

旅游宝典：旅行时如何预防晕车导游资格考试 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/633/2021_2022__E6_97_85_E6_B8_B8_E5_AE_9D_E5_c34_633201.htm id="oilf" class="csre" style="word-break:break-all.">

1、乘晕宁（眩晕停）。在乘车、船前40分钟用温开水送服1至2粒，小儿酌减。2、感冒通。在无乘晕宁的情况下，可用感冒通替代，方法同上，效果一样。3、也可用安定片1片，维生素B1两片，乘车前40分钟温开水送服，亦能防止晕车。4、药之时，可取新鲜生姜1片，或鲜土豆1片，贴于神阙穴（肚脐），用伤湿膏盖贴，同时将伤湿止痛膏贴于内关穴，用手指轻轻揉摩穴位，口中亦可再含一片鲜姜，也有一定的预防作用。5、无药之时，晕车者可在上车前将腰带束紧，防止内脏在体内过分晃动，上车后双目注视远处，尽量少看近处物体，尤其在下坡时注意抓紧扶手，减缓惯性对内脏的冲击，密封较严的汽车或汽油味偏大的车厢要注意通风，这样有助于预防晕车现象发生，如稍感不适，应立即选择靠车前方合适位子睡觉，睡觉--往往是最好最省钱有效的防晕车方法。来源：考试大有晕车史的，乘车前可饮用些酸辣开胃的食物，勿食甜食及油腻食物，且忌过饥过饱。如果遇到晕车者大呕不止时，急令其热饮童子尿100-200毫升，立效。100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 www.100test.com