



▲洪樂林自製baby oil給腹中的仔仔，盡顯其心意。



▲洪樂林透露今次參賽全賴老公(右)的支持。



▲(左起)亞軍香港玲、冠軍洪樂林與季軍梁慧琪與影大合照留念。

在今年第11屆全港最靚孕媽媽選舉的參賽者中，發現她們的年齡南轅北轍，有的是高齡孕婦，有的是年輕孕媽，結果由23歲年輕貌美的洪樂林憑進取自信表現，勇奪冠軍寶座。

新鮮出爐的冠軍洪樂林在整個環節中表現淡定，過了一關又一關，入圍五強後，更越戰越勇，在搶答環節中更表現突出，她獲獎後難掩興奮心情，雀躍地說：「贏了冠軍真的很surprise，其實對手很強，能夠入到五強經已很開心，有些孕媽媽很靚、很高貴。而各孕媽媽在台上分享感人的懷孕經歷時，因自己懷孕經歷很平淡，所以我決定將自己扮靚的經歷與人分享。」

每日敷mask護膚

不說不知，原來年紀輕輕的洪樂林是僱傭人士，更擁有多間韓國化妝品連鎖店，其皮膚白潤，她給孕媽媽護膚貼士：「很多孕媽媽大肚後就不護膚，這就大錯特錯，我每日除了飲10杯水，早睡早起，每晚更敷mask，還要保持心境開朗，這才有個快樂的懷孕期。」



▲洪樂林(左)與其他四位進入五強的佳麗，進行最後的比賽環節。

冠軍Profile

洪樂林

預產期：10月

職業：韓國化妝品連鎖店老闆

年僅23歲的洪樂林，今次已是第二胎，她對湊仔知識駕輕就熟，在搶答和遊戲環節中更頻頻得分，「我大女剛1歲，坦白說大肚期間要湊住大女又要兼顧事業，確是很辛苦，但我和弟弟同樣相差1歲，並感情融洽，故我也希望三年抱兩。本來我希望生三個，但今胎有點辛苦，想隔多幾年才再考慮。」

洪樂林本身有皮膚敏感，故懷孕期間要戒吃海鮮、菠薐、荔枝，而傳統禁忌她就指是迷信，沒有科學根據，故沒有跟着做。

新鮮出爐冠軍人馬 年輕靚孕媽贏自信

●一年一度全港最靚孕媽媽選舉在一片歡呼聲中圓滿結束，今屆共有二百名參賽者，她們要過五關、斬六將，要完成多個環節，在眾多「佳麗」中，能夠突圍而出的，必定是周身刀張張利。結果由年輕貌美的洪樂林憑大方得體和自信而奪得冠軍，賽後她更與老公公開香檳慶祝。

撰文：Vivian 攝影：胡世榮

患有妊娠糖尿

洪樂林透露兩胎都有妊娠糖尿，每晚需寫手指驗糖尿，並要戒吃甜品及澱粉質，提到用哪種方法生產？她二話不說地說：「第一胎我本來想順產的，但後來我怕痛用了無痛分娩，我發現有後遺症，背脊隱隱作痛，所以今胎我堅拒用無痛分娩，會順產。」

越來越多人餵母乳，因母乳營養價值高，腹大便便的洪樂林上胎也深信母乳對大人和小朋友也有益處，故餵了女兒兩個月，今胎為表公平，也打算餵母乳給肚內的仔仔。

開香檳慶祝

問她整個懷孕最難忘的事情，洪樂林笑說：「我覺得最難忘的事情應該是參加今次選舉，上胎我也打算參加的，但奈何時間不配合，故今胎在老公鼓勵下參加，一來可以認識多些志同道合的孕媽媽，也可以與BB有個難忘的回憶。」

至於洪樂林的丈夫William表示，對於太太可以奪獎固然開心，但他沒有想過太太可以奪冠，他說：「對手真的很強、很靚，可能太太有一名女兒，故在搶答環節中表現進取，成功攞分。賽後會與太太及家人食飯開香檳慶祝。」

知多啲！

何謂妊娠糖尿？

由於懷孕期間胎盤會分泌一些荷爾蒙，造成血糖上升，而大多數孕婦的生理機制均能適時反應，產生更多胰島素，以維持正常血糖濃度。但有小部份的孕婦胰島素製造不足，無法代謝升高的血糖，於是就處於高血糖狀態，尤其以妊娠的後半期會更加明顯，稱之為「妊娠糖尿病」。

妊娠期糖尿病嚴重程度是易有轉變的，若未能及時發現及處理，在5年後約有40%的人會發展為糖尿病；若及時處理，臨床發生糖尿病的機會僅為6.4%，所以孕婦不要掉以輕心。

後記：

坦白說，我冇份評判，也幸好洪樂林是三甲人選，我最深刻印象的是她在搶答問題環節，非常進取，絲絲入扣，她給我的印象是氣質大方，與她細訪時，絕不相信她只有二十三歲。她有自己的見解，歸結強從老開始，又要湊住大女，也要面對妊娠不適，但她仍可以應付裕如，實在靚人之先！

