

星期日下午，我和欣欣到遊樂場遊玩。可是，我沒有帶雨傘，於是我便匆匆忙忙地冒着雨跑回家，回到家後已經渾身濕透。媽媽便催促我洗澡，以免着涼。可是到了晚上，我開始覺得全身無力，頭有一點燙。

到了晚上，我的額頭髮燙和全身乏力。我還感到頭暈，辛苦極了。在深夜時，我除了發冷和流鼻水外，還不斷咳嗽和打噴嚏。當媽媽替我量體溫時，原來我的體溫達到三十九度，把他嚇壞了。於是媽媽便在我的牀邊照顧了我一整夜。

第二天早上，媽媽帶我到診所求診。醫生替我檢查後，給我藥物和三天病假，並叮囑我要好好休息。回到家後，媽媽給我服藥，還在我牀邊陪伴我休息。經過三天三夜無微不至的照顧，我終於存於痊癒了。我很感謝媽媽這幾天的悉心照料。

經過這次生病的經歷，我學會生病時要儘快求醫，按時服藥和多休息。這樣才會藥到病除。此外，外出前要注意天氣報告，有需要時，要帶備雨具，以免淋雨和着涼了。

(372 字)