

五乙班 陳芷柔

《一次患病的經歷》

在日常生活中，我們難免會患上各種疾病，產生負面的情緒。而每當我看到手冊上寫着「請假一星期」這五個字，就想到自己那次生病的經歷，至今仍記憶猶新。

那天早上，我如常到公園跑步，跑步後便趕着回家。回家後，我因一時之快便喝了冰水、猛吹空調，又用冷水洗澡，洗澡後就立刻去打遊戲機。到了下午，我突然開始咳嗽和流鼻水，渾身難受，一點力氣也沒有。媽媽用探熱器替我測量體溫，才發現我原來發燒了。爸爸見狀後，便立刻帶我去看醫生。醫生給我開了藥，並叮囑我：「這藥每天吃兩次，早晚各一次，每次十毫升。」看完醫生，我和爸爸便回家了。

晚上，我趕緊按照醫生的囑咐吃藥，藥水的味道真是苦不堪言。但為了快點康復，我咬着牙關堅持吃藥，早睡早起，乖乖休息。我的病維持了一個星期才完全好轉，我也整整一星期未能上學。

這次的經歷讓我深深明白到健康的寶貴。現在我再也不會亂喝冰水，也會好好照顧自己的身體，按時休息，注意保暖。我相信擁有健康，才是最幸福的事。

