

产后恢复

职业技能等级标准

标准代码：590020

（2021年2.0版）

湖南金职伟业母婴护理有限公司 制定

2021年12月 发布

目次

前言.....	1
1 范围.....	2
2 规范性引用文件.....	2
3 术语和定义.....	2
4 适用院校专业.....	3
5 面向职业岗位（群）.....	4
6 职业技能要求.....	4
参考文献.....	14

前 言

本标准按照GB/T 1.1-2020《标准化工作导则 第1部分：标准化文件的结构和起草规则》的规定起草。

本标准起草单位：湖南金职伟业母婴护理有限公司、天津医学高等专科学校、北京社会管理职业学院（民政部培训中心）、长沙民政职业技术学院、永州职业技术学院、滨州职业学院、金华职业技术学院、深圳职业技术学院、岳阳职业技术学院、湖南中医药高等专科学校、咸阳职业技术学院、首都医科大学附属北京友谊医院、北京大学医学院、湖南中医药大学、中南大学湘雅三医院、中南大学护理学院、湖南省妇幼保健院、广州卫生职业技术学院、安徽医学高等专科学校、沧州医学高等专科学校、山东医学高等专科学校、娄底职业技术学院、长沙卫生职业技术学院、荆州职业技术学院、黑龙江护理高等专科学校、酒泉职业技术学院、湖南环境生物职业技术学院、常德职业技术学院、兰州大学医学院、安徽省淮北卫生学校、核工业卫生学校、景德镇市卫生学校、重庆新骄阳健康产业股份有限公司、重庆市时代职业培训学校、重庆骄阳商务人才学校、北京长峰医院、江苏产康人科技有限公司、南京产康网科技有限公司、昆山程成职业培训学校、武汉奔跑吧教育研究院、天津晓康爱科技有限公司、河北燕达国际医院、陕西梵恩诗实业有限公司、长沙宁儿妇产医院、山东姆贝士营养健康服务有限公司、北京无忧草投资管理有限公司、婴商国际集团有限公司、北京国合堂医学研究院、湖南金婴丽人健康管理有限公司、中国妇幼保健协会、中国健康促进基金会、北京母婴服务协会、湖南省家庭服务协会、湖南省育婴师协会。

本标准主要起草人：潘建明、彭英、张彦文、李斌、谢玉琳、王庆、陈燕、唐四元、李敏、赵巧云、胡成巧、薛梅、徐晨、徐红、唐玲芳、谭泽晶、李福胜、曾湘玲、蔡健、杨小玉、王博巧、郝福春、包焜、方伟、石奇、周向群、钱红、黄铁牛、李梦玲、颜益红、郑长花、邱志军、李习平、任刊库、黄红东、范国正、刘慧、罗元元、夏晓萍、杨文龙、丁博、易景芳、王玉、薛峰军、杨爱萍、王丽君、刘益、邝贤珍、杨杨、向艳华、肖有田、黄艳华、许新赞、李浩平、秦秀娟、闫子璇、朱小棠、曹鑫、黄丽、石佳琪、黄华东、邹燕、杨飞、陈万方、李姁铖、王琳、刘志杰、徐玲、周琴、汪慧、雷蓉蓉、舒华、李艳花。

声明：本标准的知识产权归属于湖南金职伟业母婴护理有限公司，未经湖南金职伟业母婴护理有限公司同意，不得印刷、销售。

1 范围

本标准规定了产后恢复职业技能等级对应的工作领域、工作任务及职业技能要求。
本标准适用于产后恢复职业技能培训、考核与评价，相关用人单位的人员聘用、培训与考核可参照使用。

2 规范性引用文件

下列文件对于本标准的应用是必不可少的。凡是注日期的引用文件，仅注日期的版本适用于本标准。凡是不注日期的引用文件，其最新版本适用于本标准。

GB/T 20647.8-2006	社区服务指南 第 8 部分
GB/T 31771-2015	家政服务 母婴生活护理服务质量规范
4-10-01-06	家政服务员国家职业技能标准（2019 年版）
4-10-01-02	育婴员国家职业技能标准（2019 年版）
SB / T 10984-2013	家庭母婴护理服务规范
DB41 / T 594-2009	产褥期母婴护理员等级规定及服务规范
DB37 / T 1589.2-2010	家政培训服务规范第 2 部分：母婴生活护理
DB12 / T 1551-2012	母婴护理服务规范
DB22 / T 1844-2013	母婴护理服务质量规范
DB21 / T 2165-2013	家庭服务 母婴护理服务规范
DB36 / T 793-2014	母婴生活护理员（月嫂）服务质量规范
DB61 / T 921-2014	家政服务指南 母婴护理
DB35 / T 1473-2014	母婴护理服务规范
DB14 / T 1032-2014	家庭母婴护理服务规范

