



王淳 著

我的特殊月子

MISSION IMPOSSIBLE;
Pregnancy with
Twin Baby Boys
in My Late 40s,
I MADE IT HAPPEN !

高龄孕产妇
生活说明书

献给——
大龄暖妈的
好孕宝典

清华大学出版社

王
淳
著

我的特殊月子



清华大学出版社
北京

本书封面贴有清华大学出版社防伪标签，无标签者不得销售。
版权所有，侵权必究。侵权举报电话：010-62782989 13701121933

图书在版编目（CIP）数据

我的特殊月子 / 王淳著. -- 北京：清华大学出版社，2015
ISBN 978-7-302-38768-8

I. ①我… II. ①王… III. ①试管婴儿 - 基本知识②
妊娠期 - 妇幼保健 - 基本知识③产褥期 - 妇幼保健 - 基本
知识 IV. ①R321-33②R715.3

中国版本图书馆CIP数据核字（2014）第286716号

责任编辑：刘美玉 王如月
封面设计：郭宏观
责任校对：王荣静
责任印制：杨 艳

出版发行：清华大学出版社

网 址：<http://www.tup.com.cn>, <http://www.wqbook.com>

地 址：北京清华大学学研大厦A座 邮 编：100084

社总机：010-62770175 邮 购：010-62786544

投稿与读者服务：010-62776969, c-service@tup.tsinghua.edu.cn

质量反馈：010-62772015, zhiliang@tup.tsinghua.edu.cn

印装者：北京嘉实印刷有限公司

经 销：全国新华书店

开 本：160mm×230mm 印 张：14.5 字 数：191千字

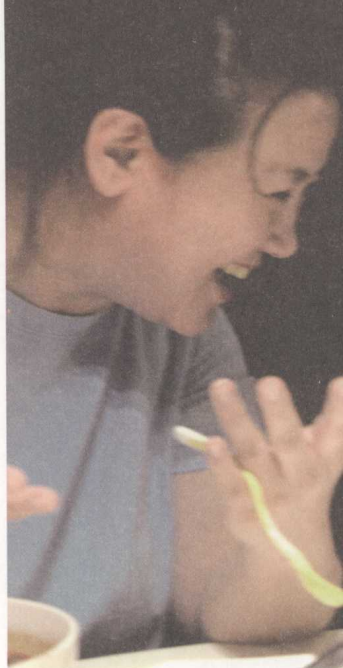
版 次：2015年4月第1版 印 次：2015年4月第1次印刷

印 数：1~8000

定 价：39.80元

产品编号：060286-01

王 淳



走过的40多年，我是幸福的，因为我的家人，我的事业，我的伴侣，我感觉处处皆有小幸福。即使经常出差，曾经驻外，奔波于职场，我把那些都看作是成就幸福的途径，于是努力，于是拼搏，在过程中感受成长，这种幸福的滋味是甘甜的。

我觉得一直过着那样的生活，一辈子，也不错。

当然，那是在我没有体味过现在的生活而下的结论。

三年前，我开始尝试试管婴儿，可惜多番失败，我便将注意力转移到工作之中，还有很多事能填补求子未得的伤痛和缺口。不在悲伤中驻足，我认为这也是幸福，人生或许不完整、不完美，却丝毫不能阻拦一个人去拥有幸福。所以女人要有一颗强大的内心。如果我没有继续尝试，又或者读过这本书的你在屡战屡败后，也千万不要因此而抹杀自己人生中所有值得庆幸和感到幸福的痕迹。



不知是老天爷的怜悯，还是自己的孜孜不倦，我终于在2012年一举求得二子，于是有了这本书所述的300多个日子的故事。各种艰辛与困难，一次又一次的思想包袱、精神负担甚至身体的疼痛，若不火力全开，若不严阵以待，若不乐观面对，不可能走到今天。许多小事还历历在目，许多惊心动魄的场景还像黑胶片的电影一样偶尔在我脑海里闪现。然而，只要看着我可爱的宝宝们，我就觉得过往种种，都是幸福。

孩子们的一颦一笑，丈夫的温言软语，家人的呵护疼爱，医护人员的悉心治疗，同事朋友的真切关心，社会的热烈关注……都令我感动万分。所以，哪怕是曾经怨怼过的，此刻都显得弥足珍贵，是它们一点一点淬炼了我的幸福，令我更懂得珍惜，更懂得领悟。

幸福有很多种模样，我的和你的或许不一样，关键在于自己，去体味，去享受。■

A photograph of a baby lying down with its arms raised, serving as a background for the top half of the page.

