

陈瑜 丁思渊 著

大肚皮

私想录

怀孕是一趟幸福的旅程



上海三联书店



陈瑜 丁思渊 著

大肚皮 私想录

怀孕是一趟幸福的旅程

 上海三联书店

图书在版编目(CIP)数据

大肚皮私想录/陈瑜, 丁思渊著. —上海: 上海三联书店,
2009. 11

ISBN 978-7-5426-3126-8

I. 大… II. ①陈…②丁… III. 日记—作品集—中国—
当代 IV. I267.5

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第162489号

大肚皮私想录

著 者 / 陈 瑜 丁思渊

责任编辑 / 姚望星

插图绘制 / 汪 磊

版式设计 / 孔晨铭

监 制 / 任中伟

责任校对 / 张大伟

出版发行 / 上海三联书店

(200031) 中国上海市乌鲁木齐南路396弄10号

<http://www.sanlian.com>

E-mail: shsanlian@yahoo.com.cn

印 刷 / 上海惠顿实业有限公司

版 次 / 2009年11月第1版

印 次 / 2009年11月第1次印刷

开 本 / 640×960 1/16

字 数 / 150千字

印 张 / 12.5

ISBN 978-7-5426-3126-8/G · 996

定价: 35.00元

引言

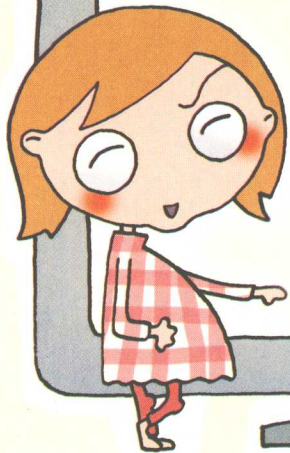
在我自己还是小孩子的时候，曾经认定，长大以后我是断然不要小孩子的，没有太多的缘由，只是自以为是且冥顽不化地以为，他/她会剥夺我的人生，至少是部分。

可是，有一天，当时间、空间、身体、心态、情绪、环境都对的时候，我就是想当妈妈了。之后，肚子一天一天地大起来，我竟然意想不到地有几分懊恼：这么好的事情，我为什么不早点做？

我把所有的“好”，都写在了这本小书里，里面的每一个字都是我肚子里藏着一个小人儿时敲出来的。

怀孕，说起来，是一趟幸福的旅程，嵌在人生的段落里，如此兴味盎然……

妈妈 12月



目录

- 9月22日 第一次和你说话，是新鲜的 P001
- 10月7日 怀着你，理论上是我最好的日子了 P004
- 10月8日 你的出生已经被政府批准了 P006
- 10月9日 你是拴住爸爸的链子吗？ P009
- 10月17日 刁钻地贪念着那些不能吃的 P011
- 10月19日 怀孕伴侣 P014
- 10月24日 你一定要和妈妈结盟知道么 P017
- 10月30日 这是一项需要保密的事业 P019
- 11月1日 我一早就决定挨一刀的 P021
- 11月5日 想吃我给你做的鸡汤面吗？ P026
- 11月6日 你喜欢男孩还是女孩？ P029
- 11月8日 我亲眼看到你果真趴在我的子宫里 P032
- 11月17日 变形金刚，随时变形状 P036

- 11月24日 我要用自己的方式艺术化地怀着你 P039
- 11月27日 今儿让你有点忧患意识 P041
- 11月28日 这是一出悲情的闹剧 P044
- 12月4日 有关那颗小石头的仍旧不确定报告 P049
- 12月5日 得吧得二人组预备转型三人转 P051
- 12月8日 来也匆匆去也匆匆，恨不能相逢 P053
- 12月9日 没错，你开始在我肚子里吐泡泡了 P054
- 12月15日 我们的生命发生了实质性的关系 P057
- 12月17日 牵着手，就这样幸福地信步走走 P059
- 12月21日 伟大的母亲从厨房诞生（上） P061
- 12月22日 伟大的母亲从厨房诞生（下） P066
- 12月26日 暂别江湖的游侠，屏牢 P070
- 12月31日 拾掇拾掇，来年生人 P072
- 1月4日 肚子里装着一个小人儿跑来跑去 P075

