

负 责 任 的 爸 爸 一 定 要 买 给 妈 妈 的 最 完 美 礼 物

我的宝贝， 我的爱

新妈妈成长手记

鱼处于陆 著

妈妈心情好，宝宝更健康

我永远都记得小鱼第一次，有意识的，看着我的眼睛笑的样子。
当时我把小鱼抱在怀里，她突然看着我就笑了。
我顿时被击中了，魂飞魄散，简直觉得整个世界都为之一明亮了。
亲爱的，请你和我一起努力，健康地成长吧。

吉林出版集团·时代文艺出版社

首部关注
孕产妇心理健康的
孕育日志



我的宝贝， 我的爱

新妈妈成长手记

鱼处于陆 著

图书在版编目(CIP)数据

我的宝贝我的爱/鱼处于陆著. — 长春:时代文艺出版社, 2010.10

ISBN 978-7-5387-3243-6

I. ①我… II. ①鱼… III. ①日记—作品集—中国—

当代 IV. ①I267.5

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第209135号

出品人 张四季

责任编辑 焦 瑛 王 峰

本书著作权、版式和装帧设计受国际版权公约和中华人民共和国著作权法保护

本书所有文字、图片和示意图等专用使用权为时代文艺出版社所有

未事先获得时代文艺出版社许可,

本书的任何部分不得以图表、电子、影印、缩拍、录音和其他任何手段

进行复制和转载, 违者必究。

我的宝贝, 我的爱

鱼处于陆/著

出版发行/时代文艺出版社

地址/长春市泰来街1825号 时代文艺出版社 邮编/130062

总编办/0431-86012927 发行科/0431-86012939

网址/www.shidaichina.com

印刷/北京博图彩色印刷有限公司

开本/880*1230毫米 1/32 字数/178千字 印张/7.5

版次/2010年10月第1版 印次/2010年10月第1次印刷 定价/25.00元

图书如有印装错误 请寄回印厂调换

Contents

目录

第一章 小荷才露尖尖角 / 001

- 第一节 人为什么要生孩子? / 002
- 第二节 出人命了 / 007
- 第三节 孕妇不是病人 / 015
- 第四节 十二分的急以后的B超 / 023
- 第五节 糟糕, 感冒 / 030

第二章 太平生长无事日 / 039

- 第一节 老爸记分牌 / 040
- 第二节 长远规划 / 045
- 第三节 动了动了, 宝宝动了 / 051
- 第四节 孕妇猛于虎? / 056
- 第五节 男西瓜还是女西瓜 / 063
- 第六节 腰酸背痛腿抽筋 / 069

第三章 犹抱琵琶半遮面 / 075

- 第一节 彩超, 三维的 / 076
- 第二节 好大一股胎气 / 087

- 第三节 疯狂网上大采购 / 095
- 第四节 月嫂与婆婆不可得兼? / 101
- 第五节 押男押女, 买定离手 / 108

第四章 千呼万唤始出来 / 113

- 第一节 小鱼现形记 / 114
- 第二节 你的月子抑郁吗? / 125
- 第三节 我爱公主菲奥娜 / 135
- 第四节 小鱼冲击波 / 141
- 第五节 老鱼的改变 / 145

第五章 吾家有女初长成 / 155

- 第一节 小家伙的大动作 / 156
- 第二节 重建巴别塔 / 165
- 第三节 病如西子 / 177
- 第四节 因为爱着你的爱 / 183

第六章 俯首甘为孺子牛 / 189

- 第一节 开合中西文化的裤子 / 190
- 第二节 他山之石 / 199
- 第三节 说“不”的智慧 / 209
- 第四节 失笑喷饭满案 / 219
- 第五节 风花雪月和鱼 / 225

后记 / 233



第一章 小荷才露尖尖角

好大一股胎气 你的月子抑郁吗？开合中西文化的裤子 小鱼现形记
说“不”的智慧 动了动了，宝宝动了 孕妇猛于虎？ 疯狂网上大采购
月嫂与婆婆不可得兼？糟糕，感冒 老爸记分牌 十二分急以后的B超
男西瓜还是女西瓜 人为什么要生孩子 出人命了 好大一股胎气 动了动了
千呼万唤始出来 犹抱琵琶半遮面 小荷才露尖尖角 病如西了
疯狂网上大采购

