

生二胎的五个疑问 你必须知道

连日来,国人热点、爆点和槽点并发的话题,莫过于“全面放开二胎”的生育政策。国家政策层面面对“二胎”问题的全面转向,似乎解决了人们关于“生”与“不生”的难题,其实,生二胎的问题远非人们想得那么简单。

疑问 1:多大年龄生二胎合适

女性是否适合生育二胎,主要受到两方面的因素制约:一是身体状况,如果女性患有严重的慢性疾病,健康条件差,暂时不适合再生育。二是要考虑年龄因素,一般医学上界定 35 岁以上为高龄,高龄女性怀孕,胎儿染色体异常风险增加,妊娠期并发症风险也会增加。不过,女性年龄并非是一个绝对的限制因素,一些 40 多岁的女性,如果身体健康,有强烈生育要求,也可以尝试。

建议孕前到医院做一次系统检查,妊娠期通过产前诊断(包括早孕期绒毛活检术或者妊娠中期羊膜腔穿刺术)排除胎儿

染色体异常,孕期更要加强孕期检查和监测。

疑问 2:两次怀孕间隔多久比较合适

妊娠间隔因人而异。如果前次妊娠是阴道分娩,建议母乳喂养结束后,月经量恢复正常再怀孕。临床上,一些女性在哺乳期怀孕如果身体状况允许,可以综合考虑家庭、工作等因素选择继续妊娠。

上次妊娠如果是剖腹产,一般认为两年以上再怀孕比较安全,以免因为瘢痕没有愈合好而出现危险。不过现在也有研究认为,如果剖腹产手术后恢复得很好,已经超过一年,再次妊娠子宫破裂等风险也比较低。

疑问 3:一胎剖腹产,二胎必须剖吗

不一定。如果上次手术恢复得好,这次妊娠不存在任何剖腹产指征,还是有机会阴道分娩的。如果上一次剖腹产选择的是子宫体部的剖腹产,或虽然是子宫下段的剖腹产,但是术后恢复不好,术后有感染的情形等,阴道分娩的机会就小一些,需要医生根据情况评估。

生二胎咋过老大的关

许多孩子被问道“想不想要个弟弟或妹妹”时,他们的回答多半是“不要”。“生二胎,老大不乐意咋办”,也是不少父母的忧虑。家庭结构改变,父母的关爱很可能被突然分走,会让老大出现不同程度的烦躁和焦虑情绪。所以,怀二胎要根据老大的反应,适时调整对他的态度或者行为,帮助他顺利接受弟弟或妹妹。

充分尊重

孩子虽然不成熟,但也有自己的想法和价值观。无论孩子同意与否,父母都要表达对他的爱,并且耐心对待孩子可能出现的负面情绪。在和孩子说到二胎的问题时,要采取征求意见的方式,告诉他为什么再生一个孩子。比如,“以后爸爸妈妈老了,如果多一个弟弟或妹妹,就有两个人照顾我们,可以减轻你的负担”。还要给孩子讲道理,告诉他:“这个世界不是以你为中心,你来到这个世界后,就不让别人来,这是自私的想法。”

循循善诱

人类是群居动物,孩子的内心深处也希望能有个伴。所以,不妨告诉老大:“多一个弟弟或妹妹,就会多一个人爱你,你会比其他孩子多一份爱,这是非常幸福的事。”也可以跟孩子做模拟游戏,给他讲父母和亲生兄弟姐妹的趣事,尽量让他自己转变抗拒心理。

怀二胎时,父母不妨有意识地培养老大对老二的感情,让他参与到孕育老二的过程中。比如,让老大和肚子里的弟弟或妹妹说说话,一起想象和弟弟或妹妹一起玩耍的场景。

第二个孩子的出生,可能会让第一个孩子的性格有所改变。心理学研究发现,老大往往为人厚道、责任感强,老二多半沟通能力强,但依赖性也强。这与家长的教育和孩子间的相互影响有关,比如父母会告诉老大要照顾、让着老二。如果父母过于强势或者老大性格内向,他往往不会有明显的抗争表现,但一些异常变化可能会投射出他内心的不满,父母要通过观察老大的一言一行,有针对性地加以引导。

