

好孕揭秘

宝贝偏食 根子在妈



一直以来,有很多父母为自己偏食的孩子而头疼,但是一批美国医学科研人员近期公开表示,造成孩子偏食的责任很大程度可能在于他们的父母。这群来自美国费城的医学科研人员说:“一系列的测试与研究表明,一个儿童在饮食上的喜好与其母亲在怀孕及哺乳期间所进食物有着异常密切的关联。”

据这一科研项目负责人盖瑞博士介绍道:“对于一位在怀孕或哺乳期间的母亲来说,她每天所摄取的食物可能会直接影响到自己的孩子,让他们间接地受到母亲的遗传,从而对某些食物产生强烈的偏好差别。毋庸置疑,怀孕或哺乳期间的母亲每餐所摄取的食物必定会是安全的,孩子便也通过某种特殊渠道开始认同相应食物的口味。这可能就是人们在食物口味偏好选择方面的最初根源,调查也已经表明,大多数人都喜欢或认同自己母亲特别喜爱的食物。”

因此,参与该项目的美医学科研人员表示,如果一位妇女在怀孕或哺乳期间能够尽量保持食物荤素均衡,多进食一些时令蔬菜及新鲜水果,其孩子在长大后也会相对更容易接受水果及蔬菜,从而避免孩子平日进餐时出现严重性偏食现象。 章华

晒孕照



两个“球”PK



大肚皮也可以很飘逸

网友 zymary

晒晒我的两套不同风格的孕妇照

我是一个爱臭美的妈妈,非常喜欢拍照的哦。我怀孕后就期待为自己拍套写真,最后忍不住拍了两套,来看看我的PP吧。

请登录 <http://baby.dsqq.cn/>,晒晒你的大肚皮,说说你的好孕故事。

尴尬孕事

小石头的博客 <http://blog.sina.com.cn/fansizhe20080123>

一对“高材生”那 ■ ■ 有神的孕事

见过 ■ 的,但是没见过如此 ■ 的——一对有知识有文化有理想的高材生夫妇(男方还是“最可爱的人”),面对区区孕事,令人喷饭的笑话层出不穷。



首先俺必须得承认,俺和石头爹虽然都是奔三的人,但是一些生理知识少得可怜!以至于闹了笑话无数!

其一,以为只要不避孕,孩子便招之即来,把排卵期当成月经的第二名称(现在这是初中生都知道的东东,俺俩却一窍不通),所以当俺在部队的探亲假只剩半个月时才手忙脚乱地和老公钻在被窝里算“排卵期”,量基础体温……汗!总算老天眷顾我们两个糊涂蛋,在关键时刻还是把可爱的小石头恩赐给了我们,嘿嘿,窃喜!

其二,以为同房第二天便可以用试纸检验出是否怀孕!于是俺们在探亲假时用了试纸棒若干!俺家石头爹脸皮薄,都是俺厚着脸跑到药房,气壮山河般地来一嗓子“来十个试纸棒!”然后俺就在导购员诧异的目光中落荒而逃!用完后又和石头爹剪子包袱锤,输的一方再次向药房“进军”!石头爹不愧为行伍出身,胡子拉碴往药店柜台处一站,豪放地来了一嗓子“二十个试纸棒!谢谢!”当石头爹踢着

正步(紧张)走出大门时,耳边传来导购员的嘀咕——“够他用一年的!搞批发找错地儿了吧……”回家后,石头爹很郁闷地说“净胡扯,这么快就用完了,咋说能用一年呢?!”后来经俺们两位“高材生”仔细研究说明书,才恍然大悟!

其三,以为怀孕前就会孕吐!当时和石头爹的一位江西战友住对门,人家家属怀孕两个月多一些,天天狂吐!有一天,俺和老公散步时,俺突然胸口发闷,恶心,全身无力!终于支撑不住吐了方舒服一些,俺俩随即在路边疯狂窃喜!以为小宝宝已然在腹中蠢蠢欲动呢!接下来又吐又拉,到医院一检查,才知是患了肠胃性感冒!俺当时那个汗啊!超汗!!!

