

本书科学系统地告诉您，该如何照顾好产妇与新生儿。
利用本书的指导加上爱心，您会成为新妈妈和宝宝们的健康天使。

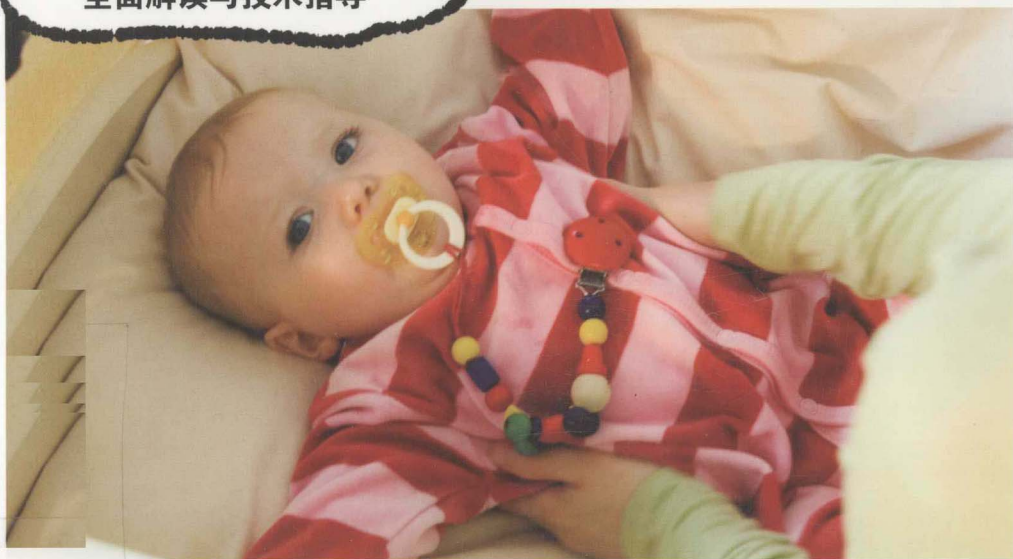
YUESAO FUWU JINENG PEIXUN JIAOCHENG

月嫂服务技能培训教程

一本最简单、最全面、最实用的技能宝典

姚金芝 钱艳霞 编著

一看就懂 一学就会
全面解读与技术指导



河北科学技术出版社

本书科学系统地告诉您，该如何照顾好产妇与新生儿。
利用本书的指导加上爱心，您会成为新妈妈和宝宝们的健康天使。

YUESAO FUWU JINENG PEIXUN JIAOCHENG

月嫂服务技能培训教程

一本最简单、最全面、最实用的技能宝典

姚金芝 钱艳霞 编著

一看就懂 一学就会
全面解读与技术指导



河北科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

月嫂服务技能培训教程 / 姚金芝, 钱艳霞编著. --
石家庄: 河北科学技术出版社, 2013. 12

ISBN 978-7-5375-6562-2

I. ①月… II. ①姚… ②钱… III. ①产褥期-护理-技术培训-教材②新生儿-护理-技术培训-教材

IV. ①R714.6②R174

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 268983 号

月嫂服务技能培训教程

姚金芝 钱艳霞 编著

出版发行 河北科学技术出版社

地 址 石家庄市友谊北大街 330 号(邮编:050061)

印 刷 北京楠萍印刷有限公司

开 本 910×1280 1/32

印 张 7

字 数 140 千

版 次 2014 年 2 月第 1 版

2014 年 2 月第 1 次印刷

定 价 25.80 元

Preface



推进社会主义新农村建设，是统筹城乡发展、构建和谐社会的重要部署，是加强农业生产、繁荣农村经济、富裕农民的重大举措。

那么，如何推进社会主义新农村建设？科技兴农是关键。现阶段，随着市场经济的发展和党的各项惠农政策的实施，广大农民的科技意识进一步增强，农民学科技、用科技的积极性空前高涨，科技致富已经成为我国农村发展的一种必然趋势。

