

女性保健的常青草本解決方案

各種例假狀況：經前痘疹；月經不規律；經前期緊張；痛經。



用法：在例假結束後開始這個循環。交替使用上面五個草本產品，每個五天。在下一次例假開始時停止這個循環。上面一個完整循環通常在兩個例假周期之間完成，如果下次例假提前來，減少最後一個草本產品經前放鬆 (PMT-ease) 的使用天數，反之如果下次例假推遲來，延長經前放鬆 (PMT-ease) 的使用天數。重復這個循環直到有明顯效果，然後休息一個月。如有必要再開始新的循環。