奇？因此筆者認爲爲人父母者，應隨時調和家庭中氣氛，時時談笑自若的去接近子女，以製造家庭的溫暖。須知時至今日，一位不苟言笑威風凜然的父親，已不合時代需要，也是不受子女歡迎的；一位終日嘮叨不休的母親，却是子女向外求發展的主因。設若爲父母者常把「離婚」、「滾開」掛在嘴邊，又何能有家庭和睦可言，子女的精神又何所寄託呢？

多鼓勵子女參加正常社團康樂活動：譬如參加救國團主辦的自強活動，登山社舉辦的登山健行活動，社區舉辦的野營活動或運動會……等等，以舒展青少年過剩的精力或過份的壓抑情緒。

身教重於言教：父母未能以身作則，讓子女模仿父母錯誤的行爲，甚至有些父母在子女做錯事，不適時糾正、指導，反而直接、間接的鼓勵他，致子女未能辨別是非，在身心發展上的偏失越來越大。身教重於言教，做父母的應避免表現出有害子女心理發展的行爲或態度，細心照顧子女生理、心理的正常發展。

總之，教育自己的孩子不在管教，而在於輔導幫助。上述五項輔導方式，是一種眞愛擇正，親情的感動，以達到自覺自尊的目標，希望帶給每一個家庭都充滿和諧、健康、快樂的生活情趣，共同建立一個安定、祥和、進步的理想社會。

優生信箱

產婦胎位不正常 應做外轉術以矯正

烏日洪小姐來信問：

我懷孕已7個月，最近產科檢查說我胎位不正常（頭在上面），請問胎位是否會變爲正常呢？如胎位不正常，對生產是否有任何影响？如何才能使胎位正常？

答：懷孕30週以前，胎兒在母親子宮內活動範圍較廣，任何方位均可。一般情形，臀位胎兒在34週左右是會自動轉成頭位的。所以原則上，初產婦到了32週（經產婦可以到34週），還有臀位情形時，通常可由醫師從腹部外面做外轉術，以改變胎兒胎位；或母親採取膝胸臥式來輔助矯正，但是能否矯正過來則不一定。臀產時的危險性有：1.生產時間延長，對胎兒與母親都不好。2.胎兒死亡率較頭位產者高，是因爲容易造成胎兒腦內損傷及缺氧而引起。3.在母親方面的損傷如子宮頸、陰道、會陰等易破裂，且產褥熱易發生。4.胎兒方面的損傷如股、肱骨骨折、面部麻痺、頸部的強直等都常見。

懷孕後應多吃含鈣食物

潭子徐小姐來信問：

我懷孕4個月了，目前因牙齒上端發生牙周病，醫生說不能吃藥，只能天天去牙科擦藥，請問是否有其他方法呢？

答：懷孕後由於內分泌改變，許多孕婦在初期常有噁心、嘔吐不適症狀，由於此症狀常使孕婦口腔內酸性唾液增多，同時牙齦組織充血變脆弱，對食物偏好也改變，如果再加上對口腔衛生不注意就容易發生口腔內的疾病，故應多注意口腔的清潔。另外，在營養方面多攝取含鈣食物如牛奶、小魚乾、海藻等食物，除可增加孕婦本身牙齒健康及骨骼的健全，甚至可提供胎兒成長所需。（資料提供：台灣省婦幼衛生研究所）