Rg3의 합계) 일일섭취량 2.4~80mg, ③갱년기 여성의 건강에 도움을 줄 수 있음 : 진세노사이드(Rg1, Rb1 및 Rg3의 합계) 일일섭취량 25~80mg

- 농협홍삼 한삼인 아이홍삼(주)농협홍삼) 제품이 일일섭취량 당 9.6mg의 진세노사이드를 함유하여 가장 많았고, 아이배넷 꼬마 홍삼젤리(아이배넷(주)) 제품이 일일섭취량 당 2.6mg으로 가장 적었다.

□ 당류 함량, 제품 간 최대 7배 차이 있어 (붙임자료 6~7p)

- 일일섭취량 당 평균 3.6g의 당류를 함유했고, 제품 간 1.5~10.5g으로 최대 7배 차이가 있는 것으로 나타났다.
- 마이니 면역쑥쑥 홍삼젤리 망고맛(일동제약(주)) 제품이 일일섭취량 당 10.5g의 당류를 함유하여 가장 많았고, 정원삼 6년근 고려홍삼정 365 스틱 키즈(주)네이처가든) 제품이 일일섭취량 당 1.5g으로 가장 적었다.

□ 안전성, 모든 제품이 관련 기준에 적합 또는 불검출 (붙임자료 7~8p)

- (미생물) 위생지표 미생물(세균수, 대장균군)에 대해 시험한 결과, 전 제품이 불검출로 기준*에 적합했다.

* 건강기능식품의 기준 및 규격(식품의약품안전처 고시 제2024-16호)

- (중금속) 납(Pb), 카드뮴(Cd) 등 중금속(2개) 성분에 대해 시험한 결과, 전 제품이 기준*에 적합했다.

* 건강기능식품의 기준 및 규격(식품의약품안전처 고시 제2024-16호)

- (잔류농약) 잔류농약 5종*에 대해 시험한 결과, 전 제품이 불검출로 나타났다.

* 톨클로포스메틸(Tolclofos-methyl), 사이퍼메트린(Cypermethrin), 아зок시스트로빈(Azoxystrobin), 보스칼리드(Boscalid), 클로르피리포스(Chlorpyrifos)

- (보존료) 보존료 5개* 성분에 대해 시험한 결과, 전 제품이 불검출로 나타났다.

* 소브산, 데히드로초산, 안식향산, 파라옥시안식향산, 프로피온산

- (착색료) 착색료(카라멜색소) 성분에 대해 시험한 결과, 전 제품이 불검출로 나타났다.

□ 표시 적합성, 전 제품이 기준 적합 (붙임자료 8p)

- 표시사항 확인결과, 전 제품이 관련 표시기준에 적합한 것으로 나타났다.

□ 가격은 동일 용량 10g(mL) 당 기준 제품 간 643~2,067원(평균 1,014 원)으로 최대 3.2배 차이 있어 (붙임자료 9p)

- 시험대상 제품의 10g(mL) 기준으로 소비자 가격을 비교했을 때 애터미 키즈홍삼(애터미㈜) 제품이 643원으로 가장 저렴했고, 정관장 홍이장군 3단계((주)한국인삼공사) 제품이 2,067원으로 가장 비쌌다.

대전충남소비자연맹은 제품마다 진세노사이드 함량 등 차이가 있어 이를 확인하고 제품을 선택하는 등 소비자들의 현명한 선택이 필요하다고 당부했다.

한편, 대전충남소비자연맹은 향후에도 일상생활과 밀접한 제품에 대해 안전성 및 품질 등 시험·평가를 지속적으로 실시하여 소비자에게 객관적인 제품 정보를 제공할 예정이다.

- <붙임> 1. 어린이 홍삼 건강기능식품 주요 시험·평가 결과
2. 어린이 홍삼 건강기능식품 시험·평가 결과표
3. 어린이 홍삼 건강기능식품 구매 가이드

<붙임 1> 어린이 홍삼 건강기능식품 주요 시험·평가 결과

1 시험·평가 개요

□ 시험·평가대상 제품

- (시험·평가 대상) 시중 유통 중인 어린이 홍삼 건강기능식품 10개 제품
- (선정기준) 학계, 관련기관 관계자 등으로 구성된 전문가위원회 검토 의견 및 소비자 설문조사*

* 최근 1년 이내 어린이 홍삼(건강기능식품) 구입 경험이 있는 유자녀 여성 소비자 300명 대상(대전충남소비자연맹, 2024.6.)

