

# 送別後休養煲湯套裝 (自然或人工流產後飲保健湯水)

產品編號：PP-918、PP-928、PP-929

網頁版：[28f.hpph.com.hk/PP-918](http://28f.hpph.com.hk/PP-918)

飲湯 14 日及飲炒米茶 12 日 (套裝之內包括 9 款藥膳湯包共 14 包 和 1 款炒米茶包共 2 盒)

中國醫學認為，「小產」對體質的損耗，與真正「生產」過後損耗的程度，差不多，無十足都有六、七成。故無論是不幸被動自然流產或是主動的人工流產，「流產後的調理」與「分娩產後坐月後的調理」同樣重要。若調理不足，對將來懷孕會有負面影響，更可能會使老來的身體質素容易變差。

適合那些婦女符合以下五項條件：

- 一、自然流產或人工終止懷孕，無論是完全自然或是做手術或是服食藥物；
- 二、流產的原因絕對不是由於嚴重疾病而引致；
- 三、流產過程經合資格醫生治療，並且診斷為生殖器官將會自然復原；
- 四、所有體質，包括虛不受補第三級、虛二、虛一，以及優越體質；
- 五、開始飲用日在流產之後起與首次月事來臨之前的期間。

## 應用送別後休養煲湯套裝的最佳時機

合理的應用時期為流產之後與首次月事之前的這期間。最佳開始的日子為流產之後的十天之內。只要在下一次月事之前開始，仍然是有作用的。

### 飲湯第一日的計算方法

當由自己控制飲食，而不需要遵循醫護指定的飲食方式，便可以按情況計算日子來開始。

至於那日作為「飲湯第一日」，請留意「純粹自然流產」、「做手術流產」及「服藥排出流產」的分別。

**純粹自然流產**：經醫護檢查過，完全自然流出，無須服任何藥物來協助排出胚胎及其他殘留，亦無須做任何手術，便可以即時開始為「飲湯第一日」。注意：萬一遲了開始亦無問題。

**做手術**(無論是自然流產不完全或是人工終止懷孕)：手術之後隔一天便可以開始飲用套裝，隨時實行「飲湯第一日」。注意：萬一遲了開始亦無問題。

**服藥排出**(無論是自然流產不完全或是人工終止懷孕)：服藥之後隔三天，沒有持續出現任何藥後不適，便可以開始飲用套裝，隨時實行「飲湯第一日」。注意：萬一遲了開始亦無問題。

某些情形，流產婦女在覆診後醫護證實過程完整，不用再施行任何額外治療方法，這時候才想起需要服用本套裝來調理。當這時候仍然在流產之後與首次月事之前，便可以隨時開始為「飲湯第一日」。

每一日飲一次煲湯及飲一次焗茶，即每一日煲一個藥膳湯包及焗一個茶袋。當某些日子是同一日之內既要飲焗茶，又要飲煲湯，飲用時間可以安排為一早和一晚。

# 送別後休養煲湯套裝 (自然或人工流產後飲保健湯水)

產品編號：PP-918、PP-928、PP-929

網頁版：28f.hpph.com.hk/PP-918

溫馨提示：建議每一個階段飲用的保健湯水，請盡量按時飲，這樣會達致最佳效果；若來不及便可以延遲來飲，仍然要按次序，但請不要提前飲，請注意這規則。

次序延誤：若果其中一些日子，暫停飲湯或飲茶，繼續時順延便可以，盡量保持飲湯的次序，而日子時間慢了不會有嚴重影響。

萬一利用本套裝的過程中，正常月事來潮，便需要暫停任何煲湯款，直至經血乾淨為止，而焗炒米茶，不需要等完全乾淨，可以在經血由起始時大量轉為微量之後繼續飲。



PP-918.為全【獨食量】，是產婦自己飲的份量。其中可共飲的.5.湯款.7.個藥膳湯包，可以加大與家人共飲。PP-928.(部份加大轉成【孖寶量】)，PP-929.(部份加大轉成【家庭量】)。

