

# 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/](http://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，糯稻须根(药店有售)30克。

制法：泥鳅宰杀洗净，用食用油煎至金黄色。将清水两碗与糯稻根共煮，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/> 小编为大家提供了关于

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](#)开发