

# 《催乳师培训教材》

## 图书基本信息

书名：《催乳师培训教材》

13位ISBN编号：9787500851844

10位ISBN编号：7500851847

出版时间：2012-8

出版社：工人出版社

作者：全国现代家政服务岗位培训专用教材编写组 编

页数：126

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《催乳师培训教材》

## 内容概要

## 书籍目录

### 第一章 催乳师职业概述

#### 第一节 催乳师岗位概述

- 一、催乳师的职业定义
- 二、催乳师的基本职责
- 三、催乳师的服务对象
- 四、催乳师的护理时间
- 五、催乳师的市场及就业前景

#### 第二节 催乳师岗位要求

- 一、催乳师从业的基本要求
- 二、催乳师的职业素质
- 三、催乳师的礼仪要求

### 第二章 乳房的基本知识

#### 第一节 乳房基本知识

- 一、乳房的生理结构
- 二、妊娠期乳腺的解剖结构和特点

#### 第二节 中医有关乳房的基础知识

- 一、经络学、八纲辨证与乳房健康
- 二、精、气、血、津液与乳房健康
- 三、中医产褥期乳房护理穴位介绍
- 四、产褥期乳房护理穴位取穴法
- 五、中医注重乳房保养

### 第三章 催乳师乳房护理实操按摩

#### 第一节 乳房护理按摩准备

- 一、产褥期乳房护理按摩的作用及特点
- 二、指导产妇妊娠期的乳房护理工作
- 三、产褥期乳房护理按摩的注意事项
- 四、产褥期乳房护理按摩的手法
- 五、产褥期乳房护理按摩的用物、用法
- 六、产褥期乳房护理按摩一般步骤

#### 第二节 针对不同症状的乳房护理

- 一、产后普通型缺乳的护理
- 二、气血虚弱型缺乳的护理
- 三、肝郁气滞型缺乳的护理
- 四、乳腺肿块、乳汁淤积的护理
- 五、乳头皲裂的护理
- 六、乳头扁平或凹陷的护理
- 七、急性乳腺炎的护理
- 八、产后5-6个月乳汁逐渐减少的护理
- 九、产后乳汁自出的护理
- 十、回乳的护理

