

健康周口——

孕经济：传统“坐月子”转型现代生产力

□晚报记者 张燕 实习生 王喆 张迎春 文/图



核心提示

“坐月子”最早可以追溯至西汉《礼记内则》，距今已有两千多年的历史，古人称之为“月内”，这是女性产后人体气血最为虚弱的时期，需要好好养护才可以恢复身体。传统“坐月子”靠的是老一辈人传授下来的“经验”，并在时间的长河中代代相传。随着社会的不断进步，人们的思想观念发生改变，使得月嫂这一职业兴起，改变了传统“坐月子”的方式。正当我市月嫂市场发展得如火如荼时，集“吃、住、养”于一体的月子会所成立，打开我市母婴保健服务行业的新思路。

传统“坐月子”靠的是老一辈人的经验

月子在医学上指的是产褥期。产褥期主要是指从分娩结束到产妇身体恢复至孕前状态的一段时间，也是从胎儿娩出以后的六周，民间俗称“月子”。人们对“坐月子”很讲究，认为如果月子坐不好，会落下很多病根。传统的“坐月子”方式就是捂，不能见风，不能洗澡，不能着凉

等，这一条条“经验”在时间长河中“历经磨练”却未曾改变。如今，我市仍有不少家庭在使用这个传统的方式为产妇“坐月子”。“这些经验看似有些‘不近人情’，但这也是为产妇好。”市民王女士今年 56 岁，提起传统“坐月子”的方式，王女士颇有感慨地说，“我有第一个孩子时正值夏季，月子里为

了避免受风，婆婆让我穿上长衣长裤，头上包上头巾。另外，还叮嘱我不要沾水等。而在饮食上，婆婆会做一些小米粥、荷包蛋，给我补充营养。在婆婆的照顾下，我的身子恢复得不错。有第二个孩子时，因为婆婆身体不好没法来照顾我，想着自己年轻，我在床上躺了两三天便下床，开始洗衣、做饭，啥活都

干了。没想到之后手指关节时常会感到酸痛，就此落下了月子病。”“传统‘坐月子’的方式是老人总结出来的经验，暂不论是否科学，它的存在至少可以为后人提供一种参考。我女儿生产时，我也是按照这些经验照顾她的，女儿和外孙的身体现在都挺好的。”王女士说。



我市首家月子会所

月嫂“吃香”，改变了传统“坐月子”的方式

自 2010 年开始，我市涉及月嫂中介服务的家政公司、专业从事月嫂工作的服务公司陆续出现。一批专业护理产妇与新生儿，集保姆、护士、厨师、保育员的工作性质于一身的“月嫂”闪亮登场。随着思想观念、需求的变化，月嫂渐渐得到市民的接受和认可，其中，主要雇佣人群为“80 后”。“老人都是用过去的老方法、老观念照顾产妇‘坐月子’，雇一个经过专业培训的

月嫂就不一样了。”26 岁的王慧说，“夏天不能开窗，不让洗头、洗澡、刷牙，照顾孩子也不许给孩子用尿不湿，搜集很多旧的秋衣秋裤当尿布……这些传统方法都过时了，月嫂会科学地指导产妇“坐月子”。另外，在照顾孩子方面，月嫂也懂得如何给婴儿洗澡、做抚触等，很多东西家里老人都不会，也不懂。”25 岁市民张晶是一位准妈妈，她表示，

“坐月子”的一个月内，自己什么都干不了，使唤婆婆也不方便，而且容易产生矛盾，这时雇个月嫂较为省心一些。市民赵女士说，她“坐月子”时是月嫂和家里老人一起照顾的，老人在育儿、营养等方面观念确实落伍，沟通起来也容易产生矛盾。但只用月嫂不用老人也不放心，所以选择折中的办法。据业内人士介绍，目前，我市月嫂市场

良莠不齐，不少月嫂公司为了招揽生意，故意夸大月嫂的服务内容。作为雇主在聘请月嫂时，要验看家政中心的营业资格，还要注意查看月嫂的身份证、体检证、培训记录、培训上岗证、职业资格证等相关证件。此外，雇主主要作适当的面试，进而了解所聘请的月嫂是否专业以及人品如何。最后，要看月嫂是否拥有国家劳动部颁发的职业资格证，这是月嫂实力的证明。