其四,我们两个超级糊涂蛋虽然在家处心积虑努力造小人儿,却在小人儿到来之时浑然不觉!在初孕之时(当时并不知情,因为两位“高材生”一怒之下将几十个试纸棒统统“束之高阁”,决定顺其自然),俺穿着细高跟鞋意气风发地和老公爬到松山风景区的最高

处玩斗地主,接着就买了返程的火车票回山东!当时行李若干,站票一张,苍天啊!俺一孕妇(当时仍不知情)就这样一路站到济南然后才补上卧铺票回到莱阳!

尴尬事一:怀孕期间不吐竟以为自己身体有毛病!挂专家号一次,被若干人取笑N次!

再次原谅俺孤陋寡闻,俺见过的所有孕妇都是吐得昏天黑地,所以当俺吃嘛嘛香身体倍儿棒时,俺一时大脑错乱,数次怀疑自己是不是没有怀上小宝宝啊?!带着疑问俺急匆匆挂了专家号,其结果当然大笑而归!

尴尬事二:初孕时就开始发福,刚怀孕四十天人家就以为是四个月啦!

俺和石头爹有个坚定信念——一定要生个健康的小宝宝!于是俺提前半年就辞职,在部队过着衣来伸手饭来张口的逍遥日子,体重由最初的102斤一路狂升到124斤!!当俺拖着肥胖的身躯回到老家时,人见人夸——“哟!有四

个月了吧,都出怀啦!”俺当时嘟着肥胖的大黑脸随声附和——“是啊是啊,快五个月了”(其实只有四十天)!

尴尬事三:让人误以为自己是未婚先孕!

俺三年前背着行囊义无反顾奔向部队与老公领了红本本,这期间每年回老家小住几天,所以有大部分人还以为咱仍是“未婚少女”,这突然挺着肚子就回了娘家让很多人都有点发蒙,还以为俺是未婚先孕!

尴尬事四:去产检时人家认为俺是离异的!

确切地说怀孕280天,老公在俺身边呆了估计也只有20天。这期间他在部队俺在老家,每次去医院产检都是独自一人。楼上楼下的开单、划价、交费、做B超、做胎心监护……每每见到那些前呼后拥的孕妇俺就羡慕不已!尤其是去孕妇学校,只有俺一个人孤零零地在听课!——于是,关于俺滴另一个版本就是——是不是离婚啦?!唉!真可怜!趁着孩子小就做了吧,将来两个人可怎么过呢!面对那些同情的目光,俺很无奈地笑了笑,呵呵,怀自己的孕,让别人说去吧!

尴尬事五:因馋水煮鱼而痛哭流涕!

俺虽然是山东人,水煮鱼却是俺滴最爱!但大家都知道准妈妈是不能吃辣的,可俺那时想想“水煮鱼”这仨字都能流口水,然后狂哭!老公虽心疼,但还是迂回请求吃一顿清汤火锅以做补偿!俺当时边吃火锅边哭!哭得老公指天指地赌咒发誓——等俺生完小宝宝,让俺顿顿都吃水煮鱼!结果俺被忽悠啦!——哺乳期的妈妈饮食禁忌更多啊!

幸孕手册

准妈妈备战清单

songlife 整理了一下准妈妈备战清单(二附院 冬天生)

一、去医院时随身需带的物品

- 1.老式的皱纹卫生纸:5卷左右,刚生完时用于垫床,妇幼有卖2元一卷,比超市实惠;——15元一卷的正利卫生纸最好,妇幼门口有卖的,准备一卷吧,六甲村的产垫听说也蛮好的,反正我没来得及用,后期用金莲的也就可以了。
- 2.产妇用的卫生巾或尿不湿:刚生宝宝时下体会出血,可用宝宝XL号尿不湿代替;——我用的是三洋产妇产卫生巾,还不错。
- 3.住院时吃饭,洗脸,洗衣服等用的物品:衣服最好前开口的,喂奶方便,盘子要适用于微波炉的;——饭盒最好多带两个,冬天生的话哺乳棉毛衫比较实用,水杯和弯头吸管不要忘了。
- 4.夜里吃的东西:未生宝宝前夜里会经常醒来,要备一点吃的东

