

## 如何使用艾美產品

此圖表列出如何使用艾美產品包括使用份量、混合方法、禁忌症和其它資訊。

產品	服用量/最大好處	與其它產品混合	禁忌症	其他資訊
<p>• <b>艾美有機亞麻籽油 AIMega™</b>: 有機種籽油的混合物，提供健康重要的奧米加 3、6、9 脂肪酸。必需脂肪酸對細胞成長、活動和修復是必要的。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 一天 2 次，一次 2 到 3 粒膠囊</li> <li>• 最好進餐時服用</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 可與艾美其它產品安全服用</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 若懷孕、哺乳、血塊凝結或膽囊疾病者或服用血液稀釋劑者，請教健康醫療人員</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 明膠</li> </ul>
<p>• <b>艾美活力麥苗粉 AIM BarleyLife®</b>: 全天然綠色大麥粉末濃縮產品，幫助提供發展良好健康強健基礎所需的每日營養，含豐富酵素、必需胺基酸、抗氧化劑等營養素，有抗發炎作用並能支援免疫系統。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>成人</b>: 一天 2 到 3 次，一次 2 茶匙 (5 克) 或 1 包隨身包或 6 粒膠囊，以少量開始，再逐漸增加份量</li> <li>• <b>小孩</b>: 一天 1/4 茶匙，逐漸增加用量。</li> <li>• 空腹服用</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 不要與蔓越梅、梅汁、汽水或熱水服用</li> <li>• 與水、果汁或艾美菜園三寶混合服用</li> <li>• 服用艾美草本混合纖維素 1 小時後或 30 分鐘前服用此產品</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 若有重度腎臟疾病，請教健康醫療人員</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 混合後立即服用</li> <li>• 若服用時間晚可能會失眠</li> <li>• 根據需要調整用量</li> </ul>
<p>• <b>艾美特級活力麥苗粉 AIM BarleyLife® Xtra</b>: 傳統口味所有的好處加上 15 種不同水果蔬菜，一份可提供維生素 C 美國每日參考用量的三分之一。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>成人</b>: 一天 2 到 3 次，1 次 2 茶匙 (6 克) 或 1 包隨身包，以少量開始再逐漸增加用量</li> <li>• <b>小孩</b>: 一天 1/4 茶匙，逐漸增加用量</li> <li>• 空腹服用</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 不要與蔓越梅、梅汁、汽水或熱水服用</li> <li>• 與水、果汁或艾美菜園三寶混合服用</li> <li>• 服用艾美草本混合纖維素 1 小時後或 30 分鐘前服用此產品</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 若有重度腎臟疾病，請教健康醫療人員</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 混合後立即服用</li> <li>• 若服用時間晚可能會失眠</li> <li>• 根據需要調整用量</li> </ul>
<p>• <b>艾美熊爪大蒜 AIM BearPawGarlic®</b>: 獨特野生蒜葉製成，幫助降低膽固醇，並且維護健康血壓水平。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 一天 3 粒膠囊</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 可與艾美其它產品安全服用</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 若血液凝固功能失常或低血壓，請教健康醫療人員</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 可在任何時間服用</li> <li>• 素食膠囊</li> </ul>
<p>• <b>艾美波西鼠李皮 AIM CascaraSagrada™</b>: 傳統上用作通便劑。(只在加拿大出售)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>大人</b>: 一天 1 粒膠囊。可用到 8-10 天。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 可與艾美平衡纖維素或加拿大艾美草本混合纖維素服用。服用艾美活力麥苗粉、艾美紅蘿蔔素或艾美紅甜菜粉 1 小時前或 30 分後服用此產品</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 若服用強心配糖體 (cardiac glycosides), 皮質類固醇 (corticosteroids), 抗心律不整等藥物，使用前請教健康醫療人員</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 若懷孕、哺乳或服用藥物，不要使用</li> <li>• 素食膠囊</li> </ul>

欲獲得更多有關艾美產品資訊，請流覽我們的網站 [www.BarleyLife.com](http://www.BarleyLife.com) 或撥 1-800-955-4246