- 1月8日 谁能想象我们为人父母的样子 P077
- 1月12日 你会见到一个瘦帅瘦帅的爸爸吗? 不会的! P080
- 1月13日 我终于像那么回事儿了吧 P082
- 1月15日 胎教就是要让我老人家开心 P083
- 1月16日 怀了一个男宝宝怎么就牛X了呢? P086
- 1月17日 谁会是我们家的“小三”? P090
- 1月20日 请不要试图说服一个胆小鬼 P091
- 1月21日 哦哟,这次要“补考”了 P094
- 1月26日 宝宝,你属的牛年来了 P095
- 1月31日 今天是爸爸的BIG DAY P098
- 2月5日 这一天又一天 P102
- 2月7日 疯狂的她们和看傻眼的我 P103
- 2月10日 孕妇是有风范的 P109
- 2月11日 爸爸式的压力 P111

- 2月13日 连扎四针，还乐 P114
- 2月14日 妊娠糖尿病孕妇，节制 P117
- 2月16日 你开始变得不乖了 P118
- 2月19日 大队长妈妈和小组长爸爸 P120
- 2月25日 老公：生日快乐！老婆 P123
- 2月27日 第一次上镜，你比较像谁？ P125
- 3月3日 薪火相传，一个接一个生起来 P129
- 3月5日 你的名字就这么有点随机地诞生了 P131
- 3月8日 身怀七甲有余的待产孕妇的体貌变化 P136
- 3月13日 关禁闭前的最后通牒 P139
- 3月17日 “特型演员”出镜记 P142
- 3月19日 当孕妇当得跟消防队员似的 P146
- 3月23日 睡眠被断成几截后所想到的 P148
- 3月25日 带上八个月大的你，在西湖边逛呀逛 P150

- 3月26日 特此公告 P152
- 3月27日 取保候审，缓期一周执行 P153
- 3月31日 代际间的羡慕 P156
- 4月3日 用最笨的战术降服那个叫做血糖的宿敌 P158
- 4月7日 在倒计时的日子里，自在如常 P161
- 4月10日 你给我醒醒，做胎心监测了 P162
- 4月12日 待产，买房，疯了 P164
- 4月17日 当情绪LOW到冰点…… P167
- 4月21日 让我们娘儿俩一起吃个饱 P171
- 4月24日 过头儿子是个宝 P173
- 4月29日 终于，我当上了妈妈 P177

目录

大肚皮老婆的预产期怎么算? P003

12周, 建小卡 P007

管好大肚皮的嘴巴 P013

“孕夫”行为规范十大条例 P016

16周, 建大卡+唐筛检查 P035

胎动, 宝宝在给大肚皮发电报呢 P056

胎教, 信不信由你 P085

24周, 糖尿病筛查+大排畸 P089

母婴购物清单基本款 P107

插播一段旅行档期 P151

大产包, 装点啥 P175



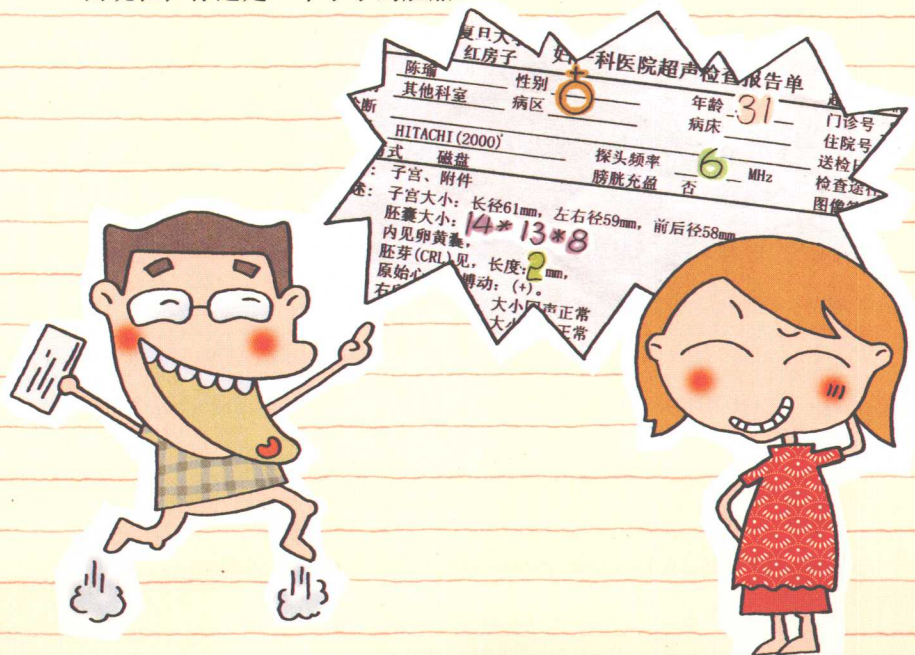
9月22日 第一次和你说话，是新鲜的

今天是我31岁的生日。

你在我的肚子里呆了差不多一个半月，但照规矩，我会回人家说：“哦，两个月了。”这也是我有了你才知道的计算方式，竟然从最后一次例假的第一天算起，那时其实还没有你。

你外婆31岁的时候，我已经四岁了，每天跟着她穿过一个开着牵牛花的小花园去幼儿园吃饭睡觉。你奶奶31岁的时候，那个将来你要叫他爸爸的人一岁，估计还处于大小便失禁的阶段。