反常举动 1:不停地把父母叫过来

“妈妈,你来看一下!”“爸爸快来看我画的奥特曼!”当父母在照顾老二时,不断被老大“打扰”,那就说明他心里不痛快了。此时,不妨趁着照顾小宝的间隙,让他享受一下“霸占”你的待遇,哪怕给他讲个小故事,玩一会儿游戏都可以。

反常举动 2:行为退缩

已经能自理的孩子要求父母帮忙穿衣服,已经独立分床睡的孩子要求与父母一起睡等。不妨让老大参与到照顾小宝的活动中来,比如,让他帮忙拿个新的纸尿裤、递个奶瓶等。

反常举动 3:攻击性言行

有时突然说一句“妈妈我讨厌你”,或者不跟老二同时出现在一个地方,如饭桌、卧室等。老二到来后,父母在老大身上花的时间和心思少了,久而久之就可能导致孩子出现攻击性言行。父母此时可以替老大说出不满的情绪,比如,“宝贝儿,妈妈知道你看见我只照顾小宝,顾不上你,很伤心”。还可以让婆婆或老公照看一会儿小宝宝,多一些时间和老大单独相处,给他洗个澡或者让他“帮”你准备午饭。

总之,生了二胎,父母不能把全部心思放在老二的身上,也不能一味偏袒,让老大觉得自己被孤立。生活中,老大和老二难免有闹矛盾的时候,而耐心和中立的评判,应该是父母持有的态度。

(时报)

二胎产检 留意这几项

很多孕妇觉得已经有了经验,二胎产检可以不用那么在意。事实上,一般孕育二胎的女性要比一胎的年龄大,有的甚至是高危孕产妇,因此,在产检时,有些指标更应多留意。一般医学上把 35 岁及以上的称为高龄孕产妇,怀二胎的孕妇基本都在此范围内,因此,要比一胎更重视产检。

■ 其一,糖尿病筛查。

父母或直系亲属有糖尿病、孕前体重过重、多囊卵巢综合征、一胎有妊娠糖尿病等情况,二胎首次产检就应进行糖尿病筛查,没有高危因素也应在孕 24 周左右进行血糖筛查试验。

■ 其二,监测血压。

高龄孕妇容易出现妊娠期高血压,家中常备血压计,每天同一时段监测一次,出现头痛、腿肿、血压升高等情况,尽快去医院。

■ 其三,超声检查。

二胎孕妇在怀孕期间至少要做 2~3 次 B 超检查,不仅可了解胎儿的发育状况,确定能否自然分娩,还可排除严重畸形,例如心脏、脑结构畸形等。

■ 其四,胎心监护。

在怀孕的最后 1 个月,二胎孕妇要特别注意胎动情况,有条件者应每周做 1 次胎心监护,以了解胎儿的情况。目前我国的孕前体检开展得并不好,但值得提醒的是,二胎孕妇最好做孕前体检。除一般的生殖系统检查、优生四项及遗传性疾病检查外,要二胎的女性应多做一些检查,咨询医生是否适合怀孕。

首先,随着年龄增长,血管内皮损害程度逐渐加重,经产妇重度子痫前期、前置胎盘、胎盘早剥、胎膜早破和产后出血等妊娠并发症的发生率明显高于初产妇,可导致妊娠期高血压疾病发生率增加。在怀二胎前,应注意监测血压、血糖情况,如有异常应及早治疗,待病情平稳后再怀孕。

其次,多数经产妇有人工流产、引产、上取环史,容易引发子宫内膜炎,进而导致前置胎盘、胎盘植入等问题。

因此,在怀二胎前,还应做相应的妇科检查及 B 超,排除盆腔炎等疾病。

疑问 4:头胎有先天性疾病能再生吗

这要看上一次胎儿异常属于哪种情况,先天性疾病再次发生的机会取决于疾病的种类。建议父母和头胎孩子进行相关检查,再根据具体情况由医生给出建议。

疑问 5:二胎怀孕、生产和一胎有何不同

二胎妊娠应注意营养搭配,控制孕妇体重增长,以防胎儿长得过大。高龄孕妇要适当增加产检次数,应该进行早孕期绒毛活检术或者中孕期羊水穿刺术,排除胎儿染色体疾患。

在生产方式上,要根据胎儿和孕妇的身体情况选择。一般来说,初产妇的产程比较长,从第一产程到第三产程要 12 个小时以上,但经产妇时间更短,发展较快,要及早去医院。