## 妈妈心事

### 如此老公,让我哭笑不得

网友:曾榆

不是说男人有家庭之后就会变得更有责任感吗?可是为什么我家老公还是像个小孩一样?我们从产前一个月就不工作了,直到现在也还没有工作,现在都没有钱花了,用的还是家里老人的钱,说实话,我挺难过的!叫他去找工作,他就跟我急,每天只知道玩电脑,白天玩,晚上玩。

家里的老人说了也不听!有一次我真的生气了,他就乖乖把家务都做好,帮忙带好孩子,又小心翼翼逗我开心,看见他那样子,我实在没有办法再生气了。就这样,一次又一次不跟他计较!现在的我就是在照顾两个孩子!

### 娃娃亲

网友:小锚锚妈妈

某日,和老公闲聊。

我:对了,我比你大一岁哦,快点,叫"姐"!

老公:去你的,少给我恶心……

我:本来就是嘛,快点叫,我一岁了你才刚生出来呢!

老公:你真够厉害的,在一岁的时候就把我订下来了,这叫娃娃亲呢!

我:你更牛,在你妈的肚子里就把我给搞定了,小屁孩啥都不懂就和我订了娃娃亲……

老公:……

是啊,有句话叫有缘千里来相会,在你来到人世间的那一刻,冥冥中就给你安排了另外一个人为你守候,同时,你也在守候着他,缘分到了,你们就相遇了,相爱了,相守到白头……这就是你们的缘分,好好把握吧……

**登录www.dsqq.cn,进入点点周刊论坛,让我们分享你的心情故事。**

0~1岁 1~3岁 3~6岁

# 新妈妈,先别急着臭美

王女士的宝宝已经出生50天了,进入到秋季,王女士脸部的皮肤有些干燥,但是还在母乳喂养,她一直担心用了护肤品之后,会影响宝宝的健康,那么妈妈们在哺乳期究竟能不能在脸上涂涂抹抹呢?

### 哺乳期使用护肤品问题不大

江苏省中医院皮肤科主任医师魏跃刚表示,在哺乳期的妈妈们可以用一些护肤品。一般的护肤用品并没有什么太大的问题,但是现在很多护肤品里面可能含有这样那样的激素,或者其他的添加剂,首先推荐使用一些没有香精、没有色素天然的护肤产品。有的宝宝比较敏感,比如妈妈用了一些护肤产品香味比较特殊,宝宝会不喜欢,这个时候你要考虑到。我觉得皮肤保养有很多方法,所以这个时候最好还是以考虑宝宝的需要为主。

### 留意成分更安心

要不要使用护肤品,很多新妈妈无非是担心成人护肤品里的化学成分有可能危害到宝宝。但是,仔细想想,无论化学成分还是植物成分,没有绝对的危险和安全之分。所以,专家更建议选择安全温和的产品,或孕妇专用护肤品,沿用以往的护肤品时也要留意有没有孕妇禁用成分。比如100%纯天然的植物精油,却是哺乳期的大忌,而天然概念的产品,也并不一定就完全温和,因为可能要添加稳定剂、防腐剂等来保证相关成分的稳定和新鲜。

### 秋冬不要频繁洗脸

生完孩子之后,由于孕激素的关系,皮肤失去了以前的柔软感,尤其进入秋冬后会很干燥粗糙,有些区域会出现脱皮现象。因此专家也建议,哺乳期的产妇不要频繁地洗脸,因为皂碱会将皮肤上的天然油脂洗净。需使用能给皮肤增加水分的护肤品,涂抹在干燥区内并轻轻地加以按摩。除了要多吃肉类、鱼、蛋等,还要多吃蔬果、谷物、牛奶、豆类等;在每天的饮食中,要减少含兴奋剂如咖啡、酒、茶的摄取,多喝水。 **快报记者 安莹**

原本甜蜜自由的二人世界突然因为有了宝宝的降生发生了改变,作为新爸爸、新妈妈,他们应该怎样适应各自的角色呢?

# 当小小"第三者"来临

### 新爸爸要学会调整心态

新爸爸要完成角色转换的过程,从原来二人世界中的主角变为三人世界的配角,要尽快调整自己的心态。在宝宝刚出生的头半年,爸爸的主要任务就是做好家庭中的其他工作,让妻子放心,注重培养和妻子之间的沟通和交流。如果家中还有老人,做好家庭成员间的协调工作,这样随着宝宝一天天长大,新爸爸就会自然融入到新的角色中。

### 新妈妈要学会沟通交流

在宝宝半岁以前,妈妈全部的精力几乎都在宝宝的身上,从而忽视了爸爸的需求,所以在这个阶段建议新爸爸主动维护和新妈妈之间的沟通和交流。而对于宝宝半岁以后的妈妈要开始学会把自己的注意力从宝宝身上分出一小部分放在其他人或事上,同时让新爸爸也加入到带孩子的乐趣中。

### 遇到问题该怎么办

很多夫妻原本很好,但是会因为宝宝这个"第三者"的出现,很多问题呈现出来。所以夫妻二人一定要想出一个解决矛盾或者问题的"黄金规则",这个规则一旦制定,夫妻双方都要遵守。采用这个规则的目的,不是为了获得直接解决问题的方法,而是要将双方的情绪平复到缓和的状态,从而解决问题。

另外,在任何一个家庭关系中夫妻关系占51%,父母跟孩子的关系占49%。也就是说夫妻关系是第一位的,是原生关系,而与宝宝的关系是后来形成的新关系。宝宝和爸爸妈妈之间的关系只有在夫妻关系和谐的家庭中才能得到健康的发展。 **阿达丽**

## 明星妈咪

明星妈妈:管怡岑妈妈
职业:公司职员

感言:小睿贝的降临给我们全家带来了无限的欢乐与笑声,虽然我的身材还没有完全恢复,但五个多月能瘦下来40多斤,我已经感到很欣慰了,看见小睿贝一天天快乐地长大,我觉得一切都是值得的!

**召集令:登录www.dsqq.cn,进入点点周刊论坛,附上图片和感言参与活动。**