当前科技发展日新月异，各项技术发展均取得了一定成绩，但因为技术复杂，又缺少管理人才和资金的投入等因素，致使许多农民朋友未能很好地掌握利用各种资源和技术，针对这种现状，多名专家精心编写了这套系列图书，为农民朋友们提供科学、先进、全面、实用、简易的致富新技术，让他们一看就懂，一学就会。

本系列图书内容丰富、技术先进，着重介绍了种植、养殖、职业技能中的主要管理环节、关键性技术和经验方法。本系列图书贴近农业生产、贴近农村生活、贴近农民需要，全面、系统、分类阐述农业先进实用技术，是广大农民朋友脱贫致富的好帮手！

中国农业大学教授、农业规划科学研究所所长
设施农业研究中心主任

张天杞

2013年11月

F

oreword

前言

农业是国民经济的基础，是国家稳定的基石。党中央和国务院一贯重视农业的发展，把农业放在经济工作的首位。而发展农业生产，繁荣农村经济，必须依靠科技进步。为此，我们编写了这套系列图书，帮助农民发家致富，为科技兴农再做贡献。

本系列图书涵盖了种植业、养殖业、加工和服务业，门类齐全，技术方法先进，专业知识权威，既有种植、养殖新技术，又有致富新门路、职业技能训练等方方面面，科学性与实用性相结合，可操作性强，图文并茂，让农民朋友们轻轻松松地奔向致富路；同时培养造就有文化、懂技术、会经营的新型农民，增加农民收入，提升农民综合素质，推进社会主义新农村建设。

本系列图书的出版得到了中国农业产业经济发展协会高级顾问祁荣祥将军，中国农业大学教授、农业规划科学研究所所长、设施农业研究中心主任张天柱，中国农业大学动物科技学院教授、国家资深畜牧专家曹兵海，农业部课题专家组首席专家、内蒙古农业大学科技产业处处长张海明，山东农业大学林学院院长牟志美，中国农业大学副教授、团中央青农部农业专家张浩等有关领导、专家的热忱帮助，在此谨表谢意！

在本系列图书编写过程中，我们参考和引用了一些专家的文献资料，由于种种原因，未能与原作者取得联系，在此谨致深深的歉意。敬请原作者见到本书后及时与我们联系（联系邮箱：tengfeiwenhua@sina.com），以便我们按国家有关规定支付稿酬并赠送样书。

由于我们水平所限，书中难免有不妥或错误之处，敬请读者朋友们指正！

编者

CONTENTS

»» 目 录

月嫂篇

月嫂认知	2
月嫂的概念	2
月嫂行业专业化分工	4
月嫂的市场需求	6
月嫂是社会发展的特殊产物	7
职业要求	9
月嫂自身素质的基本要求	11

月嫂的工作职责	12
月嫂的职业道德	14
月嫂的行为准则	17
月嫂的修养	20
月嫂服务礼仪及沟通技巧	22
月嫂服务礼仪	22
月嫂的行为规范	24
月嫂的沟通技巧	26
月嫂家居常识	28
月嫂如何布置母婴房	28
宝宝卧室注意事项	31
宝宝的床要舒适	34
母婴房间的布置	35

新生儿篇

新生儿日常护理	38
新生儿的衣着	38
新生儿尿布的使用	49
新生儿的睡眠	54
新生儿的安抚	64

新生儿的身体护理	69
新生儿的智能开发	91
新生儿专业护理	98
宝宝体温不升怎么办	98
新生儿脱皮怎么办	99
新生宝宝眼屎多怎么办	100
胎脂不要马上全部洗掉	101
不要让新生宝宝生痱子	101
轻松去除宝宝头上的乳痂	103
科学防治宝宝红屁股	104
宝宝出现奶癣如何处理	105
观察宝宝的小便了解其健康状况	107
新生儿常见病护理	109
让宝宝远离鹅口疮	109
防治宝宝尿布疹	110
患尿布疹的原因	111
警惕新生儿脱水热	112
宝宝也会便秘	112
新生儿窒息的预防	113
新生儿败血症	115
不要人为导致新生儿发热	117
新生儿的皮肤病	118
婴儿发烧的发现与处理	120