## 如何使用艾美產品

此圖表列出如何使用艾美產品包括使用份量、混合方法、禁忌症和其它資訊。

產品	服用量/最大好處	與其它產品混合	禁忌症	其他資訊
<p><b>•艾美細胞之光 360</b> AIMCellSparc360®: 結合輔酵素 Q10、生育三烯醇和魚油，提供完全的心血管支援、強有力的抗氧化能力，而生育三烯醇和魚油幫助維護健康的膽固醇和三酸甘油酯水平。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 一天 1 粒或需要的話更多粒</li> <li>• 最好進餐時服用，含有健康油脂</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 可與艾美其它產品安全服用</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 若糖尿病患者、孕婦或哺乳婦女，請教健康醫療人員</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 有些人馬上注意到效果，有些人則需要 6 到 8 周才會有效果</li> <li>• 明膠</li> </ul>
<p><b>•艾美細胞活化水 AIM Cell Wellness Restorer™</b>: 獨特的產品，可加入洗澡水或直接擦在皮膚上，幫助放鬆和恢復精神</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 徹底搖勻</li> <li>• 將 60 毫升 (ml) 的細胞活化水與洗澡水混合</li> <li>• 也可用在足浴</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 可與艾美其它產品安全服用</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 若有傷口或擦傷不要使用</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 只能外用</li> <li>• 不要加在共浴的大熱水澡缸、按摩浴池或噴水浴缸裡</li> </ul>
<p><b>•艾美鎮靜放鬆劑</b> AIMComposure: 具有放鬆作用的草本植物組合，幫助維護神經健康，特別在面對壓力方面有效 (加拿大 - 配方不同)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 一天 2 粒膠囊</li> <li>• 以 2 粒膠囊開始，若需要的話，逐漸增加份量到 6 粒膠囊</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 可放到艾美草本混合纖維素裡一起服用</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• 為增加鎮靜作用，睡前用溫水服用</li> <li>• 素食膠囊</li> </ul>
<p><b>•艾美蔓越莓</b> AIMCranVerry®: 無糖蔓越莓汁濃縮產品，幫助維護健康尿道</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 一天 2-3 粒膠囊</li> <li>• 最好空腹服用</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 小時內不要服用艾美活力麥苗粉</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• 素食膠囊</li> </ul>
<p><b>•艾美平衡纖維素 AIM FibreBalance™</b>: 結合 3 種纖維-燕麥、菊粉、亞麻（水溶性和非水溶性）和有清潔作用的草本植物，預防便秘及保護腸壁。高纖維或許可預防許多消化道疾病，並且幫助控制升高的膽固醇（粉末裝）（只在加拿大出售）</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 成人: 一天以 1 勺匙開始，逐漸增加份量到一天 2 勺匙 (16.6 克)。一天至少喝 8 杯水</li> <li>• 2 勺匙含 12 克纖維</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 若要添加艾美波西鼠李皮，請遵照艾美草本混合纖維素的資料</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 若懷孕、哺乳、服用藥物或有乳糜瀉 (celiac) 疾病者，請教健康醫療人員</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 目前的研究顯示適量地攝取燕麥是不含麩質飲食 (gluten free diet) 的一項不錯選擇</li> </ul>

