



個孩子好容易

及早避孕 婚姻美滿

劉玉燕

阿雄和阿花結婚已經5年了，在5年當中，阿花連續生了3個孩子。阿雄雖然非常努力的工作，收入却總是不夠開銷。孩子們的身體也一直不好，老大、老二瘦巴巴的不說，又因為阿花產後奶水不足，老三也經常生病，阿花真不想再生了。

營養不良 導致貧血

衛生所的林小姐來阿花家做例行的產後訪視，發現老三面色蒼白。這是因為母乳不足，營養不良所引起的貧血。

貧血，會阻礙寶寶的發育，所以當小寶寶滿3個月大以後，需要添加些營養，如果汁、蔬菜汁、蛋黃等，以預防貧血。

在哺乳期間，母體的健康與營養是直接影響寶寶的，要孩子發育良好，必須先注意母體的健康。

產後2月 有受孕危險

林小姐勸阿花第二天帶孩子一同到衛生所接受檢查，並且告訴阿花：

「有些女人，以為喂奶期間，

不容易懷孕，這種想法是錯誤的。事實上，在產後2個月左右，就有再排卵的可能，所以部份女人，在喂奶期間，仍然懷了孕。」

林小姐用溫和的語氣勸告阿花，立刻實行避孕。

阿花疑惑的問：「有什麼好的避孕方法呢？」

林小姐說：「夫妻間的性生活，是雙方情愛的流露，假如每次行房前，要作種種避孕準備，實在會減低彼此的興緻。」她接下去說：

「避孕方法很多，如果不希望孩子生得太密，婦女可施行『半永久性避孕手術』」

她又說：「不再需要孩子的男女，可以施行『永久性避孕手術—結紮』。」

林小姐解釋道：「所謂半永久性避孕方法，是用一種子宮內避孕器，裝置在子宮內，它的種類有圓型、彎型、T型等，用其中任何一種，都可達到半永久性避孕的目的。裝置非常簡單，只須5分鐘時間，而且手術時，毫無痛苦。」

阿花又問：「既然這樣簡單，為什麼不為一般婦女所普遍採用呢？」

誤信流言 自己受苦

林小姐回答說：「目前已經有很多婦女採用這些方法。不普及的原因，是因為她們還存有種種不正確的觀念。至於另外一部份人，是體質不適合，不能使用。

所謂不正確的觀念，是指誤信不實流言，害怕避孕器在子宮內，會被子宮內膜包住，引起許多疾病。其實，避孕器是塑膠製造的，根本不可能被子宮內膜包住。

還有一些婦女，以為裝置避孕器後，會使身體發胖。真正的原因是，女人在30歲後，由於生理變化，身體會慢慢發胖，這與裝置避孕器，根本無關。」

及早避孕 幸福美滿

林小姐鼓勵阿花，在月經來潮的最後一天，去裝置避孕器。裝好以後，就再也不必為怕懷孕而受苦了。

像阿雄、阿花夫婦倆，原本相親相愛。如今却為孩子太多，生得太密，而使生活負擔加重。終年為家庭、孩子勞碌，憂心，都是因為沒有計畫生育的後果，已結婚的夫婦們應該及早避孕，婚姻生活才會美滿幸福。