

# 剖腹产后盗汗怎么调理

作者：有故事的人 来源：范文网 www.wtabcd.cn/fanwen/

本文原地址：<https://www.wtabcd.cn/fanwen/zuowen/0c9ddb11c8c95a42d78ba1de303b192c.html>

范文网，为你加油喝彩！

剖腹产后不少孕妇特别爱出汗。每天吃饭的时候、睡醒的时候，汗多得都能把衣服打湿，不及时换衣服，马上就感冒。家里老人却说，生完小孩都会汗多，剖腹产后盗汗怎么调理呢？就让<https://www.882682.com/>的小编和你一起去了解一下吧！

## 剖腹产后盗汗的2大不指南方不肯休原因

### 1、气虚

剖腹产后新妈咪一般白天出汗多，怕风更怕冷，尤其在出汗之后，而且经常感冒，新年贺词2021年牛年常感觉头晕、浑身倦怠无力、气短、舌质淡胖。

### 2、阴虚

剖腹产后新妈咪一般夜里睡着后出汗多，怕风却更怕热，自我感觉身上发热、手脚心发热、口干咽燥、心烦易怒、舌面有裂纹。

## 调理剖腹产后盗汗的简易3法

### 1、服用中成药

玉屏风冲剂、补中益气丸、人参养荣丸对调理气虚的新妈咪比较适宜。生脉饮和清身饮则适合阴虚的新妈咪服用。

### 2、外用止汗方

牡蛎粉。使用方法如爽身粉，每天搽一次，可起到敛阴潜阳、收敛止汗的作用。

五倍子粉。取五倍子粉1.5克，用温开水调湿，敷肚脐，以胶布固定，每日更换1次。五倍子可

收敛固涩，肚脐是神阙穴的位置。中医认为，神阙穴是先天真息的潜藏部位，与人体生命活动密切相关，为保健要穴。

特别提醒新妈咪！外用药物多为“急则治其标”“治标不治本”，只能达到缓解出汗的目的，因此必须配合使用口服法律基础药物。只要针对病因服药，坚持一段时间，都能取得较好的疗效。如果新妈咪过度虚损，可能自行中成药的力度就不够了，需要到医院就诊。

### 3、采取食疗

#### (1) 气虚新妈咪

少吃生瓜凉菜等寒凉的食物，可选取大枣、糯米、山药、扁豆、蜂蜜、鸡肉、羊肉、鲫鱼、栗子等健脾温中、益气养血的食物。

##### 推荐药膳——泥鳅止汗饮

原料：泥鳅90克，糯米须根(药店有售)30克。

制法：泥鳅宰杀洗净，用食用油煎至金黄色。将清水两碗与糯米根共煮，待水煮至1碗时，放入泥鳅煮汤，吃时调好味，连汤带鱼同吃。隔日吃1次，7次为一个疗程。

#### (2) 阴虚新妈咪

少吃辛辣易上火的食物，像辣椒、胡椒、生葱蒜等，酒类也以少饮为宜，尤忌白酒，宜多吃新鲜蔬菜。可选取豆腐、芹菜、丝瓜、百合、银耳、莲子、枸杞等滋阴清热、生津养血的食物。

##### 推荐药膳——银耳大枣汤

原料：取银耳30克，大枣20克，冰糖适量。

制法：先将银耳用温水泡发，除去蒂头，洗净后撕成小块，用小火慢煨至银耳、大枣熟透，放入冰糖溶化调匀，即可出锅食。铜和稀硫酸反应吗用，每剂分2次食完。

以上就是 <https://www.882682.com/> 小编为您提供了关于  
剖腹产后盗汗怎么调理  
的解答，希望我的0算不算

整数解答对您有所帮助！想要了解更多关于产后盗汗如何调理和产后护理小知识及  
孕婴安全小知识请您多多关注<https://www.882682.com/>吧！

更多 作文 请访问 [https://www.wtabcd.cn/fanwen/list/92\\_0.html](https://www.wtabcd.cn/fanwen/list/92_0.html)

文章生成doc功能，由[范文网](http://www.wtabcd.cn/fanwen/)开发