懷孕
文章

對外公布我「有咗」！

十一月 9，2020

當公布懷孕時，在工作及家中安排上應作好準備，對於自己及身邊的人也有幫助。

孕媽媽可以向由註冊醫生或註冊助產士等簽發的醫生證明書證實有孕

可以對外公布我「有咗！」

- 是時候「可以Announce有咗」，特別是告訴公司上司自己懷孕的事情。
- 孕媽媽可以向由註冊醫生或註冊助產士等簽發的醫生證明書證實有孕
- 如工作上需要拿重物的話，煩請同事幫忙一下
- 如需請假前往產檢，請預先向上司匯報，讓對方可以及早作工作上安排
- 通知家人，讓他們在飲食上可以有多些安排
- 請家人代勞一些需提重物或是需要較勞動的家務

參考

資料由婦產專科林兆強醫生監修

立即分享