【시험·평가대상 제품】

제품명	판매원	제조원	내용량	구입가격 (원)*
농협홍삼 한삼인 아이홍삼	(주)농협홍삼	(주)네이처텍	600mL (20mL×30포)	100,000
동원 천지인 우리아이 면역엔 타요 홍삼스틱	(주)동원F&B	(주)다정	300g (10g×30포)	31,900
마이니 면역썩썩 홍삼젤리 망고맛	일동제약(주)	(주)노바렉스	450g (15g×30포)	36,900
아이배넷 꼬마 홍삼젤리	아이배넷(주)	코스맥스바이오(주)	450g (15g×30포)	35,640
애틀미 키즈홍삼	애틀미(주)	코스맥스바이오(주)	360g (12g×30포)	23,140
정관장 홍이장군 3단계	(주)한국인삼공사	(주)한국인삼공사	600mL (20mL×30포)	124,000
정원삼 6년근 고려홍삼정 365스틱 키즈	(주)네이처가든	대동고려삼(주)	1,000mL (10mL×100포)	70,900
종근당건강 어린이홍삼	종근당건강(주)	종근당건강(주)	600mL (20mL×30포)	39,900
천지양 튼튼썩썩 키즈 홍삼스틱 망고맛	헬스밸런스(주)	(주)휴온스푸드언스	1,000mL (10mL×100포)	71,900
함소아 홍키통키 프리미어 블루	(주)함소아제약	(주)네이처텍	600mL (20mL×30포)	59,900

※ 제품순서는 제품명 가나다순 임.

* 온라인 제품 구입가격(2024.7.)이며, 구입처 및 시기에 따라 달라질 수 있음.

□ 시험·평가 항목 및 방법

- 품질(진세노사이드 및 당류 함량), 안전성(미생물, 보존료 등), 표시 적합성(진세노사이드, 당류 및 건강기능식품 관련 표시) 등 시험 및 평가

【시험·평가 항목 및 방법】

시험·평가 항목		시험·평가 내용	시험·평가 방법 및 기준
품질	기능성분	<ul style="list-style-type: none"> ○ 제품별 기능성분 함량 비교 - 진세노사이드(Rg1+Rb1+Rg3) 함량 	건강기능식품의 기준 및 규격 (식품의약품안전처 고시 제2024-16호)
	당류	<ul style="list-style-type: none"> ○ 제품별 당류 함량 비교 	식품의 기준 및 규격 (식품의약품안전처 고시 제2024-35호)
안전성	미생물	<ul style="list-style-type: none"> ○ 세균수 및 대장균군 등 제품 위생 확인 	건강기능식품의 기준 및 규격 (식품의약품안전처 고시 제2024-16호)
	중금속	<ul style="list-style-type: none"> ○ 중금속(납, 카드뮴) 분석 기준 적부 	
	잔류농약	<ul style="list-style-type: none"> ○ 잔류농약 여부 확인 - 톨클로포스메틸(Tolclofos-methyl) - 사이퍼메트린(Cypermethrin) - 아зок시스트로빈(Azoxystrobin) - 보스칼리드(Boscalid) - 클로르피리포스(Chlorpyrifos) 	인삼류 검사 및 관리요령 (국립농산물품질관리원 고시 제2020-23호)
	보존료	<ul style="list-style-type: none"> ○ 보존료 사용 확인 - 소브산, 데히드로초산, 안식향산, 파라옥시안식향산, 프로피온산 	식품첨가물의 기준 및 규격 (식품의약품안전처 고시 제2023-82호)
	착색료	<ul style="list-style-type: none"> ○ 카라멜색소 사용 확인 	
표시 적합성	기능성분 및 당류 표시	<ul style="list-style-type: none"> ○ 기능성분 함량 표시 검증 - 진세노사이드(Rg1, Rb1 및 Rg3의 합) 함량 ○ 당류 함량 표시 검증 	건강기능식품의 표시기준 (식품의약품안전처 고시 제2023-9호)
	건강기능식품 의무표시	<ul style="list-style-type: none"> ○ 의무 표시사항 적절성 확인 - 기능성 및 주의사항 표시 등 	식품등의 표시기준 (식품의약품안전처 고시 제2024-41호) 식품 등 이력추적관리기준 (식품의약품안전처 고시 제2019-116호)
경제성		<ul style="list-style-type: none"> ○ 제품별 구입가격 정보제공 	정보제공
기타		<ul style="list-style-type: none"> ○ 홍삼 원료의 원산지 등 정보제공 확인 	정보제공

