

今天，我在家裏感到肚子餓，於是我大吃大喝。貪吃的我吃了冰淇淋和喝汽水，覺得很美味。

過了不久，我感到肚子疼，我不斷要上廁所。於是，我把事情告訴了媽媽！我說：「我的肚子很疼，我感到很辛苦。」媽媽聽到後，她很擔心，就立即帶我到診所看病。

到了診所後，醫生替我檢查，他問：「你哪裏不舒服？」我說：「我的肚子疼。」之後，醫生說：「你着涼了，不要再吃太多冰冷的食物，現在開始要按時吃藥和多休息。」我點點頭說：「知道了。」

最後，回到家中，我吃了藥，就躺在床上休息。我想：如果我多吃健康的食物，身體就會健康，不會生病了。今天，我感到十分後悔。