

您可能會重復閱讀該單張，請保存好直到您全部用完該產品。該產品中的早晚方可單獨購買。

Good Sleep I 好睡眠 I 支持緩解睡眠不良和胃反酸以及相關的 2 組以上下列症狀：

- ◆ 思緒繁雜，難於入睡
 - ◆ 易緊張，煩躁不安
 - ◆ 易怒
 - ◆ 耳鳴
 - ◆ 腹脹消化不良
 - ◆ 口苦
 - ◆ 目赤
- 好睡眠 I (Good Sleep I) 使用指南：**

適用成人。早飯後服用 1-2 粒早方 (Morning Formula) 膠囊，晚飯後服用 1-2 粒晚方 (Night Formula) 膠囊。如不見明顯效果，增加早晚方各到 2-4 粒膠囊直到有穩定效果，然後恢復到 1-2 粒劑量。

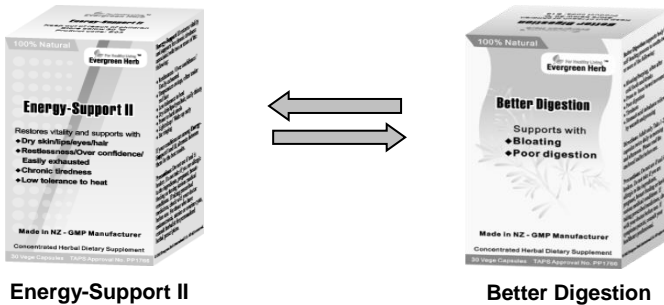
服用日程： 1-2 個月，然後休息 1 個月。如有必要，再開始新的療程。

如果症狀介於**好睡眠 I (Good Sleep I)**、**好睡眠 II (Good Sleep II)** 和**好睡眠 III (Good Sleep III)**之間：



交替使用上述 3 種組方，每個各 5 天。重復這個循環 2 個月，然後休息 1 個月。如有必要再開始新的療程。如果有消化不良、腹脹、便滯，應先服用**脾復優 (Better Digestion)**。

完成好睡眠組方綜合方案后，要保持良好的睡眠質量使用下列方案：



交替使用**能量 II (Energy-Support II)** (7 天) 和**脾復優 (Better Digestion)** (2 天)。重復這個循環 1-2 個月，然後休息 1-2 個月。如有必要再開始新的療程。

特別注意事項：

- 不要與鎮靜藥物同用。

日常保健提示：

- 晚上睡覺前，做 15 分鐘放鬆散步。

免責聲明：本單頁內容以提供消費者產品信息為目的，不是要取代由醫生提供給個人的醫療診斷、處方、預防及治療服務。如症狀持續，請尋求醫生諮詢。