가. 품질

□ (진세노사이드) 제품 간 진세노사이드 함량 최대 3.7배(2.6~9.6mg) 차이 있어

- 건강기능식품 10개 제품에 표시된 일일섭취량을 준수할 경우 어린이가 하루에 섭취하게 되는 진세노사이드* 함량은 평균 5.4mg으로 제품 간 최대 3.7배(2.6~9.6mg) 차이가 있었고, 모든 제품이 건강기능식품 일일섭취량 기준**을 충족했음.

* 진세노사이드 : 인삼 속에서 특이적으로 존재하는 사포닌의 일종인 진세노사이드는 홍삼의 기능성분(또는 지표성분)으로 면역력 증진, 피로 개선, 혈소판 응집억제를 통한 혈액흐름기억력 개선, 항산화, 갱년기 여성의 건강 등에 도움을 줄 수 있음.

** 건강기능식품의 기준 및 규격(식품의약품안전처 고시 제2024-16호) ①면역력 증진·피로개선에 도움을 줄 수 있음 : 진세노사이드(Rg1, Rb1 및 Rg3의 합계) 일일섭취량 3~80mg, ②혈소판 응집억제를 통한 혈액흐름기억력 개선·항산화에 도움을 줄 수 있음 : 진세노사이드(Rg1, Rb1 및 Rg3의 합계) 일일섭취량 2.4~80mg, ③갱년기 여성의 건강에 도움을 줄 수 있음 : 진세노사이드(Rg1, Rb1 및 Rg3의 합계) 일일섭취량 25~80mg

- 농협홍삼 한삼인 아이홍삼(㈜농협홍삼) 제품이 일일섭취량 당 9.6mg의 진세노사이드를 함유하여 가장 많았고, 아이배넷 꼬마 홍삼젤리(아이배넷㈜) 제품이 일일섭취량 당 2.6mg으로 가장 적었음.

□ (당류) 제품 간 당류 함량 최대 7배(1.5~10.5g) 차이 있어

- 일일섭취량 당 평균 3.6g의 당류*를 함유했고, 제품 간 1.5~10.5g으로 최대 7배 차이가 있었음.

* 당류 : ①당류의 1일 영양성분 기준치는 100g이며, 만 1세 이상 2세 이하 영유아의 당류 1일 영양성분 기준치는 50g을 적용(식품 등의 표시·광고에 관한 법률 시행규칙 총리령 제2004호, [별표5]), ②가공식품 섭취를 통한 당류 섭취량의 세계보건기구(WHO)의 권고기준은 총열량의 10% 미만으로 어린이가 1일 1,400kcal 섭취 시 당류 35g, 성인이 1일 2,000kcal 섭취 시 당류 50g에 해당함.

- 마이니 면역쑥쑥 홍삼젤리 망고맛(일동제약㈜) 제품이 일일섭취량 당 10.5g의 당류를 함유하여 가장 많았고, 정원삼 6년근 고려홍삼정 365 스틱 키즈(㈜네이처가든) 제품이 일일섭취량 당 1.5g으로 가장 적었음.

