



QQ3群: 100029141
飞信群: 9633446
邮箱: kbddzk@163.com



好孕宣言

“吃进去的奶粉进口的一百多块钱，拉出来要用尿不湿，名牌的又是一百多块钱，进出都要钱，整个儿一双向收费！”去年热播电视剧《蜗居》的上述台词概括了现代“孩奴”的生存现象。“孩奴”，到底当还是不当？是困扰现在80后夫妇的一大问题。不过，80后并不像人们想象中那样“潇洒”和“任性”，在变革的社会中成长起来的他们同样勇于承担来自现实的巨大压力。

我是80后准妈 不是孩奴！

□猪猪韩妮

我和老公都是80后，收入不是很高，两个人加起来在5000元左右，每月还贷款1200元，没有车。现在有了宝宝，看到好多准妈妈都说自己压力大，我也来说说自己的看法。

首先，我单位有医疗保险，产检及生育都可以报销一部分，自己花费并不是很多。我是坚定的顺产拥护者，以前一直在练瑜伽，不过是在家里自己跟着光盘练。怀孕后多运动，没有特殊情况，顺产应该没有问题。又可以省一笔，自己也少受些罪。

其次，平时饮食我们都很注意，孕期给宝宝充足的营养，宝宝先天就会更健康，以后也会少生病，也是无形中省下了一笔呀！

还有，宝宝出生以后，我们要母乳喂养，这个信念一定要坚定！从怀孕开始，我从穿衣服到饮食，都很注意，不穿太紧的衣服，从一开始给自己信心，我的宝宝一定可以吃到母乳，这样的话，可以省下一大笔了吧。

另外就是选购宝宝和孕妇的

衣服，商场我就不考虑了，我的选择是网购+街边小店，价格比商场便宜，款式和质量不一定差哦。网购尽量选在我们城市有实体店，可以亲眼看看，免得买到跟图片不一样的东东，百度搜索一下，肯定能找到性价比高的，这也可以省一笔吧。

宝宝出生以后的事，我们暂时还没有想太多，我和老公都决定一定要培养宝宝好的品格，让宝宝身心健康，这样至少可以省心好多。

虽然我们收入不多，但也不至于成为孩奴，老公说了，只要我们一起努力，生活总是有希望的，我们一样很幸福。养孩子不一定花很多钱的，宝宝身心健康最重要！

☺ 同代声音——

蝴蝶 8568

我和老公也都是80后，收入和你们差不多，每月还贷902元。不至于成为孩奴，感觉挺幸福的！

望树轩

是的，只要保持心情愉快，精

打细算，压力就不会那么大了。

穆荣樱桃

支持一下，我们也是80后！收入也跟你们差不多，在一般城市也没有什么生活压力，虽然物价也很高，呵呵~我和老公的原则是在宝宝很小的时候一定什么都用好的，但是等他懂事一点就不能给他最好的了，最关键的是不能为了一味给孩子创造良好条件而使大人降低了生活质量，那样家庭的孩子长大了只会索取和攀比！

毕家猪屋屋

我也是80后啊，怀孕后就没有工作，老公每月的收入不固定，日子过得紧巴巴的，不过老公说他努力开拓业务，挣好多奶粉钱~

蓝天下的~yun~

我跟老公也是80后，每个月工资加起来才4300元，宝宝6月就出生了。不管怎样，一切以宝宝为主！

我心匪席

我和老公也是80

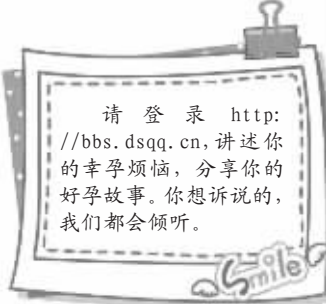
后，收入还可以。两人加起来1万多，没有房贷的压力。但是怀孕之后我还是感觉将来养孩子很有压力。看来我要积极向楼主学习了！其实想明白了，真没有必要当孩奴的。辛辛苦苦的当孩奴，还不如好好教育培养他的人生态度。

窃柒柒

我跟老公的收入跟楼主也差不多哦，我也不打算做孩奴，向楼主学习！

闫志小虎

我一怀孕就没有上班，之前也没有正式工作，老公在部队，每月4000元左右。虽然我们只有一个人的工资，我觉得还是挺舒服的，给宝宝准备的东西也算好的，每个家庭的关键是自己的小算盘打得好就行，根据自己的情况消费，不要攀比，过得都会很幸福的！！



常识揭秘

安检辐射不必太担心

很多准妈妈都有乘坐飞机的经历，做安检的时候都会忐忑不安，顾虑安检的辐射会不会影响到胎儿。安检主要是通过电磁场的辐射，对金属物进行探测。电磁的辐射小，一般不要持续6分钟以上就不会对人体造成影响。

难言之隐

有狐臭的我们怀孕了怎么办？

困惑 0205
我怀孕前一直都是用药物外搽来去除味道的，可是有了孩子之后怎么办啊？有没有哪位姐妹有好办法的啊？即使冬天怀孕那也是要再经过夏天的啊，十月怀胎呢，而且还要哺乳呢，愁死我了！请大家帮忙。我在网上看到安利的走珠止汗露是孕妇可以用的，有孕妇用过吗？

有人用过——

金猪好妈妈
我和你一样，我怀孕的时候用的是雅芳走珠止汗香体露。但是用的次数不多，因为也怕化妆品对宝宝有伤害。

chenjunjuanso
我怀孕时用的是安利的走珠止汗露，我觉得挺好的。没有影响。

可能有用

体寒的人 孕前要做哪些准备？

wyl0377c
俺是81年出生的，2009年五一刚结婚，计划今年6、7、8月怀孕，也在网上还有书上看了很多孕前的准备。可是对自己的情况还是不知道该咋办。所以想问各位姐妹前辈，俺该注意点啥，该咋做。

