hugo33233 / November 15, 2016 02:06PM

好寶寶產後護理之家:完善專業母嬰照顧 坐月子健康沒煩惱

隨著產業結構的轉變，近年無論北中南地區，新手媽媽對於坐月子的品質和要求漸漸有了新的改變，相較於傳統請長輩協助坐月子，近年媽媽們更喜愛選擇專業月子中心。好寶寶產後護理之家專業團隊指出，當新手媽媽對於月子中心的需求愈高，不僅只注重月子中心硬體設備，更應著重於月子中心館內護理師照顧比、專業度以及緊急措施流程等問題。

剛分娩結束的新手媽媽在坐月子初期，身體狀態最為虛弱，此時不僅需要謹慎照顧因為生產所造成的傷口復原以外，此時母乳分泌最為旺盛，透過勤加親餵，不但能夠促使親子感情外，更能刺激乳腺分泌乳汁。好寶寶產後護理之家專業團隊表示，無論剖腹產或自然產的新手媽媽，於分娩結束後皆需要住院約莫三至五天時間，後續緊接著就是為期一個月的坐月子期間，此時，透過月子中心內專業護理人員協助下，方能降低新手媽媽無助感和恐慌感。

坐月子期間並非僅能臥床，什麼事情都不能做，事實上透過適當的伸展和運動，對於產後傷口和身體器官的復原有莫大的幫助。好寶寶產後護理之家專業團隊表示，新手媽媽於坐月子期間，除了可以把握時間與新生兒建立良好默契以外，亦可依照自行狀況參加館內提供之新生兒照顧教學、育兒感官刺激教學、乳房護理教學等各種媽媽教室課程，提升媽媽對於照顧寶寶的經驗值。

現代人選擇專業月子中心進行產後坐月子，不但能夠藉此增加自我育兒的專業知識和技巧以外，也讓新手媽媽在身分轉換擁有緩衝時間。好寶寶產後護理之家專業團隊表示，所謂「活到老，學到老」，對於女性在嫁為人妻到晉升為媽媽，也是需要時間的適應以及學習，透過專業護理人員協助和家人陪伴下，使得新手媽媽和新生兒能夠健康成長。

好寶寶產後護理之家 母嬰照顧 坐月子 月子中心

☐ 好寶寶產後護理之家地址：三重分館 新北市三重區仁義街269號1-5樓
林口分館 新北市林口區文化一路一段83巷14弄25號2-5樓
桃園分館 桃園市三民路二段286號5,7,8樓
蘆洲分館 新北市蘆洲區中正路375號
☐ 好寶寶產後護理之家電話：三重分館 (02)2857-9219
林口分館 (02)2608-0808
桃園分館 (03)336-4488
蘆洲分館 (02)2857-9219
☐ 好寶寶產後護理之家官網：http://www.kiwibirdgroup.com/
☐ 好寶寶產後護理之家粉絲團：https://www.facebook.com/mysweetbabies0808
☐ 好寶寶產後護理之家部落格：http://mysweetbabies0808.blogspot.tw/