

Line Tiller (莱恩·蒂勒)

# Super Week. How ovulation kickstarts your career, workouts, creativity and dating life - every month (超级周。让排卵启动你的事业、锻炼、创意和约会)

## Superuka - Hvordan syklusens beste uke hjelper deg med jobb, trening, kreativitet og ligging!

Genre: 非虚构类  
Category: 医学/自助  
Publisher: 卡格出版社  
Year: 2024年 - 4月上旬  
Pages: 160页  
ISBN: 9788248935285

女性的生理周期有一个不为人知的秘密。排卵前的七天。健康的经期女性在这一周会收到一大堆礼物：额外的自信、性欲、创造力、快乐，这些都能把我们变成勤奋工作的机器。我们都知道经前综合症的低潮、流血和疼痛，但我们从来没有真正谈论过它的另一面。莱恩·蒂勒在《超级周》中写道：“在排卵的前几天，你的身体里会有一股清凉的荷尔蒙，就像红牛里加了爱尔兰咖啡，再加上几滴天然可卡因。”她采访了研究人员、医生和专家，并注入了她自己的经历，讲述了这些迄今为止不为人知的特殊日子。如果你知道如何利用这种自然的兴奋感，它可以改变你每个月的工作、约会、计划、饮食、谈话、睡眠、谈判和锻炼的方式。在这本引人入胜，有趣，没羞没臊而信息丰富的书中，你将学习如何充分利用你的超级周。



Photo: Agnete Brun

莱恩·蒂勒（生于1983年）在挪威特隆赫姆长大。15岁时，她开始了自由记者和摄影师的职业生涯。她学习了人类学和社会学（还有一点西班牙语），并为挪威报纸杂志撰写了25年的长篇纪实。她还担任过电视和广播频道的记者和主持人。莱恩在纽约、洛杉矶和巴塞罗那之间来回工作了十多年。自2015年以来，她对女性经期特别感兴趣。因此她与北欧、欧洲和美国的各种研究人员、医生、专家和妇女开展了数百次关于激素、卵子捐赠、卵子冷冻、更年期和生育的对话。《超级周》是她的第一本书。

### Foreign sales

丹麦语 (People's Press)，芬兰 (Gummerus)，瑞典语 (Bonnier Fakta)，世界西班牙语 (Planeta)

### Rightsholder

奥斯陆文学社  
inga.semmingsen@osloliteraryagency.no  
+47 958 06 134  
osloliteraryagency.no

### Interview

[在此阅读作者访谈](#)

