



# 從失望到幸福的距離， 叫做勇敢

## 以淚與愛鋪成奇蹟的旅程

文 | Ching

這是一條沒有人預先教會你怎麼走的路。

一開始，我也以為，懷孕應該只是「努力就會有結果」。沒想到，它成了我人生中最漫長、也需要勇氣的一段旅程。每一次嘗試、等待、面對「還沒有」的結果，心就像沉進無底的黑洞。

外表看似如常，笑容依舊，但只有自己知道，那個藏在心底的願望，有多沉重。

2021 年，和先生結婚後沒多久，便迎來第一次懷孕。雖然並未刻意備孕，但得知的那一刻，我的世界悄然改變。我立刻愛上了這個小小的生命，開始想像他的模樣，在心裡編織著我們的未來。第一次聽見寶寶心跳的喜悅，到現在我都還記得那份感動，是最純粹的幸福。

但第八週的產檢，我懷抱期待走進診間，卻沒想到那天會成為我無法抹去的記憶。醫師在我肚子上來回掃著超音波，沉默了很久，用溫柔的語氣告訴我：「媽媽，寶寶沒有心跳了。」那一刻，世界彷彿靜止，我的腦袋一片空白。眼淚不停地流，我緊握著超音波照片，不敢相信他已經悄悄離開。心裡一遍又一遍自責：是不是我做錯了什麼？

第二次懷孕，我告訴自己要更小心、全心守護他。然而，結果依舊令人心碎。那種失落，再一次狠狠撞擊著我，痛楚依然鮮明，那份悲傷，比第一次更深，彷彿我才剛準備好迎接他，卻又得學會道別。

第二次胎停後，先生牽著我的手，我們踏進了送子鳥，決定從頭檢查所有可能的原因。這才發現，我的自然殺手細胞（NK cell）數值過高，身體會錯把胚胎當作外來入侵者，進而排斥。原來不是我不夠努力，而是我的身體需要幫助。

接著，醫師幫我轉介至免疫科，定期施打脂肪乳及免疫用藥治療。雖然陌生又害怕，但我知道，這是通往希望的一步。

後來經歷了 2 次人工授孕的失敗，我們進入試管療程。打針、追蹤卵泡、抽血、取卵……身體的疼痛與心理的煎熬交織著，但我不敢鬆懈。每一次回診，醫師總是耐心地解釋每一個環節，用溫柔的語氣安撫我焦慮的情緒。那時我深深感受到——我不是一個人走在這條路上。

怕打針的我，為了寶寶，咬牙撐過一次又一次。每一針不只是對身體的挑戰，更是對心理的磨練。先生總是陪在身邊，幫我打針，有時候他甚至比我還緊張。那是一段艱辛卻深刻的時光，我們一同承受、一同前進。

胚胎植入後，生活就像被按下了暫停鍵，步調變得小心翼翼。日常中多了許多細微的觀察與無止盡的等待，連一點點的不適都會被放大來檢視。

而最漫長的，是等待「放榜」的那幾天。每一天睜開眼，第一件事就是感受身體有沒有哪裡不同，心裡既滿懷期待，又無比害怕。



然後，那一天終於來了。抽血報告顯示：懷孕指數（ $\beta$ -hCG）903.1。這不是我第一次看到「懷孕」的結果，卻是第一次，在這麼努力、這麼痛過之後，得到的回應。

確認懷孕後，醫師密切追蹤，仔細觀察每一個細節。用藥的調整、檢查的安排，每一步他都走在我前面，讓我真切地感受到自己被好好地接住了。每一次產檢，我都緊張又期待，只盼那小小的心跳聲，能一如既往地穩定跳動。

但在第十一週，熟悉的惡夢再次降臨，「寶寶的心跳停了。」我又重重地跌進那個自己曾以為已經走出的深淵。

我們這次做了胚胎檢體檢查，發現是染色體異常。即使知道這不是我們能掌控的，但那份失落，依然令人心碎。這不是第一次失去，卻一點也沒有比較容易。

之後，我們接連嘗試了三次植入。每一次，我們都曾看見希望的火苗閃爍，卻又每一次，都迎來失望的熄滅。

那段日子，我學會了怎麼把心痛藏進笑容裡，也學會在月經來的那一刻，悄悄躲起來對自己說：「沒關係。」但眼淚從來騙不了自己。每一次的失敗，都是一道銳利的刻痕，深深烙在心上，提醒著那個始終沒有實現的願望。

休息了幾個月，我再次取卵，並植入一顆染色體正常的胚胎。醫師調整用藥並密集追蹤，盼望能為胚胎打造一個最安全的家。結果卻仍然失敗。

我感到前路茫茫，免疫狀況起伏不定，像是一道無形的牆。那一刻，我明白，努力之外，還有太多我們無法掌控的未知。



我們暫停療程三個月，讓身體慢慢恢復，讓免疫數值慢慢穩定下來。也就在我終於放下對一切結果的執著、不再強求的時候，奇蹟發生——我自然懷孕了！那天，我看著驗孕棒兩條線的顫抖，久久說不出話來。這份毫無預警的禮物，像一道光，灑進我那早已多次破碎的心。

這次，我比任何一次都小心翼翼，也更勇敢。持續追蹤、穩定免疫，身體和情緒都像坐著雲霄飛車，忽高忽低，時而懷抱希望，時而又擔心下一刻會失去。

每天，我對肚子裡的寶寶說話：「媽媽在這裡，這一次，我們一定要一起走到最後。」我願意用所有的愛與耐心，守護這個來之不易的生命。

也許，是命運終於願意溫柔對待我了。這個小小的生命，在我肚子裡，一天一天安穩長大。他或許不知道，我們走了幾年、流了多少淚，才換來這份平安。

而如今，他終於來到我們的世界裡。當我親手抱住他、聽見他第一聲哭泣的那一刻，所有過去的辛苦、等待與眼淚，都有了答案。

願我們都能接住來到身邊的愛，願每一位像妳、像我一樣勇敢的女人，都能在自己的節奏裡，迎來屬於自己的光。

謝謝送子鳥的醫師、護理師，以及每一位默默付出的人員。從最初的檢查、說明，到一次次溫柔耐心的陪伴，你們不只是醫療的支撐，更像一道道溫暖的光，照亮我曾經最無助的時刻。

這篇文章，寫給自己，也寫給每一位正在努力求子的妳。也許妳正走在一條看不見終點的路上，懷疑自己、責怪自己，覺得別人擁有的幸福，為什麼妳卻要這麼辛苦才能靠近。

也許這段路，比妳想像的還孤單、還漫長。

但請妳一定要記得，不是妳不夠好，不是妳不夠努力，只是妳的奇蹟，還在路上。

那些無數次流下的眼淚、夜裡偷偷承受的失落與不安，都不會白費。它們正在一點一滴，鋪成妳與寶寶之間的路。每一次等待、崩潰與重新振作，都是為了迎接那個最溫柔、最珍貴的擁抱。

那些失望與痛楚，終有一天，會化作妳懷裡寶寶帶來的淚光與幸福。