



草苓香會員天地通訊

2008 3月號

送你 **YOGA • YOGA**

七天免費瑜珈券



全新草苓香

療程禮盒裝

隆重上市



請即訂購 詳情請參閱封底資料

流行性感冒P.1



飲酒與健康P.5



草苓香會員卡
商戶優惠P.7



草苓香健康產品系列
會員優惠P.9



YOGA • YOGA

“均衡身心 演繹精采人生”
Live it up, create the balance.

流行性感冒



二、三月為本港的傳統冬季流感季節，衛生防護中心的多項監察數據及定點監察系統數字顯示香港正進入流感的高峰期。

流行性感冒，簡稱流感，是由流感病毒引起的急性呼吸道傳染病，一般在一星期至十天內便痊癒。但也可因併發症引致死亡。普遍併發症為病毒性肺炎，可在數天內致命，最易發生於老年慢性呼吸病患者或心臟病患者。



症狀及病徵

潛伏期

潛伏期一般為一至三天



要預防流感，
應採取以下措施：



保持室內空氣流通



均衡飲食，多飲開水



保持良好的個人及
環境衛生習慣



適量運動



打噴嚏、咳嗽和清潔
鼻子後要洗手



充足的休息和睡眠



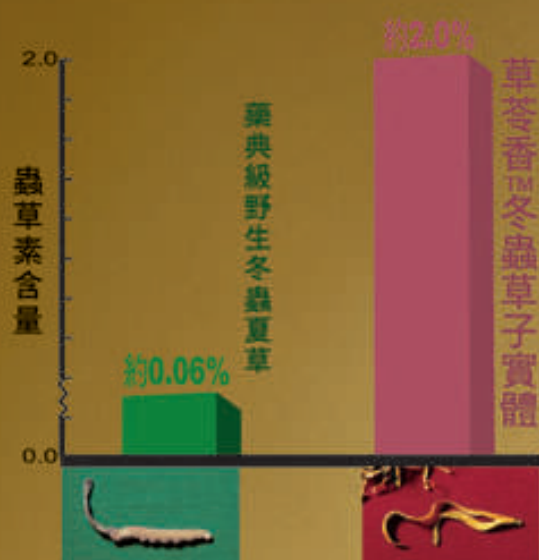
避免前往人群聚集而
通風欠佳的地方，
尤其於流感高峰期

(資料來源：衛生處、醫院管理局)

預防勝於治療，改善體質有辦法

草苓香冬蟲草採用藥用價值高的冬蟲草子實體，以先進生物科技培植後直接研磨而成。產品中的蟲草素及蟲草酸含量，更比市面上一般野生冬蟲夏草高出16至33倍。冬蟲草能提高人體免疫力，增強抵抗力，有助穩定膽固醇、血脂，有助改善心肌功能，補肺益腎，長期服用能延緩衰老。

野生冬蟲夏草與草苓香™冬蟲草子實體的活性成份含量比較：



草苓香

冬蟲草

大學測定 信心保證

補肺益腎 有助改善呼吸系統



飲酒與健康



農曆新年剛過，團年飯、開年飯、春茗一浪接一浪，中國人在喜慶節日，都喜歡飲一兩杯，以增添氣氛。但都要切記酒精對身體的影響，酒精過量，隨時令肝臟受損。

飲酒安全限額

「標準酒量」是釐定安全飲酒水平的酒精計量單位。男性的安全水平是每日不超過3至1個單位，每星期不超過21個單位。女士的安全水平是每日不超過2個單位，每星期不超過14個單位。無論男女，每星期亦應至少有兩天完全不飲酒。除了每日不應飲用超出份量的酒精，也不應把一星期的「限額」留待週末享用，而應該在一星期內平均地享用。

酒類	男性每天的限量	女性每天的限量
 白蘭地 45%	3小杯	2小杯 (每杯30ml)
 啤酒 35%	2罐	1.5罐 (每罐375ml)
 紅酒 10%	兩杯半	兩杯 (每杯100ml)

* 以上酒量，只供參考，飲酒安全限額因個人體質、性別、體重而有所差異。

健康貼士



不要空肚飲酒



飲酒後不要駕駛



曾患肝病消化
性潰瘍心臟病者，
向醫生請教
是否適宜飲酒



服用藥物期內，
切勿飲酒。

飲酒與體重

不說不知，酒精含有相當高的卡路里；而約三千五百個卡路里便會製造了相當於一磅的脂肪。只要簡單地計算一下，若您一連四星期，每天飲兩罐啤酒，您的體重便會增加一千克（約二點二磅）！

酒類	卡路里
1.5罐啤酒	180 - 300
1杯伏特加酒加橙汁	140
1杯朗姆酒(Rum)加可樂	145

（資料來源：衛生署）



草荳香™多糖培肝寶 (60粒)