3 术语和定义

GB/T 31771-2015 界定的以及下列术语和定义适用于本标准。

3.1

产后恢复 *postpartum recovery*

对围产期及产后三年内的妇女进行生理、心理和社会功能恢复的行为活动。

3.2

乳房保健 *breast care*

对围产期及产后三年内的妇女乳房进行调理及塑形，并促进产妇哺乳期产奶。

3.3

体质调理 *constitution regulation*

根据个人体质特征及信息，针对各种体质及早采取相应防治方案，通过各种科学的方法对个体体质进行调理，促进疾病的康复，纠正或改善某些体质的偏颇，减少体质对疾病的易感性，促使体质转化，以预防疾病或延缓发病。

3.4

形体恢复 *body recovery*

采取多种技术，针对妇女生产前后的身体变化进行全面的恢复性治疗，使产妇尽量恢复到产前的状态，使产妇遵循健康运动，合理搭配饮食，达到迅速恢复良好的健康状况。

3.5

心理疏导 *psychological counseling*

针对围产期及产后妇女的心理变化特点，予以合理的心理照护和调适，使其适应孕产期身心变化，预防心理疾病的发生。

3.6

生殖保健 *reproductive health*

对育龄妇女进行生殖健康知识及保健技术的教育，通过多种形式进行指导，宣传预防妇女常见病和多发病的知识，提高育龄妇女以及家庭成员对生殖健康知识的知晓率，形成预防疾病、保持健康和促进恢复的保健意识。

4 适用院校专业

4.1 参照原版专业目录

中等职业学校：护理、助产、康复技术、中医护理、中医、中医康复保健、农村医学、营养与保健、计划生育与生殖健康咨询、人口与计划生育管理、健体塑身、休闲服务、运动训练、体育设施管理与经营、休闲体育服务与管理、民政服务与管理、社区公共事务管理、社会福利事业管理、家政服务与管理、美容美体、幼儿保育、社会工作、康复辅助器具技术及应用。

高等职业学校：护理、助产、康复治疗技术、康复辅助器具技术、中医康复技术、临床医学、中医学、中医骨伤、针灸推拿、医学美容技术、预防医学、社区康复、幼儿发展与健康管理、公共卫生管理、卫生信息管理、人口与家庭发展服务、生殖健康服务与管理、健康管理、医学营养、中医养生保健、心理咨询、心理健康教育、运动训练、运动防护、社会体育、休闲体育、民族传统体育、体育艺术表演、体育运营与管理、体育保健与康复、健身指导与管理、社会工作、社区管理与服务、民政管理、家政服务与管理。

高等职业教育本科学校：护理、康复治疗、健康服务与管理、社会体育指导与管理、休闲体育、家政管理。

应用型本科学校：护理学、助产学、中医护理、高级护理、中医学、中医康复学、中医养生学、中医儿科学、中医骨伤科学、中西医临床医学、妇幼卫生、康复治疗、美容医学、高级助产、临床康复医学、针灸推拿学、推拿按摩技术、社区服务、家政管理、心理学、妇幼保健医学、基础医学、临床医学、儿科学、预防医学、食品卫生与营养学、卫生监督、全球健康学、健康服务与管理、社会体育指导与管理、休闲体育。

4.2 参照新版职业教育专业目录

中等职业学校：护理、中医护理、中医、中医康复技术、中医养生保健、康复技术、康复辅助器具技术及应用、卫生信息管理、营养与保健、生殖健康管理、婴幼儿托育、幼儿保育、体育设施管理与经营、休闲体育服务与管理、运动训练、社会工作事务、社区公共事务管理、社会福利事业管理、民政服务、现代家政服务与管理、母婴照护、美容美体艺术。

高等职业学校：护理、助产、中医学、中医骨伤、针灸推拿、中医康复技术、中医养生保健、临床医学、医学美容技术、药膳与食疗、康复治疗技术、康复辅助器具技术、公共卫生管理、卫生信息管理、预防医学、健康大数据管理与服务、健康管理、婴幼儿托育服务与管理、心理咨询、心理健康教育、医学营养、生殖健康管理、社会体育、休闲体育、运动训练、民族传统体育、运动防护、体育保健与康复、体育艺术表演、健身指导与管理、运动健康指导、运动数据分析、体能训练、体育运营与管理、社会工作、社区管理与服务、民政服务与管理、公共事务管理、现代家政服务与管理、社区康复。

