



十八届三中全会通过了“单独两孩”的生育政策后,各省积极响应。据报道,“单独”二胎政策全面落实后,我国将有1500万至2000万人受到影响。相关调查显示,许多符合政策的夫妻均表示,想生二胎的原因:一方面是希望小孩能有兄弟姐妹陪伴,另一方面也是希望以此缓解小孩的养老压力。

不过,正计划生二胎的单独夫妻在享受利好政策的同时,也难摆脱烦恼。他们不仅要面对社会、经济、家庭等问题,还要考虑自身的身体条件,尤其是生殖健康不容忽视——许多夫妻或面临不孕不育尴尬。本期为计划再生育的夫妻盘点再生育可能遇到的种种问题,帮你评估下,生育二孩,你真的准备好了吗?

单独两孩

你准备好了吗



【怀孕关】

女方:年龄绝对是把“杀猪刀”

顺利生下第一个孩子,不代表你就有生育能力,一定就能顺利怀上第二个。对女人来说,年龄绝对是把“杀猪刀”!

有调查显示,符合再生育条件的单独夫妻年龄绝大多数都在35岁以上,其中不少甚至接近四十岁。妇科专家王勇介绍,年龄是影响女性生育力一个非常重要的因素,即是年龄越大,生育两孩的困难越大。从女性的生理规律来说,生育能力最强在20~24岁,30岁以后缓慢下降,卵巢功能开始衰退、卵子质量逐渐下降。35岁以后迅速下降,40岁时是35岁的一半。44岁以后约有87%的女人失去了受孕能力。

生完了第一个孩子的这几年,哪个女性能保证从未受过妇科炎症的困扰,输卵管炎、盆腔粘连等各种常见的妇科问题导致女性不孕的病也高发,因此对于她们来说,并不是有了政策,想生就能生了。

很多高龄夫妻会有一个错误观念:有了“试管婴儿”技术,就可以无限期推迟生育。目前用的人工辅助生殖技术包括人工授精和试管婴儿,尤其是试管婴儿有严格的适应症,并非只要是高龄就可以实施,这就是说,并不是你觉得自己年龄大了,愿意花钱做医院就会给你做的。年龄因素同样也会影响人工辅助生殖技术的成功率。资料显示,如果女性在35岁之前采取人工辅助生殖技术,成功率在50%~60%,35岁之后则只有30%~40%!如果你本身有某些妇科疾病导致不孕的,做试管婴儿的成功率很可能比同龄人更低。

一次不成功,你可以选择再做一次、再做一次……钱包受得了,你的身体不一定受得了。妇科专家叶敦敏介绍说,人工辅助生殖技术通常需要使用强效的促排卵药物,使得卵巢一次性产生尽量多的卵子,常常达到20多个、甚至30多个,这是什么概念?如果正常女性一年12个月排卵12个的话,做一次试管婴儿就相当于排了两年的卵子,如果失败了,这位女性就等于提前衰老了2年。

提醒:想再生除了要趁早之外,在准备怀孕前,最好到医院接受孕前检查,发现问题尽早治疗,在计划怀孕前至少要调养半年,这样才可能事半功倍。

男方:孕前检查,先查男后查女

不少男性自认为,以前能让老婆或是女友怀上过,现在再生二胎肯定没问题的,特别是“70岁老汉得子”之类的报道常见诸报端,让许多男人对自己的生育能力“盲目乐观”。可事实却是小小残酷的。

外科专家张亚东博士说,和女性相比,年龄的增长对男人生育能力的影响似乎没有那么大。不过七八十岁男性还能生子毕竟只是个个别案例,不具有普遍意义。通常男性30~34岁精子密度最高,年龄大于40岁,精子密度开始下降,特别是精子质量下降得更为明显。特别是生过第一个孩子后,家庭负担明显加重,作为家里的主要经济支柱的丈夫明显会觉得压力增大,工作得更加卖命,由于工作繁重、生活紧张(如经常熬夜、休息不足),再加上环境恶化(如空气污染、水质恶化、过多过频使用电脑手机等电器而遭受过多电磁辐射、食品种养加工过程中过多使用化肥农药或添加剂)、饮食不节(如烟酒过多、暴饮暴食)等方面诸多不利因素危害,男性的精子质量都会受到影响,包括弱精子、畸形率上升,顶体酶受损,运动能力和受精能力均显不足等,生育能力大不如前。

