# 催乳师,孕产行业的“万事通”

## 一个好的催乳师,不仅催乳技术好,还要懂得疏导产妇情绪、掌握孕产知识等

本报记者 邢孟

随着行业的细化,催乳师这个职业正在慢慢走近普通市民,很多人都有疑问:催乳师到底是干什么的?她们只是简单地按摩就能使产妇达到催乳效果?本报记者跟随高级催乳师任凤菊走进一线,为您揭开这个职业神秘的面纱,让你更加真实地感受催乳师不为人知的酸甜苦辣。

### >>催乳师工作没正点 没有活就是休息日

我儿媳妇都生孩子8天了,怎么一直没有奶水,你能过来给看看吗?”“您家在哪?我马上过去。”此时已是晚上9点半,累了一天的高级催乳师任凤菊正准备休息,却接到一个求助电话。

任凤菊了解到这位产妇可能因为乳腺炎,一直发烧,奶水很少,而且之前为催奶吃过好几副中药不见效,情况比较严重,虽然已是晚上9点半,但任凤菊还是决定走一趟。无奈,因为担心妻子的安全,丈夫李旭随着一起出发,“陪她去工作是经常的事,大晚上她自己跑那么远,不放心。”李旭笑着说。

任凤菊说,因为工作的特殊性,她从来都没有正常的上下班、节假日,只要一接到电话,就得赶紧赶过去,平时没有活儿就算是休息,但是,她心里还得绷着一根弦儿,随时准备出门。深夜出门为产妇催乳是经常的事,“尤其是好多人都赶在龙年生宝宝,正月里几乎也没闲着。”任凤菊说,年前年后这段时间一直特别忙。由于每次按摩都在一个小时以上,每天都要跑好几个地方,一天下来,总是累得腰酸背疼。

### >>催乳不等于简单按摩 操作不慎会弄巧成拙

记者跟随任凤菊走了几趟后,发现催乳师并不是想象的那么简单。术业有专攻,同样是按摩,催乳师和按摩师专攻的方向不一样,疗效也不尽相同。

任凤菊告诉记者,她是6年前接触这一行业的,不仅拿到高级按摩师和高级催乳师证书,在行业内也渐渐有了名气。据她介绍,大部分产妇之所以奶水少,很重要的一个原因就是肾经、胃经、肝经等经络不通畅所致,况且,产妇的乳房比较脆弱,催乳时按摩的力道、方法和技巧都非常重要,一旦操作不慎,力道和技巧没有掌握好,会带来反效果,不仅孩子吃不上奶,也会给大人身体带来麻烦。

2月12日上午,记者跟随任凤菊来到一位产妇家做催乳。这是任凤菊第二次为这位产妇做催乳,“一般情况下做一次就会有效果,较为严重的需要多做一次巩固一下。”记者了解到,这位产妇因为乳房内有些许肿块,导致乳腺不通,奶水较少。

任凤菊让这位产妇平躺下,净手后开始帮她按摩一侧较为严重的乳房,为这位产妇逐一按摩乳房与身体五脏六腑相连的经络和八大乳腺,又根据产妇身体状况,将手臂和腿部与胃经相连的穴位进行了按摩,大约十分钟后再回到乳房部分,如此一个多小时时间,终于完成第一次治疗。

### >>要想干好催乳师 还要当个“万事通”

任凤菊告诉记者,并不是只要懂得如何催乳就能成为一个好的催乳师。“在给产妇做催乳过程中,很多产妇和家人都会问我很多关于产妇哺乳、饮食、及婴儿饮食起居等问题,如果你不知道,别人也就不会相信你能做好。”任凤菊说。

“产妇坐月子期间有哪些注意?”“给婴儿喂养母乳都需要注意什么?”“平时产妇如何调节饮食才能保证奶水充足、营养价值高?”“小孩子不爱喝母乳怎么办?”这些都是很多产妇和其家人经常咨询的问题,而且都非常琐碎,但都要认真对待,否则就会引起大麻烦。比如,产妇不能喝燕麦粥,最好少吃母鸡,这些食物都容易回奶;刚生完孩子的产妇不能喝猪蹄汤。

“很多时候产妇因为奶水较少,会比较急躁,如果不及时帮助产妇调节好情绪,即使给她做好催乳,以后还会出现奶水少的情况。”任凤菊说,做催乳时还要时刻观察产妇情绪,或者通过和产妇多聊天了解产妇心理、身体状况,然后再予以适当指导,才能从根本上解决产妇奶水少的问题,“有时候还要主动找话题说,其实我本是那种话比较少的人。”任凤菊笑着说。

为了能更好解答有关产妇的各种问题,任凤菊闲暇时研读孕、产方面书籍,看的多了,她几乎成了孕产方面的“万事通”,在给产妇催乳过程中,根据不同产妇的情况配以一些饮食上、情绪调节上的建议,不仅能帮助催乳,还很实用,让一些产妇和其家人走出传统的误区。“有时候催乳师也是月嫂,还是心理疏导师,什么都要懂。”

全城热恋,即将启幕

国贸中心
天下之中·荣耀之邦

“情定国贸”三月三相亲大会免费报名啦

主办:菏泽团市委 菏泽市妇联 齐鲁晚报 承办:齐鲁晚报·今日菏泽

相亲时间:农历三月三(公历3月24日)
相亲地点:菏泽市和平路国贸中心售楼处对过

报名方法:
1、裁切齐鲁晚报•今日菏泽刊登的报名表(每周一刊登),或登陆齐鲁晚报网今日菏泽频道(http://heze.qlwb.com.cn)点击“活动”专区下载报名表。
2、填写后带报名表和身份证复印件交到到菏泽市府东街171号齐鲁晚报•今日菏泽编辑部一楼相亲组委会。组委会不接受现场填写,敬请谅解。
3、离异者还需带证件或证明。
4、欢迎集体报名。

详情咨询:0530-6330008

诚邀相亲大会现场才艺表演、舞台个人风采秀,另征集美女、帅哥相册(个人近照、个人描述、联系方式等)。

国贸中心\和平路\银座南

菏泽核心\限量临街商铺
优惠热销!

银座商城核心商圈,绝版地段,财富聚集宝地;临街商铺,立体式交通,开创菏泽商业模式先河;30-243平方米限量版临街商铺;最多可享九折优惠,另送购物券。