

I267.5
61

嘉嘉著

北岳文艺出版社

中年怀胎在美国

一位医生妈妈的日记



图书在版编目(CIP)数据

中年怀胎在美国/嘉嘉著. —太原:北岳文艺出版社, 2004. 5

ISBN 7-5378-2624-2

I. 中... II. 嘉... III. 小小说—作品集—中国—当代

IV. I247. 8

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 037027 号

责编: 李 刚

策划: 富通博

中年怀胎在美国

——一位医生妈妈的日记

嘉嘉 著

*

北岳文艺出版社出版发行(太原市并州南路 199 号)

Http://www.bywy.com

山西三铁印业有限公司印刷

*

开本: 890×1240 1/32 印张: 5.5 字数: 124 千字

2004 年 5 月第 1 版 2004 年 5 月太原第 1 次印刷

印数: 1—5000 册

*

ISBN 7-5378-2624-2

I·2589 定价: 16.00 元



目 录

“例假”推迟	1	35 岁后怀孕	20
早孕试验	1	慎防脱水	22
生孩子的“围城”	2	针灸镇吐	23
验血确诊	4	高歌忘怀	25
生育保险	6	住房够用吗?	26
芭尔维格医生	7	第 2 次产前检查	28
一揽子交易	8	照看婴儿	29
计算预产期	9	探望产妇	31
送子观音	10	肚子“装拉链”	32
大龄妈妈	12	胚胎绒毛活检	33
晚育新潮	13	我有女儿了	35
请客感恩节	14	客访总领事	36
看冰球	16	试管婴儿	37
妊娠反应	17	除夕的乡思	39
第 1 次产前检查	19	爱吃“麦当劳”	40

食欲变化	41	难请保姆	70
尿频与便秘	42	第 5 次产前检查	72
偶尔“见红”	43	准妈妈“裁缝”	73
初觉胎动	45	取名的困惑	74
第 3 次产前检查	46	身怀六甲	77
驱车芝加哥	47	回归自然	78
嗅觉过敏	48	与蛇共舞	80
“臭”男人	49	与胎儿谈心	81
胎儿的自我保护	50	第 6 次产前检查	82
轮番抽血	52	准爸爸的激情	83
初现端倪	53	教堂商店	85
西方人的惊喜	54	儿科大夫	86
期待	55	☆电话求医	87
胎儿体检	56	心慌	88
回到 20 岁	57	紧束肚子的旧习	89
送花的情人	58	半夜急诊	91
19 周胎儿照片	60	虚惊一场	93
生男生女的选择	61	旅美作家联谊	95
第 4 次产前检查	62	胎儿打嗝	96
“人流”之难	63	第 7 次产前检查	98
未见其人,先闻其声	65	女人四十	98
爸爸病危	66	胎教的争议	100
大腿发麻	67	☆胎儿的学习能力	102
遥远的悼念	69	贴身小棉袄	103

养儿的烦恼	104	谁是父亲?	132
老爸的挑战	106	听力测定	133
爱之最	108	病房第二夜	135
九十老媪	109	“天生”之奶	135
儿子大学毕业	111	婴儿防盗	137
子虚补其母	113	太阳浴	139
第8次产前检查	114	揪着鹅头吃草	140
讨债与还债	115	家庭监护	141
ABC	116	陌生的家	142
生“美国人”	118	再吃一惊	144
美国的“清明节”	119	永远别长大	145
看电影	120	不做老爸的“心肝”	146
分娩的本能	122	尿布的变迁	147
婴儿送礼会	123	奶瘾	148
第9次产前检查	126	1 + 1 > 2	149
凌晨早产	127	诗贺女儿新生	152
“呱呱”落地	128		
手术顺利	130	主要参考文献	155

“例假”推迟

2000年11月8日 星期三 阴

“例假”是妇女月经的代名词。由于预计的这个月“例假”到来时间已超过了三天，向来月经正常、只有随月大月小提前1~2天的我，不免有些疑惑：是否又怀孕了？但考虑到自己的年龄（刚过了47岁的生日），觉得不大可能。与丈夫商量后，我就去当地的连锁杂货店 Walgreen 的医药柜台买了一张可用于检测早孕的试纸回来。这种试纸是利用孕妇尿液中出现绒毛膜促性腺激素（HCG）的原理来预测怀孕，灵敏度很高，有99%的准确性，可在怀孕的头10天内就能出现阳性显示。它使用十分方便，而且价格不贵，大约10美元一张。