“我那方面‘很行’,生不出孩子怎么会是我的问题?!”张亚东介绍,这也是中国男性容易出现的认识误区,认为性能力没问题就肯定可以生育。其实男性的性能力并不等同于生育能力,性功能很强的男性也可能生育能力很差,甚至完全没有生育能力。

提醒:做孕前检查,并不只是女人的事,男人不仅要查,而且最好是先查。对于女性,即使是个简单的输卵管检查都非常痛苦。男性的不育问题检查相对便捷、经济。体格检查、精液分析以及精子畸形率等几项检查,基本可以发现男性90%的不育问题,检查的费用也不高。所以说,无论是便捷还是经济的角度,最好是先查男后查女。男人们,勇敢地走进验精室吧!

【风险关】

好不容易怀上了,并不代表万事大吉!高龄产妇在整个孕期出现并发症和胎儿畸形的风险都要比年轻产妇高不少,第一胎母子平安,不代表第二胎就一定顺利。

妇产科专家高羽介绍说,很多人生过第一胎后,觉得自己有经验了,对产检容易掉以轻心,其实恰恰相反,特别是对于单独准备再生育的夫妻,往往已经迈入高龄产妇(超过35岁)的行列,产检应更加严格,在特定的阶段甚至需要更加频繁产检。以妊娠糖尿病为例,高龄的孕妇,特别是40岁以后的孕妇都是糖尿病的高危人群,如果在孕前或孕期没有发现,也没有进行干预的话,就可能引起胎儿的流产或胎儿畸形问题。对于高龄产妇来说,出

现妊娠高血压的几率,也会比普通孕妇高出10%。妊高症不仅会影响胎儿的发育,导致胎儿发育迟缓,更可能危及母亲的生命安全。

对高龄产妇来说,出现胎儿畸形的几率也会更高。以唐氏综合征为例来说,在35岁之前生育唐氏儿的风险只有几千分之一;35岁之后这个风险就达到三百分之一;随着年龄的增大,如果到40岁以后,其风险就已经高达百分之一。许多高龄产妇在做完唐氏综合征筛查后,若属于高风险则需要再次进行更为精确的产前诊断检查,如羊水穿刺等等。一位曾经进行过羊水穿刺检查的高龄妈妈接受采访时说:“在等待检查报告出来的那20多天

太煎熬了,吃不下、睡不着,体重没有增加反而降低了。”

高羽说,和几年前相比,现在的检查技术更为先进、快捷,如有了羊水快速检查等,能尽早出报告,可缓解妈妈的焦虑。尽管如此,高龄产妇在孕期的确要面对更多的妊娠风险,由于体质及并发症的因素产后恢复也会更为艰难,这样她们在孕期的焦虑以及产后抑郁的发生率都可能比其他孕妇要高,这些心理问题也越来越引起医学界的重视。

提醒:如果你有再生育的考虑,除了要做好身体上的准备外,心理上承担各种风险的准备,除了积极预防外,当真有事发生时能够从容应对。

【养育关】

政策放开后,让许多单独夫妻一时间非常兴奋,可兴奋之余又陷入忧愁。生得起,养不养得起,尤其是能否让孩子接受良好教育,是让很多人忧心的问题。据调查,发现敢于生养二胎的家庭,一般都符合两个条件:一是家庭收入殷实;二是有精力照顾孩子(两边家庭中有得力的帮忙者)。而对部分家庭来讲,有精力照顾一项就阻止了好多人要二胎的想法。

就算是有父母或保姆帮忙,也总不可能完全做甩手掌柜。半岁前每夜肯定少不了起来几次喂奶、换纸尿裤;两岁前肯定还是经常和尿尿打交道。30出头时一夜不睡第二天还可能精神神奕奕,对于快

“奔四”的人来说,晚上稍微睡不好,第二天就一脸憔悴,你还受得了那份罪吗?

再说说钱的事。如果生的是两个同性的孩子,的确可以在衣服和玩具上省一些钱。但许多家庭在孩子的养育成本中,教育成本支出占大头,至少在50%以上。幼儿园的学费、早教班、择校费、兴趣班……这些都是不能“兄弟”共享的,哪个孩子也不能亏待。

作为过来人的“双独80后父母”,在生过两个孩子后,由于生活的压力骤增,也为了给孩子一个“更好的未来”,许多小两口都是忙于挣钱,把孩子交给老人或保姆,“只管生,不管带”,于是可能带来隔代

教育的问题。对于单独的家庭,并不是每个都有老人能帮忙,这就意味着要么有一方(多为女方)选择全职在家带孩子(前提是往往另一方的收入比较高),要么就是把孩子完全交给保姆,这势必给孩子的教育和成长,以及亲子关系埋下隐患。两难之中,你又会如何选择?

