

婴儿按摩

——与宝宝的亲密接触

[英] 卡罗尔·奈森 著
姚 滨 等译



人类的抚摸是一种关爱

人民体育出版社

婴儿按摩

—— 让宝宝更聪明更快乐 ——



北京联合出版公司

ISBN 7-5502-0000-0

定价：29.80元

婴儿按摩

——与宝宝的亲密接触

[英] 卡罗尔·奈森 著
姚滨 等译

人民体育出版社

图书在版编目(CIP)数据

婴儿按摩：与宝宝的亲密接触 / [英] 奈森著；姚滨等译. —北京：
人民体育出版社，2007

ISBN 978-7-5009-3103-4

I. 婴… II. ①奈… ②姚… III. 婴儿—按摩—基本知识 IV.R174

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 145574 号

版权声明

书名：Baby Massage

Copyright ©Carole Nyssen, 2003

作者：Baby Massage by Carole Nyssen

Heineman Educational Publishers, part of Harcourt Education Ltd.

图字：01—2006—0719

*

人民体育出版社出版发行
化学工业出版社印刷厂印刷
新华书店经销

*

787 × 1092 16 开本 8.25 印张 131 千字
2007 年 3 月第 1 版 2007 年 3 月第 1 次印刷
印数：1—5,000 册

*

ISBN 978 - 7 - 5009 - 3103 - 4

定价：15.00 元

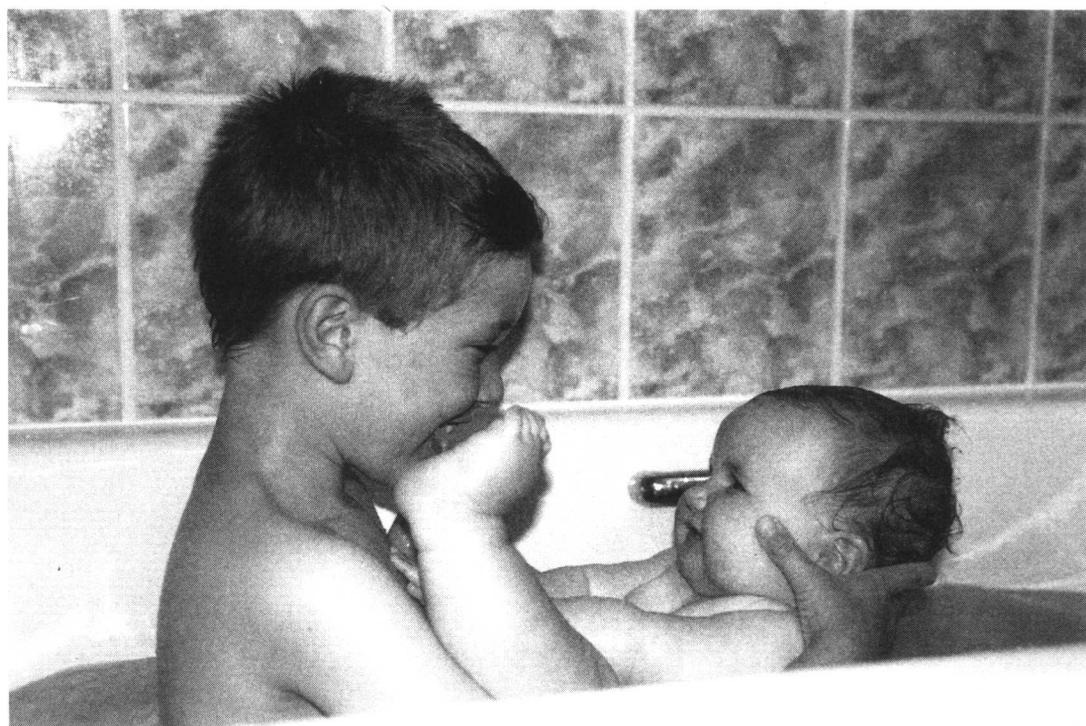
社址：北京市崇文区体育馆路 8 号（天坛公园东门）

电话：67151482（发行部） 邮编：100061

传真：67151483 邮购：67143708

（购买本社图书，如遇有缺损页可与发行部联系）

灵感来自克里斯蒂安和蕾切尔
