

# 一開始就不孤單



看著她們，心中就充滿濃濃的愛

**懷**雙胞胎寶寶對於忙碌的上班族來說，真的是一大考驗！當醫師用超音波掃描到我的子宮裡有兩個心跳，並且是同卵雙胞胎時，我想到平常上班就很忙很累了，將來還要同時照顧兩個新生兒，頓時眼眶泛紅，說不出話來。打電話給老公阿賢時，他還以為我在開玩笑，因為家族裡從來不曾出過雙胞胎。

懷了多胞胎的孕婦，妊娠期面對的健康問題和風險都比單胞胎大。我懷孕初期及中期都很順利，沒有

文／放射線部 護理師 顏嘉音

孕吐、食慾超好，護理工作也不受影響。懷孕後期，個子嬌小的我，肚子大到走不動，必須用托腹帶24小時托著，連翻身都很困難，雙腳也快速水腫，疑有子癩前症，醫師開立「宜絕對臥床休養」的診斷書，要我請病假休息。

## 驚訝！妊娠引起急性脂肪肝

生產前一週，肚子脹到無法吃固體食物，只能喝牛奶及果汁，並且嚴重頻尿，床邊放個小尿桶，以便就近解決。原本以為雙胞胎會早產，但撐到37週都沒動靜，由於胎位正常，醫師鼓勵我採取自然分娩。92年12月30日那天回診，醫師表示可以生了，抽血驗尿後返家；93年1月1日再度回診時，我心想大概撐不下去

了，因此將生產用的大包包放在車上，以備萬一。

醫師查看抽血報告，得知我的肝功能指數高得嚇人（GOT753、GPT647），要我再去產房抽血檢查。我托著肚子慢慢走到產房，憂喜參半，不知道為什麼，竟一點也不緊張。護士從點滴注入硫酸鎂藥物（MgSO<sub>4</sub>）時，我全身像著火一樣燒灼，確定是因妊娠引起的脂肪肝之後，醫師決定緊急施行剖腹產。

### 危險！鬼門關前繞一圈

當我醒過來，已經躺在加護病房了，嘴邊有氣管內插管接著呼吸器，還插了鼻胃管，頸部多了有兩條中心靜脈導管、左手動脈留置針、導尿管、腹部2個引流球，雙手被約束住。天啊！我是怎麼了？

產後第二天，右臉顏面神經麻痺，眼睛無法閉合，喝下去的水從嘴角流出來，我根本沒有力氣去想怎麼會這樣，後來才知道醫師及其他會診醫師已向家人解釋，擔心我會過不了這一關。第三天，呼吸治療師將氣管內插管拔掉，可以喝水，可以講話了，我叫阿賢幫我拍下這個狼狽的樣子，但大概只講了兩句話，便全身發冷地睡著了。



兩對雙胞胎喜相逢，左邊是淘氣的元元和旦旦

### 煎熬！住院長達17天

在這段期間，每天早上，床上磅秤會把我吊起來磅體重，還要頻繁的抽血，發燒、虛弱但意識清醒的我，常會轉頭看螢幕上自己的心跳、血壓，引流球滿了也會提醒護士，還記得請護士幫我輸血、鼻胃管灌食及抽痰，真是個很「專業」的病人！

住院第5天，護士扶我坐輪椅要轉床到病房，氧氣鼻導管、鼻胃管、導尿管還是一直都插著。到了第10天，我只看過雙胞胎的照片，很想去看看躺在病嬰室保溫箱裡的她們，但是下床坐上輪椅，沒戴氧氣5分鐘就覺得快要窒息了，只好作罷。

醫師告訴我，妊娠引起急性脂肪肝的發生機率很低，相關文獻很少，病情嚴重，預後不佳，死亡率高。由此看來，我還算命大！住院第15天，本來要出院了，未料竟然又發高燒達39-40度，只好多住兩天，第17天才出院。



爸爸帶雙胞胎外出，總會引來關愛的眼神





玩具很好咬，妳咬我也咬

### 忙亂！4人接力當祿母

儘管生雙胞胎吃了那麼多苦，好在姊妹倆很健康，她們的體重分別是2100公克與2300公克，由於元旦出生，順理成章地將小名取為「元元」、「旦旦」。元元是姊姊，旦旦是妹妹。出院後，我回娘家坐月子，元旦兩人由婆婆、二姑及阿賢一起照顧。