第一节 人为什么要生孩子？

无论当代女性穿上硬垫肩，工作起来多么的和男人一样有担当，可到了生孩子这件事情，还是要被打回原形的——好多年前在伊甸园偷吃果子那事儿，还没完呢。

以前，我尚且还不是个孩子他妈，但我对这事儿自有一番考量。别人问我喜不喜欢孩子。我总是谨慎地回答：我喜欢某些孩子。

其实心里在想：为什么你们总这么问？好像所有的孩子都一样？好像你不在乎这一个孩子和那一个孩子的差别？难道泛爱本身不正是对个性的抹煞？你怎么能那么轻描淡写地说“你喜欢孩子”，就像我说“我喜欢猫”或“我喜欢狗”？常常有人说我这套歪理匪夷所思。

我总觉得生孩子会给女人带来神奇的化学反应。如果说普通的十个月给一个女人的是量变，那么怀胎这十月给一个女人的就是质变。

母亲的典型症状是什么？是谈起自己孩子时的眉飞眼笑：孩子如何地会背唐诗，如何地有外语天赋，如何地喜欢听莫扎特，如何地听到音乐就舞起来……是发自肺腑地跟我讲“我女儿是个标准的美人胚子”，“你不想生孩子是因为你没见过我的孩子”……是我一上线就被

她们逮住去空间看孩子的新照片，看了还必须夸，夸了还必须跟上次不重样……

我经常擦着冷汗想：天哪，这真是我原来认识的谁谁谁吗？好在照例夸邻居家的孩子和狗，说“这孩子将来是要做官的”也是一种必备的社交礼仪。

我曾经戏谑地把一些“重症”母亲称为“乌龟妈妈”。典出那个小故事：麻雀妈妈中午有事不能到学校去给小麻雀送午饭了，就委托乌龟妈妈把饭给小麻雀带去。

乌龟妈妈说：“可是我怎么知道哪个宝宝是你的呢？”

麻雀妈妈说：“很好认的，学校里最漂亮的那个就是呀。”

于是乌龟妈妈中午来到学校。可是她左看右看，都是小乌龟最漂亮，她只好把午饭给了小乌龟。

简单来说，如果小乌龟穿着鞋在你家雪白的沙发上跳来跳去，乌龟妈妈看到的是一只可爱的小乌龟，而你看到的是沙发上的脚印子。

我一度认为社交界应该严格区分有孩子的妇女和其他妇女，因为有孩子的妇女会以带孩子为由推掉聚会，她们自有自己的魔法世界；即使来了她们也只谈论孩子，孩子才是那个魔法世界的唯一核心；更糟糕的是她们带着孩子来赴会，这些小小魔王的各种状况永无穷尽。对着一个把给孩子换尿片作为头等大事的母亲，你会想谈风月还是国事？还是都算了吧。

有孩子的生活，远远看上去，曾经没有呈现出任何吸引力。而有孩子的生活，远远看上去，也料想的到充斥着巨大的责任。

有人说，父母是一个人最大的命运。是的，没有比这更人命关天的事情了。孩子是父母的一个无辜决定，它却造成一个人绵长的一生。怎么知道将来这个人，对这个决定是喜爱的，是感激的？怎么知道这个人的将来，欢乐就比痛苦多？怎么知道，这个决定就有价值和意义？

也许不生比生更有责任感，我身边已经有很多夫妻都决定不生孩子了，尽管我觉得他们都是那么优秀，又有养育孩子的上好条件，生他一两支足球队也不为过。

那么，人为什么要生孩子呢？我总是无聊地这样问别人。典型的有这么几种回答：

●人家都生呀，跟着生呗。

家庭作为社会的基本单元，孩子是传统的充分必要条件。很长一个时期，人们不知道原来自己还可以丁克的时候，没有孩子的夫妻总是要接受别人异样的眼光。孩子不单可以证明你是个正常人，还可以保证你正常地过下去。

●也是一种社会责任。

窃以为远没有听上去那么冠冕堂皇，尤其是在我国计划生育的基本国策之下。仅仅我国就已经有十几亿人口，生命——完全可以是不可承受之重。

●养儿防老。

在我们还没有这么社会化，还没有像样的社会保障体系的时候，“老”比现在要可怕的多。老意味着丧失劳动能力和没有饭吃。所以在强调“孝”多过“爱”的时候，我总觉得背后潜藏着巨大的不安和恐慌。曾经我们的祖先都背过“父母在，不远游”，可现在身边无数的城市飞人在提醒我：我的下一代可能会更早地踏上更远的远方。老，能防

得住吗？

●传递香火。

昔日秦皇汉武，今日焉知后人何在？什么香火能耐得住岁月侵蚀？

●孩子是父母感情的纽带。

曾经有人跟我说：俩人都老大不小了，整日面面相觑，又没了恋爱时候的激情，有什么意思啊？孩子是双方生命的延续，是爱情的结晶，是日新月异发展变化的新个体，占据超多精力，提供无穷乐趣，实在是居家旅行的必要调剂和补充。