目录

第一章

试管婴儿——爱的奇迹

年过四十，试管婴儿成为我最后一根救命的稻草。嘲笑，拒绝，打击，希望，绝望，困惑，无奈交织而来，我从未像现在这样惶恐不安，也从未像现在这样坚定勇敢。终于，所有的痛楚、焦虑和付出，换来了最美好的回报——2012年的春天，47岁的我，在这个所有人都说不可能的年纪里，等到了天使的降临……

我，终于怀孕啦 _ 002

最好的年华，给了工作 _ 006

所有人都说不可能 _ 010

找错医生，错过宝贵时间 _ 013

试管婴儿，第一次尝试 _ 016

孩子，终于没有如约而至 _ 019

历尽磨难重见彩虹 _ 022

TIPS 解密做试管婴儿过程 _ 014

TIPS 胚胎植入后注意事项 _ 023



CONTENTS

第二章

孕之初——惊险艰难的头三月

所有过去认为最重要、无法割舍的东西，现在于我却如同浮云。我终于明白，这世间没有任何事、任何东西，可以与孩子的平安健康等价。只是，这看似最简单的愿望，却变成了遥不可及的奢望……

心爱的元圆，走吧 _ 028

先兆流产，接连出血 _ 031

向糖尿病宣战 _ 035

治理便秘，头等大事 _ 040

不减胎，一个都不能少 _ 042

唐氏筛查，果断放弃！ _ 047

我的专属“人形灭蚊器” _ 050

谢谢你风雨无阻的爱 _ 053

被托管的孕妇 _ 057

TIPS 什么是胰岛素泵？ _ 037

TIPS 我的饮食参照表 _ 038

TIPS 我的孕期菜谱 _ 039

TIPS 自制孕妇内裤和接尿神器 _ 045

TIPS 为什么要做唐氏筛查？ _ 048

第三章

孕中期——好运连连，渐入佳境

没了过去的风度，没了曼妙的身姿，没了最美的容颜，但是，又有什么关系呢？你们的安然存在就是我这一生赢得最漂亮的一场赌局。我有了你们，有了另一个角色，你们给了我无与伦比的准妈妈的美丽，给了我从未体验过的幸福感，也给了我数不尽的好运气……

我家的幸福胎教 _ 064

别让老人的爱，无处释放 _ 068

好孕，带来好运 _ 071

我是大肚购物狂 _ 074

50岁的老司机 _ 079

美国纽约传喜讯 _ 082

TIPS 孕妇情绪不稳定怎么办? _ 069

TIPS 婴儿床选择指南及注意事项 _ 076

TIPS 婴儿床垫的选择标准 _ 078

第四章

保胎——这是一场艰苦的持久战

过去那个连打针都怕得要命的我，如今已变得无比坚强。任何困难都不能让我停下脚步，哪怕地动山摇。明明知道前方是最痛苦的陷阱，我还是会义无反顾，勇往直前，承受这一切痛苦与磨难，只求上苍，让你们在我温暖的子宫里，多待一天，再多待一天……

第一次胎动 _ 088

英雄母亲归来 _ 092

打响28周保卫战 _ 100

血糖休想再添乱 _ 104

艰苦的日子数着过 _ 107

TIPS 住院必备物品清单 _ 093

TIPS 布置婴儿房 _ 098

TIPS 个人饮食大公开 _ 105

TIPS 病房自制燕窝 _ 106

第五章

孕晚期——惊心动魄的等待

尽管我已经尽了最大努力，想让你们像其他宝宝一样瓜熟蒂落，可你们出生的日子终究还是提前了。躺在手术台上的我，一次又一次在脑海里想象着你们的模样，一次又一次修改见到你们时我想对你们说的第一句话，可是，事情却永远无法按照我们希望的轨迹发展……

入院准备，紧锣密鼓 _ 114

状况堪忧，目标重新修订 _ 121

孕晚期又出血，雪上加霜 _ 125

月嫂搜寻记 _ 128

跌跌撞撞，完成第一目标 _ 130

我再也跑不动了 _ 133

术前谈话，泪流满面 _ 138

手术前倒数最后一天 _ 141

TIPS 自制简易计时器 _ 115

TIPS 临产住院携带物品清单 _ 116

TIPS 护工守则 _ 131

TIPS 我的医院生活四宗“最” _ 134

TIPS 为什么要使用表面活性剂? _ 139

第六章

宝宝驾到——我的特殊日子

我无法形容见到你们那一刻内心汹涌的情感，也无法描述你们的降临对我来说是多么大的恩赐。可我清楚地知道，有了你们，我的世界打开了另一扇门，即使闭着双眼，我也能感受到温暖和煦的阳光笼罩着全身……所谓幸福，就是此时此刻。

