

# 購買【好聰敏3益生菌】、【好聰敏S消化菌】可以同一天吃嗎？

好聰敏3益生菌與S消化菌可以同一天吃哦！  
兩種益生菌吃的時間不一樣，分開時間食用就可以喔！

**好聰敏3益生菌**一歲以上一天一包，空腹吃最佳，食用時搭配常溫開水一起吃，早上起床、睡前或任何空腹(兩餐之間)時段都很適合喔☺

**好聰敏S消化菌** 飯後馬上吃一包，搭配開水食用（想增加食慾，可於餐前30分內食用；想幫助消化，則選擇飯後立即食用）

產品食用上有任何問題，歡迎加入【[營養師諮詢](#)】，提供您更詳細的食用建議。