

魚油補充劑樣本的標籤建議服用量及標示成分

樣本編號	標籤資料		
	產品名稱及描述 [1]	標籤建議服用量	標示成分
膠囊類			
沒有標明服用人士年齡範圍的樣本			
1	Webber Naturals Triple Strength Omega-3 維柏健3倍精煉魚油 (80粒)	日常保健每日1粒；心腦健康每日2粒；關節健康每日4粒；或遵照醫生指示服用	每粒成分：精煉魚油1425毫克（鯉魚、沙甸魚及/或鯖魚）（提供奧米加-3脂肪酸900毫克[EPA 600毫克、DHA 300毫克]）、軟膠膠囊（明膠、甘油[乳化劑]、純化水、果膠、山梨糖醇[水分保持劑]）、天然維他命E Free of artificial colours or preservative; no dairy, sugar, wheat, gluten, yeast, corn, egg, shellfish, salt, tree nuts or GMOs.
2	Holland & Barrett Omega 3 Fish Oil 1200mg with Vitamin D3 (90粒)	每日服1粒，最好與餐同服。不要超過建議劑量。	Fish oil, gelatine, glycerine, antioxidants (mixed tocopherols, d-Alpha tocopherol), medium chain triglycerides, sunflower oil, vitamin D3 (as cholecalciferol) For allergens - see ingredients in bold (No artificial colours, flavours or preservatives. No added sugar, sweetener or salt. No corn. No porcine. No yeast.
3	Doctor's Choice Omega 3 醫之選奧米加 3 (250粒)	每日口服1至2粒或遵醫囑	魚油、膠凝劑（明膠）、甘油、純水。 本產品含有魚類製品。
4	L&F Alaska Deep Sea Fish Oil L&F阿拉斯加深海魚油 (300粒)	One or two softgel daily after meals. 每日1粒，飯後服用。	每3粒含有EPA 180mg and DHA 120mg, 2IU d-alpha tocopherol Other ingredients: glycerin, gelatin and purified water
5	GNC Live Well Fish Body Oil 1000 180-ct GNC超級魚油 (180粒)	每日1至2粒，隨餐服用。	魚油、明膠（膠囊）、水分保持劑（甘油）、抗氧化劑（天然維他命E）
只標明成人服用量的樣本			
6	Mannings USA Deep Sea Fish Oil 1000mg 萬寧美國深海魚油 (200粒)	成人每日飯後服1至2粒或按專業醫護人員建議。 請勿超出每日建議用量。	魚油、明膠、甘油、水、抗氧化劑 (E307) 無添加糖、食鹽、玉米、酵母、小麥、牛奶、澱粉及防腐劑
7	Jamieson Wild Salmon & Fish Oil Jamieson三文魚油丸 (210粒)	成人每日1至3粒	分子蒸餾魚油（三文魚、鯉魚）、明膠（牛）（膠囊）、增稠劑（E422）、水、天然檸檬調味
8	Kenecil Alaska Deep Sea Fish Oil King 健力士美國阿拉斯加深海魚油丸 (300粒)	包裝外盒：成人每日服2粒，宜餐後服	每2粒可提供EPA 360毫克、DHA 240毫克、gelatin（明膠）、glycerin（甘油）、purified water（純淨水）
9	Adrien Gagnon Omega 3 500mg Highly Concentrated Fish Oil 楓之寶高濃度強心奧米加 3 (120粒)	成人每日服3次，每次1粒，隨餐服用。	海魚油、明膠、增稠劑（甘油）、天然調味料（柑橘和青檸檬）、純水、d-α-生育酚
標明服用人士包括成人及兒童的樣本			
10	Meiriki Platinum DHA 70 日本命力增強版強腦素 (60粒)	成人每日服2粒；小童每日服1至2粒；孕婦或哺乳女士每日服2粒；嬰兒每日服1粒（請剪穿膠囊將魚油放入奶中或把整粒魚油丸混和米糊服食）（說明書）12歲以下小童每日服1至2粒	精製魚油、DHA 70%（二十二碳六烯酸）、EPA 3-5%（二十碳五烯酸）、維他命E、膠囊（膠原及甘油）
11	Health King Norwegian Salmon Oil 健康尚品挪威三文魚油精華 (108粒)	建議成人每日午餐及晚餐前各服2粒作為膳食補充劑。 兒童每日1粒或按照醫生指示服用。適合孕婦服用。	新鮮挪威三文魚油 軟膠囊：膠凝劑（明膠、甘油）、抗氧化劑（維他命E）
12	Swisse Ultiboost Odourless High Strength Wild Fish Oil (200粒)	adult general health: 1 capsule daily : brain health and nervous system support: 1 capsule daily : cardiovascular and eye health: 2 capsules daily mood balance: 4 capsules daily : pregnancy and breastfeeding: 2 capsules daily : take during or immediately after a meal, or as directed by a healthcare professional child 1 to 12 years: 1 capsule daily : pierce and squeeze into juice or cereal, or as directed by a healthcare professional	natural fish oil, capsule (gelatin, humectant (glycerol), water, vanillin) No added lactose, gluten, yeast, egg, artificial colours or artificial flavours.
