

月子会所怎么做月子 月子会所 月子会所要多少钱

产品名称	月子会所怎么做月子 月子会所 月子会所要多少钱
公司名称	东莞市十月莞月子家政服务咨询有限公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	东莞市莞城街道兴塘社区东城西路138号泰丰大厦1205号
联系电话	13622667724

产品详情

坐月子期间照顾婴儿五大禁忌

每一个妈妈产后都非常的辛苦，在这个人生的特殊阶段，她们需要忍着疼痛与不适，去照顾她们的小宝贝，但是很多时候妈妈都会忘记一些禁忌，尤其是作为新手妈妈，对于坐月子期间照顾宝宝，有几大禁忌需要妈妈们牢牢记住。接下来莞月子网小编带大家一起了解。

第1，忌让宝宝直接穿新衣服，妈妈们应该提前准备好宝宝专用的洗涤剂，温和不刺激的洗涤剂不会残留在衣服里，更不会刺激宝宝的皮肤，更加安全放心。

第二，忌拧捏婴儿的脸蛋，很多妈妈或者家属看到宝宝胖嘟嘟的小脸蛋就会想捏一下，但是这是万万不可以的，宝宝的脸蛋内部连接着腮腺和腮腺管，如果用力稍大，就会造成宝宝流口水甚至腮腺炎。

第三，忌让宝宝睡在大人中间，有些家属为了照顾的方便或者是半夜喂奶的方便，选择让宝宝睡在大人中间，但是这是错误的做法，因为宝宝的缺氧量更大，两侧都有人会阻挡空气流通，严重影响宝宝的睡眠，甚至影响宝宝的发育，月子会所怎么做月子，而且大人的睡姿千姿百态，有可能会误伤到宝宝。

第四，忌给宝宝洗澡过多，婴儿的角质层非常的薄，而且血管比较粗大，吸收能力较强，如果洗澡次数过频，或洗澡时使用药皂及碱性强的肥皂，会因皮肤表面油脂被去除而降低皮肤防御功能。

第五，忌拍打婴儿的后脑、后背，宝宝的囟门还没有完全关闭，而且后背有脊髓，里面有脊神经，如果拍打后脑和后背，很有可能会损伤到神经，造成不可逆的损伤。

作为父母亲人，当然应该以宝宝的健康安全为主，千万不要小看了这些小细节，往往会造成无法挽回的后果，谨记这五点禁忌，才能把宝宝照顾得更好。

产后饮食分类，佛山坐月子食谱

很多父母都会觉得，孩子刚刚生完小宝宝，身体非常的虚弱，一定要倾其所有，让孩子大补特补，尽快恢复。但是，这其实是个错误的观念，产后补身体确实没错，但是这也需要按照一定的顺序与规则，循序渐进，不同的阶段采取不同的原则，让营养更实用。莞月子网小编带你学习一下，在佛山坐月子期间，如何做好一份月子食谱。

产后第1周:以开胃补水为主，分娩过程中，由于体液和血液的大量丢失，导致产后的妈妈很容易口渴缺水，而且这个阶段妈妈们的脾胃通常比较虚弱，胃酸分泌并不多，导致妈妈的胃口也不佳，所以这个时期应该以开胃补水为主。饮食以清淡可口、不油腻易消化为主，营养丰富，哪有月子会所，流质或半流质为主。

产后第二周:以补xue为主，经过了前一阶段的yang胃过渡，妈妈的肠胃略微恢复了一点，胃口明显会更好，而且此时伤口也愈合得较好，所以这个时期可以吃一些补xue的食物。例如猪肝、黑mu耳等，平时可以稍微喝一点红糖水，在适当补充一些水果的摄入，例如苹果、梨、香蕉等。慢慢调整，补充各种营养素，预防便秘等情况。

产后第三周:cui奶汤料上场，妈妈经过前期的调理，ru腺管已经完全通畅，不会发生涨奶等情况，而且宝宝的胃口也会慢慢增加，这个时候就可以进行cui奶汤的进补了。例如鲫鱼汤、猪蹄汤、蛋花汤、鸡汤、排骨汤等，适当加入一些中yao效果会更好，而且坐月子的时候用公鸡炖汤胜过母鸡，喝汤应该汤和料一起吃。

每个阶段都有它自己的道理，切莫急于求成，否则对妈妈的身体而言无疑是一大负担，在佛山坐月子可以巧妙利用地理优势，多吃时令菜，让菜谱的饮食结构更完善，营养更均衡。

眼看着天气渐凉，慢慢就要转入秋季，秋季的天气多变，尤其是在南方，东莞坐月子要注意天气变化，以及饮食的结构调整，那么在东莞坐月子具体要注意哪些细节问题呢？莞月子网小编总结了以下经验:

注意防风，秋天的天气变化无常，忽冷忽热，有些妈妈们为了贪凉，常常开空调不注意温度，或者不注意衣服的加减，天气一热略微出点汗就开始脱衣服，结果风稍微一吹马上就着凉了，所以秋季一定要特别注意防风保暖。不论是中午热的时候或是傍晚冷的时候，都要穿长袖的衣服裤子，注意添加衣物，千万不要让自己受凉，否则以后老了会落下一身病根，长年关节疼痛。

即使到了秋天，医院也会接收到中暑的产妇，原因就是她们在坐月子的时候一直捂着自己，本来坐月子期间出汗量就会增加，月子会所，再加上衣服和被子，很容易就会导致脱水和中暑。所以在秋天坐月子的时候，一定要注意补充水分和少量的盐分，维持电解质的平衡，每天定时开窗通风，流通一下室内的空气，但是需要避免通风对着孕妈直吹。

晚上的时候一定要注意穿好衣服裤子，zui好可以穿一双袜子，适当遮盖合适厚度的被子，以保暖但不会太热为主，半夜起来帮孩子喂奶的时候，切莫因为着急而忘记穿衣服和鞋子，严防受凉的情况。

产后建议孕妈每天都能吃一大盆蔬菜沙拉，专业月子会所，秋季的菠菜富含叶酸和锌，甘蓝富含钙，搭配沙拉，可以提高食欲，让孕妈的胃口更好，而且还能补充维生素和纤维。秋季的大豆比其他时节的更具营养，可以每天早晨一杯豆浆，补充蛋白质和微量元素。

秋季在东莞坐月子也会有很多注意事项，千万不要因为一时的马虎而造成不好的后果，掌握秋季坐月子的各个细节，让孕妈和宝宝更加健康快乐。

月子会所怎么做月子-月子会所-月子会所要多少钱(查看)由东莞市十月莞月子家政服务咨询有限公司提供。东莞市十月莞月子家政服务咨询有限公司 (foshan.guanyuezi.com) 是广东 东莞 ,其它的翘楚，多年来，公司贯彻执行科学管理、创新发展、诚实守信的方针，满足客户需求。在十月莞月子家政服务领导携全体员工热情欢迎各界人士垂询洽谈，共创十月莞月子家政服务更加美好的未来。