

碘

- 碘是人體身心發育所需的物質。
- 人體無法自行產生碘，而必須從食物中獲得碘。
- 孕婦和哺乳婦女需要 220 – 250 微克碘。
- 天然食物中的碘含量極低。
- 應食用含碘鹽，並最少攝入 150 微克產前/多種維他命。



購物時應選擇
含碘鹽。

Supplement Facts

Serving Size - 1 capsules
Servings per Container - 90

	Amount per Serving	% Daily Value ¹
Iodine (as potassium iodide)	150mcg	100%
Zinc (Chelazome [®] , zinc amino acid chelate)	15mg	100%
Selenium (from L-selenomethionine)	400mcg	571%
Copper (Chelazome [®] , copper amino acid chelate)	2mg	100%