坐完月子，我這個新手媽咪正式加入照顧她們的行列。寶寶會吐奶，每天都要洗好幾次



這個臉盆「載卡多」

床單；她們的排便、喝奶「行程」，大人們會互相交班或寫在月曆上。那年冬天很冷，姊妹倆經常一起感冒，輪流哭鬧，我和阿賢手忙腳亂地，每天吃不好也睡不飽，生活完全變了調，唯一可以喘口氣的機會就是騎機車外出吹吹風，感覺好舒服。

那時，我每天都希望她們趕快長大。當元旦滿週歲那天，我好開心，幫她們穿上新衣，全家去餐廳慶祝，因為可怕的嬰兒期終於平安度過了。

### 等待！最佳拍檔必修課

如果試著用襁褓中雙胞胎的眼睛來看世界，我覺得「等待」是她們人生第一個要學習的課題，從喝奶、餵食、洗澡、



元旦滿週歲，全家好開心



擁抱、讚美…，常常需要耐心地等著另一個和她相似的她，因此必須讓她們清楚另一個人的存在，以及彼此依存的關係。

記得元旦還小時，兩人的餵奶時間相差半小時（例如元元8點喝奶，旦旦則8點30分喝奶），遇到兩人同時肚子餓，溫柔的話語就成了安撫她們的前菜：「等一下喔！馬上就好囉！」當開始餵副食品時，也經常會出現兩個都想吃，而用各種姿勢、表情和聲音催促著餵食者的精采鏡頭，雖然她們催促的聲音也許大到令人心跳加速，但仍須冷靜地一人餵一口，並且溫柔地說：「慢慢吃，用牙齒咬一咬喔！」。



她睡著了，我也來閉目養神吧！

除了「等待」，她們還要學習「禮讓」與「分享」。我給姊妹倆一模一樣的東西，但她們往往認為對方手上那個才是自己的，兩人拉扯的畫面因此不斷重播，我只好蹲下來，一遍又一遍地解釋，教導她們要懂得禮讓對方，要與對方分享。只是，這樣的爭奪戰，不知還要在她們身上發生幾回？

### 好奇！關愛眼神處處有

「他們學爬的時候，一個爬東，一個爬西，妳怎麼辦？」好奇的人們常會這樣問我。我的回答是，就讓她們爬吧！不過，面對精力旺盛的學爬兒，照顧者需要十足的體力及專注力，往東爬的孩子，如果前方有障礙物，要教她學習如何跨越或繞行；往西爬的孩子，如果前方有危險物，趕緊拿開，或把她抱回安全的原點。



一家四口快樂行



「如果這個孩子哭，另外一個會跟著哭嗎？」好奇的人們又這樣問我，答案是「會的」。就如同剛出生的嬰兒在育嬰室容易受到其他哭泣的嬰兒影響，也會跟著嚎啕大哭一樣，這種同理心的感受力，使得雙胞胎寶寶十分注意另一個人的動靜，如果其中一人慢慢地睡了，另一個也會無趣地閉上眼睛。

### 感謝！一路上有愛相陪

雙胞胎嬰幼兒期的養育過程，製造了無數痛苦的回憶，那些回憶真是「沒齒難忘」。感謝先生的體貼與幫忙，雖然他白天要上班，夜裏仍會起來安撫孩子，陪我和寶寶一起走過艱辛的路，如今他也是一邊上班，一邊要注意元旦的放學時間，天天上演「溫馨接送情」。



我們是綿羊班的小綿羊

凡事總會苦盡甘來，雙胞胎上幼稚園之後，我發現雙胞胎的好處多多，她們之間擁有更親蜜、更微妙的手足之情，從來不會覺得無聊，兩人一起玩，一起念詩經，一起打架，一起和解，一起學習成長，面對挫折時，也永遠不會孤單。她們的個性甚至好像天生就會互補，比較細心的會幫忙那個比較粗心的；當其中一個太敏感時，神經大條的那個就會不在意地學大人的口氣勸她。看到孩子這樣的表現，身為母親的我，無比欣慰。

帶雙胞胎有如倒吃甘蔗，在開始吃到幸福甜頭的此刻，我把記憶掏了出來，獻給曾經在我懷孕生產時幫了大忙的督導、阿長及辛苦的護理同仁，還有老公阿賢，以及兩個小寶貝，他們讓我一開始就不孤單！☺



元旦二人組，魅力無法擋