这是我唯一觉得靠谱的理由。不过，我认为一个幸福的家庭是要孩子的先决条件，而孩子不应该是挽救问题家庭的赌注。常见有女人试图用孩子来留住男人远去的脚步，哪怕他们的心都已经不在了。我要恨恨地说：这样，对孩子是多么的不公平啊。

其实最终我也没有想明白人为什么要生孩子，没有任何非生不可的理由，拖儿带女的形象又不符合我江湖女侠的造型。

过了很多年以后，不知不觉，身边的小朋友日益多了起来，逆向思维才把我从思维困境中挽救出来了。我倒过来一想，没有孩子——那怎么行呢？那就赶紧生吧，时不我待。

非论出个子丑寅卯，也只有拿本能说事儿了。

一个物种繁衍生息的本能有多强大，看看大马哈鱼的洄游就知道了——不论浅滩瀑布从不停歇，忍饥挨饿遍身血红，一路历尽无数猎食者的重重杀戮大快朵颐，回到那条记忆中的清浅小溪，最好的结局不过是产下卵，筋疲力尽地静静地死去——还有比这更壮丽的生命赞歌吗？

我就这样成为了一个母亲。

把怀孕时候的鸡零狗碎记录下来可是我的夙愿。我要把它作为献给我的宝宝第一份礼物。

来吧宝贝儿，妈妈不再啰嗦了。你爸爸根本不知道我还为此进行过如此复杂的思想活动。他认为现存的一切事物都是天经地义的，而我的一切思考都是庸人自扰。

他一定会说：“你这个女人，还敢不生孩子？”咱们要把镜头拉远一点儿，到刚刚有你的时候了。

二百八十天是怀胎十月的一种通用的计算方法，日记里的日期都是按这个口径记的。其实第一天的时候，什么也没有，天地混沌未开，等我知道有你的时候，已经是第二十八日。你的人生，就从这里开始。

第二节 出人命了

【第二十八日】

今天可是一个大日子，因为我终于测出怀孕了。

我曾经设想过很多次，怎么把这一举家欢庆奔走相告的喜讯告诉你爸爸。最后得出了两套方案。

方案一：出人命了！！！！

方案二：

我有了，

不是你的！

还能是谁的？

今天我吃完晚饭颇觉恹恹的，又觉得左手无名指的这根筋似乎一跳一跳的。你有一个热爱中医的阿姨（你以后也会认识她的）告诉我这根筋是主孕的。于是我突然鬼使神差地很想用验孕棒测上一把。

我坐在马桶上，看验孕棒上的沙漏不停转了起来。其实就几分钟，可是我觉得这像整年那么长。最后沙漏停下来时，电子屏上赫然显示：

“Pregnant”（怀孕）！

我一激动把精心准备的设想都忘了，在洗手间大叫一声胖子（注意你爹出场了），然后把验孕棒举给他看。我们电光石火地深情对视了几秒，就像在敌占区遇到同志那样用目光进行了一次意味深长的交流，然后他继续去吃饭，我赶紧上床安胎去了。

简直不能相信，我要当妈了！

其实我们为了完成“生产任务”已经努力了好几个月了。我用过的排卵试纸车载斗量，有时候我挺沮丧的。

我是有心栽花式的计划怀孕，这样的好处是准备充分，手段先进。比如爸爸可以禁烟禁酒，妈妈可以通过量体温或排卵试纸来观测排卵，甚至到医院用B超监测卵泡。我们可以把孩子生得很科学。不好之处是一件很自然的事情被弄得压力很大，疑神疑鬼。

相形之下，无心插柳的意外怀孕，显得更像是神赐的礼物。不好之处是因为不知道怀孕而不能及时加以注意。我经常在网上看到惊惶失措的母亲到处问：我吃了药，我烫了头发，却发现我怀孕了，我的孩子还能要吗？