## 坐月調理體質三階段 全程十四日

\*\*憑產後生理變化來設計\*\*

第一階段：第 1 至 6 日，(目的：祛瘀清惡露)。

第二階段：第 7 至 12 日，(目的：補腎、益氣)。

第三階段：第 13 至 14 日，(目的：補氣、補血)。

注意：在第三階段之中，利用某些煲湯款時，要注意身體狀況。



## 第一階段：第 1 至 6 日

主要目的：祛瘀清惡露

\*\* 煲湯每一日一包，焗茶又每一日一茶袋。若同日飲用時，可一早與一晚。 \*\*

SP-552 產後靜心復原湯	1 日	順序：1
SP-553 產後祛瘀田七湯	1 日	序：2
SP-554 產後溫和生化湯	1 日	序：3
SP-552 產後靜心復原湯	1 日	序：4
SP-553 產後祛瘀田七湯	1 日	序：5
SP-554 產後溫和生化湯	1 日	序：6
FT-118 黨參炒米補氣茶	6 日	

適用生理情況：無論惡露未祛清或已經祛清

包裝單位

PP-918	PP-928	PP-929
【獨】x 1	【獨】x 1	【獨】x 1
【獨】x 1	【獨】x 1	【獨】x 1
【獨】x 1	【獨】x 1	【獨】x 1
【獨】x 1	【獨】x 1	【獨】x 1
【獨】x 1	【獨】x 1	【獨】x 1
【獨】x 1	【獨】x 1	【獨】x 1

「#」= 可改選加大份量與家人共飲

# 送別後休養煲湯套裝 (自然或人工流產後飲保健湯水)

產品編號：PP-918、PP-928、PP-929

網頁版：[28f.hpph.com.hk/PP-918](http://28f.hpph.com.hk/PP-918)

## 第二階段：第 7 至 12 日

主要目的：補腎、益氣

\*\* 煲湯每一日一包，焗茶又每一日一茶袋。若同日飲用時，可一早與一晚。 \*\*

SP-505 壯腰補腎湯	1 日	順序：7	#可共飲
SP-548 黃精熟地滋陰湯	1 日	序：8	#可共飲
SP-522 五指毛桃養氣湯	1 日	序：9	#可共飲
SP-534 肉苁蓉通便湯	1 日	序：10	#可共飲
SP-505 壯腰補腎湯	1 日	序：11	#可共飲
SP-548 黃精熟地滋陰湯	1 日	序：12	#可共飲
FT-118 黨參炒米補氣茶	6 日		

適用生理情況：無論惡露未祛清或已經祛清

包裝單位

PP-918	PP-928	PP-929
【獨】x 1	【孖】x 1	【家】x 1
【獨】x 1	【孖】x 1	【家】x 1
【獨】x 1	【孖】x 1	【家】x 1
【獨】x 1	【孖】x 1	【家】x 1
【獨】x 1	【孖】x 1	【家】x 1
【獨】x 1	【孖】x 1	【家】x 1

「#」= 可改選加大份量與家人共飲



## 第三階段：第 13 至 14 日

主要目的：補氣、補血

\*\* 煲湯每一日一包，焗茶又每一日一茶袋。若同日飲用時，可一早與一晚。 \*\*

SP-513 北芪補氣湯	1 日	順序：13	#可共飲
SP-512 八珍湯	1 日	序：14	

適用生理情況：惡露已經祛清

避免：當期時體質燥熱，不要飲用 八珍湯。

包裝單位

PP-918	PP-928	PP-929
【獨】x 1	【孖】x 1	【家】x 1
【獨】x 1	【獨】x 1	【獨】x 1

「#」= 可改選加大份量與家人共飲

套裝之內包括 9 款藥膳湯包共 14 包(14日用)和 1 款炒米茶共 2 盒(12日用)

其中 5 湯款 7 個湯包是可共飲的。

可共飲的湯款可以加大轉成【孖寶量】或【家庭量】與家人關懷共享

## 延伸保健：直至 90 日

關於流產首個月之後的延伸保健工作，仍然相當重要。流產後的首個月是黃金期，餘下的時間直至三個月還是一段吸收保健營養的高效率期。

流產休養的整體過程，首先著重初段，飲完之後，看看效果或吸收能力。另一調理期，即飲用「進階休養保健湯水」，應該在流產之後的首次月事完結時開始。

關於飲用「進階休養保健湯水」，歡迎向本屋查詢(whatsapp.66110601)，讓本屋協助及建議。由於每位婦女的體質各異，接受保健湯水的程度又各有不同，故此，本屋按婦女當時身體狀況來設計調理方案。建議針對性的湯款配搭，才會事半功倍。

若自己想動手挑選，詳情可以參考保健湯水一覽表([www.hpph.com.hk/node/100/](http://www.hpph.com.hk/node/100/))。

注意：流產休養煲湯套裝又名「送別後休養煲湯套裝」。