



QQ4群: 70427058  
飞信群: 9633446  
邮箱: kbddzk@163.com



请登录 <http://bbs.dsqq.cn>, 讲述你的幸孕烦恼, 分享你的好孕故事。你想诉说的, 我们都会倾听。



377号: 赵婧舒  
爱傻笑, 看电视, 和公公学话

### 好孕必读

## 剖腹产刀口 “横竖”区别有多大

所谓的剖腹并不是划开一刀就能取出胎儿, 普遍来讲, 剖腹的方式是先在孕妈肚下腹部划开约 15 厘米左右的伤口, 再依序切开皮下脂肪、肌膜、腹膜、腹膜层、子宫肌肉层, 最后是划开羊水腔, 取出胎儿。在取出胎盘后, 再依序缝合以上各层, 最后再以可吸收的细线缝合腹部皮肤。

### 腹部伤口外观

很多妈咪关心的剖腹伤口指的是医师划的第一刀, 专家表示, 通常划开腹部的方式有横切与直切, 横切法所留下的伤口会比较美观, 且位置在下腹部, 大约是与耻毛齐平的位置, 这个位置并不明显, 妈咪产后照样可以穿露肚装。目前通常会以这个方式划开腹部。

而直切法伤口介于肚脐与耻骨联合之间的正中线上, 伤口长度大约 15 厘米。优点是简单快速, 划开后进入子宫取出宝宝的速度较快, 通常在紧急的情形下会采用这个方法, 不过相对而言, 它的缺点就是伤口较大, 疤痕也会较明显可见。

横切与直切只是手术切口选择的问题。横切主要是利于术后早期拔尿管、切口因重力的作用压力较小利于康复等等。不管横切与直切, 再次妊娠都强调必须在三年以后, 否则很容易发生子宫破裂等现象。 罗文



679号: 王梓铭  
生日: 2008年10月15日

## 准妈居室湿度最好 45%

冬季孕产妇的居室最适宜湿度是 45% 左右。要提高居室湿度, 最好的办法是使用加湿器, 直接向空气中喷入水雾, 短时间内便可提高湿度。加湿器中最多的选择是超声波加湿器。超声波加湿器不会对孕妇健康产生威胁; 当然也必须选择静音的, 很多加湿器白天用的时候不觉得, 晚上就会觉得很吵。

判断加湿器好不好, 可以伸出手指, 在喷嘴的地方放置 20 秒左右, 如果水滴细细地排列在手指的汗毛上, 而不是形成水珠从手指上滑落的话, 那证明加湿效果是很好; 水雾够细! 不然, 一方面水箱里的水会用得很快, 但人并不感觉到加湿的效果; 另一方面, 也可能弄湿加湿器周围的地板或者桌面, 因为水珠太大, 无法融进空气的缝隙里而掉下来。

此外, 为了孕产妇及下一代的健康, 加湿器的用水最好使用冷开水, 而且最好是距离人体 2 米左右为宜, 其实一般家用电器超过一米就不会有辐射的。 张慧

### 意外怀孕

很多人觉得国外的生活一定是富裕和舒适的, 其实每一种享受背后都隐藏着看不见的秘密。这个年轻的女孩身在异国, 晋升准妈妈的消息并没有带给她喜悦, 相反, 她陷入了深深的彷徨和犹豫……

# 为了居留国外 八周的TA 要不要生下来

好的预感。结果当晚他们又打电话跟我爸说理, 最后竟然还说: “如果你女儿不喜欢这里, 就让她回国去。”