- 有助保護肝臟免受有害物質的傷害
- 有助清除體內毒素及減輕肝臟勞損
- 有助調理消化系統
- 適合關注肝炎人士

特價 **\$499**
原價 \$688

草苓香會員咭商戶優惠

成為草苓香的會員，不但享有會員網上/電話購物優惠，更可獲得草苓香特約商戶的禮遇，優惠詳情如下 / 瀏覽草苓香網站www.herbsnsenses.com：



商戶	優惠詳情	聯絡資料
	<p>草苓香健康產品有限公司會員優惠計劃（轉台及新號碼） 此優惠門市並不適用， 請聯絡客戶經理鄧小姐選購。</p>	<p>9843 6503 鄧小姐(Carman Tang)</p>
	<p>訂購以下產品可享每位HK\$30折扣優惠 1. 指定中國或東南亞（酒店+來回機票）套惠 2. 東南亞旅行團 *倘有其他優惠，詳情請瀏覽草苓香網站</p>	<p>2516 2344</p>
	<p>Victoria Dispensary 勝利大藥房 正價貨品9折、特價貨品額外95折（公價貨品除外）。凡購買護膚品 / 化妝品，可獲低至7折優惠。</p>	<p>2522 8518 (西藥部) 2522 5507 2522 9479 (化妝品部)</p>
	<p>華香雞 凡惠顧滿\$50可用半價享用燉湯乙盅， 惠顧滿\$100贈送蓮子雪蛤膏糖水一客 (兩項優惠，不能同時享用)。</p>	<p>2413 5892 (荃灣) 2474 6823 (元朗) 2780 8399 (旺角)</p>
 <p>美邦醫學健康中心 www.mobilemedical.com.hk</p>	<p>美邦醫學健康中心 以優惠價\$375/\$660/\$945訂購 草苓香 - 優悅/全面/至尊健康檢查計劃。</p>	<p>2369-0680 (尖沙咀) 2530-0680(中環)</p>

- 對於有關商戶所提供的商品及服務質素，草苓香概不承擔任何責任。
- 個別商戶有權更改優惠推廣的期限、條款及細則而毋須另行通知。
- 如有任何爭議，草苓香及有關商戶保留最終決定權。

現凡訂購草苓香之產品滿HK\$1,000，即可額外獲贈草苓香『超級』體驗版一套（包括草苓香全線產品）
訂購熱線：2523 6238。



草苓香全新2008會員優惠

凡購買任何草苓香產品，即可成為『草苓香會員天地』會員，兼享電話/網上訂購8折優惠。於一年內累積購物滿HK\$10,000或一次過購物滿HK\$3,000，即自動提升為VIP會員，可享電話/網上訂購7折優惠。

成為草苓香的會員，不但享有會員網上/電話購物優惠，更可獲得草苓香特約商戶的禮遇，勿失良機。

	Member	VIP
正價貨品	8折 (20% off)	7折 (30% off)
特價貨品	額外95折 (extra 5% off)	額外9折 (extra 10% off)
購物積分優惠	每\$100可享5分	每\$100可享5分
生日月購物優惠	雙倍購物積分優惠	雙倍購物積分優惠
會員通訊	有	有
健康講座及會員會	有	有

換取草苓香會員咭

已登記的會員現在只需致電草苓香客戶服務熱線2523 6238登記，或填妥以下資料，並郵寄或傳真2549 9370給我們，即可獲發草苓香會員天地卡，隨卡奉上港幣\$50草苓香購物優惠獎券，可於下次電話購物 / 親臨草苓香健康產品有限公司購物時使用。

會員姓名: _____

會員號碼: _____

聯絡電話: _____

草苓香

草苓香™

健康產品系列

會員優惠

凡於網上訂購任何產品，
即可獲免費送貨服務*
(*離島不適用)



草苓香™特級蟲草多糖寶 (60粒)

- 舒緩化療及放射治療所引致的不適
- 有助減少或抑制不良細胞的擴散
- 有助排除體內有害化學物質
- 幫助改善長期病人的生活質素

會員 \$759.0
VIP \$691.6



草苓香™特級破壁靈芝孢子 (60粒)

- 增強細胞抵抗能力，調節身體各機能
- 有助調節人體免疫力，改善過敏體質
- 舒緩疲勞，有助改善睡眠質素
- 幫助穩定血壓、血糖及血脂

會員 \$379.0
VIP \$341.6



草苓香™紫蘇籽油 (120粒)

- 有助維護心臟健康
- 有助抗過敏及增強免疫能力
- 有助改善視力及增強記憶力
- 適合關注膽固醇、高血壓及糖尿人士

會員 \$284.0
VIP \$257.6



草苓香™冬蟲草 (60粒)

- 舒緩壓力，對健忘不寐者，效果特別顯著
- 改善體質，延緩衰老
- 補肺益腎，有助穩定血脂及血糖
- 增強免疫力，有助改善呼吸系統

會員\$379.0
VIP \$341.6



草苓香™蟲草培元寶 (60粒)

- 有效針對體力衰退
- 有助減輕腰膝關節痛
- 壯腰補腎，固髓益精，有助調理元氣虧損
- 寧神養心，有助虛勞咳嗽

會員\$474.0
VIP \$432.6



草苓香™蟲草抗衰老 (60粒)

- 有助擊退黑斑，減少皺紋
- 有助排除體內毒素，淨腸美肌
- 促進骨膠原合成，使肌膚柔軟富彈性
- 加速新陳代謝，改善手腳冰冷

會員\$417.0
VIP \$395.1



草苓香™多糖培肝寶 (60粒)

- 有助保護肝臟免受有害物質的傷害
- 有助清除體內毒素及減輕肝臟勞損
- 有助調理消化系統
- 適合關注肝炎人士

會員\$474.0
VIP \$449.1

新舊會員，現凡購買草苓香冬蟲草療程禮盒裝，
即可升級享有高達7折的VIP會員優惠，
數量有限，萬物錯過！

全新草苓香 療程禮盒裝 隆重上市



VIP會員優惠

\$1699

5瓶裝，每瓶60粒



草苓香健康產品有限公司
herbs N senses Health Products Limited

地址：中環皇后大道中100號21樓2102-3室

顧客服務熱線：2523 6238

傳真：2549 9370

www.herbsnsenses.com