

家庭計畫信箱

台灣省家計所技士／陳碧霞

問 男女適當的結婚及生育年齡是什麼時候呢？

答 俗語說：「男大當婚，女大當嫁」，婚姻是決定一生幸福的終身大事，不可不謹慎也。一般適當的結婚年齡，男子為28～30歲，女子為25歲左右完成終身大事最為理想。因為在青春成熟階段期，男女雙方的生理和心理都已有萬全的準備，有獨立判斷能力，且在經濟事業上也較穩定了，正是結婚的適當良機，宜把握住青春歲月，慎重選擇心目中的白馬王子。至於適當的生育年齡，以生理學而言，是在25歲至35歲之間最為適當，並在35歲前完成生育需要的孩子數，而理想的孩子數仍是以兩個孩子恰恰好，女孩男孩一樣好，重質又重量。

問 孕婦若懷孕期間感染到德國麻疹，病毒會滲透胎盤侵害胎兒，而產下畸型兒，在結婚前1個月注射德國麻疹預防針，請問在新婚期間使用那種避孕方法最好？要避孕多久才可生育小孩呢？

答 因德國麻疹病毒的毒性很強，尤其是懷孕前3個月感染對胎兒的危險性最高，可能導致流產、死產或畸型兒，因此適婚婦女最好先注射德國麻疹疫苗以預防懷孕時被感染。在新婚期間理想的避孕方法如口服避孕藥和保險套，口服避孕藥的避孕效果達99%，保險套若使用方法不當失敗率較高。至於要避孕多久呢？因德國麻疹疫苗注射

後3個月內不能懷孕，口服避孕藥亦需等停服2個月後，才能懷孕，也就是結婚後先避孕一段期間，至少避孕半年後再準備生育。

問 我有時會有夢遺，偶爾也會有手淫的習慣，這種現象是否異常，對婚後的性生活及生育能力是否有影響呢？

答 正常男孩當發育至青春時期，睪丸也就開始製造精子，陰莖會勃起，因此就有性的衝動，所以會在不自覺中出現夢遺或有手淫的動作，這是正常的生理現象，偶爾發生不會影響正常的性生活和生育能力。但為避免過度的手淫應多從事有益身心的活動或球類運動，以發洩身體的過剩精力，應可幫助解除一些手淫的習慣。

問 墮胎後會影響身體健康嗎？

答 墮胎是反自然的人為措施，其危險性隨懷孕週數的增加而危險機率愈大。墮胎後常見的一些合併症如細菌感染、大量出血、子宮穿孔、子宮頸受傷或麻醉後引起的病症，及心理上的罪惡感等，這些的合併症只要是能經由合格的優生保健醫師，在設備周全的醫療照護之下，會降低危險機率至最小的傷害。

民衆如有任何衛生保健方面的疑難問題，或欲索取相關資料，歡迎寫信到：

台中市郵政600號信箱

教育訓練組收