**我跟老公认识是他表姐介绍的, 他表姐曾经是我妈的下属。当时我妈是听他表姐说他人很孝顺, 很能干, 书读得很好, 我妈见了他之后, 觉得他表现得很懂礼貌, 而且他家人都称赞他很能干很有本事, 我妈就觉得这个人当女婿好。在我妈的极力撮合下, 我们订婚了。其实当时我准备出国留学的, 他不想让我去, 他父母想让我们尽快结婚, 我父母也挺喜欢他的, 于是把婚结了, 到了他的国家去。结婚的时候, 我妈给了我几十万的嫁妆我带过来, 都填到他的房贷里了。后来汇率高的时候, 我妈又给我们汇钱, 减轻我们的房贷压力。但自从跟他父母闹不合, 他脾气变差, 我就让我父母别再给我们汇钱了, 搞不好以后房子还不是我住的。之所以我忍着, 是因为我拿的还是临时居留, 一年多后, 才能拿永久居留, 现在我走了, 我父母付出的钱, 我的时间, 我的名声, 都毁了, 我以后想再移民也是不可能的, 因为现在一走, 我就有了不良的移民记录, 以后想到国外是非常难的。**

其实我没有觉得我老公不好, 他对我好的时候是挺好的, 但是有些时候, 就是觉得合不来。我妈让我忍了这段时间, 以后慢慢跟他商量, 商量不好, 就好好聚散吧。

**现在突然有孩子了, 我真不知道该怎么办, 太突然, 我有点接受不了, 他是不肯让我去流了这个孩子的, 实际上我也不敢, 我 20 岁那年, 那时候不懂事, 不小心有了孩子, 去流掉了, 我一直极度害怕这件事被任何人知道, 也害怕对以后生育有影响。我怕我再做这样的事情, 以后真的没了, 他知道我有孩子了, 性格好像温和了很多。但另外一方面, 要了这个孩子, 要是再合不来, 抉择会更痛苦。**

车厘子 86

### 网友声音

**冰激凌牛奶:** 你是为了爱情结婚的? 还是为了出国? 通篇看下来, 目的不单纯, 被人看不起也正常。另外, 国外单身妈妈多得很, 福利也很好。你独立不了那就没办法了!

**赖小八:** 为了居留权, 就这样忍受那一家? 理解不了。

**紫凝小雪人:** 可惜呀, 孝顺的男人是注定对老婆好不了的!

**可宝妈在枫叶国:** 既然那么痛苦, 就别要这孩子了。我看过资料, 据说孩子是能感应到你对TA的感情的, 当TA感应到自己不被妈妈欢迎时, 身心发育是不会良好的。

**像风一样飞驰:** 既然不能忍受那就放手, 没有必要让一个无辜的孩子去承担你的不幸。对于你说的什么居留权, 即使你跟那个男人离婚了, 你仍然可以自己争取, 没必要那样依赖于你现在的男人。顺便说一下, 外国的月亮未必比中国的圆!!!

**清水含香 angela:** 因为我也在国外, 能理解这些因素和你内心的矛盾。现在看你想要的到底是什么, 是在国外的居留权和发展, 还是幸福的婚姻。婚姻不是两个人的事, 是两个家庭的事, 包括和公婆的相处。为了居留, 我想你只要能要这个孩子而别无选择。但是问问自己, 居留权对你来说真的那么重要吗? 生下孩子要对TA的一生负责的, 你能吗? 单身妈妈在国外更多, 可是是一个完整的家庭对孩子来说是不可替代的! 作为一个即将要孩子的成熟女人, 不希望你真的只为了拿到居留而去生孩子!

**桃宝宝, 果宝宝:** 靠谁的, 就要听谁的, 你就别那么多埋怨和想法。为了签证, 生出一个孩子, 然后离婚, 你以后看着孩子(特别是长得像孩子爸爸的话), 你不烦呀?!

**julian mama:** 我觉得你最傻的就是把你父母给你的那几十万填到他的房贷里去。为什么呀? 自己存着不好吗? 如果你自己经济方面有保障, 就不用太依赖他家了。底气也壮一些。现在倒好, 万一你们两个离婚了, 他还会把钱还给你吗? 要是他一定不还, 那你还真是血本全无了。