而现在，你还是一个小小的胚胎。





很多事情是急不来的。爸爸妈妈在一起整整七年后，才想要结婚，结婚五年后，才想要生宝宝，当“想要”降临的时候，它便是100%的。

所以，我真的很喜欢这样的水到渠成，我开始对新生命有了自己的期待，这在前30年都是未曾有过的。

爸爸不一样些，他仿佛从小就做好了当爸爸的身心准备。现在，他每天都“囡囡囡囡”地叫你，抚着我尚未隆起的肚子，总是试图传达给你两个精神：

1. 不管男孩女孩，你最好长得像他。
2. 你生出来后，要和爸爸更亲些。

但是，你毕竟在我的身体里啊，所以我不着急，等你长耳朵后，我有的是时间和你耳鬓厮磨。

其实你还是很乖的，乖到我至今没有任何的反应，能吃能喝能睡，只是略略地发困。别的妈妈就要惨许多，她们每天都犯恶心，自然就没了胃口。

当然了，我也有我的烦恼，我特别想吃那些我目前不该吃的东西，比如可乐、薯片、炸鸡翅、大闸蟹……对了，这两天，我们家电梯里贴着大闸蟹的广告，每次走进去，我都要悲愤地淌口水，你说，物业公司把广告贴这儿是不是太缺德了。



也就是前天，爸爸看我可怜，开车把我带到了阳澄湖。我捧着蟹盖，激动得简直要哭了，这才是我生命中的至爱啊！不过为了你，我只吃了一只，并且把八只脚全部给了爸爸，因为据说它们很寒。

我发了誓了，明年这个时候，我一定要再来，三只打底，尽兴而归。

有时候，还是会觉得时间过得有点慢，以预产期推算，你要到明年五月份才能问世，我需要怀着你过一个秋天、一个冬天和一个春天。

好在，这样的日子还是很甜蜜的。

你以后会知道，双鱼座的爸爸是超爱幻想的，他现在已经开始在设计我们一家三口的旅行计划。我们希望把你带成一个有意思的孩子，慢慢学会去发现这个有意思的世界。

嗯，你还是有一点点幸运的，我们是一对有意思的爸爸妈妈。

爸爸全知道

大肚皮老婆的预产期怎么算？

最后一次例假开始的日期	
—	3个月
+	7天

=	预产期





10月7日

怀着你，理论上是我最好的日子了

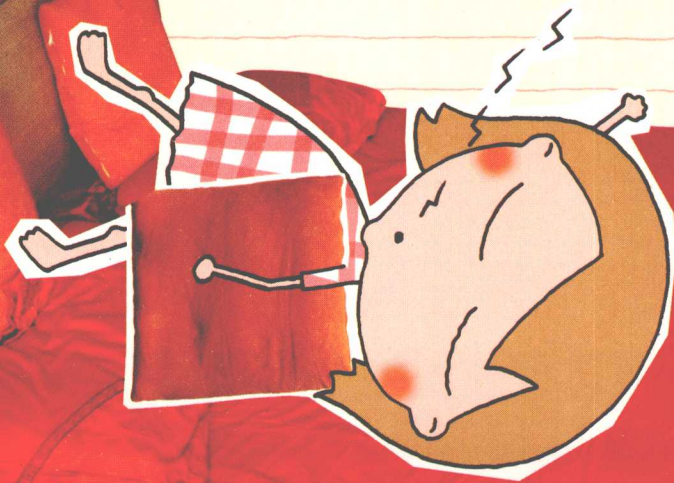


整个国庆长假，爸爸都在感冒。有一天夜里，他打了两个大喷嚏，然后起床翻出没洗的脏脏的床单，一个人去客厅的沙发上睡了。

他怕把感冒传给我，因为这会伤害到你，这是他最在乎的。

每天早上起来，他都会例行公事似地盘查：老婆，你身体还好么？有没有感冒啊？头痛么？那么你的鼻子为啥呼噜呼噜的？昨天晚上你打了两个喷嚏，还咳嗽了一声……

他就像给我把门的尽心的护工。



那日，他站在卧室门口跟我说点啥，我躺在床上甩着手：“大爷，你过来嘛！”