【진세노사이드 및 당류 함량 시험결과】

제품명	판매원	제조사	표시량		일일섭취량 당					
					진세노사이드 ^{주1)}			당류 ^{주4)}		
			1포	일일 섭취량	표시량 (mg)	실제 측정값 (mg) ^{주2)}	표시 대비율 (%) ^{주3)}	표시량 (g)	실제 측정값 (g) ^{주2)}	표시 대비율 (%) ^{주5)}
농협홍삼 한삼인 아이홍삼	(주)농협홍삼	(주)네이처텍	20mL	1포(20mL)	6	9.6	160	4	4.5	113
동원 천지인 우리아이 면역엔 타요 홍삼스틱	(주)동원F&B	(주)다정	10g	1포(10g)	3	4.3	143	2	1.9	95
마이니 면역썩썩 홍삼젤리 망고맛	일동제약(주)	(주)노바렉스	15g	2포(30g)	4	4.8	120	10	10.5	105
아이배넷 꼬마 홍삼젤리	아이배넷(주)	코스맥스 바이오(주)	15g	1포(15g)	3	2.6	87	2	2.2	110
에터미 키즈홍삼	에터미(주)	코스맥스 바이오(주)	12g	1포(12g)	3.5	3.5	100	1.5	1.7	113
정관장 홍이장군 3단계	(주)한국인삼 공사	(주)한국인삼 공사	20mL	1포(20mL)	5.4	7.0	130	4	2.8	70
정원삼 6년근 고려홍삼정 365스틱 키즈	(주)네이처가든	대동고려삼(주)	10mL	1포(10mL)	3.5	3.1	89	2	1.5	75
종근당건강 어린이홍삼	종근당건강(주)	종근당건강(주)	20mL	1포(20mL)	4.5	6.0	133	4	2.9	73
천지양 튼튼썩썩 키즈 홍삼스틱 망고맛	헬스밸런스(주)	(주)휴온스 푸드언스	10mL	2포(20mL)	4	4.2	105	4	4.6	115
함소아 홍키통키 프리미엄 블루	(주)함소아제약	(주)네이처텍	20mL	1포(20mL)	5.5	8.8	160	3	3.0	100

[시험·검사기준] 건강기능식품의 기준 및 규격(식품의약품안전처 고시 제2024-16호), 식품의 기준 및 규격(식품의약품안전처 고시 제2024-35호), 식품등의 표시기준(식품의약품안전처 고시 제2024-41호)

주1) 진세노사이드 일일섭취량 : ①면역력 증진·피로개선에 도움을 줄 수 있음(3~80mg), ②혈소판 응집억제를 통한 혈액흐름·기억력 개선·항산화에 도움을 줄 수 있음(2.4~80mg), ③갱년기 여성의 건강에 도움을 줄 수 있음(25~80mg)

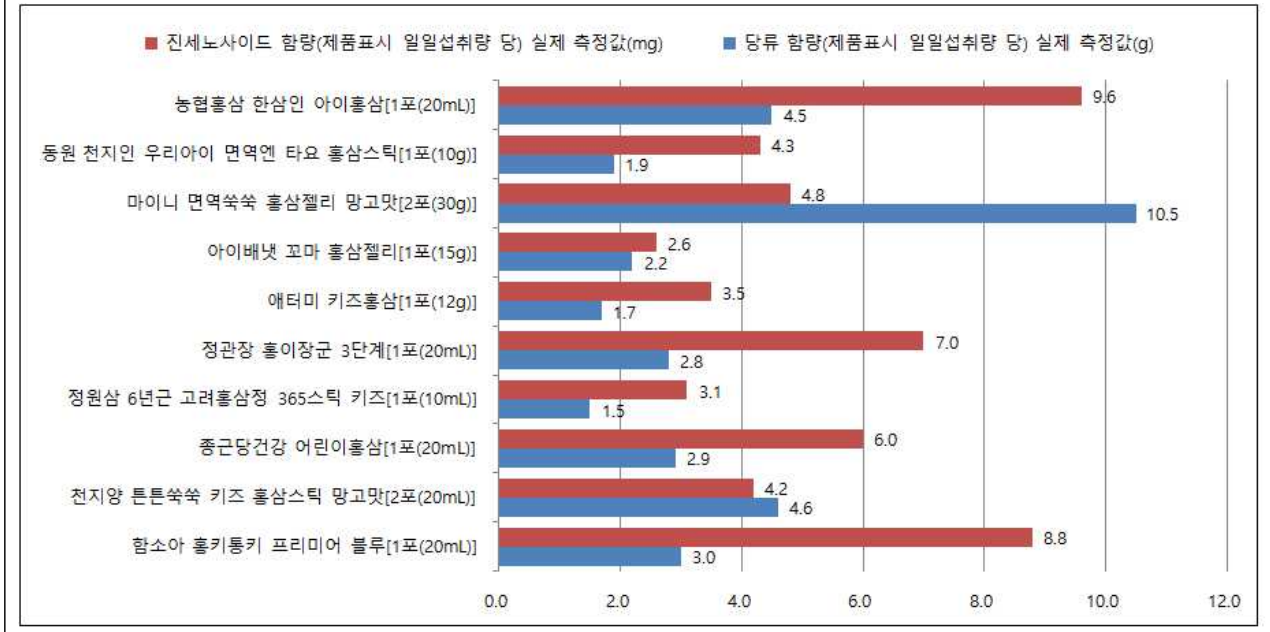
주2) 1mL=1g 적용시 측정값이며, 제품의 밀도를 측정하여 질량으로 환산한 값을 적용하면 측정값이 달라질 수 있음.

