

懷孕小貼士

鄧廉基



婦女懷孕期間，有不少準媽媽都會因懷孕而出現嘔吐現象。有些輕微的，在一段短時期就已是停止了嘔吐，但嚴重的可能會在一日之內反覆作嘔吐不止，使到孕婦身體嚴重不適虛弱，更嚴重的是需要看醫生檢查情況。

而筆者的妻子在懷孕期間，就是屬於嚴重嘔吐不止那一類，以致要到醫生檢查。但得到的結果，是醫生表示沒有什麼好方法，嘔吐到 再嘔吐為止，而懷孕期間也是不宜服藥使胎兒受影響。

看來花了數百元於西醫也是徒勞，但為解此症，只好轉過方向，從中醫藥方面自尋方法。但從那裡可找到方法呢？結果就從書局中的書本裏找到一些民間驗方，全部都是些食療方法。最終筆者就選取了以〈生搾薑汁及生磨萆菜汁〉混合在一起飲下的食療方法，結果是有奇效。妻子飲下之後不多久就停止了嘔吐，兩三天之後再現不適時而又再飲下，又可再次止嘔，所以在整個懷孕中後期，就平復了此問題。



當然民間驗方多的是，要適合的確是因人而異，但我是以平常也會食下肚中為準，反正天天用薑煮食，萆菜平常也會進食，無論如何，縱使無效，也不會傷身了罷。事實上，中華民族的傳統智慧，不可小覷。