然而，试纸买回家后，丈夫又犹豫地说，等几天再用也不迟，因为考虑到我的年龄已近更年期，更年期前期妇女的月经不正常是常见的。如果再等几天月经来了，那么拆封的试纸还可以退货，也就不必浪费这几元钱了。

早孕试验

2000年11月10日 星期五 阴

又等了两天，仍不见月经要来的“动静”。我觉得不能再等了，就

让丈夫拆开买来的试纸做起了试验。这试纸的灵敏度确实很高，在一侧只放上2滴尿液，它慢慢地向另一侧纸端渗透过去。那侧纸端上有预先印好的一横，即“-”。此外，还隐隐约约地有一竖在中间，如果试验结果阳性，即怀孕的话，它就会显示出来，与那预先印着的一横组成一个“+”字；如果试验阴性，那一竖则不会显示，则只有那中间的一横，故呈“-”。

在室温下，大约只等了一分钟，结果就出来了。一个明显的“+”字出现在我们的眼前。它提示着：我又怀孕了！当时我真有点发懵的感觉，不知所措。

如果从最后一次来月经时算起，今天应是我孕期第6周的第一天，或者说胎龄已有近4个星期了。

生孩子的“围城”

2000年11月11日 星期六 阴

今天是周六，照例我们上午还得门诊。下午回家后，面对放在眼前的早孕阳性试验结果，我与丈夫的心情十分复杂，我们为此既激动又担忧。

我们已有一个儿子，今年22岁，正在上大学。他是我25岁时在国内生的。当时国内还没有独生子女政策，但由于是剖腹产，我没有接着生。后来国家公布了一对夫妇只能生一个孩子的法令，儿子也就变成了独生子。记得当时我还领取过十年的独生子女津贴，每年50元人民币。

我丈夫是1989年2月以访问学者的身份来美国的，后来开办

了自己的私人诊所。我是一年半后即1990年年底带儿子来美国的。1992年夏我们全家正式定居美国。

在美国生活的这十余年中，我曾怀孕过两次，由于当时正逢我们的诊所发展时期，大家忙着安家立业，也都没有想再要一个孩子，很快就去人工流产了。1998年后，儿子到外州去上大学，习惯与孩子一起生活的我们一下子变成了“两人世界”。工作之余，丈夫仍蒙着头写他那些“永远写不完”的书。写书，是他一贯的爱好与追求，至今他已出版了多部著作。在他的写作计划中，还有许多要写的。作为女人，我就与他不同了。虽然我也经常与他合作写书，但更多的时间花在操劳家务上。然而，自儿子出门后，家务活顿减，空闲时不免甚感寂寞，也就开始萌发了再生一个孩子的念头。

记得有一位住在芝加哥的朋友，她丈夫是北京大学的67届毕业生。他们也只有个男孩，前几年孩子上大学后，她也寂寞得要命，一想起孩子就哭。每年孩子过生日她都买两份生日礼物。她曾多次对我表示，后悔早先没能多生一个孩子。

可是，毕竟年龄不饶人，一晃我已近“知天命之年”，还有这个可能吗？许多妇女到这个年龄上，月经都“上岸”（停经）了。当然，每个人的停经时间有很大的个体差异，而且有遗传因素。妈妈生我时，她也已近四十岁。我的大姐年龄比我大十几岁，她月经上岸很晚。58岁那年作妇科检查时，医生说她还正在排卵呢！

自萌发再生一个孩子的念头后，我就特意去医院做了妇科检查，并且专门买了能报销生育费用的医疗保险。尽管血液激素检查的结果都很正常，但通过B超检查，意外地发现我患上了子宫肌瘤，大约有10x10厘米大小，但主要是长在子宫左侧外壁。医生认为不应该影响正常生育。此后，我们就不再采取任何避孕措施，想看看是否还有运气再怀孕一次。