- 西;——我疼得根本吃不下,嘿嘿,不过还是要准备的,有人折腾两三天呢,巧克力和红糖必须准备点。
- 5.照相机:记录好宝宝的第一个瞬间,如果在妇幼游泳时会用到哟——必备。
- 6.湿纸巾:给宝宝擦PP的,宝宝皮肤嫩,不能用卷纸哟;——必备,宝贝可爱的性价比。
- 7.尿不湿:——好奇的不错,买NB号的,我家宝宝一个半月用了9包,然后才换成S号的。
- 8.宝宝吃的婴幼儿葡萄糖,买小袋的就行了。如果宝宝黄疸过了半个月不退,建议到药房买点茵陈煮水给宝宝吃。
- 9.棉鞋。我当时图省事,带来棉鞋却总是把后鞋帮踩下来了,结果脚后跟受凉,到现在还疼呢,一定要注意呀!

二、产妇用品

(根据个人需要购买,不一定要全买,但都是需要的)

- 1.吸乳器:若奶水很多,吸出后也是倒掉的话,买个简单的就行了;若要储存起来给宝宝吃,那就买好点的,能集液的那种;——新安怡手动的比较好。
- 2.哺乳文胸:2-3个,可快速打开前面的;——其实跟一般的文

- 胸也没多大区别。
- 3.防溢乳垫:平均每天四副,得多买一点;——买可洗耐用的吧,爱得利的就可以了,多准备几副,我四副都有点紧张。
- 4.束腹带:对产妇产后恢复很有作用;——没用过,自己带孩子,两个月保证身材恢复。

三、宝宝用品

- 1.婴儿床(含蚊帐):1张,可以睡到3-4岁为佳。
- 2.床单,棉被,睡袋,枕头:各1-2套,依季节材料不同;枕头可能需要定型枕;——枕头其实不太用得上。

- 3.婴儿推车:外出时推着很方便,但楼层高没有电梯的可以用背带代替,就是背着宝宝的。——呵呵,我是用背带的,不过一开始的时候邻居们少见多怪,我被指责得很厉害。

四、哺育用品

- 1.奶粉:母亲没有奶水的话,一月要四听左右,有特价时多备一点,国外的牌子比较好,美赞臣,惠氏,雅培,多美滋;——先准备小袋的吧,以后再视情况买,万一有奶呢!奶粉可是有保质期的。
- 2.大小奶瓶——大的要三四个月以后才用得上,开始准备1-2个小的就够了。个人推荐布朗博士,新安怡吸奶器带的也不错。我家宝宝最不接受苏果卖的得利,任何型号都不要。

- 3.备用奶嘴:一般二个月更换奶嘴一次,大中小号每种可能得备用二个;——布朗博士的奶嘴跟其他牌子的不通用;以后看情况准备吧,不着急。
- 4.奶瓶奶嘴刷:1套。特别是奶嘴,里面很难洗干净!——奶嘴刷很容易坏,赶上特价时多准备两个吧。
- 5.多功能奶瓶夹:1个,将消毒完毕的奶瓶奶嘴夹起;——用筷子解决,没买。

小编评点

以上罗列的还只是这个准妈妈待产包里的部分物品。很多待产准妈妈一边惊呼东西这么多,一边对这个准妈妈包的细致周密赞不绝口。废话少说,准妈妈赶紧以此为参考,看看自己的待产包里还缺啥,或者你有更好的补充,请登录 <http://bbs.dsqq.cn/thread-189627-1-1.html>,发表高见,与孕妈妈们共勉!