

# 間隔生育益處多！

何玲玲

因此我客客氣氣的點頭、微笑，接受她的熱情，好意。她特別提到：

「準備生幾個小孩？」

「不準備多生，兩個就夠了。」我說：

「那好。」她面有喜色，認為我的思想很正確、進步。不過，她進一步勸我：

「這一胎生了，再有下一胎時，可要慢些時間，間隔三年再生育是最為理想的了，可不能年頭一個，年尾一個呀！」

我告訴她說：「我們村莊有一位林太太，一年內生兩個呢！」

她搖搖頭不讚成，解釋說：「婦女生產後身體很虛弱，需要大量進補，才能使母體復元。一般在『做月子』時，需要休息，靜養，吃得好，就是這個道理。」

我還沒有生育經驗，不知道這回事，因此很注意的聽她說。

「婦女生產後，嬰兒吃奶期間，母體沒有復元，如又懷孕了，一方面要維持母體本身的營養，同時要供給嬰兒吃奶的營養，而且還要負擔胎兒的營養，負擔很重，受得了嗎？」

說真的，無論如何，三重負擔，是絕對受不了的。

她繼續說：「將來嬰兒再

出生，也沒辦法給予充分的愛和照顧。所以懷孕的間隔，真的不能太短，間隔三年是最理想的了。」

「但間隔太長也並不理想，因為間隔太久了，產道將逐漸失去柔軟性，會增加下次分娩的痛苦和危險。」

談着談着，車子已到了瀨汪站。

我向她道謝後就下車了，心裡很高興今天能巧逢這位家庭計畫工作員，無意間讓我增加了許多有關計畫生育方面的知識。

前幾天，我到農會去領款，在車上碰到衛生所家庭計畫工作員張太太。

她看到我這副行動不便的樣子，讓開一個座位，要我坐下來。

由於她是家計工作人員，因此出門對婦人特別敏感、注意。看我穿着孕婦裝，問我：

「今年幾歲了，何時結婚的，先生做什麼事？懷孕苦不苦？」

我笑一笑，無所謂的告訴

她。

她看了我之後，又說：

「婦女懷孕最辛苦了，現在還沒什麼關係，再過些日子，行動就更不方便了。為了安全起見，盡量少出門，免得坐車搖晃、震動，發生意外。」

她還告訴我，有關產前的營養，健康檢查，以及起居作息、清潔衛生的重要性。

我覺得這位家計人員為人誠懇，性情善良，也很會把握機會，指導人家。

我笑一笑，無所謂的告訴

她。

她看了我之後，又說：

「婦女懷孕最辛苦了，現在還沒什麼關係，再過些日子，行動就更不方便了。為了安全起見，盡量少出門，免得坐車搖晃、震動，發生意外。」

她還告訴我，有關產前的營養，健康檢查，以及起居作息、清潔衛生的重要性。

我覺得這位家計人員為人誠懇，性情善良，也很會把握機會，指導人家。

我笑一笑，無所謂的告訴

她。

她看了我之後，又說：

「婦女懷孕最辛苦了，現在還沒什麼關係，再過些日子，行動就更不方便了。為了安全起見，盡量少出門，免得坐車搖晃、震動，發生意外。」

她還告訴我，有關產前的營養，健康檢查，以及起居作息、清潔衛生的重要性。

我覺得這位家計人員為人誠懇，性情善良，也很會把握機會，指導人家。

我笑一笑，無所謂的告訴

她。

她看了我之後，又說：

「婦女懷孕最辛苦了，現在還沒什麼關係，再過些日子，行動就更不方便了。為了安全起見，盡量少出門，免得坐車搖晃、震動，發生意外。」

她還告訴我，有關產前的營養，健康檢查，以及起居作息、清潔衛生的重要性。

我覺得這位家計人員為人誠懇，性情善良，也很會把握機會，指導人家。

