

爱的抚触—— 婴儿抚触按摩



王慎明
/ 著

来自宝岛台湾的“婴儿按摩圣母”
她在中华大地播洒爱婴种子10年
爱的抚触是对宝宝最早的早教
爱的抚触，开启孩子一生爱的钥匙！

国际芳香按摩母婴护理专家 · 独家原创作品

THE BOOK OF BABY TOUCHING MASSAGE

免费赠送：1碟 + 1卡 + 手机视频

- 随书附送价值30元的珍藏版DVD
- 随书附送育婴蜜语网赠送的1000元育婴VIP卡
- 扫描二维码，即可观看手机视频，便捷高效！
(请您认真阅读本书末页“操作步骤”)

**中国人力资源和
社会保障部**

母婴护理师教师资格证书编号：
PXSZ00111121335



THE BOOK OF BABY TOUCHING MASSAGE

适合中国家庭的孕产育儿百科全书

王慎明 著

爱的抚触—— 婴儿抚触按摩



辽宁科学技术出版社
· 沈阳 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

爱的抚触：婴儿抚触按摩 / 王慎明著. — 沈阳 : 辽宁科学技术出版社, 2014. 7

ISBN 978-7-5381-8453-2

I. ①爱… II. ①王… III. ①婴幼儿—按摩 IV.
① R174

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 011802 号

策划制作：深圳灵智伟业

总 策 划：灵智清水

设计制作：闵智玺

出版发行：辽宁科学技术出版社

(地址：沈阳市和平区十一纬路 29 号 邮编：110003)

印 刷 者：沈阳天择彩色广告印刷股份有限公司

经 销 者：各地新华书店

幅面尺寸：185mmX230mm

印 张：13

字 数：194 千字

出版时间：2014 年 7 月 第 1 版

印刷时间：2014 年 7 月 第 1 次印刷

责任编辑：郭 莹 邓文军

责任校对：合 力

书 号：ISBN 978-7-5381-8453-2

定 价：39.80 元 (附赠 DVD1 张)

联系电话：024-23284376

邮购热线：024-23284502

版权所有 · 翻印必究



序言

抚触宝贝的父母，是宝宝爱的启蒙导师·····	007
爱的抚触，带给家庭平安喜乐·····	009
爱的抚触，妈妈给宝宝最好的礼物·····	011

Part 1 父母的正确观念，才是儿女的起跑线

一、父母不要因忙碌令孩子缺少爱的教育·····	020
二、女人的素养，会影响一个民族的优劣·····	024
三、父母的爱，是子女最大的财富·····	027
四、Grace爱的双轨进行式——爱的抚触和母乳喂养·····	030
五、宝宝爱的抚触的最佳男女主角——父母·····	036
六、爱的抚触是宝宝最早的早教·····	039
七、爱的抚触，请注重宝宝的感觉统合·····	042
八、爱的抚触随时随地可以进行·····	046
九、爱的抚触，父母和宝宝的共同精神食粮·····	050

Part 2 婴儿抚触，是开启他一生爱的钥匙

一、爱的抚触，古老艺术走向生活·····	056
二、爱的抚触，爸爸妈妈给宝宝爱的催长剂·····	058



三、学习解码宝宝身体密语·····	061
关于宝宝四肢动作的发展·····	061
宝宝的神奇本能反射动作·····	064
四、宝宝的芳香六感·····	067

Part 3 将幸福握在手中，爱的准备

一、音乐的准备·····	076
音乐对宝宝的重要性·····	077
Grace老师建议的音乐·····	078
二、按摩油的准备·····	082
给宝宝选择按摩油的原则和注意事项·····	082
如何选购和保存精油·····	086
Grace老师建议用油·····	091
安全测试·····	094
植物油也可以这么用·····	094
三、清洁准备工作·····	098
四、保暖准备工作·····	099
婴儿鸟巢做法·····	100
子宫房做法·····	104
简约法·····	107
五、调整情绪，与宝宝进行爱的沟通·····	109
六、工具的准备·····	111
瑜伽球·····	112
毛巾玩具·····	112
背部按摩球·····	112



Part 4 “Auto Love”，Grace爱的示范

一、宝宝按摩开始·····	116
二、头部按摩·····	117
三、脸部按摩·····	119
四、胸腔按摩·····	123
五、腹部按摩·····	127
六、手部按摩·····	132
七、脚部按摩·····	138
八、特殊按摩法·····	145
爸爸保温箱法·····	145
妈妈和爸爸脚部鸟巢法·····	146
屈膝按摩式·····	146
肠绞痛按摩法·····	151
鼻塞引流按摩法·····	151