高等职业教育本科学校：护理、康复治疗、康复辅助器具技术、公共卫生管理、健康管理、婴幼儿发展与健康管理、医养照护与管理、社会体育指导与管理、休闲体育、体能训练、社会工作、民政管理、现代家政管理。

应用型本科学校：护理学、助产学、中医护理、高级护理、中医学、中医康复学、中医养生学、中医儿科学、中医骨伤科学、中西医临床医学、妇幼卫生、康复治疗、美容医学、高级助产、临床康复医学、针灸推拿学、推拿按摩技术、社区服务、家政

管理、心理学、妇幼保健医学、基础医学、临床医学、儿科学、预防医学、食品卫生与营养学、卫生监督、全球健康学、健康服务与管理、社会体育指导与管理、休闲体育。

5 面向职业岗位（群）

【产后恢复】（初级）：主要面向助理产后恢复技师等职业岗位，主要完成对产妇的基础性乳房保健、形体恢复以及生殖保健等工作。

【产后恢复】（中级）：主要面向产后恢复技师等职业岗位，主要完成产妇的针对性心理疏导、体质调理以及针对产妇的运动及营养指导、盆底康复等工作。

【产后恢复】（高级）：主要面向技术督导（店长）等职业岗位，主要完成根据产妇的特点制定针对性恢复方案、能对产妇和产后恢复从业人员进行培训指导、以及对从业人员进行业务管理等工作。

6 职业技能等级要求

6.1 职业技能等级划分

产后恢复职业技能等级分为三个等级：初级、中级、高级，三个级别依次递进，高级别涵盖低级别职业技能要求。

【产后恢复】（初级）：为产妇提供基础性乳房保健、形体恢复、生殖保健服务，掌握产妇心理健康的相关知识。

【产后恢复】（中级）：能为产妇提供针对性心理疏导、体质调理服务，掌握运动及营养指导、盆底肌康复等知识和技能。

【产后恢复】（高级）：掌握产妇的特点并能够制定针对性恢复方案，能对产妇和产后恢复从业人员进行培训、指导，并掌握岗位管理知识。

6.2 职业技能等级要求描述

表 1 产后恢复职业技能等级要求（初级）

工作领域	工作任务	职业技能要求
1. 乳房保健	1.1 乳房日常护理	1.1.1 能指导孕产妇进行乳房清洁护理。 1.1.2 能对产妇进行正确的乳房评估。 1.1.3 能指导产妇进行乳房自我检查。 1.1.4 能指导产妇正确选择和使用哺乳内衣。
	1.2 母乳喂养指导	1.2.1 能指导产妇选择正确的哺乳姿势。 1.2.2 能指导产妇掌握婴儿衔乳含乳和有效吸吮方法。 1.2.3 能掌握促进产妇初乳分泌的方法。 1.2.4 能指导产妇正确对母乳进行储存和加热。 1.2.5 能对产妇进行哺乳期营养膳食指导。
	1.3 乳房常见问题处理	1.3.1 能指导孕产妇纠正乳头平坦和乳头凹陷。 1.3.2 能指导产妇正确处理生理性胀奶。 1.3.3 能指导产妇正确使用吸乳器吸奶。 1.3.4 能正确指导并实施手法挤奶。