13	Catalo Omega-3 Ocean Fish Oil 家得路奧米加 3 深海魚油精華 (180粒)	成人：每日2次，每次服1至2粒。6歲或以上兒童：每日服1粒。餐後服食。	天然高純度、高濃度深海魚油精華（含二十碳五烯酸（EPA）及二十二碳六烯酸（DHA）） 其他成分：骨膠原膠囊（明膠）、水分保持劑（甘油）、淨水。 含魚類（鳳尾魚、沙甸魚） Ultra purified & high concentration ocean fish oil Other ingredients: gelatin (softgel), humectant (glycerin), purified water. Contains Fish (anchovy, sardine)
14	Blackmores Fish Oil 1000 Odourless (200粒)	For heart, skin and general health: Adults - take 2 capsules a day, or as professionally prescribed. Take with food. For brain and eye health: Adults - Take 3 capsules a day, or as professionally prescribed. Take with food. For healthy growth and development in children: Children 1+ years - Take 2 capsules a day (age 1 to 12 years, pierce or squeeze into milk, juice or cereal. Consume immediately). Children under 1 year - Only as professionally prescribed.	Fish oil, gelatin(gelling agent), glycerol (stabilizer), purified water, lemon flavour, vitamin E (antioxidant), vanilla (flavour), vanillin (flavour)
15	Miracle Life Supreme Fish Oil 美然康高效 DHA 魚油丸 (70粒)	成人：每日1至2粒。 12歲以下兒童：每日1粒。（整粒吞服或刺穿膠囊，將魚油加入食物中服用。）	魚油、明膠、純水、甘油、抗氧化劑（維生素E）
標明專供嬰兒或兒童服用的樣本			
16	Health Proof Junior Omega Proof A Nutritional Supplement 康寶庫兒童魚油精華（保健食品）高純度DHA精華 (60粒)	1至3歲：每日服用1粒；4至5歲：每日服用2粒；6至12歲：每日1至2次，每次1至2粒；建議可直接咀嚼吞食或可剪開膠囊擠出魚油混入稀粥或糊物中 可參照醫生或藥劑師建議服用	內容物[天然魚油 (96.43%)、天然橙油 (3.09%)、天然檸檬油 (0.19%)、青檸油 (0.19%)、抗氧化劑 (307) (0.10%)]、膠囊殼[明膠 (60.77%)、甘油 (30.38%)、水 (7.59%)、甜味劑 (955) (0.47%)、雲尼拿 (0.41%)、色素 (171、110、129) (0.38%)]
17	AUSupreme Kids Fish Oil 750 Max 澳至尊兒童健腦魚油益智補腦配方 (100粒)	6個月至5歲兒童每日1至2粒；6歲至12歲兒童每日2至3粒。 建議2歲以下兒童刺穿膠囊並加入到食物或飲品中服用。	天然魚油（每粒750毫克）、明膠、水分保持劑（甘油）、純水、甜橙油、檸檬油、青檸油、甜味劑（三氯半乳糖）、香蘭素、抗氧化劑（d-α-生育酚）、食用色素（二氧化鈦、日落黃、誘惑紅）
18	Holdbody Children's DHA Holdbody兒童DHA特選深海魚油 (60粒)	0至12個月幼兒：每日1粒；1歲至3歲兒童：每日1至2粒；4歲或以上：每日2粒，直接咀嚼；未能咀嚼的兒童：家長可以弄斷軟膠囊魚尾位置，輕啣出魚油，將含天然水果口味之魚油，混和在食物之中	天然高純度深海魚油精華（含DHA及EPA）、維他命D3、增稠劑（明膠）、水分保持劑（甘油）、天然水果精華、純淨水、甜味劑（木糖醇）、乳化劑（纖維素）