并将此书献给他们



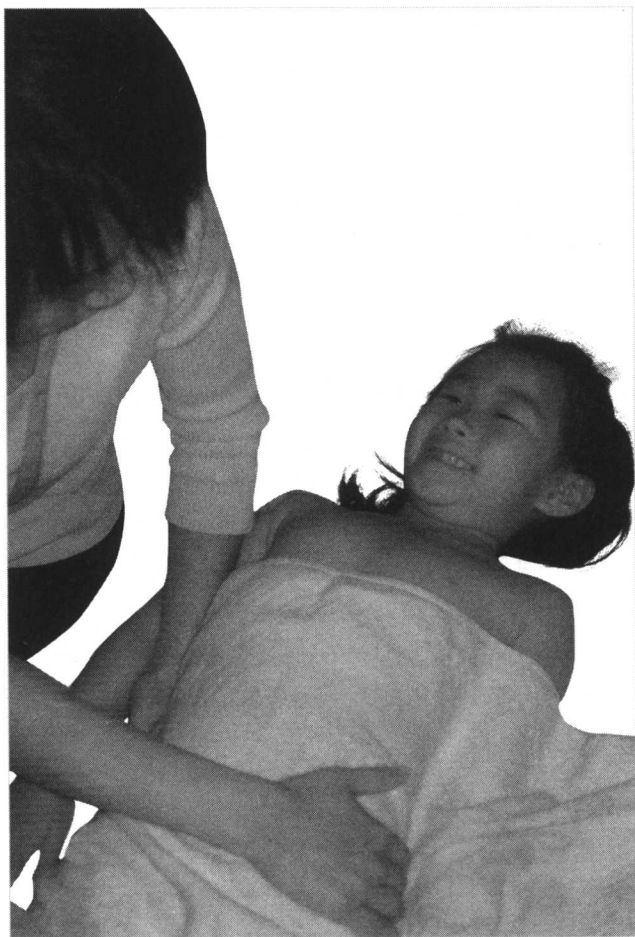
目 录

简 介	(1)
第一部分 基础知识	(3)
第一章 职业操守	(5)
第二章 孩子成长发育的阶段	(13)
第三章 婴儿如何与人交流	(27)
第四章 相关解剖学和生理学知识	(33)
第五章 婴儿按摩的禁忌	(43)
第六章 按摩有伤病的孩子	(45)
第二部分 按摩实践	(51)
第七章 做好按摩准备	(53)
第八章 按摩实际操作	(65)
第九章 做好按摩记录	(93)
第三部分 体验按摩	(97)
第十章 按摩演示	(99)
第十一章 案例分析	(105)
第四部分 相关表格及考核内容	(111)
婴儿按摩作息表	(113)
婴儿按摩记录表	(115)
操作记录表	(117)
婴儿按摩理论考核内容	(119)
婴儿解剖学和生理学考核内容	(120)
答案	(121)
参考文献	(126)

简介

人类的抚摸是一种关爱。婴儿和幼儿都依赖于身体接触；对于孩子的看护人，通过身体接触与孩子进行沟通感情和联络，这往往是他们的一种本能。情绪悲伤或陷入痛苦的孩子，可以通过轻抚患处，或者通过轻摇孩子或跟他们轻声谈话使之缓解，直到他们变得平静，而忘却了痛苦。按摩可以被认为是这些感情纽带和抚慰过程的另一种改良形式。

这些天生的本能道理很清楚：按摩有着至关重要的益处。对于人类发展中抚摸的重要性进行的广泛研究证实和支持了这一结论。该研究认为，从生下来就被抚摸或按摩的孩子，在心理上、身体力量和健康程度上都发育得更快。



按摩是一种值得感受的体验

心理方面的益处可以通过这样的事实看出：那些在没有爱的照料和接触中长大的孩子，经常表现出行为失调和情感问题，这伴随着他们整个的成年生活。另外，还有一个密切相关的社会心理学益处：婴儿按摩可以使看护者和孩子之间的关系得到加强。这对于父亲尤其有好处，因为他们能够通过按摩在照顾新生命中扮演着更为积极的角色。通过这样的方式，按摩可以成为整个家庭都参与的一种美好和有价值的体验。