然而,在后来一年多的时间里,我都没能怀上,想再要一个孩子的念头又渐渐地淡漠了。这可能与自己已开始适应“两人世界”的平静生活有关,另一方面也担心自己这个年龄能否再挑起重新养育一个孩子的重任。在中国人聚会的场合,经常看到那些在美国出生的孩子们的顽皮劲,真觉得自己已不可能像年轻时那样带他们。后来我们也就更换了较便宜的医疗保险,不再能报销生育费用了,除非是急疹情况下分娩……

面对眼前的早孕阳性结果,我们需要尽快地做出抉择:是不要这个孩子,维持目前这种平静但寂寞的“两人世界”,还是接受这个孩子,享受天伦之乐但要挑战新的生活,再把自己束缚在照料孩子的无穷无尽的家务之中?两者各有利弊。

想想也真是,怀不上孩子的人千方百计要怀孕,而已怀孕的却又不想要了,这不正是人类社会的又一类“围城”么!

验血确诊

2000年11月15日 星期三 晴

尽管尿液试验已经提示我怀孕,但还须要定量化验一下血液中的HCG水平。从我最后一次来月经的10月5日算起,今天是第40天,如果我怀孕了,在正常情况下此时的HCG水平应已急剧增高。

要化验血液HCG,就需要去医院或诊所了。两天前我就给自己原来常去的一家妇产科诊所电话预约了验血检查,确定今天直接去该诊所抽血。一早起来,我由丈夫陪同前去,预约的时间是上午9时30分,我们提前5分钟到了那儿。



虽说静脉抽血是件很小的常规医疗操作，已司空见惯，但每到了抽血的关头，我仍是特别紧张，因为我知道自己的肘部静脉不如别人显露，只有遇到十分有经验的化验员才能“一针见血”。我最怕别人捏着针筒使针头在皮下无目的地探寻，瞎捣一番找不到静脉后又拔出重来。妇女的皮下脂肪较厚，静脉不如男性表浅、显露。这对于化验员来说，抽血理应是司空见惯的事，静脉抽血也不是一件难事。

然而，我担心的事偏偏就发生了。美国的许多诊所里是由护士抽血后送到化验室去，故给我抽血的并不是专业的化验员，两位护士（其中一位还自称已干了15年）交替着穿刺了三次都未能见血，那又粗又长的针头在我的手臂上刺出了三个大针眼，疼得我直咬牙。我建议她们改用头皮针试试，她们又说没有配备那种针头，后来只好让我到医院的化验室去抽血。

幸亏医院化验室就在同一大楼内，但等候的病人多，一个多小时后才轮到我。给我抽血的是一位十分年轻看上去很灵巧的化验员。抽血前我把前面的遭遇先叙述了一遍，希望不要再重遭刚才的痛苦。她比较了一下我的双臂，仔细地摸准静脉，用头皮针只在局部探寻了一次就抽到了血。事后我问她干这行多久了，她说才3个月。

看来，一项技术的好坏，不在于已经干过多少年，而在于自己对掌握这项技术是否热衷与执著，也就是说工作态度吧！

我的验血（HCG定量试验）结果当天下午就通过电话得知了，我已被确诊怀孕。

生育保险

2000年11月16日 星期四 晴 第6周整

按书上记载,目前胚胎的头-臀长度(Crown-to-rump length)应是2~4毫米。之所以先不用头-足后跟长度(Crown-to-heel length)来度量,是因为此阶段胚胎的膝部尚是弯曲着。

在美国由于医疗费用昂贵,决定是否要生孩子之前要先知道自己的医疗保险能否报销住院分娩的费用。一般来说,即使是正常分娩,在医院里住上两天就回家调养,大约也要2万美元左右。在美国有许多公司提供个人的医疗保险,其保险范围、保险额及保险费的高低都不完全相同,也有几种类型的计划可以让客户选择。但一般说来,要想报销生育费用的医疗保险,必须在怀孕之前就已经购买。如原先购买的保险不能报销生育费用,客户在怀孕之后再想改变,那是不允许的,除非客户加付额外的保险费。这种额外的保险费,因其数额大,与客户自己负担生育费用已无很大差别。