Part 5 定制幸福，给不同时段的宝宝爱的抚触

一、初生宝宝按摩·····	154
抱着按摩·····	154
二、早产儿宝宝按摩·····	155
静置按摩·····	155
袋鼠式（子宫房）按摩·····	156
镜像效应·····	156
三、3个月宝宝按摩·····	158
趴着按摩·····	158
游戏按摩·····	158
运动按摩·····	159
四、6个月宝宝按摩·····	161
坐着按摩·····	161
五、1岁宝宝按摩·····	163
游戏按摩·····	163
Yoga Ball球按摩·····	163



Part 6 触摸幸福，爱的故事

一、帮宝宝排出湿毒，湿疹不怕不怕！	166
二、宝宝小病要重视，亲子按摩健康身心	168
三、拍拍后背揉揉胸，食排气顺膈自止	171
四、抚抚脸蛋勤擦嘴，泛滥口水不见了	174
五、抱抱宝宝亲亲嘴，宝宝不当夜哭“小魔鬼”	176
六、间隔喂食勤拍嗝，宝宝爱吃不忧“吐”	178
七、悉心照顾巧按摩，感冒发烧都不怕	181
八、悉心按摩抗体强，淋巴疏通不生病	183
九、宝宝食物需仔细，温柔抚触止泻快	186
十、废物清空靠按摩，宝宝不当“大灰狼”	188
十一、芳香精油好调理，呼吸顺畅觉也香	190
十二、常常锻炼免疫增，咽喉肿痛不再来	192
十三、添加辅食常抚触，宝宝成长肠胃好	194
十四、敷敷肚子揉揉胃，肚子胀痛立刻消	196
十五、婴儿抚触两手抓，宝宝镇“惊”妈妈安心	198
十六、清洁卫生勤按摩，赶走口疮免遭罪	200
十七、母乳喂养有困难，抚触按摩让宝宝变身“吸奶器”	202

附录：

附录一：Grace的答疑专区	204
附录二：读者售后服务专区	207

爱的抚触—— 婴儿抚触按摩



王慎明 / 著

来自宝岛台湾的“婴儿按摩圣母”
她在中华大地播洒爱婴种子10年
爱的抚触是对宝宝最早的早教
爱的抚触，开启孩子一生爱的钥匙！

国际芳香按摩母婴护理专家 · 独家原创作品

THE BOOK OF BABY TOUCHING MASSAGE

免费赠送：1碟 + 1卡 + 手机视频

- 随书附送价值30元的珍藏版DVD
- 随书附送育婴蜜语网赠送的1000元育婴VIP卡
- 扫描二维码，即可观看手机视频，便捷高效！
(请您认真读本书末页“操作步骤”)

**中国人力资源和
社会保障部**

母婴护理师教师资格证书编号：
PXSZ00111121335



国际婴儿按摩协会诚意推荐！

来自宝岛台湾的“婴儿按摩圣母”——王慎明

独家原创作品

她在中华大地播洒爱婴种子10年
爱的抚触是对宝宝最早的早教
爱的抚触，开启孩子一生爱的钥匙！

头部按摩、脸部按摩、胸腔按摩、腹部按摩、手部按摩、脚部按摩……
更有针对早产婴儿的静置按摩、袋鼠式按摩。

三个月宝宝的按摩更有趣：可以趴着按摩，边游戏边按摩，边运动边按摩。

六个月的宝宝可以坐着按摩了哦。一岁的宝宝，都可以使用瑜伽球按摩了……

本书还收录了作者和宝宝们爱的感人故事，她曾经用双手帮助这些小天使，排出湿毒、
治好感冒发烧、止泻、缓解咽喉肿痛、赶走口疮……

[免费赠送：1碟 + 1卡 + 网络视频]

● 高清DVD——随书附送价值30元珍藏版DVD

爸爸妈妈们通过观摩视频，可学到国际婴儿按摩协会资深专家王慎明的抚触按摩手法。
实景拍摄，真人演绎，中文简体字幕。

● 掌上视频——扫描二维码，即可通过手持终端观看网上视频，便捷高效！

● 千元VIP卡——随书附送育婴蜜语网赠送的1000元育婴VIP卡，无论您身在何处，都可以借
由育婴蜜语网，与顶级育儿专家沟通，帮助您解决各种各样的怀孕和育儿难题！