2. 体质 调理	2.1 体质辨识	<p>2.1.1 能叙述中医九大体质辨识的基本知识。</p> <p>2.1.2 能灵活运用各种仪器收集体质信息。</p> <p>2.1.3 能采取恰当沟通方式收集产妇体质信息。</p> <p>2.1.4 能对收集到的产妇体质信息进行整理。</p>
	2.2 外治基础调理	<p>2.2.1 能在高级别产后恢复从业人员指导下为产妇实施产后头痛的保健按摩。</p> <p>2.2.2 能根据高级别产后恢复从业人员处理意见用仪器为产妇实施产后颈肩痛的调理。</p> <p>2.2.3 能根据高级别产后恢复从业人员处理意见用仪器为产妇实施产后腰背痛的调理。</p> <p>2.2.4 能指导产妇实施居家药浴调理。</p>
	2.3 调理初步指导	<p>2.3.1 能在高级别产后恢复从业人员指导下为不同体质的产妇挑选合理膳食。</p> <p>2.3.2 能在高级别产后恢复从业人员指导下为产妇提供运动锻炼建议。</p> <p>2.3.3 能在高级别产后恢复从业人员指导下为产妇提供合理生活起居建议。</p> <p>2.3.4 能及时发现产妇生活中存在的不利于体质调理的因素。</p>
3. 形体 恢复	3.1 形体基础评估	<p>3.1.1 能对产妇胸围、腰围、臀围、大腿围、上臂围进行测量。</p> <p>3.1.2 能对产妇体重、身高进行测量。</p> <p>3.1.3 能计算产妇的体质指数并评价。</p> <p>3.1.4 能对产妇的体脂进行测量。</p>
	3.2 形体恢复基础操作	<p>3.2.1 能对产妇进行产后舒适体位的指导。</p> <p>3.2.2 能运用仪器对产妇进行产后腹部、腿部塑形调理。</p> <p>3.2.3 能运用仪器对产妇进行产后背部、腰部、手臂的塑形调理。</p> <p>3.2.4 能对产妇进行产后恢复操指导。</p>
	3.3 皮肤管理	<p>3.3.1 能指导孕产妇进行头皮的清洁和管理。</p> <p>3.3.2 能对孕产妇进行面部皮肤的清洁护理。</p> <p>3.3.3 能指导孕产妇预防妊娠纹产生。</p> <p>3.3.4 能指导剖宫产术后疤痕增生的预防。</p>
	3.4 运动初步指导	<p>3.4.1 能指导产妇进行腹部肌肉的锻炼。</p> <p>3.4.2 能指导产妇进行腰部肌肉的锻炼。</p> <p>3.4.3 能指导产妇进行臀部肌肉的锻炼。</p> <p>3.4.4 能指导产妇进行腿部肌肉的锻炼。</p> <p>3.4.5 能指导产妇进行增强心肺功能的锻炼。</p>

	3.5 饮食初步指导	<p>3.5.1 能对产妇食用的食物种类进行选择。</p> <p>3.5.2 能指导产妇正确区分高糖分、高热量、高脂肪的食物。</p> <p>3.5.3 能对产妇做产后体重控制的膳食指导。</p> <p>3.5.4 能对特殊产妇进行营养膳食指导。</p>
4. 生殖保健	4.1 日常照料	<p>4.1.1 能指导产妇进行个人卫生清洁。</p> <p>4.1.2 能对产妇排便功能恢复进行指导。</p> <p>4.1.4 能对产妇排尿功能恢复进行指导。</p> <p>4.1.3 能做好产妇不良睡眠的照料。</p>
	4.2 子宫恢复指导	<p>4.2.1 能指导产妇识别异常恶露。</p> <p>4.2.2 能对产妇的产后宫缩痛进行照护。</p> <p>4.2.3 能操作仪器进行子宫恢复。</p> <p>4.2.4 能对产妇产后月经复潮及避孕进行指导。</p>
	4.3 盆底恢复指导	<p>4.3.1 能指导产妇正确感知盆底肌的方法。</p> <p>4.3.2 能指导产妇进行腹式呼吸运动使盆底肌放松。</p> <p>4.3.3 能利用仪器进行盆底肌评估。</p> <p>4.3.4 能指导产妇完成凯格尔运动训练。</p>
5. 心理疏导与调适	5.1 围产期心理健康和三级预防	<p>5.1.1 能理解围产期心理护理的概念和范畴。</p> <p>5.1.2 能理解围产期心理护理对个人健康、家庭和谐和社会稳定的意义。</p> <p>5.1.3 能知晓围产期女性心理健康的三级预防体系。</p> <p>5.1.4 能评估围产期孕产妇一般心理状态并进行初步筛查。</p>
	5.2 围产期心理变化基础	<p>5.2.1 能叙述激素对围产期心理变化的影响。</p> <p>5.2.2 能叙述促发不良情绪的典型生理变化。</p> <p>5.2.3 能叙述社会支持因素对心理变化的影响。</p> <p>5.2.4 能叙述医疗因素对心理变化的影响。</p>
	5.3 围产期心理变化主要影响基础	<p>5.3.1 能叙述女性在围产期的重要心理转变。</p> <p>5.3.2 能叙述伴侣对围产期女性所经历的心理转变。</p> <p>5.3.3 能叙述家庭氛围对围产期女性所经历的心理转变。</p> <p>5.3.4 能叙述围产期女性心理对胎儿身心健康的影响。</p>
6. 服务管理	6.1 基础信息收集	<p>6.1.1 能收集产妇生育的基本信息。</p> <p>6.1.2 能收集产妇的相关信息。</p> <p>6.1.3 能收集产妇对产后恢复调理的需求。</p>

