

# Be mom cares Journal

標題: 突然的孕吐反應  
內容: 最近的反應真的是說來就來！特別是在廚房時聞到一些食物味道就不舒服，總是忍不住跑去洗手間，雖然有點鬱悶，但想著寶寶正在我體內成長，也只能咬咬牙熬過去，希望你可以快點出來呀！  
週期: 12  
日期: 2024-09-15  
心情: 想吐

標題: 第一次聽到小寶貝的心跳  
內容: 今天去產檢時聽到的小寶貝的心跳聲，真的好奇妙，像小鼓一樣有力地跳著！雖然過程中有些緊張，但聽到那聲音的瞬間覺得一切都值得了，讓我充滿力量！小寶貝加油呀！  
週期: 10  
日期: 2024-09-03  
心情: 開心



標題: 今天寶寶一直回應我～  
內容: 今天去產檢時醫生跟我聊著寶寶的狀況，卻突然感受到腹中的踢動～每當我們講到幫他取的小名時，他就會用力踢一下～真的好可愛，好期待他出生的那天！還有今天產檢結束後我逛著網路商城，意外找到很想買的皮帶～  
週期: 23  
日期: 2024-10-11  
心情: 開心



標題: 今天好累但遊戲治癒了我  
內容: 好開心下載到這個小遊戲，每次因為孕期不適的時候就會點開來玩～  
週期: 3  
日期: 2024-07-05  
心情: 開心

標題: 莫名很容易難過  
內容: 今天感到心情有點低落，似乎一點小事就影響心情，可能是荷爾蒙影響吧，或是開始擔心一些事情，像是分娩和寶寶的準備，和家人聊了聊，他們安慰我說這些都會慢慢適應，希望自己能夠更放鬆一點，不要那麼緊張  
週期: 16  
日期: 2024-10-08  
心情: 鬱悶

標題: 煩死了不要再抽菸！！  
內容: 今天跟老公出門吃飯，結果坐在旁邊的客人在抽煙，煙味讓我超不舒服，提醒了服務生幫忙勸戒，卻還是覺得被忽視，實在有些生氣，孕婦的嗅覺真的變得超級敏感，感覺所有東西都讓我不舒服，下次絕對不會再來這家店了！  
週期: 13  
日期: 2024-09-20  
心情: 生氣

標題: 家人可以體諒多一點嗎

內容: 最近真的心情有些敏感，肚子越來越大，也開始有點不舒服，今天婆婆無意間說了一句「懷孕不過就這樣，放輕鬆點」讓我整個超級不開心，明明自己已經很努力調適，卻覺得被忽略了心情上的變化，希望家人在懷孕期間可以多一些理解，這段時間對我來說真的很不容易…

週期: 17

日期: 2024-10-12

心情: 生氣



標題: 想吃酸的

內容: 超想吃酸的東西，去樓下商店買了話梅和酸梅汁！胃口恢復了一些，似乎也有了更多力氣，期待寶寶一天天長大

週期: 14

日期: 2024-09-25

心情: 開心