### 第四章 指导产妇进行正确的母乳喂养

#### 第一节 母乳喂养基本知识

- 一、产褥期乳汁的分类
- 二、乳汁的分泌及影响泌乳的因素
- 三、母乳的特点
- 四、母乳喂养使宝宝和妈妈都受益
- 五、母乳喂养的误区

六、催乳师应对产妇宣教母乳喂养的意义和知识

七、保证母乳喂养成功的策略

## 第二节 指导产妇掌握母乳喂养技巧

一、指导产妇掌握正确的哺乳姿势

二、正确哺乳姿势解析

三、错误的哺乳姿势

四、指导产妇掌握母乳喂养的技巧

五、指导产妇了解哺乳时的注意事项

六、对产妇母乳喂养信心不足的心理护理

七、如何确保产妇乳汁充足

八、特殊乳头与乳房的哺乳技巧

九、促进母乳喂养成功的护理

## 第三节 促进产后乳汁分泌的饮食调理

一、产后饮食注意事项

二、产妇饮食调养十忌

三、促进乳汁分泌的饮食调理

## 第五章 乳房保养知识及方法

### 第一节 乳房保养基本知识

一、不同体质女性的乳房保养

二、女性各阶段的乳房保养

三、女性乳房保养的七个措施八个禁忌

### 第二节 指导产妇进行产后乳房保养

一、产后乳房保养的目的及重要性

二、产后乳房保养的具体方法

三、家庭自我保健美胸按摩法

四、美胸穴位按摩法

## 附录

产褥期乳房护理常用的中草药性能简介

本书参考资料

## 章节摘录

版权页：插图：九、产后乳汁自出的护理 产后乳汁自出，是指产后乳汁不经婴儿吮吸即不断自然流出，也称为“漏乳”、“产后乳汁溢出”或“乳汁自涌”等。如乳母身体健康，体质强壮，营养旺盛，由于乳汁充沛，乳房饱满，而自然流出，一般认为是正常现象。也有因病而引起的乳汁自出，此病发生于产后，可能与乳腺腺管功能或结构异常有关，如与妊娠无关的溢乳则可与内分泌紊乱有关。在这里主要向大家介绍的是因病而引起的产后乳汁自出。1.发生原因 产后乳汁自出的发病原因多是由于气血虚弱，中气不足，或肝经郁热，疏泄失常，迫使乳汁外溢。2.症状 由于不同的病因所引起的症状也是不同的。（1）气血虚弱所引起的症状为乳房柔软，乳汁清稀，乳房无胀感，神疲气短，舌淡苔薄，脉细弱。（2）肝经郁热所引起的症状为乳房胀硬，乳汁浓稠，情志抑郁，烦躁易怒，甚或心悸少寐，便秘尿黄，舌质红，苔薄黄，脉弦数。临床表现典型的症状即为产后乳汁不经婴儿吮吸或挤压而自然溢出。一般流出为乳白色或黄白色的乳汁，而且乳房无结块，可有或无疼痛。3.按摩 如果是气血虚弱型，即按实操部分的“气血虚弱型按摩”来操作。如果是肝经郁热型，即按实操部分肝郁气滞型缺乳的护理按摩方法来操作。十、回乳的护理（一）回乳的两种方法 回乳俗称断奶。是指产妇在通过母乳喂养一段时间后，由于各种原因停止母乳喂养的行为。回乳的方法大体上可分为自然回乳和人工回乳两种。通常情况下，产后哺乳时间在10个月至1年之内而正常断奶者，可使用自然回乳方法；但如果是因为非正常原因，如各种疾病或特殊原因，哺乳时间不足10个月，在正常母乳喂养期间需要断奶的情况，则多需要通过人为方法（通常是药物或中医方法，如按摩）进行回乳，即人工回乳。正常回乳时，如果奶水过多，自然回乳不见效果，则需要通过药物或按摩方法进行人工回乳。1.自然回乳 自然回乳要有计划循序渐进，逐渐减少喂奶次数，缩短喂奶时间，同时应注意少进汤汁及容易下奶的食物，使乳汁分泌逐渐减少以致全消退。大约在两个月内完成回乳比较适宜。这样不但对婴儿影响小，也可避免造成乳房发生急性炎症反应。



# 《催乳师培训教材》

## 名人推荐

这是一套提供给全国家庭服务人员的实用性较好的培训与教育教材，为家庭服务业的发展做出了贡献。  
——中央广播电视大学教授 李福芝

## 精彩短评

- 1、呵呵,没看呢.打算到时候现学
- 2、这本书买来给同事用的，还不错啦。
- 3、当当的价格真是一天一个样啊
- 4、还可以，还比较实用，很有帮助
- 5、太浅了，没有深入，作为家政一般用用
- 6、比较不错的一本书，讲的很详细，内容还是比较全的
- 7、刚刚收到，看了一下挺好的。
- 8、讲的比较详细，值得一看。
- 9、帮人买的，希望不错，点名买的
- 10、买了好几本，多看看，这种培训书希望人卫赶紧出把市场上的好好总结一下，肯定畅销
- 11、不错的书 家里有小孩的看看
- 12、月嫂看着这本书，根据我的体质帮我改良点穴催乳的方法，果然很有效，我也买了一本，以后回乳的时候还能用到
- 13、收获很大，讲解很具体，内容好懂。给朋友已经买了好几本了
- 14、还是可以的，不过这些最好还是实践！！
- 15、职业必备的书籍，自己买上学习也是不错的教材
- 16、认识的很深刻让我们能够体会到
- 17、还可以吧。仅供参考
- 18、内容简单易懂，适合自己在家学习

# 《催乳师培训教材》

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)