## 如何使用艾美產品

此圖表列出如何使用艾美產品包括使用份量、混合方法、禁忌症和其它資訊。

產品	服用量/最大好處	與其它產品混合	禁忌症	其他資訊
<p>• <b>艾美益菌食物 AIM FloraFood®</b>: 結合 3 種強有力的益菌—嗜酸性乳酸桿菌、分歧雙叉桿菌、長型雙叉桿菌，幫助維護對健康不可缺少的健康平衡</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 一天 2 次，一次 1 粒膠囊，與 8 盎司水服用</li> <li>• 最好進餐時服用</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 與艾美消化酵素隔餐服用</li> <li>• 可與艾美其它產品安全服用</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 若有糖尿病要注意血糖水平</li> <li>• 孕婦、哺乳婦女、小孩應請教健康醫療人員</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 素食膠囊</li> </ul>
<p>• <b>艾美益骨健 AIM Frame Essentials®</b>: 結合兩種葡萄胺、有機硫化物，及乳香樹萃取物，幫助維護健康關節。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 早晚各服用 2 粒膠囊，最好進餐時服用</li> <li>• 達到效果後，早晚各服用 1 粒作保健</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 可與艾美其它產品安全服用</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 孕婦或哺乳婦女，請教健康醫療人員</li> <li><b>注意事項</b>: 葡萄糖胺從貝類生物提煉出來</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 素食膠囊</li> </ul>
<p>• <b>艾美銀杏 AIM GinkgoSense®</b>: 結合銀杏葉、必需脂肪酸 DHA、覆盆子萃取物、類胡蘿蔔素黃體素和玉米黃質，提供神經健康整體支援。特別針對心智敏銳、視力和循環。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 一天 1 粒膠囊</li> <li>• 空腹服用</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 與水或喜歡的果汁服用</li> <li>• 產品是水溶性</li> <li>• 可與艾美其它產品安全服用</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 小孩、孕婦、哺乳婦女不要使用</li> <li>• 若服用血液稀釋劑，請教健康醫療人員</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 可服用 6-8 個星期以達到最大效果</li> </ul>
<p>• <b>艾美安醣鉻 AIM GlucoChrom™</b>: 結合釩、武靴葉屬、苦瓜和獨特以大麥作為天然傳送系統的鉻，幫助維護健康血糖水平。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 一天 2 次，一次 1 粒膠囊</li> <li>• 最好餐前服用</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 可與艾美其它產品安全服用</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 小孩、孕婦、哺乳婦女不要使用。若有甲狀腺疾病、糖尿病或服用口服低血糖或胰島素，請教健康醫療人員</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 一天喝 6-8 杯水</li> <li>• 每天做 30 分鐘的心肺有氧運動，減少卡路里、脂肪、酒精攝取以達到最佳效果</li> </ul>
<p>• <b>艾美草本混合纖維素 AIM Herbal Fiberblend®</b>: 含水溶性和非水溶性纖維及具清潔作用的草本植物，幫助維持排便規律，提供膳食纖維，並幫助排毒。有粉末和素食膠囊可供選擇。 (加拿大- 配方不同)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>成人</b>: 開始時，一天 1 次，1 次 1 茶匙或 3 到 6 粒膠囊，2 個星期後逐漸增加份量至一天 2 次，1 次 1 湯匙或 3 到 6 粒膠囊</li> <li>• 餐前 20 分鐘前服用</li> <li>• 每天至少喝 8 杯水</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 服用艾美草本混合纖維素 1 小時後或 30 分鐘前服用艾美活力麥苗粉、艾美紅蘿蔔素或艾美紅甜菜粉。</li> <li>• 視需要加入艾美波西鼠李皮</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 對洋車前子粉末過敏</li> <li>• 若懷孕、哺乳、有結腸疾病或服用處方藥物，請教健康醫療人員</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 一天若有 3 次以上的排便，減少使用量</li> <li>• 3 個月後根據個人需要使用</li> </ul>

## 如何使用艾美產品

此圖表列出如何使用艾美產品包括使用份量、混合方法、禁忌症和其它資訊。

產品	服用量/最大好處	與其它產品混合	禁忌症	其他資訊
<p>• <b>艾美草本精華 AIM HerbalRelease®</b>: 結合不同的草本，幫助維護健康的淋巴系統。淋巴系統對維護我們的免疫系統是必要的。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 一天服用 2-4 粒膠囊</li> <li>• 進餐時服用</li> <li>• 一天喝 8 杯以上的水</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 可與艾美鎮靜放鬆劑或艾美草本混合纖維素服用</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 若有腹部絞痛的情形發生，減少用量並進餐時服用</li> <li>• 孕婦或哺乳者，請教健康醫療人員</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 素食膠囊</li> </ul>
<p>• <b>艾美紅蘿蔔素 AIM JustCarrots®</b>: 紅蘿蔔粉末濃縮產品，含有重要營養素如 α 胡蘿蔔素、β 胡蘿蔔素，維生素 B 和 C，鈣、鐵、鉀等。（加拿大只售粉末裝）</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>大人</b>: 一天 1 次，1 次 1 湯匙或 12 粒</li> <li>• <b>8 歲以上兒童</b>: 一天 1 次，1 次 1 茶匙或 4 粒</li> <li>• 空腹服用</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 與水、果汁或艾美菜園三寶混合服用</li> <li>• 30 分後或 1 小時前服用艾美草本混合纖維素</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• 混合後立即服用</li> </ul>
<p>• <b>艾美除蟲丸 AIM Para90®</b>: 草本植物的獨特配方，幫助維護沒有寄生蟲的身體。 (只在美國出售)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 建議每 3 個月使用此產品</li> <li>• 一天使用 3 次，一次服用 1 到 3 粒，連續使用 30 天</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 可與艾美草本混合纖維素、艾美草本精華或艾美鎮靜放鬆劑一起服用</li> <li>• 可與艾美其它產品安全服用</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 若懷孕、哺乳不要服用</li> <li>• 兒童、年紀大者以及有潰瘍、結腸炎、結腸造口術者請教健康醫療人員</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 你可能會有的排毒反應</li> </ul>
<p>• <b>艾美消化酵素 AIM PrepZymes®</b>: 結合消化酵素，幫助身體分解吃下去的食物，讓我們從飲食中得到更多的營養，也幫助消除自體毒素--未消化的食物殘留在體內的結果。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 餐前或進餐時服用 1 粒</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 與艾美益菌食物隔餐服用</li> <li>• 可與艾美其它產品安全服用</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 若有胃炎 (gastritis)、胃潰瘍或十二指腸潰瘍者 (gastric or duodenal ulcers) 不要使用</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 根據個人需要調整用量</li> <li>• 素食膠囊</li> </ul>
<p>• <b>艾美抗氧化劑 2000 AIM Proancynol®2000</b>: 結合綠茶、葡萄籽萃取物、α 硫辛酸, 和其它強有力的抗氧化劑，幫助對抗自由基及維護健康免疫系統。自由基已與 80 種以上的疾病有關，其中許多疾病是因免疫系統差而引起。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 一天 2 粒膠囊</li> <li>• 最好在進餐時服用</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 可與艾美其它產品安全服用</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 若糖尿病患者，注意血糖水平</li> <li>• 孕婦應請教健康醫療人員</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 根據個人需要調整用量</li> <li>• 明膠</li> </ul>