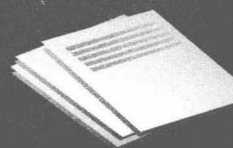
婴儿咳嗽和打喷嚏的发现与处理	121
婴儿皮疹的发现与处理	121
宝宝便秘要引起重视	122
新生儿的预防接种	124
预防接种须知	124
接种卡介苗的护理	127
接种乙肝疫苗的时间安排	128
接种乙肝免疫球蛋白的时间安排	129
不宜预防接种的情况	130
预防接种后的护理	130

产妇篇

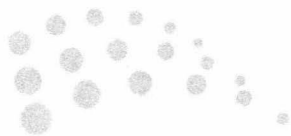
产妇生产前后护理	132
产妇是月嫂工作的重点和核心	132
月嫂要做好产前家庭成员的思想工作	133
正确理解和处理家庭人员的好心意	133
提前预约产科医院	134
陪产妇做好临产前检查	136
月嫂要特别小心预产期提前	136
产妇生产过程中的应急处理	137

产妇产后到达休养室之前,月嫂应做的准备	138
合理安排产妇休息与活动	139
产妇的生活护理	140
安排好产妇的休养环境	140
整理好产妇的衣着	142
护理好产妇的个人卫生	144
尽量满足产妇的合理要求	146
产妇科学补养	147
坐月子女性该补些什么	147
产妇产后不需特别忌口	149
新妈妈如何进补才科学	149
合理安排产妇的饮食	152
月子期饮食禁忌	153
产后吃红糖的常识	154
产后适量进食蔬菜和水果	155
怎样烹调蔬菜利于吸收	157
月子期过量摄取营养的危害	159
产后补钙	160
剖宫产产妇的饮食要求	161
常见月子病的防治	162
新妈妈要慎防产褥感染	162
产后抑郁不容忽视	164
产妇产褥期心理经过	165

产后抑郁症预防有招	167
舒缓心情,轻轻松松做妈妈	168
妈妈精力充沛小秘诀	170
产妇的产后恢复护理	172
产后第一周的护理	172
新妈妈出院前的准备	174
剖宫产新妈妈需要特殊护理	175
喂养与乳房护理	177
提倡母乳喂养	177
人工喂养的缺点	180
母乳喂养中的常见问题	202
哺乳期乳房护理	210



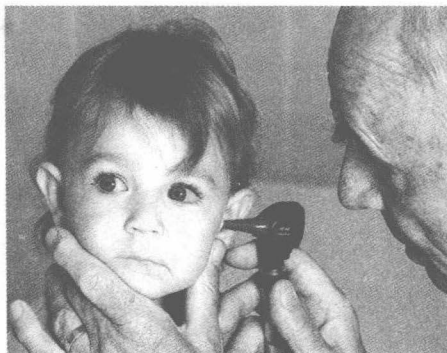
月嫂篇



➤ 月嫂认知

月嫂的概念

“月嫂”就是专门护理“月子”里的母婴的一种高级家政服务人员。伴着人民生活水平的提高，家人对母婴的看护要求越来越高。为了适应市场的要求，“月嫂”也应运而生。



与一般的家政服务人员不同，月嫂的要求很高。月嫂一般为有生育经验的女性，年龄通常在35岁以上，具有育养婴儿、服侍产妇的专业技能，同时熟知相关的理论知识，拥有熟练的家务技能、高