宝宝们终于来啦 _ 146

只见月子不见儿子 _ 154

最艰难的两天一夜 _ 159

月子无小事 _ 168

见宝宝“三顾茅庐” _ 173

全副武装，接金旦儿回家 _ 178

我家变成NICU _ 185

银蛋儿归来，一家团聚 _ 189

我的新“职场” _ 199

TIPS 剖宫产麻醉早知道 _ 148

TIPS 早产儿百日内外出必备品 _ 156

TIPS 高龄产妇月子饮食宜忌 _ 166

TIPS 产后恶露如何应对 _ 169

TIPS 早产儿喂奶小技巧 _ 180

TIPS 早产儿监护器使用说明 _ 182

TIPS 早产儿氧饱和度下降应急处理程序 _ 186

TIPS 接触早产儿六须知 _ 191

TIPS 带早产儿就医经验分享 _ 194

TIPS 预防治疗红屁股小妙招 _ 201

TIPS 月嫂和育儿嫂管理规范 _ 202

补记 喜迎百日，人生再启程 _ 206

后记 写给妻子与孩子们 _ 212

第一章 Chapter one

试管婴儿——爱的奇迹

年轻时，我有太多梦想，太多欲望，我无所畏惧，我甚至以为世间一切尽在我掌控，只要我想，没什么不可能。

而生活待我也不薄，我似乎拥有了一切——爱我的丈夫、成功的事业……可是，随着青春远去，我终于发现，有一件事，始终是我竭尽所能也无法掌控的。是的，没有你，我的孩子，生活还是有点儿不完美。那心底隐隐的遗憾，终于日复一日变得强烈，渗入我的血脉，刻进我的骨髓。

到了这个年龄，试管婴儿成为我最后一根救命的稻草。嘲笑、拒绝、打击、希望、绝望、困惑、无奈交织而来，我从未像现在这样惶恐不安，也从未像现在这样坚定勇敢。终于，所有的痛楚、焦虑和付出，换来了最美好的回报——2012年的春天，47岁的我，在这个所有人都说不可能的年纪里，等到了天使的降临……





我，终于怀孕啦

北京五月的夜，带着些微的凉，我和丈夫躺在床上，像一对情窦初开的少年，手牵着手。

听着丈夫不均匀的呼吸声，即使我们不说话，我也知道，他没睡。要知道这一天，我们等了20多年！

大学毕业后不久，我们俩便携手创业。人家是打虎亲兄弟，上阵父子兵，我们是创业路上夫妻档。这一路走来，凭着韧性和默契，我们战胜一个艰难险阻，渡过一道道难关，公司也实现了一步步跨越。一转眼，20多年过去了……

最近几年，我们想要孩子了，四处求医，偏偏年近半百，屡受打击。风雨求子路上彼此的陪伴便更显得弥足珍贵。如果这次再不成功……前一夜丈夫还在宽慰我，如果再不成功，咱们就回到从前的生活，两个人的世界，也很不错啊！

事实上，我根本不愿去做任何失败的臆想……直到那一天到来。

植入受精卵的第九天，也就是出结果的日子。丈夫因早就答应出席北京师范大学国家彩票发展研究院成立大会，无法陪我前往医院例行检查，但他临行前反复叮嘱我，一有结果立即告诉他。我不但没有丝毫抱怨，反而觉得是个好兆头——成立不正代表着新生嘛！

这天我起得很早，严格按照医生的要求——空腹。在朋友家儿子甜甜的护送下，我到了医院，一成不变地抽血，等待。我太熟悉这惊心动魄的等

待过程了。因为我曾经不止一次满怀希望地等待，结果却扑了个空。为摆脱这种不安的情绪，我索性掏出手机，为第一视频写写发展建议。

一个多小时不知不觉就过去了，终于轮到我进诊室听医生判决了。医生面带微笑，淡定的声音中听不出半点情绪。我愈发紧张，心不由得怦怦跳。她终于公布了结果：“你怀孕了，HCG血值144。”她语调和缓，语气平静。而我，心都要跳出来了。我要飞！我要跳！我要大笑！我恨不得冲出门去告诉所有人：我怀孕啦！但理智告诉我：不能动！连快走都不行。

心在热滚，双脚却只得一动不动站着，巨大的喜悦冲击波，被更强大的叫作理性的东西压抑着。我被这两股力量拉扯着，几乎要分裂了。为了宝宝的安全，我忍住了。“谢谢！”我感激地看着医生，千言万语汇成两个字。医生告诉我下次来的时间，我牢记在心了。

