

GO

# 零起点就业

# 直通车



# 月嫂

万梦萍 滕红琴 黄河 等编

从零开始 瞄准就业

教你一技之长 储备上岗技能



化学工业出版社

GO

零起点就业

直通车



# 月嫂

万梦萍 滕红琴 黄河 等编



化学工业出版社

·北京·

本书深入浅出地介绍了月嫂任职要求，育婴基础知识与产妇产后特点等内容，重点讲解了新生儿的护理及产妇护理两方面技能。内容全面，讲解详细，通俗易懂。通过培训和阅读本书，可快速掌握月嫂工作的基本知识和技能，为就业提供帮助。

本书可作为零起点读者的就业培训用书及自学用书。

### 图书在版编目 (CIP) 数据

月嫂/万梦萍, 滕红琴, 黄河等编, —北京: 化学工业出版社, 2010.8

(零起点就业直通车)

ISBN 978-7-122-08816-1

I. 月… II. ①万… ②滕… ③黄… III. ①产褥期-妇幼保健②新生儿-妇幼保健 IV. ①R714.6②R174

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 107815 号

---

责任编辑: 辛 田  
责任校对: 吴 静

装帧设计: 尹琳琳

---

出版发行: 化学工业出版社  
(北京市东城区青年湖南街 13 号 邮政编码 100011)  
印 装: 大厂聚鑫印刷有限责任公司  
850mm×1168mm 1/32 印张 5½ 字数 141 千字  
2010 年 9 月北京第 1 版第 1 次印刷

---

购书咨询: 010-64518888 (传真: 010-64519686)

售后服务: 010-64518899

网 址: <http://www.cip.com.cn>

凡购买本书, 如有缺损质量问题, 本社销售中心负责调换。

---

定 价: 16.00 元

版权所有 违者必究



月·嫂

## 出版者的话

为解决日益严峻的农民工就业、下岗职工再就业问题，国家启动了多项系统工程。人力资源和社会保障部等三部委联合下发通知，提出对失业返乡的农民工实施职业技能培训或创业培训；教育部要求中等职业学校面向返乡农民工开展职业教育培训工作的紧急通知也已正式下发。专家指出，对农民工、下岗职工进行培训是应对当前就业问题的有效途径之一，能够延迟劳动力进入市场的时间，从而缓解就业压力。为响应国家这一特别职业培训计划，化学工业出版社借助已有的资源优势，紧密结合农民工、城市下岗职工技能培训的实际需要，邀请国内具有丰富职业培训经历的一线专家共同编写了零起点就业直通车系列图书。

本套丛书涉及机械加工、工程机械、汽车维修、电工电子、建筑装饰、园林、服务七个热门就业行业，主要针对农村进城务工人员，以及没有相应技能基础的广大城乡待业人员、下岗人员，为他们就业或再就业上岗培训提供帮助。

零起点就业直通车系列图书突出以下几大特点。

- ① **起点低**：主要针对零起点人员的培训，读者具有初中以上文化程度即可。
- ② **突出就业**：技能培训的目的是就业，一切以就业为目的。
- ③ **通俗易懂**：语言通俗，形式活泼，许多内容的介绍都以图解的形式进行。
- ④ **适合短期培训或自学**：一般培训2~3个月，也适合读者自学，以掌握一些就业的基本技能为目的。

本系列图书在内容上力求体现“定位准确、结构合理、注重技能、突出就业”的特色，从工作实际出发，简明扼要，突出“入门”的特点，以详尽的技能训练操作步骤和图文并茂的形式，教给读者最基本的操作技能，使他们尽快走上工作岗位。

化学工业出版社



月·嫂

## 前言

零起点就业直通车系列图书是专为农村进城务工人员，以及没有相应技能基础的广大城乡待业、下岗人员这些“零起点”的待就业人员编写而成的，涉及机械加工、工程机械、汽车维修、电工电子、建筑装饰、图林、服务七大热门行业，内容言简意赅、通俗易懂，力求帮助广大读者快速掌握行业技能，顺利上岗就业。