（获取以上赠品的方式：请您认真阅读本书末页的“操作步骤”）



全彩精美
BOOK



高清画质
DVD

上架推荐：母婴 健康

ISBN 978-7-5381-8453-2



9 787538 184532 >

定价：39.80元

THE BOOK OF BABY TOUCHING MASSAGE

适合中国家庭的孕产育儿百科全书

王慎明 著

爱的抚触—— 婴儿抚触按摩



辽宁科学技术出版社
· 沈阳 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

爱的抚触：婴儿抚触按摩 / 王慎明著. — 沈阳：辽宁科学技术出版社，2014.7

ISBN 978-7-5381-8453-2

I. ①爱… II. ①王… III. ①婴幼儿—按摩 IV. ①R174

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 011802 号

策划制作：深圳灵智伟业

总 策 划：灵智清水

设计制作：闵智玺

出版发行：辽宁科学技术出版社

(地址：沈阳市和平区十一纬路 29 号 邮编：110003)

印 刷 者：沈阳天择彩色广告印刷股份有限公司

经 销 者：各地新华书店

幅面尺寸：185mmX230mm

印 张：13

字 数：194 千字

出版时间：2014 年 7 月 第 1 版

印刷时间：2014 年 7 月 第 1 次印刷

责任编辑：郭 莹 邓文军

责任校对：合 力

书 号：ISBN 978-7-5381-8453-2

定 价：39.80 元 (附赠 DVD1 张)

联系电话：024-23284376

邮购热线：024-23284502

版权所有 · 翻印必究



◆ 王慎明老师在台北的家四代同堂，其乐融融。



◆ 王慎明老师的公公和婆婆（田爷爷和田奶奶），他们在台北和孙子们同乐。



◆ 王慎明老师在深圳已定居13年，她的3个子女均在国内受教育。



◆ 王慎明老师的3个子女，他们都是精油宝宝哦！



◆ 王慎明老师在欧洲游学，和比利时某幼儿园的小朋友们同乐。



◆ 王慎明老师和比利时婴儿和孕妇按摩协会的老师。



◆ 王慎明老师在比利时和当地知名复健医生合影。



◆ 王慎明老师把爱心带到了欧洲各国。



◆ 获颁人力资源和社会保障部中国就业培训技术指导中心母婴护理师资格证。



◆ 获颁国际精油调配护理师证书。



◆ 获颁国际婴儿按摩师证照。



◆ 1995年，任职台湾中视专业造型师，和吴奇隆合影。



◆ 王慎明老师给月嫂们示范婴儿洗澡。



◆ 王慎明老师担任深圳茂业百货“六·一”儿童节才艺比赛评委。



◆ 王慎明老师担任多家医院、月子中心的母婴培训讲师。



◆ 王慎明老师受邀参加化妆大师毛戈平生活馆杭州馆开幕酒会。



► Grace

抚触宝贝的父母，是宝宝爱的启蒙导师

大家好，我是来自台湾的 Grace。

我是 3 个孩子的母亲，是一个推崇婴儿抚触按摩的专业母婴护理师。

身为人父、人母对孩子的教育，不是给他全世界最好的物质享受，就算家徒四壁，只要拥有父母的爱，那就是最大的财富。

在孩子的世界里，没有贫富，没有尊卑；大人们的言行往往教导了他一切。妈咪，是孩子的心灵教师；孩子，又是成人们的一面镜子；女人的素养，决定一个民族的优劣。

婴儿抚触按摩，将新手父母对初生儿最简单的关爱，播种给每一个芬香的小幼苗，让家庭成为孩子们最好的教室，抚触宝贝的父母就是宝宝最好的导师。

经过爱的抚触按摩的宝宝们都有一个共同的特征——情商特别高。

我想这是因为在人类没有语言之前，会经由嗅觉找到对味儿的异性，产下后代。我们也知道，一个当过妈妈的女人，她的个性再强悍，也没办法抗拒对亲生骨肉的那份爱。我个人认为，人类进化到现代，爱的抚触，是我们被丢弃、被忽略的教育之一。

在这本书中，我以一个母亲的爱心，一双温柔的手，如同我平时教新手父母一般来教你们！任何时候你都可以拉起宝贝们的手，抚触他们渴望爱的肌肤，亲吻他们的脸颊，在他耳边低语——爸爸妈妈好爱你！

“妈妈，我好爱你！”正是我小儿子常对我讲的话。我始终坚持给我的3个孩子按摩。女儿月经来时痛经，我也是她的急救箱。我也常替先生做按摩，以保养他平时急躁的个性。这正是 Grace “按完客人，按家人”的事业哲学。今年，我的女儿考上了南京大学法文系，她从小到大从不补习，生活和学习都相当独立，这和我的教育——Grace 爱的抚触按摩有关。

