



[www.hicjuice.com](http://www.hicjuice.com)  
email [conciierge@hicjuice.com.sg](mailto:conciierge@hicjuice.com.sg)  
whatsapp +65 85221103  
a brand by Thirtythree Pte Ltd

## HICJUICE 体内净化蔬果汁套餐

我们 HICJUICE 的体内净化蔬果汁套餐主要功能是为了净化和滋养您的身心，让您在此期间无需消化任何的固体食物，能充份吸收冷压蔬果汁里头的养份并且从中取得最佳效果!

### 为何要净化？

饮食不定？过度操劳？营养不均？暴饮暴食？若以上都被说中了，不必担心，您并不孤独。如今繁忙的都市人或多或少都会面临以上这些“症状”，因此如何在繁忙的生活中维持健康、确保营养均衡是许多国人面临的一大挑战。

我们将此餐设定为一种定期的保健维修途径，让消化系统和肝脏有休息的空间。平时不吃菜的朋友也可以借由此套餐来增加自己蔬果量的摄取。在净化期间必须忌口不进食，并在一天内每隔两小时饮用六瓶蔬果汁。这样才能让蔬果汁里的养分渗透体内，把体内的 pH 值从酸性改为碱性，身体也因此保持在最佳状态。

在整个净化的过程，您的身体由于无须消化任何的固体食物,因此消化系统能专注于吸收蔬果汁里的营养，体内的毒素也会渐渐排出。在蔬果体内净化蔬果汁套餐结束的 3 或 5 天后，您便会感觉到整个人轻盈许多并且更有活力。

### 在开始体内净化蔬果汁套餐前的注意事项

在开始蔬果体内净化蔬果汁套餐的三天前，我们建议您遵循以下几点。这是为了确保您的身体有时间过渡和适应整个蔬果净化的过程，让您在蔬果净化期间能获得最佳效果。

在接近体内净化蔬果汁套餐的前几日，建议您开始取消或推掉任何的应酬活动，把家里的冰箱整理好，将里头的垃圾食品都丢掉，设法减少来自各放面诱惑

在体内净化蔬果汁套餐即将要开始的前几天，请多吃蔬菜水果或是沙拉等并减少红肉、奶制品、咖啡因等的摄入。这是为了让您的身体在此套餐期间有时间适应和转换过来

*the lighter side*



## 蔬果体内净化蔬果汁套餐的过程

我们每一个人都是独特的，加上生活作息的异同也会影响每个人对体内净化蔬果汁套餐的反应。若在期间感到任何的不适，这些症状都是正常的，不应该维持多于 2 - 3 天因此不必太担心。在体内净化蔬果汁套餐的过程中，您上厕所的次数也应该会增加，这都是正常的现象。

我们的冷压蔬果汁含有大量的高素质养份，这将会为您带来饱足感，但您还是有可能在净化期间感到肚子饿因为您的身体正在适应整个净化的过程。多时候饥饿感其实只是因为缺乏水份而造成的，因此建议您多喝白开水或草本茶来补充水份并且增强排毒效果。如果您真的受不了，可以吃些新鲜的蔬菜水果或是水煮菜。

## 体内净化蔬果汁套餐结束后

您的身体在现阶段正处于最“干净”的时候，因此在回到以往的日常生活时请不要立马开始暴饮暴食，而是应该给您的身体有些时间适应回之前的饮食习惯。有不少顾客在蔬果体内净化蔬果汁套餐结束后开始改变自己的饮食习惯，更加注重身体健康

更重要的是，此套餐所带来的变化不应该只停留在外表上，更重要的是您在净化后如何改变您的生活方式、饮食习惯以及身心健康，积极鼓励您迈向更健康的自己！

## 体内净化蔬果汁套餐种类

我们的体内净化蔬果汁套餐有两种不同种类，分别是最受欢迎的 light cleanse 以及最具有效力的 alkaline cleanse，它们之间最主要的差别在于蔬菜汁和果汁的数量有别。Alkaline cleanse 是属于碱性比较高的套餐，有高量的蔬菜和有益健康的超级食品，果汁的成分也就相对减少，对于那些不适合饮用大量的糖的人也比较适合。您也可以选择看是要一日，三日还是五日的蔬果体内净化蔬果汁套餐会比较适合您的健康需求。我们的蔬果汁都是在顾客收到的当天新鲜制作而成，这是为了确保每一瓶蔬果汁都保有完整的养分和口感。

如果您对任何食物过敏、有特殊身体状况或者怀有身孕，请先向您的主治医生查询是否适合订购我们的蔬果体内净化蔬果汁套餐。



[www.hicjuice.com](http://www.hicjuice.com)  
email [concierge@hicjuice.com.sg](mailto:concierge@hicjuice.com.sg)  
whatsapp +65 85221103  
a brand by Thirtythree Pte Ltd

## 购买详情

有意购买者可到我们的网站 [HICJUICE.COM](http://HICJUICE.COM) 查详。目前我们只接受上网预订并以信用卡/PAYPAL 的方式付费，要不也可到我们的门市预订。若有任何疑问，请电邮至 [CONCIERGE@HICJUICE.COM.SG](mailto:CONCIERGE@HICJUICE.COM.SG)

由于我们的蔬果汁从预订材料到制作过程需要至少四天的时间，因此有意购买蔬果体内净化蔬果汁套餐的朋友们请提早预定。

我们也提供免费宅配递送服务或到门市自取。宅配递送时间一律为晚间七点至十点而门市自取时间为晚间的七点至九点。

## 常见问题

1) 请问喝了你们的蔬果汁后，我是否会瘦下来？

我们体内净化蔬果汁套餐的主要功能以排毒和体内净化为主，但是有不少顾客都回馈说在此套餐期间不免减了 2 到 3 公斤。在此要提醒各位,我们的蔬果体内净化蔬果汁套餐并非一种快速减肥的途径,而是展开一个健康瘦身疗程的最佳方法。

2) 这些冷压蔬果汁的保质期多长？是否需要冷藏保存？

由于我们的蔬果汁不含任何的防腐剂，因此当您接收果汁后请立刻将它们存放在冰箱中(一至六摄氏度)。如果需要把它们带外饮用，请记得将它们存放在冷却袋。我们所提供的冷却袋可将蔬果汁收藏至少三小时。

3) 如果我目前怀有身孕/有特殊的健康状况那我是否还适合饮用你们家的蔬果汁？

由于我们的蔬果汁未经高温处理，因此在怀孕期间可能不适合饮用。但是我们还是建议您在购买前咨询您的主治医生。

*the lighter side*





[www.hicjuice.com](http://www.hicjuice.com)  
email [conciierge@hicjuice.com.sg](mailto:conciierge@hicjuice.com.sg)  
whatsapp +65 85221103  
a brand by Thirtythree Pte Ltd

4) 请问在体内净化蔬果汁套餐的过程中我会感受到什么不寻常的症状吗？

由于您正在饮用大量的蔬果汁，因此上厕所的次数也会大幅度的增加。有些人可能在蔬果净化期间会有便秘症状,手脚冰冷,昏昏欲睡或是感到头痛不适，这都是正常的症状，不需要太担心。

5) 请问可以更改宅配递送服务的时间吗？

我们的蔬果汁都是在递送当天上午新鲜制作而成，因此无法提早或更改宅配递送时间。

*the lighter side*