家政服务是指家庭的主人将部分家庭事务中的琐碎、繁杂或带有一定技术性的工作指定给专业人士来代为完成的服务。家政服务内容主要包括一般家务、看护婴幼儿、护理老年人，即照料和陪护老年人、照顾病人、护理产妇与新生儿、家庭教育、家庭理财、家庭安全员、陪伴、管家等。

随着城市化进程的快速发展和人们生活水平的提高，许多家庭把家政服务的工作委托给家政公司或直接交付给家政从业人员。许多家政服务人员在众多城市家庭中，用辛勤的汗水奉献优质家政服务的同时，也学到了文化知识和服务技能，从一个简单的“乡下人”变成了具备一定就业技能的“城市人”。

我国的家庭服务业已经成为服务业中一个规模庞大并具有极大发展潜力的重要领域。据中国发展研究基金会报告，全国城镇现有1.9亿户家庭，即使平均有15%的家庭需要服务，也可提供2900万个就业岗位。目前，全国已有家庭服务企业 and 网点50多万家，从业人员1500多万人，据此估算，我国尚有1400万左右

的潜在家庭服务业就业岗位待开发。

基于以上原因，我们挑选了目前热门的“家政员”、“育婴员”、“月嫂”、“老人护理员”四个主要岗位，编入零起点就业直通车中的家政服务系列，对各岗位进行专业化细分的技能培训，使家政行业运作标准化、规范化、简单化，使家政服务员迅速适应社会的发展，为家庭提供更多优质的服务人员。

本书主要由中国家庭服务业协会副秘书长、广东省家庭服务业协会副会长、陕西省家庭服务业协会副会长万梦萍、滕红琴和深圳残联康复培训师、特级技师黄河编写，杨丽、陈小兵、李锋、赵永秀、涂高发、李强、刘玮、邓清华、周波、高琨、刘婷、匡仲潇、王春华参加了相关章节的编写。

书中如有疏漏和不足之处，恳切希望广大读者批评指正。

编者

**■ 第一章 月嫂的任职要求**

1

第一节 月嫂认知	2
一、相关定义	2
二、月嫂的职业认识	2
三、月嫂职业的产生原因和前景	3
第二节 月嫂工作内容和技能要求	3
一、新生儿的生活护理	4
二、新生儿的专业护理	5
三、新生儿的常见病护理	7
四、新生儿的潜能开发	8
五、产妇的生活护理	8
六、产妇的乳房护理	9
七、产妇月子病的护理	10
八、产妇的产后恢复护理	11
第三节 月嫂岗位要求	12
一、工作守则	12
二、专业修养	13
三、家庭礼仪要求	13

**■ 第二章 育婴基础知识与产妇产后特点**

22

第一节 育婴基础知识	23
------------	----



一、新生儿生理发育特点 .....	23
二、新生儿心理发展特点 .....	24
三、新生儿营养要求 .....	25
四、新生儿睡眠特点 .....	26
五、新生儿排便特点 .....	27
第二节 产妇产后特点 .....	28
一、产后产妇身体特点 .....	28
二、产后产妇营养需求 .....	29
三、产妇产后心理特点 .....	30

## ■ 第三章 新生儿护理

31

第一节 新生儿生活护理 .....	32
一、饮食护理 .....	32
二、睡觉护理 .....	39
三、洗澡护理 .....	45
四、脱穿包裹护理 .....	51
五、环境卫生护理 .....	55
第二节 新生儿专业护理 .....	60
一、生活用品清洁 .....	61
二、大小便护理 .....	63
三、“三浴”护理 .....	67
四、新生儿脐带护理 .....	71
五、新生儿黄疸护理 .....	74
六、新生儿眼部护理 .....	76
七、新生儿囟门、乳痂、指甲的清洁护理 .....	78
八、新生儿量体温、喂药、疫苗接种的护理 .....	80
第三节 新生儿常见病护理 .....	84

