

medela® 母乳餵哺教室 - 產前後乳房按摩及護理

毫無疑問，母乳是哺育我們下一代的天然及最好的食物。母乳可幫助嬰兒腦部發育，加強學習及辨識能力。但是媽媽往往因為餵奶時乳房及乳頭感到痛楚、破損甚至乳腺發炎，便會放棄這種天賜給寶寶最有效、最天然的免疫及抗敏感良方，這時候如懂得即時作乳房按摩及舒緩，並好好作出適當的護理，問題自然迎刃而解。

乳房按摩的好處

1. 乳房按摩可以幫助新媽媽樹立母乳喂養的信心
2. 按摩乳房可清除乳管內因新陳代謝而產生的污垢以及胸罩的棉絮纖維。
3. 按摩會刺激乳頭和乳暈，可使乳頭的皮膚變得強韌，將來寶寶也比較容易吸吮
4. 為防止乳頭易出現瘀血、浮腫的症狀發生，可藉由按摩讓乳房發育順暢
5. 按摩乳房可以軟化乳房，使乳管腺暢通，增加奶水的流暢
6. 接近斷奶時，由於奶水相當豐沛，容易造成奶水淤積，按摩乳房可檢查出是否有餘奶、硬塊
7. 若養成觸摸整個乳房的習慣，有助於早期發現乳癌



故此本課程就與準媽媽分享產前後的乳房護理，乳房按摩的技巧及乳房凹陷及扁平的護理，並教授母乳餵哺的小貼士。

- 內容：**
- ~ 產前後常見的乳房及乳頭問題如乳頭疼痛與乳頭龜裂、乳房充盈、乳腺炎及護理
 - ~ 乳頭凹陷及扁平的護理
 - ~ 產前產後乳房按摩及手勢練習
 - ~ 母乳餵哺小貼士

講者： 陳章瓏姑娘 註冊助產士、國際孕婦及嬰兒按摩專家

開課日期： 2009年4月20日 (星期一·晚上7:00-8:00)，共1節 (課程編號: 303-20040978)

上課地點： 九龍彌敦道761號 太子 ~ 藍馬之城 15樓 A室 (太子地鐵站C1出口)

學費： (每位孕婦參加者) 康妍會員\$80 非會員\$110 每位參加者可獲 Medela 禮品 1份

贈品/優惠： 每位參加者如同時報讀產前後乳房按摩及護理及母乳哺育指導實習工作坊，可持課程收據於BBCARE SHOP 購買 Medela 產品可作\$150 現金使用

贊助： medela®

請用黑色原子筆填寫

母乳餵哺教室 - 產前後乳房按摩及護理 報名表格

報名日期:

參加者姓名(中文):	(英文):	電郵地址:
參加者手提電話:	住宅電話:	身份証號碼(頭4個數字):
通訊地址:		
預產期: (日 月 年)	預計出世醫院:	
報讀課程: <input type="checkbox"/> 2009年4月20日 (星期一·晚上7:00-8:00), 共1節 (課程編號: 303-20040978)		
每位孕婦參加者: <input type="checkbox"/> \$80 康妍會員 <input type="checkbox"/> \$110 非會員	付款方法: <input type="checkbox"/> 支票(支票號碼:) <input type="checkbox"/> 信用咭 <input type="checkbox"/> 銀行入數 <input type="checkbox"/> 現金	

請由本人之信用咭支付上述郵購總費用 Please charge the following credit card account for the purchase of the total amount:

持咭者姓名(英文): _____
 信用咭號碼: [] [] [] [] - [] [] [] [] - [] [] [] [] 信用咭有效日期至: _____ / _____
 此郵購須經由信用咭中心批核才有效 The amount of this Order Form is subject to the Card Centre's approval.

持咭者簽署: _____ 日期: _____
 須與信用咭賬戶之簽署相符 Signature should correspond with specimen on Credit Card account

填妥以上表格連同支票(抬頭: "BBCARE") 寄回本公司 或 填妥以上表格連同閣下之信用咭資料寄回 或 傳真 3516 1170 或 於銀行入數後(本公司恆生銀行帳戶: 385-775077-883), 連同入數紙及報名表格傳真予 3516 1170

每班名額有限·報完即止! 查詢熱線: 3528 0063

APP. CODE	DATE	HANDLED BY