提醒老年消费者在保健产品消费过程中应注意：一是要分清保健食品和药品的界限。保健食品不是药品，它虽然能调理人体的生理功能，对身体可能有某些保健作用，但其治疗疾病的效果不大。因此在购买前要注意核对商品外包装上的批准文号是“药准字号”还是“卫食健字号”，不要将保健食品误认为是药品购买，有病应及时到医院就诊、咨询。二是理性对待商家的促销活动，不要盲目跟风轻易购买。老年人购买保健食品应根据自身健康状况有针对性地选择，不要轻信街头巷尾来历不明的讲座及产品推销，谨防不法商家以免费试用、赠送产品等伎俩诱骗消费；对上门推销产品的一定要提高警惕，不可草率相信口头承诺，否则一旦发生纠纷，自己的合法权益将难以得到维护。三是购买保健食品应到信誉较好、证照齐全、有固定经营场所的正规销售商店购买。在购买前，应仔细察看包装上厂名、厂址、联系电话、生产日期、有效期限等是否标注齐备；详细阅读使用说明书，确定产品的保健功能，并向医院医生请教，在专业人士的指导下服用。四是索要和妥善保管购物发票和相关凭证。注意核对凭证内容，仔细检查凭证上记载的商品名称、数量、单价、总价与实际是否相符，所盖公章字样与经营者名称是否一致。若发现权益受到损害，及时到当地消费维权部门投诉或向有关行政部门进行申诉、举报。