现在好了，你恰如其分地出现，抵挡住了无穷的追问——怎么还不要孩子？是不是要不上？今年要了吧……看来我真的不是一个人在战斗！

我应该恭喜你，你是你爹派出的千军万马里跑得最快的一个。你看，做人其实是很不容易的，要想成人首先就得当一次第一。

你爹已经完全供咱们驱策，看咱们的眼神很温柔。

似乎我作为一个女人一生中最颐指气使的时候来了，这未免让我有

些矜持。我时时刻刻都把你挂在嘴边。生气了要说，我们俩很生气。上班要说，我们俩上班去了。指挥你爸要说，去，给我们俩热杯牛奶。

【第三十回】

今天接到一个好朋友电话。我们俩都是晚婚晚育的代表，她现在也正计划生孩子，所以我们时不时地开个阶段性的电话会议，切磋探讨一下，适时调整战略战术。

怀孕前我去做了一个TORCH全套的孕前检查。TORCH一词是由数种导致孕妇患病，并能引起胎儿宫内感染，甚至造成新生儿出生缺陷的病原微生物英文名称的首字母组合而成的。其中T指弓形虫（Toxoplasma），R指风疹病毒（RubellaVirus），C指巨细胞病毒（Cytomegalovirus），H指单纯疱疹病毒（Herpes simplex），O指其他（Others），主要指梅毒螺旋体（Treponemapallidum）。

他们可就隆重了，雌激素水平，精子活力这些全都测了。

现在不知道是环境真的太糟糕还是怎么，我老是听到有人说雌激素水平低，精子活力不足，在吃中药调理。生孩子这种看上去天生就会的事情，好像越来越困难了呢。

因为兵书曰：孕早期（3-6周）是胎儿中枢神经系统生长发育的关键时期，叶酸的缺乏除了可以导致胎儿神经管畸形外，还可使眼、口唇、腭、胃肠道、心血管、肾、骨骼等器官的畸形率增加。而叶酸补充的最佳时间是孕前3个月至整个孕早期。其实我看哪有人会那么幸运，刚好孕前吃三个月，除非是计划怀孕而且一次完成任务。

我已经吃了好几个月，她则已经吃了一两年，所以她经常跟我说浑

身都是叶酸。

她问起我的进展。我说我前天晚上和昨天早上都用验孕棒测出有了，正在犹豫要不要到医院去验证一下。结果她大惊失色地说：“啊？！你怎么这么冷静？要是我，我早就连夜去看急诊了！”这就是你雷厉风行的叶酸阿姨。

这下我终于巴巴地有了，却什么都不能干了。

茶，咖啡，可乐这些含咖啡因的饮料不敢喝了。

高跟鞋和紧身的衣服不敢穿了。

化妆品和香水不敢用了，不安全的护肤品不敢用了。

头发不敢烫不敢做颜色了。

不敢美容不敢按摩了。

肚皮舞不敢跳了。

.....

人生突然无趣起来，曾经的享受都成了禁忌。你小子最好让我喜出望外，我已经觉得牺牲大发了。

我的生活遂只剩下吃、睡和幸福地傻笑了。

【第三十三回】

这几天都很嗜睡，孕妇果然是会嗜睡的，晚上七点多就困了，但会醒转很多次，早上醒来仍然觉得累。

早上因为一个梦醒来。我梦到我去洗手间，竟然发现出血，大惊，心想这是红军来了，一切都是假的，还是我流产了？一惊之下，就醒了。

我想我有些焦虑。以前年轻的时候贪图自由自在的生活，听到别人啰里巴嗦说什么生孩子要趁早只觉聒噪。但是现在，此刻，我才意识到年轻永远有着无尽的好处。年轻意味着余地和重来的可能。

大家都说怀孕的头三个月顶顶重要，是一定要多加小心的。我经常听到一些骇人听闻的事情：比如谁去晒衣服，伸了伸胳膊，就流产了。谁头三个月开车，一个急刹，就流产了……说的那么吓人，搞得我十分紧张，过着胳膊不能举过头顶的生活，十分的拘束。怎么会这样啊，孩子怎么能跟揣在兜里似的，说掉就掉了呢？

亲爱的，请你和我一起努力，健康地成长吧。如果周末的天气不是太恶劣，我就去医院化验一下，获得这一喜讯的官方认可。

【第三十四日】

今天我给你外婆打了电话，向她老人家汇报了这一突破性进展。老佛爷（外公给起的）说：“啊呀呀，你可有了，我害怕你有压力，一直都没敢问你。”

我说：“啊，你还急啊。我以为我要不要孩子你都无所谓呢。”

最后老佛爷做出了“也不要太紧张，就像没怀孕一样从容点就行了”的最高指示。

我仍然是睡不好，昨晚两点多醒来，一会儿觉得饿，一会儿又胡乱对我们的将来做了很多设想，竟然辗转了几小时也无法成眠。到早上快六点了才勉强睡一小会儿，现在正觉得困乏。

虽然每天都若无其事地奔走着去上班，但我既然已经被你附体，就连带着也宛若新生。我强烈地感觉到肚子的存在。幸亏它天然是我身体