一、湿疹护理 .....	85
二、鹅口疮护理 .....	86
三、腹泻护理 .....	88
四、肺炎护理 .....	92
五、泪囊炎护理 .....	95
六、呕吐护理 .....	96
七、呼吸异常护理 .....	99
八、发烧护理 .....	100
九、惊厥护理 .....	102
十、脓疱疮护理 .....	103
第四节 新生儿潜能开发 .....	104
一、新生儿做婴儿操 .....	104
二、新生儿游泳 .....	106
三、新生儿做抚摸 .....	108
四、训练新生儿的“三觉” .....	110

## ■ 第四章 产妇护理

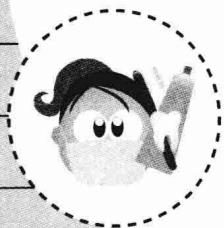
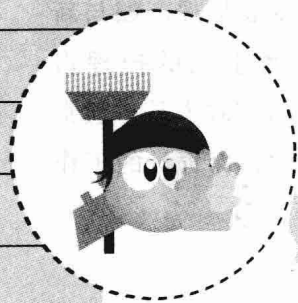
117

第一节 产妇的生活护理 .....	118
一、产妇饮食护理 .....	118
二、产妇洗澡护理 .....	122
三、产妇睡觉护理 .....	125
四、产妇卫生护理 .....	127
五、产妇乳房护理 .....	134
第二节 产妇月子病护理 .....	144
一、产妇乳腺炎护理 .....	144
二、产妇产后感染护理 .....	145
三、产妇产后痛护理 .....	147

四、产妇产后下床眩晕的护理.....	148
五、产妇产后贫血护理.....	148
六、产妇产后尿失禁护理.....	150
七、产妇产后便秘护理.....	151
八、产妇产后咳嗽护理.....	152
九、产妇产后盗汗护理.....	153
十、产妇产后痔疮护理.....	154
第三节 产妇的产后恢复护理.....	155
一、体形恢复护理.....	155
二、心理健康护理.....	160

# 第一章

## 月嫂的任职要求



## 第一节 月嫂认知

一名合格的月嫂，首先应该对自己所从事的行业有基础的了解，应该明白什么是月嫂、月嫂的职业认识及月嫂职业产生的原因和发展前景，这样才能对自己所从事的月嫂行业有一个清晰的认识，才能充分调动自己工作的积极性和主动性。

### 一、相关定义

#### 1. 月嫂的职业定义

月嫂是母婴护理的俗称，主要负责专业护理产妇与新生儿，服务的内容以月子护理为主，新生儿的护理占80%，产妇的护理占20%。月嫂属于高级家政人员，通常情况下，月嫂的工作集保姆、护士、厨师、保育员的工作性质于一身。

#### 2. 新生儿的定义

新生儿指的是从出生到28天的小婴儿。

### 二、月嫂的职业认识

#### 1. 月嫂的职业培训期限

一般连续培训12天左右就可以上岗。

#### 2. 月嫂的职业能力特征

(1) 有爱心、耐心和责任感。



- (2) 口齿清楚、会讲普通话。
- (3) 表达能力和沟通能力强。
- (4) 动作协调、灵活。
- (5) 有一定的学习能力。
- (6) 基本文化程度为初中毕业。

### 3. 月嫂的申报条件

目前国家还没有对月嫂的申报条件做具体的规定。

## 三、月嫂职业的产生原因和前景

### 1. 月嫂职业的产生原因

月嫂是由“月子保姆”、“月子护理员”的习惯称呼延伸而来，“月嫂职业”员工的早期来源也是由家庭保姆和家庭护理员转变而来。按照服务技能，月嫂被分为月子保姆、初级月嫂、中级月嫂、高级月嫂、特级月嫂、星级月嫂，不过这些只是家政公司自封的，国家还没有专门的分类。

### 2. 月嫂职业的前景

月嫂已经越来越受到人们的欢迎，伴随月嫂中介服务机构产生和发展，大大拓宽了月嫂的就业渠道，月嫂整体就业率在90%以上，而且工资较为丰厚，为下岗失业人员提供了更为适合的就业岗位。