比起心理学上的益处，婴儿按摩对于身体方面的好处要多得多，而且立竿见影。好处从加速骨骼、肌肉和肺部的发育，一直到促进免疫系统，并帮助消化和放松！它们能够抵御各种婴儿疾病，或加速总体的身体增长。按摩是非常有用的，比如，对于不足月的产儿就是如此，因为按摩帮助他们比同伴发育快得多。

婴儿按摩一书，对父母、看护人、助产士和护理人员教授按摩方法；同时，学到一门终身受用的技能，对他们自己也是一种快乐的体验。

按摩的历史

按摩的历史可以追溯到史前阶段。据悉，在人类试图解除痛苦的治疗术使用中，按摩是公认的最古老的方法之一。在许多文化中，如印度、巴基斯坦、一些非洲和西印度文化中，婴儿按摩是照料孩子的一种传统方式。从出生开始，他们就由母亲和祖母来进行按摩，有时由助产士来做，这成为了他们日常生活的一部分。目前，作为照料孩子的一部分，按摩在西方文明中迅速得到承认，就是因为它能够给我们带来很多的好处。

迄今为止，据我们所知，瑞典人彼得·亨利·凌（1776~1839）对按摩所做的贡献是最大的。凌的一生多年致力于研究各种形式的按摩，他从自己的研究中系统地总结了按摩技巧，并介绍了诸如轻抚法、揉捏法、摩法、振法这样的名词（见第75页的经典按摩运动）。尽管凌没有医学背景，但他还是认识到在实施按摩之前较好地了解解剖学和生理学是很重要的。他只进行“正常”情况的按摩，“非正常情况”，他会向医生推荐。凌运用和教授的技巧成为今天的“瑞典体系”按摩。然而，按摩师经常使用法语词汇来描述瑞典的按摩技巧，这是因为法国的传教士是最早引用经典式按摩技巧的人。法语名称和描述很快汇集于整个欧洲按摩师的词汇表中。

第一部分 基础知识



职业操守

职业道德 / 行业准则

为什么我们要有职业道德或曰行业准则——它们是为为什么制定的？它们如何帮助我们？这些问题常常是由学员们提出的。所有的职业工作团体（例如：诊疗师、医生、护士、护理人员、社会工作者）都有自己的准则和规范。行业准则和道德旨在鼓励该职业之内的统一性和责任感，并确保所有成员都按照相似的准确性和不折不扣的标准进行工作。此道德被定义为“道义上的纪律”或“行为的规定”。行业的准则和道德通常是由职业组织和所有审查机构所制定的，从业人员应该保证熟练地掌握他们所属组织所制定的指导方针。

在婴儿按摩的行业中，适用的准则和道德不只是一套，从业者应关注以下责任范围：

- 永远记住你对家长/看护人和婴儿所负的责任，任何时候将一个婴儿的利益和身心健康都放在首位。
- 与看护人交往时，无论何时都应保持敏感、得体和谨慎。
- 尊重他人，不论他们的种族、肤色、宗教信仰或性别如何。
- 只要违反职业准则的，你就可以拒绝进行按摩。这与婴儿的按摩禁忌情况有关（见第43页，婴儿按摩的禁忌）。
- 禁止以不正当的、非职业的或以任何有可能损害其他同行声誉的方式招揽业务（例如：如果在某个城镇已经有人建立起业务关系，你就不应该在这城镇的同一个区域再开展同样的业务——除非你可以证明确有业务增加的需求！当然，如果可以，那你要小心地不得以任何方式损害另一位从业者的名声；这是你所应遵循的行业准则之一）。
- 所有的广告用语应准确、谨慎、庄重。除非你已取得资格，否则你就不能宣传自己是婴儿按摩师；你也不能宣传按摩可以解决婴儿睡眠问题——按摩并不是对所有婴儿都有效！
- 与看护人的谈话不得受个人情绪影响，并且不得谈论可能引起争论的话题。永远不要把自己的意见强加给看护人或者讨论他们的私人生活！这并不是说你不能建议——如果看护人乐于听取意见的话。这是要你学会自己判断的事情。
- 对所进行治疗保留清楚、全面的记录，包括日期和治疗方案。这几乎是正确按摩的最简单的事情，但是记录却经常被放错地方、不完