其实我觉得你老公不是问题, 虽然看起来有些大男人主义, 但这也算不了什么。问题在你的公婆那里。有的恶婆婆, 会把好好的夫妻生生给拆散了。

真是要斗智斗勇啊, 挺累的, 不过人生就是这样, 不可能一帆风顺的。

**安琪琳々暴暴:** 其实不是怀孕让你接受不了, 你现在接受不了的还是你那个公公婆婆, 你现在的想法还是我们国内的老思想——老公要爱护老婆, 老婆怀孕了要多加关心。很多家庭都是这样, 女人这个时候情绪和生理的变化是让人很难受的, 这么痛苦的时候还得不到公婆的爱护、老公的呵护, 是一件很痛苦的事情。

**惊鸿\*照影:** 孩子来了也是缘分, 做母亲都是逐渐适应的过程, 按照婚姻法, 满了二十周岁就可以结婚生子的哦, 主张要, 其实像这样觉得自己还是孩子没准备好做妈妈的, 再过 5 年差不多还是这样的想法, 还觉得自己没准备好, 做了妈妈也就适应了, 母性一点点就建立起来了!

## 孕爸“妊娠反应”挺剧烈

### 1. 接受不了妻子有孕的事实

孕爸 梁宁 30 岁 销售经理

当妻子通过电话告诉我她已经怀孕时, 我正在开会。这原本是个喜讯, 但我并没有一点喜悦的感觉。相反, 觉得心里很乱。我们还年轻, 并不想那么快养育孩子。但是, 这个宝宝怎么说来就来呢? 我自己都还是个大小孩, 我能照顾好妻子和她肚里的宝宝吗, 我该怎么办? 该做些什么? 我是不是该停下目前所有的计划来迎接他的到来? ……天! 真的难以想象我已经有了宝宝, 脑袋里一团糨糊。

### 缓解措施

把宝宝的到来看作一种乐趣, 而不光是看成一种责任和压力。经

常和妻子想象一下未来三个人的生活, 想象自己会是一个什么样的父亲, 并勇敢地告诉周围的人, 自己马上要做爸爸了。这样, 孕爸会听到很多过来人的建议和祝福, 使自己很快适应孕爸这个角色。

### 2. 过度紧张, 总是担心孩子不对劲

孕爸 Willy 36 岁 财务总监

每次陪妻子去产检, 我的心里都忐忑不安, 我见过不少有缺陷的孩子, 也听过身边朋友生下缺陷儿的事例。所以, 我老是担心妻子肚子里的小生命有什么不妥。虽然黑白 B 超、彩超, 还有每次产检显示胎儿发育良好, 但我的心里还是七上八下。每次去产检, 就抓住医生询问胎儿有无畸形, 是否检查完全了。乃至医生都说我太敏感太不信

任自己的宝宝了。平时有事没事我都会打电话问妻子正在做什么, 如果电话打不通, 我就会紧张出汗, 无心工作, 不停打电话, 直到确定妻子平安。

### 缓解措施

其实, 孕爸担心胎宝宝是正常的, 可是过于忧虑就有问题了。可以把自己忧虑的前因后果告诉医生, 他们会帮助你打消一些不必要的顾虑。

### 3. 吃醋, 有莫名的失落感

孕爸 马磊 31 岁 市场主管

别的男人对于升级做爸爸都会显得特别兴奋, 可是我却有一种失落感。我和妻子的感情非常好, 二人世界过得很幸福。小生命的突

然到来, 打乱了我们的自由和快乐。譬如, 我们的旅游计划取消了, 妻子不再像以前那样关心我了, 开口闭口说的都是关于“宝宝”, 出去逛街视线也只盯着婴儿用品。生活中某些东西正在失去, 我觉得很悲哀。我想我这种感觉是“吃醋”, 我在吃宝宝的醋。

### 缓解措施

宝贝的到来势必影响两个人的生活, 妻子的重心可能直接从孕爸转移到了宝宝身上, 很多孕爸会为妻子的这个转变而“吃醋”抱怨。

有些孕爸还会认为青春自由从此没有了, 觉得很郁闷。但是, 我们从另一个角度考虑问题, 新添的宝贝会给你的生活增添很多从前从未体验过的乐趣, 自己的人生也会因为成为一个父亲而变得丰富。

### 孕期事

