

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。

## TENSION FREE II 放鬆祛煩

支持人體自愈能力，從而減緩緊張焦慮、憂煩以及與之相關的 2 組以上下列症狀：

- 急躁不安 ● 潮熱尤其夜汗，面色潮紅 ● 口唇喉干燥 ● 睡眠少，早醒 ● 缺乏耐力，易耗竭
- 細微耳鳴 ● 胃反酸 ● 無耐心及多食易飢 ● 口臭，口干 ● 不耐熱 ● 容易大便干燥或小便赤黃

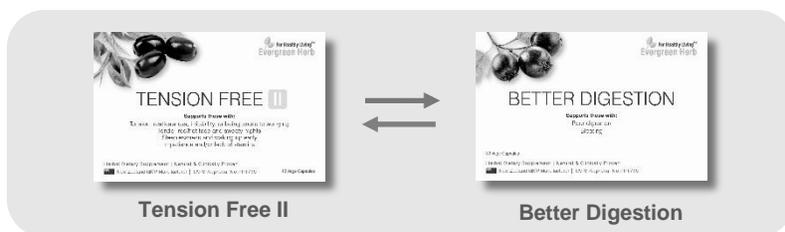
以上症狀可因情緒波動、壓力或熱環境觸發或加重。

### 放鬆祛煩 (Tension Free II) 使用指南：

適用成人。1 天 2 次，早飯后服用 2 粒早組方 I (Morning Formula I) 綠色膠囊，晚飯后服用 2 粒晚組方 (Night Formula) 橙色膠囊，服用 5 天。然後早飯后服用 2 粒早組方 II (Morning Formula II) 白色膠囊，晚飯后服用 2 粒晚組方 (Night Formula) 橙色膠囊，服用 5 天。重複這個交替使用。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。

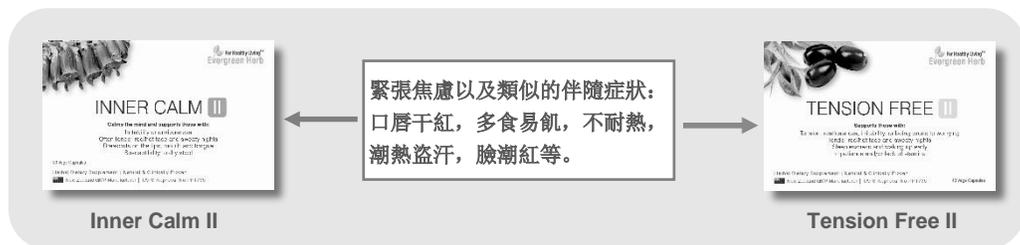
服用日程：3 周，然後休息 1 個月。如有必要，再開始新的日程。

如長期使用 (連續服用超過 3 周以上)，應該和脾復優 (Better Digestion) 交替使用：



交替使用**放鬆祛煩 (Tension Free II)** (10 天) 和**脾復優 (Better Digestion)** (3-4 天)，重複 3 個循環，然後休息 1-2 個月。如有必要，再開始新的日程。

**放鬆祛煩 (Tension Free II)** 和**清心腦祛煩 (Inner Calm II)** 都可用于緊張焦慮以及類似的伴隨症狀例如口唇干紅，多食易飢，不耐熱，潮熱盜汗，臉潮紅等：



針對不同程度，使用不同產品：快速緩和較重症狀時選擇**清心腦祛煩 (Inner Calm II)**；在症狀得到控制之後，選擇**放鬆祛煩 (Tension Free II)** 進行中長期綜合調理。

### 特別注意事項：

- 不要與抗焦慮及鎮靜藥物同用。

### 服用放鬆祛煩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，以微出汗為宜。
- 使用**放鬆祛煩 (Tension Free II)** 期間，需要喝足夠量的水。

© 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。