整或者干脆丢了。要是你问医生要一个旧药方却没拿到，因为他“找不到”你的记录了，你肯定会很生气的，是不是？因此，如果一位你6个月前的客户找你，问你以前的按摩情况，而你却没有记录了——那你可如何是好？

●向客人出示职业会员徽章和资格证书，展现你的职业水平，唤起他们对你的信心和尊重。

●通过继续培训教育努力增加专业知识，确保你的事业向前发展。

●永远严守客户机密，对婴儿及其看护人都是如此。

●保证向看护人完完全全地讲清楚按摩步骤。

●确保看护人在按摩期间一直都在场。在当今的社会里，从业者必须学会保护自己，尤其是涉及儿童的问题。

牢记你的从业要点，以确保你能在职业的和安全的环境下工作，并将你的“客户”的最高利益牢记在心。

医学道德

正如职业道德和行为准则一样，医学道德保证培养出“好的从业者”。多数婴儿按摩师没有诊断疾病的资质认证，不论这样做多么有诱惑力（例如：如果一位客户的婴儿出了湿疹，尽管大部分医生和看护者对此情况都很熟悉，但你不应该告诉客户你的看法。相反，你应当告诉他，让医生来诊断！任何病情的诊断都源于医学知识，病情处置也一样。不要让人误认为你有医学或其他资质证明，除非你真的拥有它们；要对客户澄清，你不是医生，也不具备医生的知识或技能。一旦病情已经得到诊断并开出处方，决不要撤销医生的医嘱或处方，也不要擅自更改医生的决定或建议。

安全从业

如果婴儿有禁忌症的病情，即使客户坚持，也决不要对婴儿进行处置。

思考题

找个伙伴帮忙，看看你是否能记起六点职业道德，然后再列出医学道德中的六点。

遵守行业规定

每个工作场所都受到国家法律和法规的限制，这是为了保护雇主、

雇员和参观者的健康、安全和卫生。如不能遵守，将导致十分严重的后果，并可能引起以下连锁反应。

- **受伤员工提出损害赔偿。**我们每天都能在报纸上读到关于员工受伤对公司提出索赔的事件，还有公司是每年如何花掉数以百万英镑计的巨额保险金的。如果要做生意，就要严格遵守健康和安​​全指导方针，以确保员工在可能受伤的情况下受到保护。

- **受伤的当事人提出损害赔偿。**许多当事人都最终地向有关门提出索赔，尽管这在婴儿按摩行业里极少发生，但也不是说不可能发生。以美发美容业为例，一位顾客在美发厅里踩到几滴油，在接待区里滑了一跤，她倒进展示柜，划伤了脸，同时一条胳膊骨折。这可能只是很少发生的意外，但索赔是必然的，因为油在事故发生一小时前就洒上了，没有被打扫干净，还因为顾客跌进去的柜子装的不是安全玻璃，否则可能挡得住她跌倒。这位顾客打赢了官司。疏忽大意的工作习惯导致损失一大笔赔偿金，这一意外事故说明这样的事是多么地容易发生。

- **由于公众性差和名誉扫地失去生意。**上面的例子里那名受伤女士的家庭引起了当地媒体的高度关注，结果导致那家出事的美发厅被检举和罚款，最后以关门大吉告终。

设备设施

婴儿按摩的安全取决于下列内容（婴儿极易受到病菌、感染和交叉感染的侵袭，因而遵守这些简单的指导方针是最基本的）。要确保：

- 房屋和用具清洁；
- 注册人及任何助手保持清洁卫生；
- 所使用之仪器、材料和设备杀菌消毒。

如果不能遵守相关卫生法规，卫生部有权罚款或吊销经营者的执照。按摩工作场所要保证高标准的健康和安全的环境。

按摩院有责任提供：

安全的房屋，带有紧急出口的通道
系统和设备
物品及材料储藏和运输的空间
良好的工作习惯
对雇员告知有关健康和安全的信​​息
充分的空气流通，符合公共标准的温度，
合适的照明，客户不受干扰，低噪音
保护雇员的健康和安​​全

