



新手媽媽的笑與淚

文／精神醫學部 主治醫師 鄭婉汝

「王醫師，我帶寶寶回來打預防針。」
 「小欣，最近寶寶都好嗎？」
 「都好，會溜滑梯了唷！妳兒子呢？」
 「把我給累死囉…不過，他們好可愛，不是嗎？」王醫師和小欣相視而笑。她們認識彼此，是兩年前的某個晚上。

母嬰同室的第1夜

「哇～哇～」
 小欣從病床上驚醒，焦急地四處張望。還好，她剛出生的女兒還在嬰兒床裡熟睡著，是隔壁床產婦的寶寶哭了。

「唉唷…」晚上吃的止痛藥藥效退了，剛才因為身體的挪動而造成會陰部傷口刺痛。這是母嬰同室的第1夜，她感到有些害怕和緊張，歷經12小時的陣痛，和在產台上用力的20分鐘，她非常疲憊，卻睡不著。每次寶寶哭，都讓她的內心充滿疑惑：「寶寶餓了嗎？她哪裡不舒服？尿布濕了嗎？」身

為嬰兒用品公司的店長，她在職場上充滿自信，能力也深受肯定。她一直以為自己對嬰幼兒的照顧比一般人還了解，可是夜深人靜的此刻，她為何感到如此無助？

我到底是怎麼了？

熬過漫漫長夜，許多親友來醫院看她。
 「小欣！妳還好嗎？」同事們帶來好多嬰兒用品來。「哇！小朋友好可愛喔！」
 「小欣，我昨天拿來的魚湯吃完了嗎？」婆婆一邊整理床頭，一邊擺上更大一鍋雞湯，催促她起來喝。
 「傷口痛不痛？記得參加今天的產後教室喔。」護理師來幫她換藥。
 「寶寶很健康，沒有黃疸。」小兒科醫師來看寶寶了。

「回家以後要觀察惡露的量，突然增加或變紅，就要回診。」她的產科主治醫師在產後教室對媽媽們衛教。

「讓寶寶整個下頷含住乳頭。」嬰兒室護理師教她如何哺乳，忍著痛，小欣在適應寶寶的吸吮。

回到病房，看著窗外的夕陽西下，寶寶哭了起來。哄了1個小時，滿頭大汗的她也忍不住哭了。寶寶似乎哭累了，在她懷裡睡著了，她感覺到自己劇烈的心跳。她問自己，為什麼連哄孩子都做不好？她能照顧這個孩子嗎？自己到底怎麼了？

「小欣，妳今天都好嗎？寶寶好嗎？」先生下了班就來醫院陪她，看起來很疲憊，但眼神藏不住看到寶寶的開心。

「喔～」先生抱起躺在嬰兒床上的寶寶：「她好可愛，不是嗎？」

「嗯。」小欣不想說出自己的害怕。寶寶真的好可愛，可是也讓她有點手足無措。

原來我們都會覺得無助

吃過睡前藥，病房熄燈了。先生在陪病床上開始打呼，她抱著寶寶，在病房走廊上踱步，試著哄寶寶入睡。經過廁所，聽到裡面有哭泣的聲音。因為好奇，她走進去，最後一間廁所的門半掩著，她看了一眼，有位產婦抱著嬰兒，坐在馬桶上。她也看到小欣了，抹抹眼淚，但還吸著鼻涕。

「妳哪一天生的？」小欣問她。

「昨天半夜。」她聲音有點沙啞。小欣心裡明白，歷經產痛折磨的媽媽，多少有點這個症狀。

「很累吧！」

「嗯。」她點點頭。

「我也這麼覺得，我以為生完見到她，一切都會很完美。」小欣給她看懷裡的女兒，還沒睡，睜著大眼睛。「可是，我其實覺得很無助。」

那位媽媽抬起頭來看著她，眼眶紅紅的，但眼神閃爍著被了解的光芒。「妳也是這樣？」

「嗯。」小欣點點頭。「朋友、家人，看到寶寶都好高興，我不想掃他們的興。可是，我好希望有人幫我，我甚至希望…」

「逃跑？」她接話，帶著一絲愧疚的神色。

「對，逃離寶寶。我不是不愛她，但我好想休息。其實做媽媽好難，一點都不是人家說的，孩子生了，自然就會帶了。」小欣說。

「對呀！就是這樣。」她搗蒜似地點頭。

「妳知道的，我本來也以為沒什麼事難得倒我，結果…唉，說起來丟臉，我還是嬰兒用品專賣店的店長呢！」小欣接著問：

「妳呢？妳在做什麼？」

對方臉紅了。「我…我是醫生，我怕被護士看到我在哭。」

說完，她們相視三秒無語，接著哈哈大笑，笑得眼淚流了出來，笑聲也把女醫師懷裡睡著的男寶寶都嚇醒了。

擦乾眼淚之後……

擦乾眼淚，她們回到各自的病床。小欣看著鄰床正在哺乳的媽媽，她明白，當媽媽一定是辛苦的，但不會是孤單的。🕊