

咋坐月子才开心？ 听听她们怎么说

三种坐月子方式都试过 她觉得去月子会所最满意

第一次坐月子，她手忙脚乱

生第一个孩子时，茵茵29岁，她和丈夫还没有做好迎接新生命的准备，急性子的儿子就来到了世间。孩子出生3天后，茵茵抱着他离开医院回到家。

茵茵坐月子期间，家里简直乱七八糟，因为提前啥也没准备，需要用什么的才火速去商店买。至于怎么给儿子喂奶，茵茵也懵懵懂懂，孩子哭了就喂，不哭就不喂，完全没有按时间给孩子喂奶的概念，至于科学护理就更谈不上。

在家待了不到一周，孩子哭闹不止，不好好吃奶，皮肤发黄，有一天，孩子竟然陷入昏迷状态，茵茵和丈夫吓坏了，赶紧把孩子送到医院。检查结果显示孩子黄疸严重超标，孩子被直接送进了重症监护室。

每隔两天，茵茵才被允许探望儿子一次，还只能隔着玻璃看。看着儿子躺在病床上，周围是各种监护仪器，头上还插着输液针头，茵茵的心都碎了，眼泪像断了线的珠子一样落下来……

着急、难过，乳房胀得生疼，加上发烧，茵茵也住进了医院。

在月子会所虽然花费不少，但她觉得很值

今年7月，茵茵生下女儿，儿女双全，全家人乐得合不拢嘴。吸取了上次的教训，茵茵早早为坐月子作准备。听朋友说去月子会所坐月子轻松、舒适，经过认真比较，茵茵联系了一家月子会所，出院后就抱着女儿住了进去。

在月子会所里，茵茵过得很开心，每天各种蔬菜、水果、肉类换着花样吃，饮食营养搭配合理，还特别适合茵茵的口味。此外，月子会所有专业的护理人员，用科学的方法照料茵茵坐月子，没有生产后不能刷牙、不能洗澡等禁忌，护理人员用中药汤剂帮茵茵洗头、洗澡，还把艾灸泥涂在她身上以祛湿散寒，茵茵感觉既卫生又舒服。

儿子出生后不久生病住进重症监护室的经历，一直令茵茵心有余悸，因此，她对女儿的健康状况

茵茵和孩子终于康复回到家中，她婆婆特意从乡下赶来照料茵茵娘儿俩。她婆婆身体不好，几乎不会做饭，对茵茵娘儿俩的照顾十分有限。

晚上是茵茵最难熬的时候，她焦虑得几乎睡不着觉，还要忍着浑身酸痛起床给儿子喂奶，想让丈夫帮忙，他却睡得根本叫不醒……茵茵觉得丈夫不体谅她，婆婆又帮不上忙，又气又急，奶水越来越少，后来竟然彻底没有了。为帮茵茵下奶，茵茵的妈妈每天下班后到茵茵家，给女儿炖猪蹄汤、鲫鱼汤、排骨汤喝。茵茵便秘得很厉害，不想喝这些肉汤，后来发展到看见汤就想吐。茵茵的妈妈见女儿不想喝汤很生气，劝她替孩子着想。茵茵也恼了，大声怼妈妈“就不喝”，把妈妈气走了。

没办法，茵茵的丈夫花7000多元请了月嫂照顾茵茵，月嫂很勤快，照料孩子、做月子餐都很有经验，但是，家里添了一个陌生人，有诸多不便。

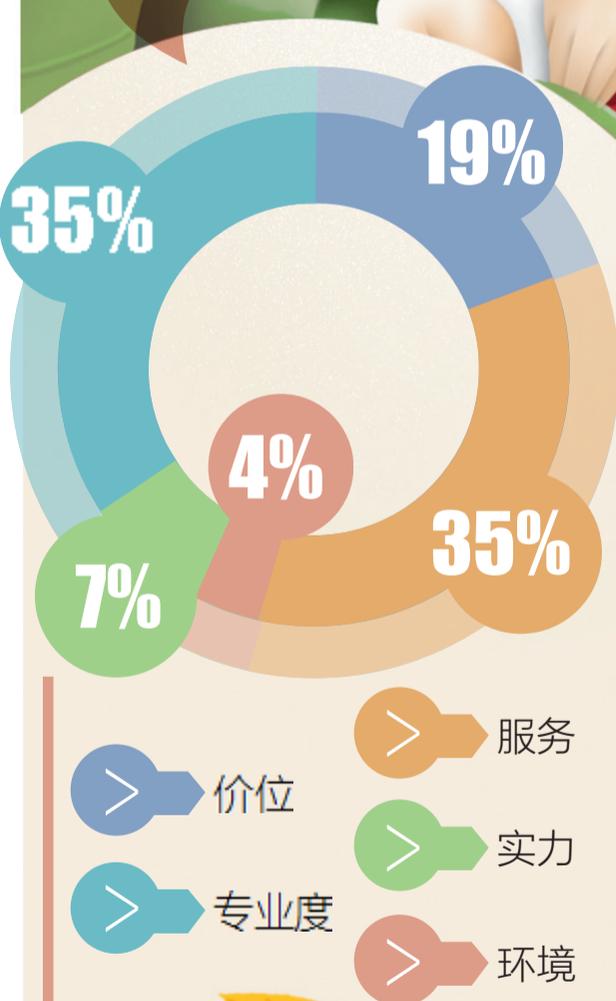
看得格外重。在月子会所里，有专业人士定时给她女儿测黄疸、量体温、洗澡、按摩等，随时监测她女儿的身体变化及健康状况，茵茵放心了许多。

