

改革开放40年 · 逐浪

市场需求增大 催乳师逐渐走进人们的生活

□本报记者 李霞/文 李英平/图

随着人们生活水平的提高和育儿观念的进步,母乳喂养逐渐成为产妇的首选。在我市,一个新兴的职业——催乳师也逐渐走进人们的生活。近几年来,随着全面二孩政策的放开,催乳师这个行业更是生意红火。

从月嫂、营业员到专业催乳师

冉冬梅、蔡雪梅是市区中兴路与建设路交叉口附近“贝贴心母婴护理中心”的专业催乳师。冉冬梅今年40岁,蔡雪梅今年47岁,两人住在新华区西市场街道两个距离很近的社区,平时上下班喜欢结伴而行。

9月17日上午,记者来到该母婴护理中心,接待记者的只有蔡雪梅一人。她告诉记者,本来约好她与冉冬梅都在,但刚刚有个产妇点名要冉冬梅去催奶。

蔡雪梅告诉记者,催乳师是人们对专门催乳人员的一种称呼。随着生活条件改善,人们也普遍认识到母乳喂养的优点和必要性,但由于饮食、生活结构变化,许多产妇存在乳汁分泌困难的问题。而她们通过催乳技术(中医推拿手法)为产妇解决产后无乳、少乳等症状。

“七年前,我市仅有几家条件好些的月子中心,基本没有从事催乳的专业人员。当时,我看到很多产妇生产后给孩子喂奶时常会出现这样那样的问题……”蔡雪梅原是月嫂,当月嫂时接触到很多有少乳、无乳、乳房胀痛等症状的产妇需要催奶,她便有了转行当一名专业催乳师的想法。于是,2014年,她到北京一家催乳师培训机构学习,成了一名专业催乳师。

据了解,冉冬梅从事专业催乳师前曾是一名超市营业员。有一次,冉冬梅的亲戚产后因乳腺不通,两个乳房胀得跟皮球一样。后来一位催乳师帮她疏通了乳腺,第二天,宝宝就顺利地喝上了母乳。通过这件事,她也看到了催乳师这个行业很有市场发展前景,随后,她也转行当起了催乳师。



每天,冉冬梅(左)和蔡雪梅要对这个穴位模型人进行观察揣摩,把作用熟记在心里

催乳师催乳:看似简单也不简单

9月18日下午2点多,冉冬梅一边接电话,一边抓起儿子的书包放在电动车篓内,将上小学二年级的儿子送到学校。随后,冉冬梅匆匆赶到护理中心,约好一会儿为一名乳房胀痛的哺乳期产妇疏通乳腺管。

到护理中心后,冉冬梅换上了白大褂,洗净双手,戴上一次性口罩。冉冬梅看到躺在床上的产妇有些紧张,一边轻声地与她闲聊,一边给她做头部按摩,七八分钟后,产妇紧张的表情渐渐放松了。冉冬梅站起身来,再次洗手后坐在按摩床边,先用揉搓双手使其变得温暖,然后在产妇胸部一侧轻轻按摩。七八分钟后,一股股乳汁如清泉般冒出,弄得冉冬梅手上、胳膊上、脸上都是。

催奶路上有苦有累还有甜

最近几年,随着二孩政策的放开,有母乳喂养缺陷的产妇对催乳师的需求逐步增多,因此催乳师在市场的竞争也是很大的。冉冬梅告诉记者,目前就她知道的从事催乳师职业的人就有数百人,且都为女性。我市尚没有男性从事这一职业。一般来说,催乳师主要工作内容大都是上门催乳,催乳服务分为单次服务和疗程卡两种。每次催乳时间一般一到两个小时,费用在200到300元之间。如果是按疗程收费,价格便会便宜些。

“我市催乳师行业的兴起和逐渐火爆,也就是最近这两三年的事。过去,我市很少有专业人员从事催乳师,很多产妇虽然有需求,但是觉得忍忍算了。有些产妇三天两头堵奶,也不会每次都去医院,忍着忍着就患上了乳腺炎……”冉冬梅说,虽然她从事催乳师仅5年,但也算是催乳师行业的“老人”了。

“刚开始做催乳师时很难,

“呀,真不好意思!弄脏了!”