		6.1.4 能完成一份产后妇女健康评估单的填写。
	6.2 基础服务实施	6.2.1 能实施产后恢复项目的服务流程。 6.2.2 能完成产后恢复环境的创设与准备。 6.2.3 能实施产后恢复调理服务与健康教育。 6.2.4 能完成产妇产后恢复工作日志。
	6.3 服务反馈	6.3.1 能收集产妇调理后提出的建议或意见。 6.3.2 能准确、及时将产妇提出的建议或意见反馈给高级别产后恢复从业人员。 6.3.3 能准确、及时向高级别产后恢复从业人员反馈服务中出现的情况。 6.3.4 能准确、及时向产妇转述高级别产后恢复从业人员的解答意见。

表2 产后恢复职业技能等级要求（中级）

工作领域	工作任务	职业技能要求
1. 乳房保健	1.1 乳房护理	1.1.1 能叙述孕期乳房生理变化特点。 1.1.2 能叙述乳汁分泌的原理。 1.1.3 能指导围产期妇女进行乳房基本保健。 1.1.4 能对乳房下垂程度进行评估和预防指导。
	1.2 母乳喂养实施	1.2.1 能科学指导产后72小时的母乳喂养。 1.2.2 能分析衔乳困难的常见原因并选择正确的处理方法。 1.2.3 能分析母乳喂养不足的常见原因并进行正确处理。 1.2.4 能指导科学离乳的方法。
	1.3 乳房问题处理	1.3.1 能叙述引起产妇乳胀的常见原因和预防措施。 1.3.2 能正确处理乳头皲裂并提供预防指导。 1.3.3 能够正确预防和乳头混淆。 1.3.4 能对乳腺炎进行早期识别和预防指导。
2. 体质调理	2.1 体质辨识	2.1.2 能为产妇进行体质辨识。 2.1.2 能采用多种方式向产妇开展体质相关的健康教育。 2.1.3 能对初级别产后恢复从业人员收集的资料进行辨识。 2.1.4 能叙述产妇体质特点及类型。

	2.2 体质调理	<p>2.2.1 能指导初级别产后恢复人员利用仪器进行基础调理。</p> <p>2.2.2 能根据产妇体质对产妇进行中药熏蒸调理。</p> <p>2.2.3 能根据产妇体质对产妇进行药浴调理。</p> <p>2.2.4 能对产妇进行全身保健按摩调理。</p>
	2.3 体质调理指导	<p>2.3.1 能指导产妇合理搭配膳食。</p> <p>2.3.2 能指导产妇科学的运动锻炼。</p> <p>2.3.3 能指导产妇合理的生活起居。</p> <p>2.3.4 能针对产妇不利于体质调理的问题进行指导。</p>
3. 形体恢复	3.1 形体评估	<p>3.1.1 能正确评估产妇腹直肌分离的情况。</p> <p>3.1.2 能正确评估产妇耻骨联合分离的情况。</p> <p>3.1.3 能正确评估产妇骨盆旋移的情况。</p> <p>3.1.4 能正确评估产妇步态的情况。</p>
	3.2 形体恢复实施	<p>3.2.1 能搭配手法和仪器实施产后腹直肌分离的调理。</p> <p>3.2.2 能搭配手法和仪器实施产妇耻骨联合分离的调理。</p> <p>3.2.3 能搭配手法和仪器实施产妇骨盆旋移的调理。</p> <p>3.2.4 能正确使用骨盆矫正带。</p>
	3.3 运动指导	<p>3.3.1 能指导产妇通过运动锻炼改善腹直肌分离。</p> <p>3.3.2 能指导产妇通过运动锻炼改善骨盆旋移。</p> <p>3.3.3 能指导产妇通过运动锻炼改善臀部松弛。</p> <p>3.3.4 能指导产妇通过运动锻炼改善胸部下垂。</p> <p>3.3.5 能指导产妇进行相关瑜伽动作的练习。</p>
	3.4 饮食指导	<p>3.4.1 能结合围产期产妇体质特点正确提供形体恢复的饮食建议。</p> <p>3.4.2 能结合产褥期产妇体质特点正确提供形体恢复的饮食建议。</p> <p>3.4.3 能结合月子期产妇体质特点正确提供形体恢复的饮食建议。</p> <p>3.4.4 能结合哺乳期产妇体质特点正确提供形体恢复的饮食建议。</p>
4. 生殖保健	4.1 日常照护	<p>4.1.1 能协助产妇进行顺产后会阴清洁护理。</p> <p>4.1.2 能为产妇进行剖宫产后腹部伤口的保护和清洁护理。</p> <p>4.1.3 能为产妇进行恶露性状的观察与护理。</p>