주3) 진세노사이드(Rg1, Rb1 및 Rg3의 합) 함량이 표시량의 80% 이상이어야 함.

주4) 당류 일일섭취량 : ①당류의 1일 영양성분 기준치는 100g이며, 만 1세 이상 2세 이하 영유아의 당류 1일 영양성분 기준치는 50g을 적용(식품 등의 표시·광고에 관한 법률 시행규칙 총리령 제2004호, [별표5]), ②가공식품 섭취를 통한 당류 섭취량의 세계보건기구(WHO)의 권고기준은 총열량의 10% 미만으로 어린이가 1일 1,400kcal 섭취 시 당류 35g, 성인이 1일 2,000kcal 섭취 시 당류 50g에 해당함.

주5) 당류의 실제 측정값은 표시량의 120% 미만이어야 함.

【진세노사이드 및 당류 함량 시험결과】



나. 안전성

□ 전 제품 관련 기준 적합 또는 불검출로 안전성에 문제가 없었음.

○ (미생물) 위생지표 미생물(세균수, 대장균군)에 대해 시험한 결과, 전 제품이 불검출로 기준*에 적합했음.

* 건강기능식품의 기준 및 규격(식품의약품안전처 고시 제2024-16호)

- (중금속) 납(Pb), 카드뮴(Cd) 등 중금속(2개) 성분에 대해 시험한 결과, 전 제품이 기준*에 적합했음.

* 건강기능식품의 기준 및 규격(식품의약품안전처 고시 제2024-16호)

- (잔류농약) 잔류농약 5종*에 대해 시험한 결과, 전 제품이 불검출로 기준**에 적합했음.

* 톨클로포스메틸(Tolclofos-methyl), 사이퍼메트린(Cypermethrin), 아зок시스트로빈(Azoxystrobin), 보스칼리드(Boscalid), 클로르피리포스(Chlorpyrifos)

** 인삼류 검사 및 관리요령(국립농산물품질관리원 고시 제2020-23호)

- (보존료) 보존료 5개* 성분에 대해 시험한 결과, 전 제품이 불검출로 기준**에 적합했음.

* 소브산, 데히드로초산, 안식향산, 파라옥시안식향산, 프로피온산

** 식품첨가물의 기준 및 규격(식품의약품안전처 고시 제2023-82호)

- (착색료) 착색료(카라멜색소) 성분에 대해 시험한 결과, 전 제품이 불검출로 기준*에 적합했음.

* 식품첨가물의 기준 및 규격(식품의약품안전처 고시 제2023-82호)

다. 표시 적합성

- ☐ (진세노사이드 함량 표시) 진세노사이드 함량이 표시량의 80% 이상 충족하여 전 제품이 기준*에 적합했음.

* 진세노사이드 실제 측정값은 표시량의 80% 이상이어야 함[건강기능식품의 기준 및 규격(식품의약품안전처 고시 제2024-16호), 건강기능식품의 표시기준(식품의약품안전처 고시 제2023-9호)].

