

因為沙棘是食品，所以跟藥品一起攝取，也沒有關係。
這就跟生病的時候，可以照常吃飯的原理是一樣的。現代的食物，是由人工的土壤所孕育出來的，因此食物的本身已經失去生命力，再加上食品添加物等毒素的危害，使得人們無法從食材中完全得到所需的營養成分。然而，沙棘是充滿生命力的優良食品，除了本身來自無污染的高山，營養素的配比更是所有植物中最完美的，可以活化人體細胞、代謝藥害。
在副作用方面，沙棘因為不是藥物，因此完全沒有副作用之虞。在西藏、中國、蒙古等地，沙棘自古以來就是頗受民間歡迎的民間藥物。沙棘長年累月被許多地方的人士當作醫藥品使用，這也可以證實沙棘的安全性無虞。