		4.1.4 能够及时发现产妇产褥感染的表现并提示就医。
	4.2 子宫恢复指导	4.2.1 能叙述正常恶露的性状。 4.2.2 能分析异常恶露的常见原因并提出就诊建议。 4.2.3 能叙述产后不同阶段宫底高度。 4.2.4 能叙述母乳喂养促进子宫恢复的重要性。
	4.3 盆底恢复指导	4.3.1 能叙述女性盆底功能障碍的常见症状。 4.3.2 能正确解读盆底评估报告。 4.3.3 能正确操作盆底调理仪器。 4.3.4 能利用模型为产妇讲解盆底的解剖结构。 4.3.5 能指导产妇进行盆底肌的锻炼。
5 心理疏导与调适	5.1 备孕阶段身心准备与调适	5.1.1 能叙述备孕阶段女性身心准备的范畴。 5.1.2 能叙述备孕阶段女性身心准备的具体要求。 5.1.3 能叙述备孕阶段女性身心准备和围产期情绪障碍的关系。 5.1.4 能叙述备孕阶段女性身心准备的常见问题。
	5.2 妊娠与分娩阶段心理变化与调适	5.2.1 能叙述女性孕早期身体变化对心理的影响并提供调适建议。 5.2.2 能叙述女性孕中晚期身体变化对心理的影响并提供调适建议。 5.2.3 能叙述女性分娩期胎儿的状态和分娩方式对心理的影响并提供调适建议。 5.2.4 能叙述女性分娩阶段分娩创伤对心理的影响并提供调适建议。
	5.3 产后异常心理和调适	5.3.1 能正确掌握产妇产后抑郁情绪的分度。 5.3.2 能指导产妇和新生儿建立早期母婴关系,降低母婴分离创伤。 5.3.3 能叙述产妇产后引发情绪变化的重点生理因并提供调适建议。 5.3.4 能叙述产妇产后引发情绪障碍的家庭、社会因素并提供调适建议。 5.3.5 能叙述产后夫妻双方不良情绪的基本特征并提供调适建议。
6. 服务管理	6.1 服务评估	6.1.1 能根据收集的资料对产妇进行基本评估。 6.1.2 能正确评估产妇的产后健康问题。 6.1.3 能正确评估产后恢复调理的效果。 6.1.4 能分析产妇服务满意度调查表。

	6.2 服务实施	6.2.1 能指导初级别产后恢复从业人员进行产后恢复计划的实施。 6.2.2 能为产妇实施产后恢复调理。 6.2.3 能遵照医嘱实施特殊产妇的恢复服务。 6.2.4 能实施提升产后恢复服务质量的方案。
	6.3 服务反馈	6.3.1 能解答产妇关于产后恢复调理的常见问题。 6.3.2 能指导初级别产后恢复从业人员解决常见问题。 6.3.3 能对产妇服务进行跟踪管理。 6.3.4 能处理产后恢复机构常见客诉问题。

表3 产后恢复职业技能等级要求（高级）

工作领域	工作任务	职业技能要求
1. 乳房保健	1.1 乳房日常保健	1.1.1 能叙述乳腺的发育和泌乳分期。 1.1.2 能指导初中级产后恢复从业人员对产妇进行日常乳房保健。 1.1.3 能指导产妇做好日常乳房保健。 1.1.4 能识别乳房异常变化并指导及时就医。
	1.2 母乳喂养指导	1.2.1 能遵医嘱做好特殊情况产妇的母乳喂养指导。 1.2.2 能遵医嘱指导特殊情况产妇哺乳期的饮食指导。 1.2.3 能遵医嘱做好早产儿的母乳喂养指导。 1.2.4 能对产妇进行早期母乳喂养的心理辅导。
	1.3 乳房常见问题处理	1.3.1 能正确评估产妇乳腺肿胀的原因并进行对症处理。 1.3.2 能正确评估产妇乳腺管堵塞的原因并进行对症处理。 1.3.3 能正确评估和处理产妇乳头疼痛。 1.3.4 能协助产妇正确选择哺乳辅助工具并指导使用方法。
2. 体质调理	2.1 体质辨识	2.1.1 能为复合体质的产妇进行辨识及综合分析。 2.1.2 能指导中高级别产后恢复从业人员为产妇进行体质辨识。 2.1.3 能运用多种方式为产妇讲述体质调理的方案。 2.1.4 能熟练分辨产后妇女的各类体质。