## 如何使用艾美產品

此圖表列出如何使用艾美產品包括使用份量、混合方法、禁忌症和其它資訊。

產品	服用量/最大好處	與其它產品混合	禁忌症	其他資訊
<p>• <b>艾美保骨鈣 AIM Pro Bone™</b>, 鈣, 離胺酸, 和維生素 D。 (只在加拿大出售)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 大人和 12 歲以上的小孩一天可服用滿滿 1 勺匙 (3.16 克) 粉末到 2 次用量</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 可與艾美其它產品安全服用</li> </ul>		
<p>• <b>艾美黑麥花粉精 AIM ReAssure®</b>: 是花粉萃取物產品, 幫助維護健康的攝護腺</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 許多人以早晚餐各服用 2 粒開始</li> <li>• 達到效果後, 早晚餐各服用 1 粒作保健</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 服用艾美黑麥花粉精 30 分鐘後或 1 小時前服用艾美草本混合纖維素</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 若對花粉過敏或有氣喘不要使用</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 女性使用艾美黑麥花粉精或許能幫助強健膀胱的平滑肌</li> </ul>
<p>• <b>艾美紅甜菜粉 AIM RediBeets®</b>: 甜菜粉濃縮產品, 只除去纖維部分, 含有重要酵素及甜菜鹼的天然形式, 幫助清潔肝臟和降低高半胱胺酸水平。 (加拿大只售粉末裝)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 一天可服用到 2 次, 1 次 1 茶匙 (4 克) 或 6 粒膠囊</li> <li>• 空腹服用</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 可與水、果汁或艾美菜園三寶服用</li> <li>• 服用艾美草本混合纖維素 1 小時後或 30 分鐘前服用艾美紅甜菜粉</li> <li>• 可與艾美其它產品安全服用</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 沒有健康醫療人員的建議, 一天的服用不要超過 2 茶匙或 12 粒</li> <li>• 糖尿病和關心血糖水平者應請教健康醫療人員</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 服用超過建議量可能會造成暈眩、噁心。慢慢增加服用量</li> <li>• 混合後立即服用</li> </ul>
<p>• <b>艾美婦女機能平衡膏 AIM Renewed Balance®</b>: 是天然黃體素乳膏, 幫助維護健康骨骼和保持雌激素和黃體素兩種荷爾蒙的平衡 (只在美國出售)</p>	<p><b>唧筒裝使用法:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 早晚各壓 2 下唧筒, 塗在皮膚薄嫩部位</li> <li>• 根據個人需要調整用量</li> </ul> <p><b>瓶罐裝使用法:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 使用滿滿 1/8 到快 1/4 茶匙 (1 克到 1.2 克的乳膏), 提供 20 到 24 毫克的天然黃體素</li> <li>• 更年期前: 使用 2 個星期</li> <li>• 更年期: 使用 2 到 3 個星期</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 可與艾美其它產品安全服用</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 若用雌激素替代療法或荷爾蒙替代療法, 有甲狀腺問題, 或懷孕、哺乳者請教健康醫療人員</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 隨時調整適合個人使用量</li> <li>• 可放冰箱, 但不要冷藏冰凍</li> </ul>
<p>• <b>艾美婦女機能平衡丸 AIM RevitaFem®</b>: 結合八種植物草本成份, 支援更年期身心的平衡, 並且幫助疏解不舒服的症狀。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 一天 2 次, 一次 1 粒膠囊</li> <li>• 最好進餐時服用</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 可與艾美婦女機能平衡膏使用</li> <li>• 可與艾美其它產品安全服用</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 懷孕或哺乳婦女者不要服用</li> <li>• 若有骨盆發炎疾病、月經大量出血或用雌激素替代療法或荷爾蒙替代療法者不要使用</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 素食膠囊</li> </ul>