媽媽肚裡住了個小魔怪？（https://www.famplan.org.hk/sexedu/zh/sexuality-education-articles/feature-articles/detail/sp20240201）

媽媽肚裡住了個小魔怪？

參考編號：SP20240201

日期：2024年2月1日

類別：親子王《親子談性樂》專欄

對象：家長

作者：教育組 陳健怡

主題：性教育，家庭性教育，生育與懷孕

小悅與喬喬是非常合拍的好朋友，除了同是三年級生、同樣喜歡看偵探書外，她倆還差不多時間當了「姐姐」，成為家中小baby的家姐。

「喬喬，自從你當上姐姐後，放學總是急急腳走。你家的小baby乖嗎？你這位姐姐當得慣嗎？」小悅的媽媽也快要生產了，難得碰到喬喬，忍不住連聲問道。

「真的是當『姐姐』了，每天早上幫忙暖奶，放學後又幫忙換片餵奶，晚上還被BB哭聲吵到睡不著……」喬喬一想到忙碌的生活，不禁抱怨起來。

「為甚麼你好像變成『媽媽』似的？你爸媽呢？不是也會照顧小baby嗎？」

喬喬想起媽媽生了妹妹後性情大變，總是煩燥不安，有時看着妹妹更會哭起來，連聲嘆氣：「爸爸要上班，沒太多時間幫忙。而媽媽自從出醫，就好像變了個人似的……」

小悅皺着眉，不敢作聲，繼續留心聽喬喬說話。

喬喬望了望認真的小悅，想了一想，神色凝重地說：「媽媽變得像一隻噴火龍，如有事不合心意，她便會先撐大眼晴，繼而頭髮豎起，然後大步大步行近，最後……向所有人噴出熊熊烈火：吼 —」喬喬扮出噴火龍的樣子，大聲笑了出來。

聽到喬喬還懂得開玩笑，小悅不禁鬆一口氣。喬喬繼續打趣地問：「但你知道為甚麼我媽媽會變成噴火龍嗎？」

「是……因為生完小baby休息不夠，太累了嗎？」

喬喬搖了搖頭，壓低聲線：「是因為當初住在媽媽肚中的，不只有小baby……還有一頭小魔怪！」

「吓？甚麼？你騙人的吧？！」

「嗯……這頭小魔怪會操控媽媽，有時令她變成噴火龍，有時又令她變成大喊包，或夜貓子……總之，生完baby後小魔怪就令媽媽變成大魔怪！」

小悅聽到這裡，口裡說「不相信、是騙人的」，但身體已不禁顫抖起來。

放學回家，小悅立即跑到媽媽房間。媽媽頂着大肚子，好像很辛苦。晚上臨睡之際，又故意挨近媽媽肚子，想聽下肚裡有沒有小魔怪的聲音。

媽媽察覺到小悅的不一樣，好奇地問：「小悅怎麼了？今天好像特別對小baby感興趣？」小悅問道：「媽媽，你肚裡除了有小baby，還有小魔怪嗎？」媽媽感到疑惑，小悅便把今日喬喬的說話全告訴媽媽。

媽媽終於明白小悅的擔心。她拉住小悅的手說道：「放心，媽媽肚內只有baby，沒小魔怪，相信喬媽肚裡也沒有。喬喬說她媽媽的變化，估計是她生產後，身體荷爾蒙有變化，加上要長期照顧bb，在沒有足夠休息下，情緒時好時壞。就像你玩得太累，叫你收拾玩具時你『忟忟憎憎』一樣。」

小悅點了點頭，似懂非懂。媽媽繼續說：「不少媽媽生完baby後有這種情況，但如果持續，家人便要多在意，會不會是產後抑鬱症。需看醫生來跟進身體狀況。」

「那喬媽是有產後抑鬱症？會很嚴重嗎？」媽媽看着懂得關心別人的小悅，感覺她又長大了。媽媽安慰道：「不用太擔心。產後抑鬱就像生病如感冒，看醫生便有機會好起來。相信喬喬那麼乖，幫忙做家事，也令她媽媽輕鬆不少。來！你快睡覺吧，明天我會打電話給喬媽，跟她閒聊一下，再看看有甚麼可以幫忙。」