	2.2 体质调理	<p>2.2.1 能对不同体质类型的产妇进行拔罐调理。</p> <p>2.2.2 能对不同体质类型的产妇进行刮痧调理。</p> <p>2.2.3 能对不同体质类型的产妇进行艾灸调理。</p> <p>2.2.4 能处理产妇外治调理中常见的不适症状。</p>
	2.3 体质调理指导	<p>2.3.1 能根据中医体质的调理原则对不同体质类型的产妇制定合理的饮食调理方案。</p> <p>2.3.2 能根据中医体质的调理原则对不同体质类型的产妇制定合理的运动调理方案。</p> <p>2.3.3 能根据中医体质的调理原则对不同体质类型的产妇制定合理的生活起居调理方案。</p> <p>2.3.4 能根据中医体质的调理原则对不同体质类型的产妇制定合理的情志调理方案。</p>
3. 形体恢复	3.1 形体恢复指导	<p>3.1.1 能根据产妇情况及时调整形体恢复方案。</p> <p>3.1.2 能指导初、中级别产后恢复从业人员对产妇进行改善耻骨联合分离的操作。</p> <p>3.1.3 能指导初、中级别产后恢复从业人员对产妇进行改善腹直肌分离的操作。</p> <p>3.1.4 能指导初、中级别产后恢复从业人员对产妇进行改善骨盆旋移的操作。</p>
	3.2 运动指导	<p>3.2.1 能指导产妇通过适宜器械锻炼改善腹直肌分离。</p> <p>3.2.2 能指导产妇通过适宜器械锻炼改善骨盆旋移。</p> <p>3.2.3 能指导产妇通过适宜器械锻炼改善臀部松弛。</p> <p>3.2.4 能指导产妇通过适宜器械锻炼改善胸部下垂。</p> <p>3.2.5 能指导产妇制定心肺功能训练的运动方案。</p>
	3.3 饮食指导	<p>3.3.1 能结合围产期产妇体质特点制订适宜形体恢复的食谱。</p> <p>3.3.2 能结合产褥期产妇体质特点制订适宜形体恢复的食谱。</p> <p>3.3.3 能结合月子期产妇体质给予利于产妇形体恢复的一日膳食指导。</p> <p>3.3.4 能结合哺乳期产妇体质给予利于形体恢复的一日膳食指导。</p>
4. 生殖保健	4.1 日常照护指导	<p>4.1.1 能指导初、中级产后恢复从业人员为产妇进行顺产后会阴护理。</p> <p>4.1.2 能指导初、中级产后恢复从业人员为产妇进行剖宫产术后伤口护理。</p>

		<p>4.1.3 能指导初、中级产后恢复从业人员为产妇进行恶露性状的观察。</p> <p>4.1.4 能指导初、中级产后恢复从业人员为发生产褥感染产妇进行护理。</p> <p>4.1.5 能指导产妇及家人进行产后日常照护。</p>
	4.2 子宫恢复指导	<p>4.2.1 能叙述在产褥期内生殖系统的复旧特点。</p> <p>4.2.2 能指导产妇实施促进子宫恢复和恶露排出的措施。</p> <p>4.2.3 能指导初、中级别产后恢复从业人员进行子宫恢复的仪器操作。</p> <p>4.2.4 能及时发现产妇恶露异常以及子宫复旧不良的情况，指导产妇及时就医。</p>
	4.3 盆底恢复指导	<p>4.3.1 能指导产妇进行盆底健康的自我检查。</p> <p>4.3.2 能指导产妇树立保护盆底的意识。</p> <p>4.3.3 能指导初、中级别产后恢复从业人员进行盆底恢复仪器的操作。</p> <p>4.3.4 能指导产妇进行盆底功能训练。</p> <p>4.3.5 能针对产妇的盆底功能障碍设计调理方案。</p>
5. 心理疏导与调适	5.1 备孕阶段身心准备和调适	<p>5.1.1 能对夫妻双方在科学备孕的生理准备方面的重点内容提出合理建议。</p> <p>5.1.2 能对夫妻双方在科学备孕的心理准备方面的重点内容提出合理建议。</p> <p>5.1.3 能对夫妻双方在科学备孕的生理准备方面的困惑给予调适。</p> <p>5.1.4 能对夫妻双方在科学备孕的心理准备方面的常见问题给予调适。</p>
	5.2 妊娠与分娩阶段的不良情绪排查与调适	<p>5.2.1 能叙述孕期各阶段孕妇的不良情绪以及促发原因。</p> <p>5.2.2 能针对孕妇孕期常见情绪问题给予合适的解决方案或者推荐相关资源。</p> <p>5.2.3 能够为孕妇提供有效降低临产前的分娩焦虑和分娩恐惧的解决方案或者推荐相关资源。</p> <p>5.2.4 能为产妇提供有效降低分娩时异常情绪的解决方案或者推荐相关资源。</p>
	5.3 产后不良情绪排查与干预	<p>5.3.1. 能适时选用量表对孕产妇进行抑郁状态的筛查并推荐及时就医。</p> <p>5.3.2 能掌握产后女性情绪状态的变化特点并提出基本的调适方法。</p> <p>5.3.3 能叙述产后抑郁情绪的不同发展层次的情绪状态和基本对应调整方式。</p> <p>5.3.4 能指导建立孕产妇心理干预的家庭支持系统。</p>

