

象田脱糖煲解决我孕期的担忧

产品名称	象田脱糖煲解决我孕期的担忧
公司名称	中山市象田电器有限公司
价格	2580.00/台
规格参数	品牌:象田 型号:RF-409CCTIY 加热方式:IH电磁加热
公司地址	中山市南头镇威海路6号首层之一、二楼
联系电话	15927180228

产品详情

糖耐检查抽的三次血，空腹的过关了，一小时后的没有超出参考值，但是也接近参考值了。

两小时的超标了，超过参考值了。医生说这样属于二期[糖niao病](#)。也是[妊娠糖niao病](#)。

需要在饮食上做调整。周末再去扎手指测一下看看。

医生的建议是，少吃米饭，粥，米粉面条这些。吃粥不要喝纯的白米粥，可以吃杂粮粥或者青菜粥。

另外，面包这些淀粉食物，可以少量吃不含糖的馒头。含有糖分的就不要吃了。我这段期间为了控制体重，经常吃粗粮加餐，比如玉米，红薯，芋头，土豆这些。医生说这些是淀粉类食物，淀粉吃进去会转化成糖份。红薯，玉米是甜的就不要吃了。芋头土豆可以少量吃，吃了就要减少米饭的摄入量。因为米饭也是有淀粉的。

医生建议我 [吃饭](#)

这样吃：每餐先吃半斤青菜，再吃一些肉，最后才吃一点米饭。米饭量要少，不要超过一碗。我表示我从来没有超过一碗好么，都是吃半碗的。可能我就是粗粮吃多了，面包，面条米粉吃多了，粥也吃多了

。水果都有一个月没吃了。

以为不吃水果就不会糖分超标，没

想到都从主食上演变过来了。想想[孕早期](#)

没有胃口，中期好不容易胃口好了，吃好一点想补充营养，这也超标了。那产后哺乳期更要严格控制饮食，不然会过奶给宝宝的。那段时间，我都要疯掉了，瞬间我感觉自己都要得孕期抑郁症了。后来我就在网上搜有没有什么神器能降低米饭的含糖量。结果，出乎意料的是真的搜到了一款叫象田脱糖煲的神器

。

后来我抱着试一试的心态买了一台回来，担心效果不如意，害了自己还害了孩子。然后我就拿老公来做试验，起初老公是非常不愿意的，但是想着能帮助我和孩子，决定大胆尝试。经过老公一日三餐的正常饮食测试，测试结果告诉我们，这台脱糖煲还真的有效呢。瞬间，我就乐坏了。我终于从孕期因为不知道怎么吃和各种不能吃的抑郁中解救出来了。感谢象田脱糖煲，也感谢老公对我的支持。