- ☐ (당류 함량 표시) 당류 함량이 표시량의 120% 미만으로 전 제품이 기준*에 적합했음.

* 당류 표시량과 실제 측정값의 허용오차 범위 : 당류의 실제 측정값은 표시량의 120% 미만이어야 함(식품등의 표시기준 식품의약품안전처 고시 제2024-41호).

- ☐ (건강기능식품 표시) 건강기능식품 표시사항을 조사한 결과, 전 제품이 기준*에 적합했음.

* 식품 등의 표시·광고에 관한 법률, 건강기능식품의 표시기준(식품의약품안전처 고시 제2023-9호)

라. 경제성

□ 동일 용량 10g(mL) 당 기준 제품 간 643~2,067원(평균 1,014원)으로 최대 3.2배 차이 있어

- 시험대상 제품의 10g(mL) 기준으로 소비자 가격을 비교했을 때 애터미 키즈홍삼(애터미㈜) 제품이 643원으로 가장 저렴했고, 정관장 홍이장군 3단계(㈜한국인삼공사) 제품이 2,067원으로 가장 비쌌음.

【용량 대비 가격】

제품명 ^{주1)}	판매원	제조원	내용량	경제성		
				구입가격 ^{주2)} (원)	용량 대비 가격 ^{주3)} [원/10g(mL)]	차이
농협홍삼 한삼인 아이홍삼	(주)농협홍삼	(주)네이처텍	600mL(20mL×30포)	100,000	1,667	최대 3.2배
동원 천지인 우리아이 면역엔 타요 홍삼스틱	(주)동원F&B	(주)다정	300g(10g×30포)	31,900	1,063	
마이니 면역썩썩 홍삼젤리 망고맛	일동제약(주)	(주)노바렉스	450g(15g×30포)	36,900	820	
아이배넷 꼬마 홍삼젤리	아이배넷(주)	코스맥스바이오(주)	450g(15g×30포)	35,640	792	
애터미 키즈홍삼	애터미(주)	코스맥스바이오(주)	360g(12g×30포)	23,140	643	
정관장 홍이장군 3단계	(주)한국인삼공사	(주)한국인삼공사	600mL(20mL×30포)	124,000	2,067	
정원삼 6년근 고려홍삼정 365스틱 키즈	(주)네이처가든	대동고려삼(주)	1,000mL(10mL×100포)	70,900	709	
종근당건강 어린이홍삼	종근당건강(주)	종근당건강(주)	600mL(20mL×30포)	39,900	665	
천지양 튼튼썩썩 키즈 홍삼스틱 망고맛	헬스밸런스(주)	(주)휴온스푸드언스	1,000mL(10mL×100포)	71,900	719	
함소아 홍키통키 프리미엄 블루	(주)함소아제약	(주)네이처텍	600mL(20mL×30포)	59,900	998	

주1) 제품순서는 제품명 가나다순임.
주2) 시험대상은 온라인 제품 구입가격(2024.7)이며, 구입처 및 시기에 따라 달라질 수 있음.
주3) 용량 대비 가격은 구입가격을 제품표시 내용량으로 나눈 가격임.
- 1mL=1g 적용시 가격이며, 제품의 밀도를 측정하여 질량으로 환산한 값을 적용하면 가격이 달라질 수 있음.

마. 기타

□ 인삼 년근 수를 표시한 9개 제품 중 8개 제품이 6년근 국산 인삼을 사용했고, 1개 제품이 4년근 국산 인삼을 사용함. 홍삼농축액 사용량을 표시한 8개 제품은 동 원료 농축액을 2.8~7.5% 함유함.