茵茵说，两次坐月子经历让她深有感触，她觉得，家人照顾，由于不专业很难做得周到，且受很多旧观念约束，会给产妇和孩子的健康带来影响；请月嫂，可以减少家人的劳动量，且月嫂护理也专业，但家中多了一个陌生人，会有诸多不便；到月子会所，在全新的环境中，产妇有新鲜感，可以减少与家人由坐月子而引发的各种摩擦，并能得到专业、周到的护理，可以学习科学的产后恢复和育儿知识，经常和其他新妈妈、护理人员交流，不会觉得寂寞无聊。这次在月子会所里坐月子花了三四万元，茵茵觉得还是挺值的。

□记者 范丽

■茵茵(化名) 35岁
说起坐月子的经历，茵茵笑着说，她生了两个孩子，请家人照顾、请月嫂、去月子会所，这三种坐月子方式她尝试了一个遍，觉得还是去月子会所坐月子最令她满意。

如果选择到月子会所坐月子，您最看重的是



绘制
伯晨

调查显示 74%的孕妈、产妇 接受月子会所

□记者 何奕儒

月子究竟怎么坐才好？请家人照顾？找月嫂帮忙？选择专业的月子机构？记者通过网络调查和发放纸质调查问卷两种方式，对百余名孕妈、产妇进行了调查，了解她们对坐月子的想法。

1 不少人对于在家坐月子有顾虑

孕妈、产妇喜欢以什么样的方式坐月子？选择“在家坐月子，由父母照顾”的人最多，其次是“在家坐月子，请月嫂照顾”，最后是“到专业月子机构，接受专业服务”。

由此可见，大家比较认同传统的坐月子方式。在家坐月子自然有其优点，比如产妇更熟悉环境，不会出现认床、睡不好的情况，亲朋前来探望也比较方便，产妇可以自由选择饮食。请月嫂来家照顾产妇坐月子，虽然会增加成本，但月嫂能帮助产妇家人分担不少事情。

调查问卷也显示，不少人对在家坐月子有顾虑。因为缺少专业的医疗护理知识，宝宝和产妇一旦发生意外，家人会手足无措，无法及时解决问题，并且不少产妇在育婴观念上容易和老一辈人产生冲突，引发家庭矛盾。

2 74%的孕妈、产妇接受月子会所

去月子会所坐月子是近年我市新兴的坐月子方式，逐渐被认可，但在调查中，有不少孕妈、产妇表示只是听说过月子会所，并未深入了解。

调查问卷显示，虽然选择到月子会所坐月子的人不多，但大家对月子会所充满期待，表示能够接受月子会所。对于“您是否愿意到月子会所坐月子”这个问题，74%的人表示如果经济条件允许，会考虑到月子会所坐月子。月子会所的价位是大家比较关心的内容，73%的人能够接受每月1万元以下的价位，27%的人能够接受每月1万元至3万元的价位。

除了价位，孕妈和产妇还关心月子会所提供的服务和护理人员的专业程度。

怀孕7个月的王艺丹告诉记者：“我听朋友说，月子会所有专业护理人员照顾产妇和婴儿，饮食丰富且有营养，护理科学周到，家人不用操太多心。护理人员还会随时关注产妇情绪，防止产妇患产后抑郁症，服务很全面。”

“坐月子是女人的‘重生’，如果月子会所能照顾好产妇和宝宝，让产妇舒心、产妇家人省心，相信多数人愿意掏这笔钱。”曾住过月子会所的宋雅丽说。