我家的医疗保险原先是由我丈夫工作单位买的。他刚来美国,是在当地医学院搞科研,由医学院提供全家人的医疗保险,自己每个月只缴几十美元即可。那时不仅看病定点在医学院系统的医院,医生的业务水平较高,而且几乎所有医疗费用包括牙医、药费全部报销,生育费用自然也在其中。后来他离开医学院到当地一家运动医学中心当研究员,其医疗保险虽不如医学院,但也能报销牙医与生育费用。然而,那几年中我们身体都很好,几乎没有上医院看过一次病,更没有想再生一个孩子。

自1994年起我丈夫全部时间都在自己的诊所后，我家的医疗保险就都由自己买了。由于不是集体购买，保险公司不给折扣，医疗保险费十分昂贵，而且随我们的年龄变老而增高，每年延续保险时都会涨价。考虑到我家平时小毛病可以自己解决，我们现在买的医疗保险是，1500美元内由我们自己负担，1500美元之外的费用则全部报销。这种保险计划的好处是保险费可以较低，全家人大约每个月500美元，但完全可以应付重病或急诊住院需要的保险。它虽不能报销生育费用，但如果是因怀孕期间并发症而住院则可以报销，而且可以报销新生儿的头三个月医疗费用。

关于我家医疗保险的上述现况，我与丈夫曾讨论过几次。如果这次我们决定把孩子生下来，看来必须由自家来负担这笔生育费用了。

芭尔维格医生

2000年11月17日 星期五 阴

确诊怀孕之后，还须排除宫外孕的可能，我必须马上找一位妇产科医生做进一步的检查。

我家投保的那家医疗保险公司与许多医院、诊所或医生都有合约关系，它规定要想100%报销医疗费用，必须从公司提供的医疗单位或医生名单里选择。当然也可以找与该公司没有合约关系的其他医疗单位或医生，但那只能报销80%。儿子帮我从该公司的互联网上查到离我家最近的一家医院“榆树溪(Elmbrook)医院”属于合约医院，并且找到一家就在该医院大楼毗邻的妇产科诊所也是合约

单位。

该诊所是由芭尔维格医生与其他三位妇产科医生合开的。她们虽不属于医院的一部分,但与医院有合约,大楼内部有通道相连。她们随时可以使用医院的医疗设施,凡接生或手术都可以到医院里去完成。病人住院时,她们可以到病房诊治病人,住院部的护理人员也执行她们的医嘱。美国的许多诊所或医生都与附近大医院有类似的合作关系,就像是国内的医院与附属门诊部的关系那样。但它们的经济、管理又是完全独立的,各收各的钱,各有各的医护人员。

我在电话里了解到芭尔维格医生有近 20 多年的妇产科临床经验,也就决定选她作为自己的妇产科医生。当时我就与该诊所服务台秘书预约了第一次产科检查的时间。

(后记:芭尔维格医生自始至终负责监护着我与肚子里的孩子,直到孩子平安出生,我们由衷地感谢她为我们所做的一切。)

一揽子交易

2000 年 11 月 18 日 星期六 晴

对于孕妇从怀孕早期的咨询、产前各种检查以及到正常接生,美国医生经常提供“一揽子交易”,费用统一核算。价格则随不同医生或医疗单位不尽相同。

今天芭尔维格医生的诊所给我寄来了一封邮件,首先对我的怀孕表示祝贺,并附上“一揽子交易”的全部信息及需要预先填写的就诊表格。这“一揽子交易”的服务内容包括大约十余次的产前检查以

及正常分娩时的接生。

第一次产前检查主要是咨询,由专业护士进行,咨询完2周后的产前检查则都由妇产科医生完成,先是每月一次直到第28周,从第28~36周则为每2周一次;从第36周起为每周一次。产前检查的总次数因人而异,如果开始得较晚,或因早产结束得较早,则次数较少。在美国看病除急诊外都要预约。上述检查一般都是逐次预约,在一次检查结束时预约下一次,但在第28周或30周后,医生建议孕妇一次性预约其余所有的检查,而且最好能与诊所的每一位妇产科医生都预约一次,以防临产时万一自己的医生恰好不上班,需由其他医生替补时,大家能互相熟悉。