“没事,我们都习惯了。其实这是好事,证明你这边的乳腺通了……”冉冬梅用一只手抹了一下脸上的乳汁,又按摩起来……一个多小时下来,冉冬梅按着酸痛不已的腰站起来,产妇一脸感激地坐起来说,胸部舒服多了。

冉冬梅说,催乳师催乳看似简单也不简单。一般来说,催乳主要包括四个方面,首先是心理上的疏导,产妇的奶水受心理因素影响很大;其次是饮食;再次是穴位的保健按摩;最后,产妇要进行适当的体育锻炼。另外,有的产妇由于体质问题,还会出现无法催乳的情况,需要催乳师有丰富的经验才能准确判断。

“许多产妇在哺乳期缺少相关母乳喂养及乳房的日常养护知识,如孩子刚生下来时,喝鲫鱼汤、鸽子汤等,极易造成乳房肿胀导致‘爆奶’。正确的做法是生产后的第一周产妇饮食要以清淡为主;还有的产妇乳房让孩子碰着了或者睡姿不正确等,极易出现乳房胀痛、乳腺管阻塞、乳汁淤积等症状……”冉冬梅说,在日常的催乳过程中,她会告知产妇一些母乳喂养及乳房保健的基本知识。

“催乳的关键在于找准穴位,手按摩的力度要柔和、均匀,持久、张弛有道,有穿透力,才能开掘生命的甘泉。理论知识固然重要,更重要的是实践经验与催乳效果。”对于冉冬梅的说法,蔡雪梅也有同感。蔡雪梅说,要

想当一名好的催乳师,不仅要学习人体解剖学、营养学、针灸推拿学、护理学、中医心理学、中医营养学、中医养生学等学科专业知识,还要了解营销、管理以及职业道德规范方面的知识。

“乳腺导管细如发丝,用蛮力按摩不但无法催乳,反而会破坏乳腺组织,造成乳汁淤积,引发炎症。所以,催乳师拥有专业的催乳技术很重要。”蔡雪梅从柜子里拿出印着人体各穴位的人体及乳房模型告诉记者,理论知识固然重要,更重要的是实践经验和催乳效果。她记得学习催乳中的乳房按摩技术时,先是利用这些模型找穴位和手感,然后在老师的指导下,在自己、同学和老师身上反复练习、揣摩、观察等。

夜间上门服务。为了安全起见,她只好让丈夫陪同。

作为催乳师,也有让她们感到甜蜜和开心的时候。今年过年期间,新城区有位产妇生了孩子后乳汁一直很少。产后3个月,还出现一侧乳房胀痛。蔡雪

梅检查后发现,出现这些问题是因为积奶,需要疏通乳腺。经过两次按摩治疗后,她的这些症状消失了,乳汁也下来了。他们一家人对她非常感谢,非要让孩子认她当“干娘”不可。这件事让她很有成就感。

小建议

冉冬梅和蔡雪梅根据从业的经验,给产妇一些建议:

1. 初乳的营养价值很高,如果条件允许,不要让宝宝错过初乳。
2. 产妇要学习如何正确母乳喂养。其实孩子是最好的催乳师,哺乳期一定要让孩子“勤吃奶、多吃奶”,保持乳腺畅通。
3. 奶水少的产妇要注意科学催乳,奶水多的产妇要注意预防堵奶和乳腺炎。
4. 少奶的原因很多,产妇要找原因,多保持快乐、平和的心态,尤其要注意产后抑郁症。
5. 建议一两岁的孩子尽量母乳喂养。给孩子断奶时要选择科学的断奶方式。

蟹都汇 | “蟹”逅 11 年
一票在手 全国通用

生命中的贵人
蟹蟹礼

蟹票订购热线: 0375-8978008 13525350730
地址: 曙光街与迎宾路交叉口(市二院)桥东50米路南