## 第二节 月嫂工作内容和技能要求

月嫂的主要工作包括对新生儿的生活护理、专业护

理、常见病护理和潜能开发，还包括产妇的生活护理、乳房护理、月子病的护理和产后恢复护理这几个方面的内容。月嫂应熟练掌握这些方面的技能，从而在工作时能做到心中有数。

## 一、新生儿的生活护理

### 1. 饮食护理

对新生儿的饮食护理，应掌握以下技能。

- (1) 能够正确地给新生儿配制、喂养奶粉。
- (2) 能够正确地给新生儿喂水。
- (3) 能够正确地指导母乳喂养新生儿。

### 2. 睡觉护理

对新生儿的睡觉护理，应掌握以下技能。

- (1) 能够营造新生儿睡觉的良好环境。
- (2) 能够掌握新生儿睡觉的时间。
- (3) 能够给新生儿合理盖被。
- (4) 能够在睡觉前给新生儿合理穿衣。
- (5) 能够预防新生儿睡觉时意外情况的发生。

### 3. 洗澡护理

对新生儿的洗澡护理，应掌握以下技能。

- (1) 能够做好新生儿洗澡前的准备工作。
- (2) 能够掌握新生儿洗澡的方法。
- (3) 能够预防新生儿洗澡过程中发生的意外情况。

### 4. 脱穿衣服、包裹护理

对新生儿的脱穿衣服、包裹护理，应掌握以下技能。



- (1) 能够正确地给新生儿穿衣服。
- (2) 能够正确地给新生儿脱衣服。
- (3) 能够正确地给新生儿包裹。

### 5. 环境卫生护理

对新生儿的环境卫生护理，应掌握以下技能。

- (1) 能够做好室内清洁护理。
- (2) 能够控制好新生儿生活的室内温度、湿度。
- (3) 能够预防、处理新生儿中暑、中毒意外情况的发生。

## 二、新生儿的专业护理

### 1. 生活用品的清洁

对新生儿生活用品的清洁护理，应掌握以下技能。

- (1) 能够对新生儿的奶瓶进行清洁、消毒。
- (2) 能够对新生儿的衣服进行正确的清洗、晾晒、整理。
- (3) 能够对新生儿尿布进行正确的清洗、晾晒、整理。
- (4) 能够对新生儿的衣物进行清洁。

### 2. 大小便的护理

对新生儿大小便的护理，应掌握以下技能。

- (1) 能够判断什么时候换尿布。
- (2) 能够正确地为新生儿换尿布。
- (3) 能够正确地给新生儿进行便后清洗。
- (4) 能够正确、熟练地给新生儿做便后清洗的屁股护理。



### 3. 三浴的护理

对新生儿三浴的护理，应掌握以下技能。

- (1) 能够正确、熟练地给新生儿进行日光浴。
- (2) 能够正确、熟练地给新生儿进行空气浴。
- (3) 能够正确、熟练地给新生儿进行水浴。

### 4. 新生儿脐带的护理

对新生儿脐带的护理，应掌握以下技能。

- (1) 能够为新生儿做日常的脐带清洁。
- (2) 能够分辨新生儿脐带的异常情况。
- (3) 能够为新生儿做好脐带炎症的护理。

### 5. 新生儿黄疸的护理

对新生儿黄疸的护理，应掌握以下技能。

- (1) 能够分清楚正常黄疸和病理黄疸。
- (2) 能够正确地护理新生儿的正常黄疸。
- (3) 能够正确地护理新生儿的病理黄疸。

### 6. 新生儿眼部的护理

对新生儿眼部的护理，应掌握以下技能。

- (1) 能够正确地地区分新生儿眼部的正常与异常。
- (2) 能够正确地做好新生儿眼部的日常护理。

### 7. 新生儿凶门、乳痂、指甲的清洁护理

对新生儿凶门、乳痂的清洁护理，应掌握以下技能。

- (1) 能够正确地给新生儿做凶门的清洁护理。
- (2) 能够正确地给新生儿做乳痂的清洁护理。
- (3) 能够正确、谨慎地给新生儿修剪指甲。

### 8. 新生儿量体温、喂药、疫苗接种的护理

对新生儿量体温、喂药的护理，应掌握以下技能。