19	Bioisland Cod Liver + Fish Oil for Kids (90粒)	Infants 0 to 6 months: exclusive breastfeeding is recommended, consult your healthcare professional and use only as directed. 7 to 12 months take 1 to 2 capsules daily; 1 to 3 years take 2 capsules daily 4 to 8 years take 3 capsules daily; 9+ years take 4 capsule daily, or as directed by your healthcare professional Please take with meal. For children under 5 years, cut the capsule tail and squeeze the contents onto a spoon before administering into mouth. Alternatively, the dosage can be squeezed onto food.	cod liver oil, fish oil - natural, d-alpha tocopherol (vitamin E)
20	Health Oslo Baby's Fish Oil 荷爾氏奧斯陸健兒魚寶 (60粒)	嬰幼兒至2歲兒童：每日1粒，可刺穿軟膠囊將魚油加入食物中食用或直接食用。3歲至5歲兒童：每日1粒，請於餐後食用。6歲以上，每日2粒，請於餐後食用。本品特製膠囊適合咀嚼吞服或刺穿後將魚油加入食物中食用。	魚油、維他命E 膠囊成分：軟凝膠（牛明膠）
21	日本阪聖Children's DHA 日本阪聖子供專用DHA (60粒)	6個月幼兒至2歲兒童每日1粒；3歲至5歲兒童：每日1粒，請於餐後食用；6歲以上，每日2粒，請於餐後食用；可刺穿軟膠囊將魚油加入食物中食用或直接食用	魚油……70%；γ-氨基丁酸……13%；大豆軟磷脂……5%；甘油脂肪酸酯……5%；輔酶Q10……5%；蜂蠟（抗結劑）……2% 膠囊外殼成分：明膠61毫克、甘油8毫克、焦糖（色素）6毫克、水分25毫克
標明專供孕婦、哺乳女性或計劃生育婦女服用的樣本			
22	日本阪聖Pregnant Women DHA 日本阪聖孕婦專用DHA (60粒)	計劃生育：每日1次，每次2粒；孕婦及餵哺中婦女：每日2次，每次2粒 請於餐後服用。亦可刺破膠囊，加入食物中食用 每粒445毫克	天然高純度深海魚油DHA……278毫克； 深海藻類精華提取物……45毫克；酸葵花籽油……22毫克 膠囊外殼成分：明膠61毫克、甘油8毫克、焦糖（色素）6毫克、水分25毫克
23	Nutronic Pregnancy Omega 3 Nutronic 全孕期奧米加 3 (60粒)	成人女性：每日1至2粒	魚油、二十二碳六烯酸DHA、二十碳五烯酸EPA、甘油、明膠、水
非膠囊類			
24	Scott's Emulsion Original Cod Liver Oil 司各脫鯊魚肝油乳白 (400毫升)	1至6歲：每日1次，每次10毫升；7至10歲：每日1次，每次15毫升 11至13歲：每日2次，每次10毫升；≥14歲：每日2次，每次15毫升； 1歲以下的嬰兒須在醫生的指示下方可服用；不可服用多於每日最高劑量。 服用過量魚肝油可導致體內維他命A和D含量上升。	去離子水、鯊魚肝油、鯊魚油、山梨糖醇溶液、蔗糖、抗氧化劑（次磷酸鈣）、乳化劑及穩定劑（三仙膠）、抗氧化劑（次磷酸鈉）、乳化劑及穩定劑（E405）、酸度調節劑（去離子水、鹽酸）、防腐劑（山梨酸鉀）、調味劑（水楊酸甲酯、苯甲醛、肉桂油、丁香油）
25	Life Nutrition Baby DHA +D3 Complete Life Nutrition 100% 天然嬰兒鱈魚DHA +D3 (60毫升)	0至12個月大，每日服1.5毫升；12至24個月大，每日服3毫升；可直接服食或混於食物或飲品中同服；食用前先搖勻	Alaskan cod oil, natural flavor (lemon), antioxidant (natural mixed tocopherols)

[註] [1] 各分類內的樣本按總評分由高至低排列，詳情請參閱報告內容。