度的责任心和健康的身心素质。

专业的知识和特殊的技能是月嫂必须具备的品质，只有这

样，才能根据产妇和新生儿的特点进行身心的整体护理。月嫂主要进行的是以下的工作：

一、产妇护理方面

①产褥期卫生护理。

②母乳喂养指导，烹饪月子餐。

③产妇休养环境清洁和调适。

④产后抑郁疏导、形体恢复指导及人工喂养指导。



⑤为新妈妈进行乳房护理及乳腺炎预防、乳头皲裂预防及护理。

二、新生儿护理方面

①新生儿五项行为训练。

②新生儿用品的清理与消毒。

③新生儿疾病预防与护理。

④新生儿意外伤害防范。

⑤新生儿常规护理技能（测体温、呼吸、心率，穿衣盖被，剪指甲，睡眠观察）。

⑥新生儿洗澡，游泳，抚触，被动操。

⑦特殊部位护理，如眼部护理、臀部护理、脐部护理。

⑧新生儿生理性黄疸（生理性黄疸与病理性黄疸应区别）的护理。

三、其他

要有良好的沟通能力和与人和睦相处的品质，洗衣服、打扫母婴房间卫生、产妇的饮食营养搭配与安排。

从事月嫂服务的人员，必须具备初中文化以上的文化水平，能够接受新的知识，并且拥有语言表达能力、学习能力和基本沟通技巧。



月嫂行业专业化分工

“月嫂热”在我国开始出现了。

为什么月嫂会突然热起来了呢？

那是2011年的春天，关于月嫂热的话题引起了社会的高度关注，街头巷尾的人都在纷纷就这“月嫂热”的话题讨论，发表意见。

根据调查，在北京受到欢迎、优秀的好月嫂月薪近万元，并且，要想在家政服务市场寻找到合适的月嫂是有一定难度的。

在杭州，一次性要付月嫂两个月的工资，并且工资过万。

从上可以看出，现在我国的月嫂市场出现了火爆的热潮，引起了人们的高度关注。

实际上，月嫂的行业是家政行业的一个分支。我国的家政行业兴起也不过是十几年的事情。

随着我国经济的高度发展，人们的生活水平开始进入小康社会，因此，家政服务的需求也越来越旺盛，随着人们对家政行业的要求和家政行业自身的发展，家政工作的分工越来越趋专业化。主要表现在：

首先，“保姆”和保洁员开始有了区分。

其次，目前，我国的中小城市的家政服务中保洁员是主体，社会的需求比较大，服务也比较规范。

再次，随着时间的推移，我国老年人比例增多，所以老人保姆又从保姆里面分离出来，成为保姆的一个分支。



在20世纪90年代，甚至在一些城市出现了专门为老年人读报的“陪读员”，这就是所谓的保姆性质的老年人钟点保姆。

近几年来，社会对老年人保姆的需求日益增大，主要是因为养老院和老年休养中心需要大量的为老年人服务的人员，这又是从传统意义上对保姆的专业化分工。

最后，最近两年“月嫂”兴起，称为热门的职业。实际上，月嫂也是传统意义上的保姆。“月嫂”也就是专门照顾产妇和婴

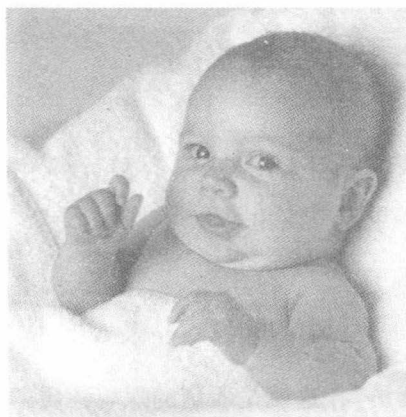
儿的家政服务员。

因为月嫂服务对象非常特殊，所以对于月嫂的综合素质要求很高，月嫂的专业性分工，表现出了我国的家政服务行业又有了一个新的阶段。

月嫂不仅是为产妇服务，也是为婴儿服务，有时要为产妇家里的其他人员提供必要的服务。

相对而言，月嫂的服务更为精细一些，月嫂的要求更为严格，所以月嫂难求，好月嫂难上加难。

因而月嫂“热”了。



月嫂的市场需求

在新生儿出生的第一个月，新妈妈刚刚分娩完，既要照顾婴儿又要恢复体力，许多妈妈都措手不及，这是女人一生中最艰难的时候。许多新妈妈会在产后患上情绪忧郁，这就给初为人母的她们带来巨大的压力，所以她们渴望得到别人的呵护和照顾。

月嫂服务也就应运而生，她们可以帮助产妇缓解因为角色转变而产生的焦虑感和不适感；另外，多数职业女性生产后都想重返职场，所以好月嫂可以解除她们的后顾之忧，让她们安心的