我很爱我的工作。在本书中，Grace 要分享给大家的母婴抚触按摩，源自法国和意大利的传统芳香按摩疗法，同时也结合了中国传统的按摩手法。从台北到中国大陆，我从事专业母婴抚触按摩已超过20多个年头。

0 ~ 1 岁婴儿“爱的抚触——婴儿抚触按摩”，是母婴护理专业中最重要的课题。近年来，随着中国大陆“婴儿潮”的来临，Grace 对这一课题进行了更加专注的研究，始终坚持实践 + 教学的模式。

实践，指 Grace 本人亲身为成千上万的新生婴儿进行抚触按摩教学，这些宝宝来自台湾、香港、新加坡、深圳、广州、杭州、武汉、成都、南京、北京等城市。有年轻父母孕育的头胞胎，也有中年夫妇诞下的二胎、三胎；有健壮的足月婴儿，也有瘦弱的早产儿；有母乳充足的自然产幸运儿，也有母乳、牛乳混合喂养的剖宫产婴儿……

教学，指我将法式传统芳香按摩疗法中的“AROMA TOUCH, AROMA THERAPY”（翻译为中文：芳香抚触，芳香治疗）配合特殊调配的复方芳香精油，应用于婴儿按摩。我教爸爸妈妈们帮自己的宝宝进行爱的抚触按摩，也教会医院的护士和家政公司的月嫂、育儿嫂们帮婴儿抚触按摩。

今天，我由一个幸福的家庭做导引，希望大家能明白，Grace 只是希望把爱由小变大，感染每一个朋友、每一个幸福的家庭。



► 陈德珍奶奶

爱的抚触，带给家庭平安喜乐

我今年 87 岁，我的老伴 94 岁，都是高寿的老人。很多人问我们为什么会高寿？我想说，因为我们有孝顺的媳妇、儿女和可爱的孙子们，我们得到了满足和喜乐。

我最小的儿媳妇——王慎明，是一位优秀的芳香母婴师，是一个好母亲，更是一个孝顺的好媳妇。我的这三个孙子从出生，到月子里，再到出月子去上班，哪怕工作再繁碌，加班再晚，都能看到她始终如一、充满母爱地替我孙子孙女做亲子抚触按摩。

我不懂亲子按摩是什么，不过孙子孙女刚出生时，我就可以感觉到母子间很强烈的亲密感、依附感和安全感。我也曾尝试着学习做这些动作，虽然我老了，手上起满了皱，不像儿媳妇那样年轻，动作也不是很标准，但是我觉得作为奶奶的我，是不是也应分享这种奇妙的感觉呢？让我最感动的是，每当做这些动作的时候，我好像感觉到，我那还不会说话的孙女，好像很想说：奶奶我爱你！

虽然他们一家现在常住大陆，我们无法天天见面，但是每逢过年回家，慎明都会精心地替我们调配适合老人家使用的芳香精油，帮助我们深沉地入睡。我的老伴会有一些老人毛病，例如失眠、便秘等，试过慎明的芳香按摩，也得到缓解。只要是慎明在台湾，她都会坚持给我们按摩，就连除夕夜都毫不松懈，每天晚上在我们睡觉前，都会拿着瓶瓶罐罐，带着孙子们到我房间，帮我们按摩。这个时候，我好像感觉天使来了。

在慎明的教育下，3个孙子都很孝顺。每年过年回家，我们咳嗽一下，长孙琳琳就会马上过来替我拍拍背，另外两个就会去倒水拿精油瓶，帮我按摩。虽然我请的保姆，每天也会帮我按摩，但是孙子们的手，是最温暖的，是最贴心的，那种幸福的感觉，是完全不一样的。

我很感谢慎明对我们的孝心，更开心她把孙子们教育得这么好，慎明的书即将出版，我恭喜她！希望借由这本书，能把亲子婴儿按摩的技术和理念传播给天下有缘人，让爱继续传承；希望这本书，对增进每个家庭的两代关系有所帮助，让做父母的能关心下一代的健康成长，孩子们长大后孝顺父母；同时希望即将为人母的女性朋友，能因为慎明，因为她的婴儿按摩专业和母乳喂养百分百成功的理念，顺利成功孕育下一代！

在此，我仅推荐我媳妇——王慎明老师的《爱的抚触——婴儿抚触按摩》一书，因为她是一个值得赞扬的好母亲、好儿媳妇。祝愿所有有心孕育的母亲和家庭，平安喜乐！