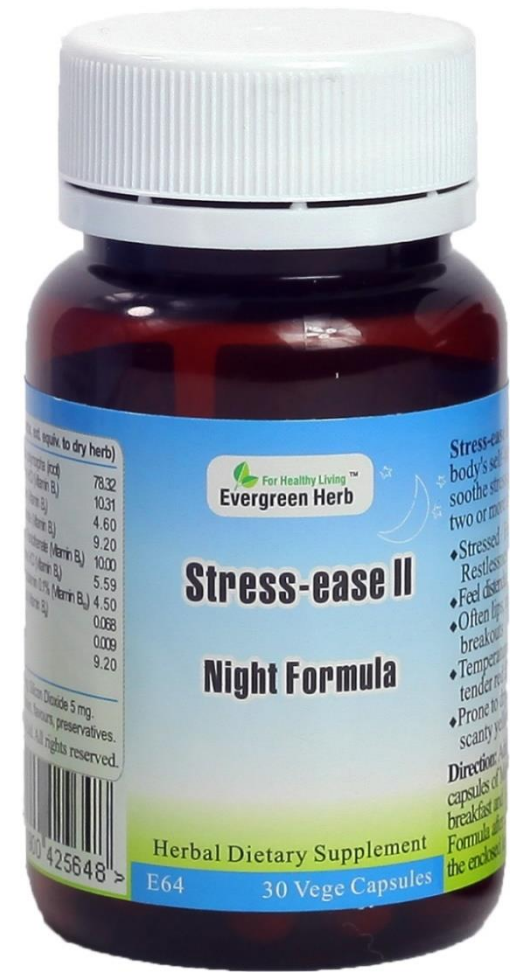
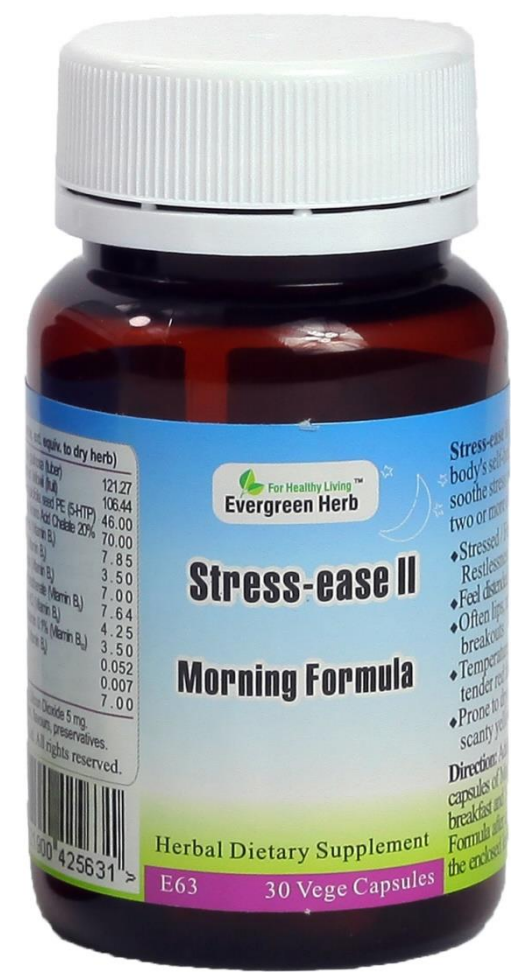


關鍵草本 — 玫瑰
 自公元 1644 年以來傳統上用來解郁減壓，促進血液循環。現代科學研究顯示玫瑰花提取物具有補腦增強記憶功能，以及減緩抑郁焦慮的作用 (1, 2)。



關鍵草本 — 地黃
 自公元 1616 年以來傳統上用來清除血熱，養血和補腎。現代科學研究揭示這個草本能夠促進鎮靜放鬆，對血壓有雙向調節作用。它也能調節不正常的腎上腺皮質素和甲狀腺荷爾蒙水平，並有抗衰老活性 (3, 4)。



1. Baser et al. (2012) A Review of the History, Ethnobotany, and Modern Uses of Rose Petals, Rose Oil, Rose Water, and Other Rose Products. *HerbalGram*. Issue 96, 40-53.
 2. S Nanda, PK Das (2015) Medicinal Efficacy of Rose Plant: A Mini Review; *PharmaTutor* 3 (10), 23-26.
 3. Shah et al. (2010) *Rehmannia glutinosa* – A Phyto-pharmacological review. *Pharmacologyonline* 1: 737-753.
 4. Zhang et al. (2008) *Rehmannia glutinosa*: review of botany, chemistry and pharmacology. *J Ethnopharmacol.* 117 (2), 199-214.