6. 服务管理	6.1 服务质量管理	<p>6.1.1 能管理初、中级别产后恢复从业人员的服务质量。</p> <p>6.1.2 能依据产后恢复服务考核标准制定各项规章制度，并定期组织质量检查、撰写质量反馈与提升报告。</p> <p>6.1.3 能运用质量工具，分析具体差错与事故的原因，定期组织差错与事故的案例讨论。</p> <p>6.1.4 能针对服务质量问题提出正确解决方案。</p>
	6.2 信息管理	<p>6.2.1 能制定产后恢复服务信息系统建设规划。</p> <p>6.2.2 能利用产后恢复管理信息系统进行决策分析。</p> <p>6.2.3 能提出产后恢复管理信息系统改进建议。</p> <p>6.2.4 能应用信息化手段有效管理顾客和员工。</p>
	6.3 培训管理	<p>6.3.1 能培训初、中级别产后恢复从业人员。</p> <p>6.3.2 能根据不同培训对象制定培训方案。</p> <p>6.3.3 能根据不同培训对象实施培训。</p> <p>6.3.4 能引进并实施产后恢复新项目的培训工作。</p>

参考文献

- [1] GB/T 20647.8-2006 社区服务指南 第 8 部分
- [2] GB/T 31771-2015 家政服务 母婴生活护理服务质量规范
- [3] 4-10-01-06 家政服务员国家职业技能标准（2019 年版）
- [4] 4-10-01-02 育婴员国家职业技能标准（2019 年版）
- [5] SB / T 10984-2013 家庭母婴护理服务规范
- [6] DB41 / T 594-2009 产褥期母婴护理员等级规定及服务规范
- [7] DB37 / T 1589.2-2010 家政培训服务规范 第 2 部分：母婴生活护理
- [8] DB12 / T 1551-2012 母婴护理服务规范
- [9] DB22 / T 1844-2013 母婴护理服务质量规范
- [10] DB21 / T 2165-2013 家庭服务 母婴护理服务规范
- [11] DB36 / T 793-2014 母婴生活护理员（月嫂）服务质量规范
- [12] DB61 / T 921-2014 家政服务指南 母婴护理
- [13] DB35 / T 1473-2014 母婴护理服务规范
- [14] DB14 / T 1032-2014 家庭母婴护理服务规范
- [15] 国家职业教育改革实施方案（国发〔2019〕4 号）
- [16] 关于在院校实施“学历证书+若干职业技能等级证书”制度试点方案的通知（教职成〔2019〕6 号）
- [17] 关于促进 3 岁以下婴幼儿照护服务发展的指导意见(国办发〔2019〕15 号)
- [18] 职业技能等级证书监督管理办法（试行）(人社部发〔2019〕34 号)
- [19] 国家职业技能标准编制技术规程(2018 年版)(人社厅发〔2018〕26 号)
- [20] 国务院办公厅关于深化产教融合的若干意见(国办发〔2017〕95 号)
- [21] 国家基本公共卫生服务规范(2011 年版)(卫妇社发〔2011〕38 号)
- [22] 中华人民共和国职业分类大典(2015 年版)
- [23] 教育部关于印发《职业教育专业目录（2021 年）》的通知（教职成〔2021〕2 号）
- [24] 《教育部关于公布 2019 年度普通高等学校本科专业备案和审批结果的通知》（教高函〔2020〕2 号）
- [25] 《教育部关于公布 2020 年度普通高等学校本科专业备案和审批结果的通知》（教高函〔2021〕1 号）