

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。該產品中的方 I 和方 II 可單獨購買。

Mood Lift I 好心境 I 支持人體自愈能力，從而減緩情緒低落、憂慮、自信心低下以及與此相關的 2 組以上下列症狀：

◆情緒低落，興趣喪失 ◆憂慮，悲觀 ◆自信心低下，猶豫寡斷 ◆頭昏沉，難於集中注意力 ◆呆滯，嗜睡 ◆胸脅漲滿 ◆郁悶不舒，常嘆氣 ◆面色暗淡，面鬆懈 ◆不耐冷 ◆性欲低 ◆容易腹瀉

這些症狀常因壓力、孤單、寒冷潮濕或陰暗天氣所誘發或加重。膽小孤僻性格者更容易受到影響。

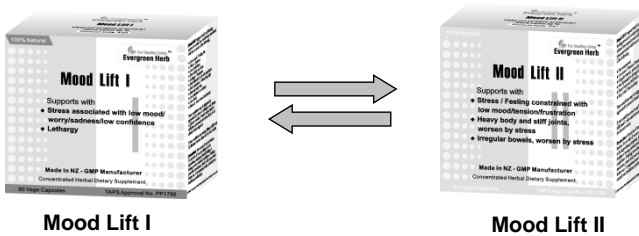
好心境 I (Mood Lift I) 使用指南：

適用成人。1 天 2 次，上午服用 1-2 粒方 I (Formula I) 膠囊，下午服用 1-2 粒方 II (Formula II) 膠囊。如不見明顯效果，可增加方 I 和方 II 各到 2-4 粒膠囊，直到有穩定效果，然後恢復到各 1-2 粒膠囊劑量。

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。

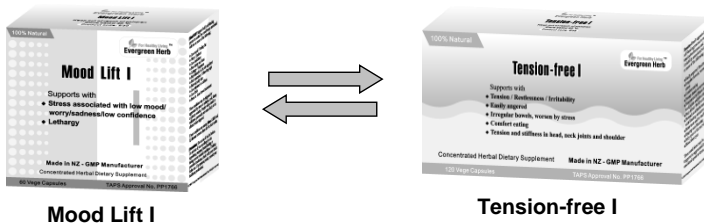
對於反復頑固型的緊張、情緒低落、憂慮、自信心低下以及相關的上述症狀，建議使用在 **舒暢 (Relax Formula)** 中描述的長期綜合解決方案，具體方法參見 **舒暢 (Relax Formula)** 單張說明。

如果症狀介於**好心境 I (Mood Lift I)** 和 **II (Mood Lift II)** 之間，可交替使用它們：



交替使用**好心境 I (Mood Lift I)** 和 **II (Mood Lift II)**，每種各 5 天。重復這個循環直到有明顯效果，然後休息 1-2 個月。如有必要再開始新的療程。

如果同時伴有緊張、焦慮，需交替使用**好心境 I (Mood Lift I)** 和**放鬆 I (Tension-free I)**：



需交替使用**好心境 I (Mood Lift I)** 和**放鬆 I (Tension-free I)**，每種各服用 10 天。重復這個循環直到有明顯效果，然後休息 1-2 個月。如有必要，再開始新的療程。

日常保健提示：

- 保持明亮、陽光充足的工作和生活環境。
- 常食用蔥姜和胡椒類。
- 避免寒冷潮濕和陰暗的環境。盡量避免孤單獨處。
- 保持規律性的適量運動，以微出汗為宜。

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。