【제품별 제품표시정보(주원료)】

제품명	판매원	제조원	제품표시정보(주원료)		
			인삼	원산지	홍삼농축액 사용량(%)
농협홍삼 한삼인 아이홍삼	(주)농협홍삼	(주)네이처텍	6년근	국산	4.3
동원 천지인 우리아이 면역엔 타요 홍삼스틱	(주)동원F&B	(주)다정	6년근	국산	4.65
마이니 면역썩썩 홍삼젤리 망고맛	일동제약(주)	(주)노바렉스	-	국산	-
아이배넷 꼬마 홍삼젤리	아이배넷(주)	코스맥스바이오(주)	6년근	국산	-
애터미 키즈홍삼	애터미(주)	코스맥스바이오(주)	4년근	국산	2.8
정관장 홍이장군 3단계	(주)한국인삼공사	(주)한국인삼공사	6년근	국산	7.5
정원삼 6년근 고려홍삼정 365스틱 키즈	(주)네이처가든	대동고려삼(주)	6년근	국산	7
종근당건강 어린이홍삼	종근당건강(주)	종근당건강(주)	6년근	국산	5
천지양 튼튼썩썩 키즈 홍삼스틱 망고맛	헬스밸런스(주)	(주)휴온스푸드언스	6년근	국산	3.2
함소아 홍키통키 프리미엄 블루	(주)함소아제약	(주)네이처텍	6년근	국산	7.5

[기호 표시] “-”=표시없음
※ 건강기능식품의 표시기준(식품의약품안전처 고시 제2023-9호)에는 인삼년근수와 홍삼농축액(%) 표시가 의무 사항이 아님. 다만, 홍삼으로 만든 기능성 원료는 4년근 이상의 인삼을 사용해야 함.

어린이 홍삼 건강기능식품 시험·평가 결과표

<붙임 3>

어린이 홍삼 건강기능식품 구매 가이드

✓ 홍삼

- ☑ 홍삼은 수삼을 증기 또는 기타방법으로 찌서 익혀 건조시킨 것을 말하며, 제조과정 중 갈색화 반응이 촉진되어 농다갈색의 색상을 가집니다. 수삼을 익혀 건조시키면 진세노사이드 Rg2, Rg3, Rh1, Rh2 등이 생성되며, 이 성분들은 학습능력 개선, 항혈전 활성화, 항산화 활성화 등이 알려져 있습니다. 홍삼의 기능성분은 진세노사이드 Rg1, Rb1 및 Rg3 함량의 합으로 정하고 있습니다.

- 진세노사이드 : 인삼 속에서 특이적으로 존재하는 사포닌을 통칭함.

✓ 홍삼의 다양한 기능성

- ☑ 홍삼의 가장 대표적인 기능성은 ①면역력 증진이며, 면역세포를 증가시키거나 그 기능을 조절하는 단백질의 분비를 높여 면역 능력에 도움을 줍니다.
- 또한 홍삼은 육체적인 피로에 영향을 주는 혈중 젖산 농도와 크레아틴산 수치 등을 감소시켜 ②피로를 개선하는데 도움을 줍니다.
- 이 밖에도 ③혈소판 응집을 억제해 혈액흐름 개선, ④기억력 개선, ⑤항산화, ⑥갱년기 여성의 건강에 도움을 주는 등 다양한 기능성이 인정되었습니다.

✓ 일반식품과 건강기능식품의 차이점

- ☑ 시중에 판매되는 홍삼 제품은 홍삼 캔디, 홍삼음료 등의 일반식품으로도 많이 판매되고 있으나 홍삼으로 만든 건강기능식품과는 차이가 있습니다.
- 홍삼으로 만든 기능성 원료는 4년근 이상의 인삼을 사용해야 하며 인정된 기능성에 따라 ‘진세노사이드’의 일일섭취량이 정해져 있습니다.
- 기능성별 진세노사이드(Rg1, Rb1 및 Rg3의 합계)의 일일섭취량은 ▲면역력 증진·피로개선에 도움을 줄 수 있음(3~80mg) ▲혈소판 응집억제를 통한 혈액흐름·기억력 개선·항산화에 도움을 줄 수 있음(2.4~80mg) ▲갱년기 여성의 건강에 도움을 줄 수 있음(25~80mg)
- 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.



- ☑ (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 상담하세요.
- 알레르기 체질 등은 개인에 따라 과민반응을 나타낼 수 있어요.
- 이상 사례 발생 시 섭취를 중단하고 전문가와 상담하거나 ‘건강기능식품 이상사례 신고센터’ (1577-2488)에 문의하세요.

<출처: 식품의약품안전처>