

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。

BETTER DIGESTION 脾復優

幫助恢復人體自愈功能，從而有助於減緩 2 組以上下列症狀：

- 肚脹、打嗝，尤其是食用生冷食物后或在潮濕環境下
- 容易腹瀉
- 消化不良
- 疲勞
- 胃反酸，溫暖和按壓可以緩解

脾復優 (Better Digestion) 服用指南：

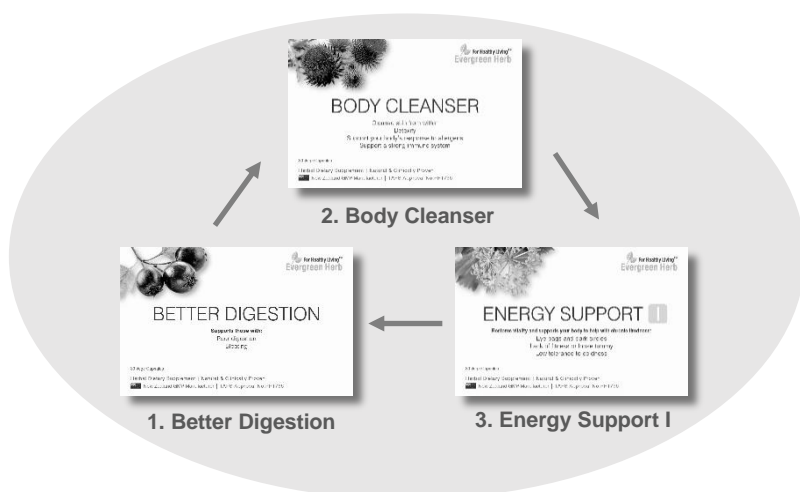
每次 2 粒膠囊，上下午各 1 次。如果對這個產品反應明顯，可減少到每次 1 粒膠囊。如果效果不明顯，可增加到每次 3 或 4 粒膠囊直到有穩定效果，然後恢復到每次 2 粒膠囊。

如果伴有與焦慮相關的症狀，可交替使用**放松鎮定**或**放松祛煩 (Tension Free I, II)** 或**清心腦祛火**或**清心腦祛煩 (Inner Calm I, II)** 和**脾復優 (Better Digestion)**。如果伴有慢性疲勞，可交替使用**抗疲勞潤燥 (Energy Support II)** 和**脾復優 (Better Digestion)**。請參照上述其他產品單張說明書。

服用日程：1-2 周。然後休息一個月，如有必要可再開始新的服用日程。

針對頑固性狀況或穩定已獲得的療效，可採用下列綜合方案：

如果你有腹脹和消化不良並伴有下列 2 組以上症狀：疲勞，大便粘滯不爽，不耐冷及容易手腳涼，關節僵緊，肌肉痛及灼熱感。採用下列方案：



按順序交替循環使用上述 3 種產品，每種服用各 7 天。重複 2-3 個循環，然後停止服用休息 1-2 個月。如有需要再開始新的循環日程。

服用脾復優過程中的日常保健事項提示：

- 避免過飽，尤其是油膩食物。避免匆忙進食或邊進食邊做其他事情。
- 保暖（衣物或居住環境）。避免生冷食物。
- 做適量運動，以微出汗為宜。