

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。

## STRESS-EASE I 纾壓助眠

支持人體自愈能力，從而減緩壓力以及與之相關的 2 組以上下列症狀：

- 有壓力，郁闷不舒
- 容易憂慮
- 常嘆氣
- 易煩躁
- 胸脅脹滿
- 睡眠少
- 難於入睡，早醒
- 口咽干燥

**纾壓助眠 (Stress-ease I) 使用指南：**

適用成人。早飯后服用 2 粒早組方 (Morning Formula) 白色膠囊，晚飯后服用 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：**1 個月，然後休息 1 個月。如有必要，再開始新的日程。

如果症狀介於**纾壓系列 (Stress-Ease I, II, III)** 產品之間，或針對與壓力相關的頑固型狀況，建議使用下列長期解決方案：



按順序交替使用上述 3 個**纾壓系列 (Stress-Ease I, II, III)** 產品（每個分別 10 天）和**脾復優 (Better Digestion)**（2-3 天），然後休息 1-2 個月。如有必要再開始新的日程，重復這個循環。

**特別注意事項：**

- 不要與鎮靜類藥物同用。

**服用纾壓助眠過程中的日常保健事項提示：**

- 當你感覺有壓力時，做深呼吸。
- 晚上睡覺前，做 5 分鐘放鬆散步。
- 保持規律性的適量運動，以做出汗為宜。

© 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。