



**GREENWORLD**

---



# **BENJOLAN PAYUDARA Berkembang karena Emosi yang Memuncak**

By Green World International Business School





## MASALAH KESEHATAN PAYUDARA

- Payudara merupakan kebanggaan dan bagian dalam kepribadian seorang wanita serta merupakan lambang emosional dari individualitas dan keibuan
- Seperti setiap bagian lain dari tubuh kita, payudara kita tidak terlepas dari berbagai jenis masalah
- Benjolan payudara jinak, ditemukan pada lebih dari 60% orang yang dirujuk ke klinik payudara dan merupakan ancaman besar bagi kesehatan fisik dan psikologis wanita.





## MEMPELAJARI BENJOLAN PAYUDARA

- Hiperplasia payudara

➤ Fibroadenoma

Payudara adenosis

Penyakit payudara proliferasif

Dalam teori pengobatan tradisional Tiongkok, benjolan atau kista payudara jinak diklasifikasikan sebagai Ru Pi (nodul payudara), sedangkan tumor payudara ganas diklasifikasikan sebagai Ru Yan (batu payudara).



## STAGNASI QI HATI & BENJOLAN PAYUDARA

- Pengobatan Tiongkok percaya bahwa pola diagnostik yang disebut "Stagnasi Qi Hati" adalah mekanisme yang utamanya bertanggung jawab atas permasalahan payudara, termasuk benjolan payudara
- Selain benjolan di payudara, gejala lain yang terkait dengan Stagnasi Qi Hati antara lain nyeri payudara dan payudara mengeras.







## STAGNASI EMOSI TIDAK STABIL & QI HATI



- Frustrasi, kemarahan, atau kebencian yang ditekan atau diekspresikan secara berlebihan dalam waktu lama sebagian besar dapat mengganggu sirkulasi Qi normal dan menyebabkan Stagnasi Qi di Hati

# BAGAIMANA TCM MELINDUNGI HATI

- Qi bergerak di dalam tubuh melalui meridian, Hati juga memiliki meridiannya dan berhubungan dengan aliran energi dan sirkulasi darah
- Melakukan pijat meridian hati
- Green World Hepatsure Capsule dapat membantu





# GREEN WORLD HEPARTSURE CAPSULE

- Membantu detoksifikasi hati
- Meningkatkan aliran energi melalui meridian
- Menutrisi darah
- Menyeimbangkan emosi
- Meringankan gangguan haid
- Minum 2 kapsul setiap kali, dua kali sehari



## PROPOLIS DALAM TCM

- Bahan pedas seperti propolis cenderung meningkatkan sirkulasi Qi dan Cairan Tubuh
- Propolis diperkirakan menargetkan Limpa dan Hati. Hati bertugas mengatur pergerakan Qi dan Cairan Tubuh. Mengambil peran utama dalam menyeimbangkan emosi kita





# GREEN WORLD PROPOLIS PLUS CAPSULE

- Membantu mengembalikan keseimbangan hormon dalam tubuh
- Meningkatkan kekebalan
- Mengatur qi hati
- 1-2 kapsul setiap kali dan 1-2 kali dalam sehari



# PERBAIKI POLA HIDUP & MAKANAN



- Hindari makanan yang digoreng dan berlemak, dll & hindari minuman seperti kopi, alkohol.
- Makan banyak biji-bijian, kacang-kacangan, sayuran, dan sayuran hijau gelap.
- Temukan cara untuk mengontrol emosi negative
- Usahakan tidur sebelum jam 11 malam.
- Cobalah olahraga teratur seperti Yoga, Tai Chi
- Hindari kerja mental yang berlebihan & aktivitas fisik yang berlebihan



GREENWORLD



GREEN WORLD

**TERIMA KASIH**

We Care We Share