我怀孕了！我终于怀上了！

我兴奋地不知如何是好，想要把这个喜讯告诉所有人，包括走廊里那些不认识的人，告诉他们，我终于怀上孩子了！

由于将近午饭时间，出了诊室，人很少，只有前台护士。我不由分说地抓住她们，笑着说：“我怀孕啦！”我甚至能听到自己兴奋得有些发抖的声音：“医生说144，怀上啦！”护士被我感染得也跟着笑开了花，却还说我：“太好啦，看你，笑得脸都开花啦。”

冷静不到一秒，我便迫不及待地发短信告诉丈夫这则特大喜讯。因为是甜甜送我来的，所以我还要打电话把这个好消息告诉甜甜爸妈，免得他们担心。

打完电话好一会儿，丈夫的短信才回过来，就三个字：太好啦！然而他内心的激动与澎湃，我却好似一览无余。三个字：太好啦！把万语千言都妥帖地放进了我的心底，这足够慰藉我们苦守多年的心灵了。我捏了下自己的胳膊，有痛感，这时我胸中一块石头才落了地。





↑ 确定已怀孕3周@2012年6月3日植入后第2周第11天

甜甜取车的当口，我拿着手机翻看通讯录，点进去，退出来，再点进去，再退出来。拇指一次次悬在电话号码上方……却被理智拉回来。怀孕的路还很艰辛，此时告知天下，恐怕一切尚早。

我重新打开丈夫发来的短信，看着那三个字：太好了！明明是我告诉他的讯息，可是此刻，我却有种莫名其妙的感觉：似乎看着他的回复我才能确定，这一切都是真的。

回家的路上，我如同来时一样，躺在副驾座位上，甜甜将车速降到最慢，也就每小时二三十公里。他像保护一件珍贵的瓷器一样保护着我，生怕我磕着碰着。

巧合的是，我们中午到家时正好赶上吃炸酱面。在老家天津乃至整个北方都有这样一个风俗，家里有喜事要吃面，叫作喜面。今天这面并不是特意为我做的，恰好撞上了。我顿时觉得一切都那么应景，真是天意。

晚饭后，丈夫才到家。他第一时间奔向我，在离我两三步远的地方，却突然停住了，端着两只手，问我：“确定啦？”我说：“嗯，医生说初步确定了。”他兴奋地一边念叨着“太好了！太好了！辛苦了”，一边像个孩子似的抱着我的脸亲个不停。

我本来正咧着嘴笑，却感觉眼睛湿了。我攥着丈夫的手，心里感觉好踏实。他叱咤商界手从不哆嗦，现在手心却冒着汗。直到深夜，我真切地感觉到他就躺在我身边，他还攥着我的手，我们那颗心，才算尘埃落定。





最好的年华，给了工作

或许是因为家庭稳定，婚姻美满，没有后顾之忧，或许是因为工作得心应手，总是带给我一个接着一个的惊喜和挑战，不知不觉我把整个青春都放心大胆地投入到了事业上，却忘记了年龄。

直到那一次，一位客户下意识地问我“小孩多大了”，我才发现，我的同龄人已经进入张口闭口谈论小孩的阶段了。也就是从那时起，我开始在朋友聚会上情不自禁地看着别人家的小孩发呆，我渐渐喜欢听亲朋好友讨论他们的孩子，我开始意识到，我恐怕不能理直气壮地面对没有孩子的事实了。

我不喜欢那种感觉，躲闪，绝对不是我的性格！既然确定了想要孩子，就应该去主动争取！只是，这一年，我已经45岁。

我的时间都去哪儿了？我大学本科学医，经人介绍和丈夫相识，毕业两年后便喜结连理。我就职于天津市最好的一家医院，无限风光。20世纪90年代有一份好职业就意味着端上铁饭碗了，而医生在好职业排行榜里当仁不让地占据榜首。走到哪里说我是医生，投来的目光无一例外都是羡慕和尊敬。

可是新婚不久，我就面临抉择：丈夫接到调令要去北京——我要么辞掉工作嫁鸡随鸡，两人在一起；要么留在天津继续当医生，与丈夫两地分居。

我想都没想就毅然选择了前者。那时候真是初生牛犊不怕虎，自视甚高的我向往北京，不想安于现状，所以萌生了改行的念头，而且日益强烈。我最终冲破了所有“枷锁”，如愿以偿改行到一家国企，做起为公司联络政府相关部门的工作。