

10 أمور تقوّمك بها في الحمل الأول!

- تعدين الأسابيع والأيام.
- أنت مشتركة في ثلاثة مواقع ويب مختلفة تتبع أسبوع الحمل الخاص بك أسبوعياً، ويمكنك البحث عن أعراض الحمل الخاصة بك لمعرفة ما إذا كان ما يحدث معك أمر طبيعي (كل يوم).
- عليك وضع خطة ولادة مفصلة. أنت تتحدىين عن هذه الخطة، تطبعينها وتعطيها إلى شريكك ومقدم الرعاية الصحية. يمكنك مقارنتها مع خطط أصدقائك.
- لديك دائماً الكثير من الأسئلة لأخصائيي أمراض النساء والتوليد. لن تخطي أي فحص مطلقاً. تريدين القيام بالمزيد من الموجات فوق الصوتية!
- تعتقدين أنك ضخمة الحجم عند الأسبوع العشرين.
- لديك سجل طفل كبير مليء بالأمور التي تجدين أنه من الضروري شرائها، والتي لن تستخدميها في الغالب!
- لديك قائمة بالأشياء التي لن تفعليها أبداً كأحد الوالدين. إنها طويلة وأنت متأكدة من قراراتك. تعتقدين أن هناك طريقة واحدة جيدة ل التربية الأطفال: طريقتك.
- تحسبين وتعدين كل غرام من الوزن تكتسبينه وتلاحظين كل علامات التمدد. تتساءلين إلى متى سيبقى مقاس البيكيني يناسبك.
- أنت تعتقدين أنك ستت ami بشكل أفضل بعد ولادة الطفل - أنت غير مرتاحه الآن وأنت لم تتأمي بشكل سيئ هكذا في حياتك كلها !
- أنت مرهقة حقاً بشأن موضوع الولادة والأمومة، حتى لو أخفيتها جيداً وأخبرتي الجميع كم تشعرين بالاسترخاء.