提醒:能够再生一个孩子肯定是件好事,但多了一个孩子所带来的经济压力和照顾压力肯定也相应增加。与其到时候家里“鸡飞狗跳”,不如现在就从长计议,为你们的事业重新做做规划,学习理财知识,或开个家庭会议讨论下孩子的照顾问题。

【动机关】

前面几关,你若都做好了充分的身心准备,那么恭喜你进入本关!本环节专门写给二胎生育真正的主角——孩他妈!

是“你”真的想生二孩吗?这个问题看似有点蠢,其实不然,继续追问自己,你也许会发现自己想生的动机也许“不纯”!

据某妇产医院再生育咨询门诊主任田金怀介绍,从2月成立至今他们已经接受了70多对夫妻的咨询,这些夫妻主要是咨询自己的生殖健康是否会为再生育造成障碍。在和这些夫妻的深入交流中,她们也了解到,每对夫妻再生育的动机可能都不同。有的是第一个孩子是女孩,迫于老人的压力,还想再生个男孩传宗接代;有的是已生个了男孩,但老公特别喜欢女孩,想凑成个“好”字;有的是觉得一

个孩子太孤单,想再生一个陪伴他;还有的是看了失独老人的新闻报道,觉得很恐惧,怕发生自己身上,决定再生一个;有的是看身边人都在生二胎,便觉得自己也应该生;还有的是觉得政策出台了,自己不生,白白浪费了这个机会……

舐犊之情是每个母亲的本能!无论你是多么不情愿或多么纠结,当孩子生下来,相信你都会全心全意地爱他(她)、照顾他(她),可如果你的内心并没有真的做好准备,在养育过程中如果感到特别辛苦或遇到挫折时,难免可能会有抱怨、后悔情绪的流露。比如说“早知道你这么难管,那时就不该生了”、“要不是爷爷奶奶非要生,我根本就不想生你”等等一些为发泄不良情绪,随口说出的话,但可能会对孩

子的心理造成伤害。

提醒:0到6岁是孩子安全感建立最关键的时期,他们从与父母的强烈依恋关系中得到心理的安全保障。如果家长,特别是妈妈流露出“我本来是不想生你的”,可能会使亲子关系产生隔阂,这点对于性格敏感的孩子影响尤甚。孩子平时可能不会去想这一问题,当被父母批评了,或看到父母对自己的兄弟姐妹更好时,可能就会想到自己是“多余的”、“本不该被生出来的”。只有当孩子的安全感建立充分后,他才会去探索外部世界。与父母依恋关系遭到破坏的儿童,安全感的构建受损,可能会出现行为退缩、敏感、自卑、多疑、情绪不稳定、难以与人建立亲密关系等表现。

【备孕指南】

有计划生育二胎的夫妇,应该及早进行相关检查——

男方:检查项目包括精液分析,包括精子浓度、精子活力、精子形态和精子顶体酶。

女方:最基本的检查包括妇科常规检查、排卵监测、输卵管通液或造影。

双方:均要同时检查有无生殖系统感染,特别是支原体、衣原体等特异性感染。

半年:预备怀孕的半年前开始调养体质。

适宜调养人群

1.大龄女性需要调理,女性30多岁时肾气就开始衰弱了,肾的自然衰老、肾气亏虚是导致衰老、影响受孕和健康的实质,所以,大

龄女性受孕前用中药调理是可行的。

2.有反复流产史的女性需要调理。

3.月经不调者需要调理,中医讲,惊则气乱,恐则伤肾,而肝肾又主生殖,所以肝肾受伤,必然产生一系列病症。

4.细菌感染妇科炎症者需要调理,生殖器官一旦受伤,人体的免疫系统就打开了一个缺口,细菌病毒便乘虚而入,造成感染,引起炎症。

5.损伤元气,神疲力衰者需要调理。

6.性趣降低、厌烦性事需要调理。

7.做过手术者需要调理。

8.生过大病的女性。(陈辉)

