

# 為什麼會早產

省非

在懷孕時期，如果不知道妊娠期的衛生常識，又沒有生產的經驗，若再不請教醫生，那麼一旦不幸發生早產，是多麼傷心啊。

## 林大嫂傷心事

林大嫂結婚五年了，早就盼望生個孩子，不管是兒也好，女也好。可是她每次懷孕，總是在五、六個月的時候就早產了。這在林大嫂夫婦來說，是多麼傷心的事啊！

林大嫂又懷了孕，已經二個月了。她既歡喜，又就心。怕再和從前一樣，白吃幾個月苦，却得不到一個孩子。以前，隔壁阿婆會勸她去請醫生檢查，但是她總覺得不好意思。今年，她求子心切，也顧不得難為情了。於是，在林大哥空閒的一個下午，夫婦倆就去衛生院請張醫生檢查了。

張醫生仔細地檢查一遍，又給她驗了血，就請他倆坐下。為他們解釋為什麼林大嫂屢次早產的原因。

## 為什麼會早產

原來早產的原因很多，從胎兒方面來說，死胎、胎兒的發育不正常，或者胎盤有了病，臍帶過長而扭曲或粘着，或是因為母體傳染病的影響等，都會引起早產。



另一方面，如母體的子宮發育不良、或位置不正常；或母體有病如心臟病、急性傳染病、腸胃炎症、結核病和梅毒等，也會引起早產。又如母體發生了藥品中毒現象，如金雞納霜、綠石鹼、蘆薈、消炎片、瀉劑等吃多了，也可能引起早產。此外如飲食不良，內分泌不正常，習慣性的流產（原因不明），跌倒、攀高、舉重、勞動過度、睡眠缺少、人工流產等，都能引起早產。林大嫂就是因為子宮位置不正常，

常常流產的。

## 早產時的症狀

早產發生時，主要的症狀，就是出血和疼痛，出血更是早產開始時必有的現象。早產多半在六、七個月的時候，但也有在五、六個月或七、八個月的時期。所以出生後，大都是體重輕（不到二公斤），元氣不足，所以生活力低，死亡率高。

## 預防早產不難

張醫生又說：「早產的預防並不難，有一個最簡單的原則，也是懷孕早期要注意的：就是有病要早些看醫生，時常請婦產科醫生作產前檢查。如果子宮方面有病，就會影響到胎兒，所以要及早就醫，以免流產及早產。他如預防外傷（跌倒）、不操勞過度，充足的睡眠，豐富的營養，適量的食物，房事要有節制（產前產後三個月，要禁止性交，以防流產及染病），注意本身有無梅毒、淋病、結核病、精神病、心

臟病、高血壓等。這些如果能注意，同時注意孕期的種種衛生常識，就不會發生早產了。」  
張醫生為林大嫂醫好了子宮位置的不正。果然，幾個月後，林大嫂生了個白胖的兒子，從此，林大哥夫婦，成天笑口常開，不再感到寂寞了。

# 粽子

## 猪肉粽

上肉一斤（最好略肥），洗淨切塊（約一寸見方），用醬油浸二、三小時後取出。糯米三斤，洗淨，放盆中加少許醬油拌勻。做時先在粽葉上鋪一層米，放入一塊猪肉，肉上再加米蓋住。包好，用草繩紮緊。這粽子中的肉，吃時很有火腿味。

## 紅豆粽

紅豆糯米去雜洗淨。混合包成，吃時蘸糖香酥可口。

## 猪油豆沙粽

豆沙一碗，生猪油半斤，切成一公分見方，四公分長的長條。糯米三斤，去雜洗淨（以上各法的量，都可以任意增減）。

粽葉上鋪薄薄一層糯米，米上放一層豆沙，豆沙上放一條猪油，上面再加一層豆沙（將猪油裹在豆沙中間），最後豆沙上再放一層米，包好紮緊。

豆沙做法：紅豆一斤，白糖一斤，猪油半斤。紅豆用文火煮爛，取出，倒在竹編的淘米籬裡。將淘米籬放在清水盆裡，用手捏洗豆子，使豆沙全濾到水裡，籬上只剩豆皮，這豆皮可以倒棄。然後將帶有豆沙的清水，用乾淨紗布過濾，使水濾出，紗布上只剩豆沙，再將豆沙略擠去水分。

油鍋燒熱，倒入豆沙，用文火慢炒。同時慢慢添加白糖和猪油。到全部加完，鍋內物就成稀粥狀，再炒五分鐘，起鍋，冷後略乾，就可包入粽子內。