他严肃认真地告诫我：“不要用污言秽语影响阿拉的囡囡！”

我无趣地别过头去，睡了。

客观地说最近爸爸的表现还是非常值得肯定的。他对妈妈真的不错，我一屁股坐在石凳上，他还会叫我起来给我垫本书。他也开始学习做家务，照他自己的话说，以前他眼里根本看不见的事情，现在也能看见了。

当然，我们家还是会发生这样的状况，比如洗衣机里的衣服洗好了，但爸爸心理上有障碍，就是不愿意晾，于是两天后，妈妈只能再按一下START，重新洗一遍。

爸爸对妈妈的表现也还是满意的，我不吐不晕不累的。前两天，我们散步经过太平湖绿地，我问他：“老公，你觉得我怀孕后‘作’吗？”

他说：“不‘作’。”

我问：“我是不是比你预期的不‘作’啊？”

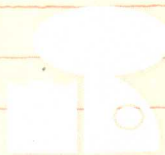
他说：“是的。”

我又问：“那我是不是可以更‘作’一点啊？”

他说：“你可以了啊，赶紧打住啊！”

我现在的的确有一些特权，爸爸说我还是可以乘机利用一下的，但他让我明白，他的出发点完全是为了你，对我好只是副产品。他还说，等我生下你，就让我该干吗干吗，以后如果生第二个孩子，也不会有今天这样的优待了。

看，怀着你，理论上是我最好的日子了。



10月8日 你的出生已经被政府批准了

今天又是一个值得记一下的日子。

我和爸爸起了一个大早，赶到老房子的居委会办了有关你的登记，这也就是说明，现在你已经被政府准许出生了，孕妇界都管这道工序叫“建小卡”。

爸爸前一天晚上就做了功课，在网上查建小卡的流程，所以今天胸有成竹地把我带到街道办事处，又经门卫指点，去了几步之遥的一个办证点。轻声敲门，进了计生处之类的一间办公室，说了生孩子的事，亲切的办事员说，这儿专门办外来人员的，常住人口去居委会。爸爸对人家说：“你就把她当外来人员办了好了。”

你说我还能说什么呢！

隔壁屋子正好能领社保卡。爸爸多年前拍了照留了档，但从来就没来领过卡。这下，就正好顺便了。

可是，那个老眼昏花的取证大叔真让人着急，他要把每个信封贴着鼻子才能看清上面的字。第一次扔出一个信封，抬头问爸爸：“是你吗？”

爸爸念了一下：“丁X红，明显是女人的名字啊，我叫丁思渊。”



大叔说：“哦哟，说起来，800年前你们也是一家的嘛。”

晓得了吧，这个世界上糊涂的人都是这么扎堆的，当然也包括你妈妈我了。比如说，我的结婚证就找不到了，所以这次建小卡，带的就是你爸爸的那本。爸爸说：“我知道你铁了心跟我，也不用这样嘛。”我自知理亏，也不好说什么，幸好当年民政局发了两本结婚证，真是深得民心啊。

我们又去地段医院进行了第一次例行检查，爸爸鞍前马后的，听医生说每项指标都正常，就龇着牙恶心地笑说：“哈哈，我要当爸爸了啊！”

排在我们后面的阿姨，面色不好，时不时孕吐，用手捂住嘴巴。身为同道中人，我看在眼里，觉得她好可怜。爸爸悄悄跟我说：“你和她比起来，活络得跟猴子一样。”

爸爸这个人很不厚道，在我抽血时说：“哎呀，抽那么多啊，回去可以烧一碗鸡鸭血汤了。”我赶紧上前揍他，让他闭嘴，我怕他这样的联想会让那个阿姨吐出来。



爸爸全知道

12周，建小卡

过了前三个月，肚子里的小宝宝差不多长牢了，这时需要去建小卡。

“小卡”的大名叫做《孕产妇健康手册》，办理一下大概需要小半天时间，记得把证件带齐了，一口气搞定：

携带夫妻双方的身份证、结婚证、户口簿，到大肚皮户口所在地的居委会开准生证明——>带上准生证明和上面提到的这些证件，到大肚皮户口所在地的街道地段医院领取《孕产妇健康手册》——>妇科检查