昨天我在预约医生时已从电话里得知,该诊所提供“一揽子交易”的价格是2500美元,可以一次性付清,也可以分月付款。须注意,它并不包括药费、各种化验检查费、住院费与非正常分娩时所需要的其他医疗费。

计算预产期

2000年11月19日 星期日 晴

计算预产期十分重要,因为它能帮助医生决定何时对孕妇做某些试验或手术,它也有助于估计胎儿的生长情况和是否超期。

通常对孕期有四种表示方法:一是月经龄,即从最后一次月经的第一天(实际怀孕前2周)算起,平均40周。这是多数医生用来与孕妇谈论的说法。二是胎龄,它从怀孕日算起,平均38周。三是把孕期分为三期:早、中、晚期各三分之一,每期13周。四是按月历28天

计,总共 10 个月,即 280 天。这也就是中国人常说的“十月怀胎”。

多数妇女记不得怀孕的精确日子,但她们通常都记得最后一次月经开始的时间。这就是为什么医生通常按以上第一种方法即月经龄来推算预产期的原因。但由于它要比实际怀孕日早 2 个星期,也经常使人迷惑。把孕期分为三期(孕早期、孕中期与孕晚期)的方法,常有助于划分胎儿的发育阶段,如孕早期形成胎儿身体结构的大部分以及器官系统得到发育;多数自发性流产也发生在孕早期。而母体方面的多数问题如怀孕所致的高血压或先兆子痫多在孕晚期发生。

以孕期 40 周即 280 天计,预产期的一个最简单的计算方法是:把自己最后一次月经的第一天减去 3 个月再加上 7 天。记得我最后一次月经的第一天是 10 月 5 日,照此推算,我的预产期应是明年 7 月 12 日。

今天是我孕期第 7 周的第二天。目前胚胎的头-臀长度应是 4~5 毫米,但只要到第 7 周末将翻倍到 11~13 毫米。

送子观音

2000 年 11 月 20 日 星期一 晴

虽然多数妇女记不得受孕的精确日子,但也不乏有人能记住的,尤其是性生活本来已不频繁的中年人。排卵期通常是在来月经日后的第 14 天前,我的最后一次月经是 10 月 5 日来的,加上两周时间,那应是 10 月 19 日前后。

记得我与丈夫同房是在 10 月 15 日,恰好是星期天。我们起得

较晚,吃完早餐已10点多了。好友惠打电话来约我们一起去游当地的一处名胜—圣山(Holy hill)。我们两家夫妇就开车一起去了。圣山位于威斯康辛州密尔瓦基市的西北郊,一座雄伟的天主教堂坐落在山顶上,已有150多年的历史。一年四季那儿都是游人不绝,周末则有更多的人前来礼拜。

十月份秋高气爽,正值观赏野外红叶的最好时机。我们沿着圣山背面的小路漫步登山。那路上等距离分布着十四座真人大小的石雕群像,记载着耶稣被钉上十字架的全过程。山路蜿蜒,周围的山林五彩缤纷,倾听着教堂的钟声,我们好像走在杭州灵隐寺的山林中,无不心旷神怡。路尽处是一处山泉,插着牌子“Holy water(圣水)”。在圣母马利亚的石雕注视下,游人们一起用圣水洗手、洗脸,据说那可以祛病驱邪,保持身体健康。

中国人大多听说过“送子观音”的古老传说。50多年前,在杭州西湖里的一个小岛—湖心亭就曾有过她的庙宇,据说还十分灵验。当年我婆婆怀孕就是在那儿求的签,才有了我丈夫兄弟俩的出生,所以他们的名字里都放了一个“观”字,以示纪念。

在圣山顶上的教堂里供奉着怀抱幼年耶稣的圣母马利亚,她看起来很像是中国的“送子观音”。那天我还与丈夫曾在教堂前的耶稣塑像前合影,神情拍得特别自然,放大后一直悬挂在家中。还有一张也是那天在教堂附设商店里购买的油画,图中小天使姐弟俩手牵手地一起跋涉过桥,好像预示着我们将会有一儿一女。所以,我常遐想,现在怀上的这个孩子或许是西方的“送子观音”圣母马利亚送来的。