我属于体寒型的，每次月经前一天是一定不能碰凉水的，洗衣刷碗都不行的，否则月经来的第一天就会肚痛。认识的一个朋友是中医，她说我这体质太寒了，要生了小孩恐怕小孩体质会弱。所以她建议我最好把身体至少调养个一年。可是俺真的想今年就执行造人计划呢。各位有没有和我情况相似，或者认识朋友和我情况相似的，她们要怀孕有没有做什么准备呀？

试试看吧——

妃红
喝红糖蒸姜
一点点的小幸福
先中药调理，情况好些再要宝宝。
童的乐园
可以喝六味暖宫丸，很有用的，也不影响怀孕。



636号潘雨萌

数字事实

拒绝孩子，“老外”的今天可能就是我们的明天

美国：白人减少

在美国100座最大的城市中，近一半城市的主要人口不再是白人，黑人、西班牙裔、亚裔等的人数已经超过了白人。在人口迅速增长的大城市（例如拉斯维加斯）中，少数民族人口的增长异常迅速；相反的，白人数量却在不断减少。这种变化的结果就是，在美国最大的100座城市中，白人成了少数种族。

马来西亚：华裔锐减

在马来西亚原本华裔人口比例为43%，比马来人的

41%还要高，居全国首位。然而，这一数字在近年已锐减，降幅几达一半。这主要是“有孩子是负担”的观念作祟。华裔其实应秉持“多生育是为家庭，为华人社会孕育社会资产”的想法，否则，华裔人口将一年比一年少。

德国：土耳其人越来越多

现在人口8200万的德国，到2050年时将降至7000万。在人口呈负增长的同时，外国人的多子女家庭却在不断膨胀。据统计，德国目前有730多万外国人常住。以在德国的211万土耳其人为例，

他们的传统观念仍崇尚“多子多福”，有的家庭子女多达七八个。

日本：老人被家庭抛弃

日本是世界上较早进入老龄化社会的国家之一，全国65岁以上的老人已经占到人口总数的20%以上，老人大多居住在敬老院里。别看老人们生活在这里很惬意，其实他们每个人身后都有一个伤心的故事：折射出日本在高度繁荣的经济发展水平下部分老人悲惨境遇的阴影，因为他们大部分都是被家人抛弃的……



514号白锦轩

缺钙“很惨”

怀孕媳妇 半夜将我踹到床下

□严守纪律

哈哈，终于我也快当爹了！这些天见到朋友我就显摆媳妇怀孕的事情~~

一天夜里，正好我睡在床边，媳妇睡着睡着突然踢我一脚，一下子就把我踹下了床……原以为她是在做梦呢，没当回事儿。但是又一天晚上睡得好好的，媳妇又踹了我一脚，我就纳闷了，什么情况？赶紧把她叫醒，只见媳妇一脸痛苦的样子：“赶紧把我腿伸直了，抽筋了！抽筋了！”

第二天我去医院咨询，医生告诉我，有可能是媳妇缺钙所致，给我拿了些补钙的药，什么“迪巧钙片”。万能的网友们，这方面我没经验，“迪巧钙片”大家听说过吗？孕妇可以吃吗？

指点迷津——

呜呜的妈妈咪 可以吃，孕到孕后期都要补钙的，你这个粗心老公怎么不知道给她买啊！
莎梨 吃药准字的钙片就行。

好孕也纠结



530号何雅萱

上个星期我去医院检查是否怀孕，经过一个小时，结果出来了说我已经怀孕四个月了。这件事对我来说不知是不是一件好事。因为我在一家外企工作，这次本来部门经理让我去美国出差，可由于我怀孕而让别人去了，我心里很不是个滋味。因为我们那个部门竞争很激烈，总想

现在怀孕是时候吗？

□wgzy123so

让自己高高在上，保持不败。同事们得知我怀孕很高兴，表面上还装做我怀孕是喜事。我心想你们为什么不怀孕？你们为什么自个悄悄去和上级申请出差，找理由不让我去呢？想想就生气！我真不知怎么办才好，是要这个小孩子还是不要？因为我还很年轻，现在我的事业很不错，我不想失去这个难得的发展机会。姐妹们帮我出出主意吧！

☺ 她们发言——

真的还有希望吗 要吧！我第一个孩子当时就因为工作原因没要，后悔到现在。不过最终决定权还是看你自己，跟家人商量。

妮~妈咪 工作机会以后有的是，你错过了这个宝宝，也许他以后就再也不会来了。

可爱一诺 宝宝比工作重

要，不要轻易伤害自己的身体。

怡寒 我选择孩子，我备孕了4年，他才姗姗来迟。你不要倚仗年轻，我很懊恼自己为何没有在25岁前生。

童的乐园 如果是我，我肯定会选择孩子，工作再重要，以后还能奋斗。我原来也有过宝宝没有要，现在想要却很难，已经怀孕两年了，可还是零。

琳琳要好孕 当孩子出生后给你第一个笑脸的时候，你会发现什么职位都比不上那一刻幸福！

双喜 你只有6个月就生了。等你过了这6个月，如果再有发展机会就是你的了，说不定那时人家也怀孕了。你4个月才知你有孩子，真不知你怎么当女人的。是不是连基本知识都不懂啊。难道你同事就永远不会怀孕，永远跟你竞争？！