员工的责任为：

避免个人受伤
协助雇主达到健康和安​​全环境的要求
避免造成客户受伤或危险
不滥用或改变任何安​​全设施

安全操作主要包括四个部分：

- 人工操作处理 记住，搬运重物时安全地操作两趟总比赶在一趟里而受伤要好。
- 工作设备的提供和使用 所有设备都应在常规基础上进行过安全测试。如果是电气设备，它应当是运转情况良好，操作人员还应当阅读如何使用该设备的用户手册。
- 工作场所的健康、安全和利益 工作场所应有充足的照明、足够的暖气、厕所设施、热水和冷水。健康和安全通告应贴在所有员工看得到的地方，清楚地声明什么是可以做或不可以做的以及什么是紧急情况下应该做的。
- 保护措施 需要戴橡胶手套来处理一次性尿布。婴儿按摩要求配备一次性塑料围裙、一次性手套、卫生纸和抗菌肥皂。

儿童的权利

由于婴儿按摩工作直接与婴儿和儿童接触，认识到他们的权利以及如何通过工作维护他们的权利十分重要。例如，在进行按摩之前，征得家长的许可是很基本的；特别是因为婴儿按摩要脱掉孩子的衣服。事实上，也要征得婴幼儿的同意，如果孩子不舒服或者生气了，决不要强迫他们进行按摩。

资料保护

资料只可以用于诊疗目的。例如，如果你为了按摩收集了一个婴儿的信息，并把它记在了咨询记录上，那你就不能把这条信息又转给婴儿食品公司。除了违法以外，这样做还是不道德的！

保持按摩师的职业水准

为了保护从业者的职业形象和健康行业经营者的职业形象，应注意外表，并始终保持良好的卫生习惯。

衣着：工装应是新洗的且新熨平的。一次性塑料围裙可以避免你的衣服被油污弄脏，尤其是当你治疗一个接一个婴儿的时候特别有好处。

鞋子：这份工作和时尚可不怎么沾边！鞋应该是包脚的，并且低跟、清洁——安全和舒适才是你的首选。

头发：首先，头发应保持清洁。长发应系到后面；不仅是为了卫生，也是为了实用——要是让婴儿抓一把你的头发，肯定下次你就不会披头散发了！

首饰：在处置室里不应戴首饰，尤其按摩时不该戴——戒指、手表和手镯可能会划伤婴儿，而项链可能被拽下来。另外更严重的，首饰是滋生细菌和微生物的理想温床。

手部：应尽量保持柔软，避免与化学品接触，使用护手霜，尽可能地保护它们。手指甲必须剪短并保持整洁，这是因为长而粗糙的指甲会刮伤婴儿。不应涂抹指甲油，因为指甲油容易沾染微生物和细菌。在每次按摩之间和之后，手必须用抗菌皂洗净。

个人卫生：这是至关重要的，尤其是从业者工作的地方与客户离得近的情况更是如此。每天冲一个澡可避免尴尬！应注意呼吸时口气清新，要记住食物、饮料和吸烟都可能对此造成影响。工作日期间要使用漱口水，饭后刷牙，避免咖喱之类具有强烈味道的食物——某些味道留在口腔里的时间比你预计的要长！



一名按摩师外表不应这样！



一名按摩师外表应该是这样！

健康职业工作者工作的一部分就是向人们表明，他们没有“个人卫生”问题。要对别人说“靠近你的时候不太愉快”这句话实在难为情；要是无意中听到这样的意见，也会同样地不愉快。还是避免听到这种意见为好！

思考题

做一张周计划表，写出所有你要做的事情，当你做这些事情的时候，要确保个人卫生。当你完成了这些事情，找你的邻桌学员交换看法——你可能会学到什么呢！

复习题

- ① 关于按摩房卫生标准的内容有哪些？
- ② 你的外表如何影响“职业形象”？
- ③ 工作场所健康和安全的标准有哪些？
- ④ 根据工作健康与安全原则，列出三项按摩院的责任，再列出三项员工的责任。
- ⑤ 画出一张穿着适当的按摩师的图画。

答案见 121 页

你的学习笔记