

您可能會重複閱讀該單張，請保存好直到您全部用完該產品。

GOOD SLEEP II 好睡眠清熱

支持緩解睡眠不良以及相關的 2 組以上下列症狀：

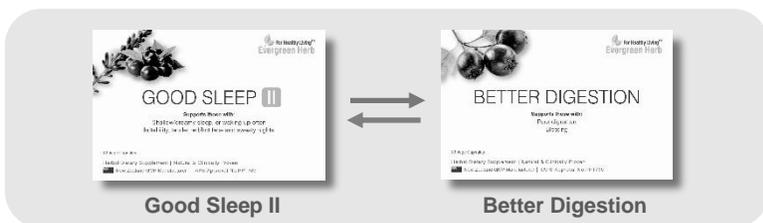
- 烦躁不安 ● 口干咽燥 ● 容易大便干燥 ● 常有口腔，唇，舌頭潰瘍 ● 細耳鳴 ● 緊張多夢，淺睡易醒 ● 常有潮熱盜汗，面色潮紅 ● 不喜熱，不耐熱

好睡眠清熱 (Good Sleep II) 使用指南：

適用成人。早飯後服用 2 粒早組方 (Morning Formula) 綠色膠囊，晚飯後服用 2 粒晚組方 (Night Formula) 橙色膠囊。如果對這個產品反應明顯，可減少到每次 1 粒膠囊。如果效果不明顯，可增加至每次 3 或 4 粒膠囊直到有穩定效果，然後恢復到每次 2 粒膠囊。

服用日程：10 天。然後休息 1 周，如有必要，再開始新的日程。

如果長期使用 (連續服用超過 10 天以上)，**好睡眠清熱 (Good Sleep II)** 需要和**脾復優 (Better Digestion)** 交替使用：



交替使用**好睡眠清熱 (Good Sleep II)** (5 天) 和**脾復優 (Better Digestion)** (2 天)，重複 2 次循環。如有必要再開始新的日程。

如果症狀介於**好睡眠速靜 (Good Sleep I)**，**好睡眠清熱 (Good Sleep II)**，**好睡眠充足 (Good Sleep III)** 和**好睡眠健腦 (Good Sleep IV)** 之間：



交替使用上述 4 種組方，每個分別服用各 5 天，重複這個循環直到都服用完，然後休息 1 個月，如有必要再開始新的日程。如果有消化不良、腹脹、便溏，應先服用**脾復優 (Better Digestion)**。

特別注意事項：

- 不要與鎮靜藥物同用。

服用好睡眠清熱過程中的日常保健事項提示：

- 晚上睡覺前，做 15 分鐘放鬆散步。

© 2006 Evergreen Herb International Ltd. All rights reserved.

TAPS 批准文號 PP1960

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。