



關鍵草本 — 複合維生素B，山楂。傳統上幫助消化，化解積食和血瘀。現代科學研究已經証實了它們的腸道調節功能和促進消化酶的作用。山楂果也展了減少動脈粥樣硬化和降血壓的功能 (1)



關鍵草本 — 複合維生素B。傳統養血和補腎。現代科學能夠促進鎮靜放鬆，對血們也能調節不正常的狀態腺荷爾蒙水平，並有抗衰老活性 (2, 3)

酒壺花，
上用來清除血熱，
研究揭示這個草本
壓有雙向調節作用，它
腎上腺皮質素和甲



科學研究來源：

1. Wu et al. (2014) Crataegus pinnatifida: Chemical Constituents, Pharmacology, and Potential Applications. *Molecules* **19**, 1685-1712.
2. Shah et al. (2010) Rehmannia glutinosa – A Phyto-pharmacological review. *Pharmacology online* **1**: 737-753.
3. Zhang et al. (2008) Rehmannia glutinosa: review of botany, chemistry and pharmacology. *J Ethnopharmacol.* **117** (2), 199-214.