“月子会所”亮相，开启我市母婴保健服务行业的新思路

现如今，随着人们生活水平的提高，不少女性对“坐月子”赋予了更多的意义，不仅想给孩子一个较好的生长环境和专业的护理，自身也想在短时间内得到专业人士的指导，恢复到姣好容颜和身材等。10 年前，北京、上海等一线城市出现了专门的母婴护理机构——月子会所，同时，明星效应也在一定程度上助推了这个项目的走热，女明星们在产后迅速恢复身材，让不少准妈妈希望自己不仅能够产得到专业的护理，同时还可以在产后恢复体型。月子会所服务的对象是坐月子期间的产妇和婴儿，主要从产后婴儿的喂养、健康保健和产妇的形体恢复、心理健康等提供全面、专业的服务。“我们前期做过很多市场调查，了解到有一部分本地女性前往郑州等城市的原因是周口没有一家正规的月子会所。而在本地进行的问卷调查中，相当一部分女性表示有这方面的需求。”昨日，市区一家月子会所的相关负责人向记者介绍，在一切准备工作就绪后，就在 3 个月前，他们的月子会所成立，这也是我市第一家月子会所。“我们为母婴提供的房间都设立在 11 层楼以上，因为那里空气环境较好。此外，在入住会所期间，母婴由妇产科医生、儿科医生、专业护士、营养师、形体修复师、美容师等人员组成的专业团队进行照顾，分别对母婴提供产前休养、产后护理、形体修复、营养膳食、新生儿护理、新生儿早教、育儿指导等一站式、全方位、系统化的专业服务。”月子会所的相关负责人说。另外，月子会所的相关负责人表示，在入住月子会所期间，产妇和家人可以把全部事情交由会所的工作人员来打理。产妇可静心享受与孩子之间的乐趣，学习养育宝宝的知识，练习形体恢复体操，进而在最短时间内恢复最佳状态。

国家开放大学周口地方学院 2014 年秋季招生简章

一、本科(专科起点)专业  
法学、小学教育、汉语言文学、数学与应用数学、机械设计制造及其自动化、计算机科学与技术、土木工程、水利水电工程、工商管理、会计学、行政管理、学前教育、护理学、市场营销。  
二、专科专业  
法学、工商管理、会计学、金融、行政管理、小学教育、学前教育、汉语言文学、英语、建筑施工与管理、道路桥梁工程施工与管理、水利水电工程与管理、计算机信息管理、人口与家庭、护理学、社会工作、园艺等。  
三、“一村一名大学生计划”试点专科  
园艺技术、园林技术、畜牧兽医、农村行政管理、乡镇企业管理。  
四、报名对象及要求  
本科层次招生对象为具有国民教育系列相同或相近专业高等专科(含专科)以上学历者。专科层次的招生对象为具有高中和中等专业学校及以上学历者。  
五、各县学习中心招生报名方式  
校本部:0394-858195 太康:0394-6928577 沈丘:0394-5222180 郸城:13939483016 鹿邑:0394-7491978 商水:0394-5600116 川汇区:15303906566 扶沟:0394-6266363  
校本部报名地址:周口市开元大道周口职业技术学院行政楼四楼电大成人教育部 网址:http://zk.open.ha.cn

周口职业技术学院 2014 年成人高招招生简章

一、高中起点专科专业设置及学习形式，学院代码:445  
1. 周口职业技术学院高中起点专科招生专业  
师范类专业:小学教育、语文教育、音乐教育、美术教育、初等教育、学前教育、教育管理。  
非师范类专业:市场营销、农学、工商管理、园艺技术、园林技术、畜牧兽医、建筑工程技术、机电一体化技术、计算机应用技术、通信技术、会计电算化、经济管理、食品营养与检测、动漫设计与制作等。(该类专业考试科目:语文、数学、英语)  
2. 周口广播电视大学  
理工类:建筑工程技术、市场营销、汽车检测与维修技术、应用化工技术。(该类专业考试科目:语文、数学、英语)  
二、专科起点本科招生专业  
2014 年河南农业大学、河南工业大学在我院设立了函授站，并由我院电大成人教育培训部具体负责周口市的招生及教学管理工作。  
1. 河南农业大学(代码:390)  
理工、农学类专业:机械设计制造及其自动化、计算机科学与技术、环境工程、食品质量与安全、汽车服务工程、交通运输、生物工程、应用化学、电子信息工程、农学、烟草、园林、动物医学等。(该类专业考试科目:政治、英语、高等数学)。  
经管类专业:农林经济管理、经济学、土地资源管理、工商管理、法学、会计学等。(该类专业考试科目:政治、英语、高等数学二)  
2. 河南工业大学  
理工类专业:工商管理、土木工程。(该类专业考试科目:政治、英语、高等数学一)  
三、报考对象:具有高中、中专、技校及以上学历的在职人员和社会青年均可报读。报考专升本的考生必须已经取得国民教育系列的专科毕业证书。  
报考周口职业技术学院畜牧兽医、农学、园林技术、园艺技术和河南农业大学涉农专业的学生降 20 分录取。  
报名地址:周口市开元大道周口职业技术学院行政楼四楼电大成人高招科 联系电话:0394-7966928 13213226857 13839489768