

港媽重「補養」短約變長工

陪月員唔真做



●為苗太陪月的 Candy 見證了僱主兩名子女初生與成長，感情非常要好。



●陪月員需因應產婦體質，擬定合適進補湯水。



●苗太與丈夫育有一子一女，她笑稱幸有聘請陪月員，坐月期間不至於手忙腳亂。



二十一世紀新紮媽媽產後收身之餘，亦注重補身，不惜花錢聘請陪月員調理身體和照料寶貴，造就了陪月員市道，原本屬一個月短期工性質的陪月工作，原來已悄悄演變成「長工」。有資深陪月員透露，現流行聘用期由一個半月起跳，續約至兩、三個月，有僱主甚至「落柯打」要求陪月陪足半年至八個月，熟手陪月員的工作亦接踵而來，吸引不少婦女入行。現代陪月員更需與時並進，學習煲湯水及催乳技巧傍身，配合年輕港媽需要。
記者陳淑霞報道

坊間一般以為坐月是產後首月，其實泛指產後百日休養期，產婦可趁機調理身體，惟港媽產假以一個半月為主，多年前開設陪月員證書課程的僱員再培訓局，見證陪月業需求悄悄轉變。該局下設「樂活一站」提供家務助理及陪月員等職業支援，二〇一〇年至一三年度，每年平均接獲一千八百個僱主提供的陪月員空缺，去年六月該局成立「陪月一站」，專門推廣陪月員服務，提供職前訓練及家訪等支援，登記陪月員現增至約五千名，短短一年間收到約二千四百個職位空缺，較之前大增三成。

年輕產婦多唔聽話

在「陪月一站」擔任顧問的資深陪月員張來玉（Candy）指，數年前陪月工作多數維持一個月，僅少數媽媽會要求延到一個半月至三個月，但現時有多達兩成媽媽要求三個月，偶爾有要求陪月半年甚至陪足八個月，待嬰兒「硬淨」始感安心。再培訓局曾向四百名產婦僱主調查，有逾一成僱主聘用陪月員一個月或以上，該局觀察到部分僱主完成最初僱傭合約後，會與陪月員協商延長

僱用期。

三十出頭年輕潮媽苗太崇尚產後養生，聘用陪月員亦源於調理身體，「可能身體未夠好，等咗一排先化到首胎，（產後）都想補身。」眼見友人分娩後即洗頭和吹風扇，「身體變差，又手震震，仲成身痛。」她對坐月禁忌便深信不疑，四年前誕長子及後誕細女，均由 Candy 貼身照顧一個半月，苗太太讚「補充之後，體質好咗。」

苗太自爆坐月時經常「四圍騰」，不肯休息，誕細女時正值盛夏，產後第六天亦按捺不住要洗頭。Candy 則指，「好多年輕產婦都好唔聽話」，侍仗年輕本錢多，偷喝凍飲、照食鹹點等，需苦口婆心勸解。年逾三十產婦着重調理身子，曾有產婦豪花數萬元進補，買上乘花膠公已花兩萬元，又嚴選本地鮮雞煲湯，堅持吃得最好，陪月員需懂得分辨產婦體質，擬定合適進補餐單。

社會近年力倡母乳餵哺，Candy 接觸九成九媽媽均有意餵人奶，她指陪月員需與時並進，學習催乳和鑽研上奶食療。Candy 就曾為苗太太煲上奶湯水，又出動熱敷按摩，加上苗太第二胎時積極補身，終償心願。

密密有單接月入逾兩萬

受到年輕媽媽熱切追捧，陪月市道暢旺，由於收入可觀，吸引不少離開職場多年的中年婦女加入，為社會作出貢獻。據僱員再培訓局「陪月一站」薪酬參考顯示，全職陪月員月薪可達一萬五千元，經驗豐富者更月入逾兩萬元，具有生育經驗的婦女更佔優勢。

「啲仔因大晒喇，所以都想出來做番嘢，唔使成日留喺屋企咁悶。」四十多歲的Pinky與勞動市場脫軌多時，眼見子女年紀漸長，早前入讀由僱員再培訓局開辦的「陪月員基礎證書」課程，她坦言陪月員時薪遠較家務助理吸引，是入行主要誘因。

資深者更佔優勢

Pinky認為，課程涵蓋中醫食療、婦嬰護理等專業知識，內容非常實用，陪月員工時及工作地點有彈性，方便她兼顧家庭，畢業後便加入陪月行列。她雖屬新手，但已「密密有單接」，她將為兩名產婦分別擔任陪月各一個月，日

做四小時，兩份工作收入一萬四千元。

僱員再培訓局轄下「陪月一站」登記陪月員約有五千名。該局指，本年度陪月員證書課程中，一成為四十歲以下，七成學員年介四十至五十九歲，兩成為六十歲以上。標準陪月員月薪介乎六千至一萬五千元，實質薪酬視乎工時及日數，若每周工作五天，日做四小時，月薪為六千元；倘每周工作六天，日做十二小時，則可賺取一萬五千元。具五次或以上陪月經驗的資深陪月員，月薪介乎一萬至三萬元，例如每周工作六天，日做十二小時，月薪約為一萬八千至兩萬四千元。



●Pinky(左)即將為兩名產婦擔任陪月，開工前向顧問Candy請教護理竅門。

與產婦相處宜視為朋友

七年多的陪月生涯中，Candy 照顧過四十多個產婦，見證過近百個嬰兒呱呱落地，一身「好武功」早已渾然天成，近年她決定退下火線，在僱員再培訓局「陪月一站」擔任陪月顧問，為入行新手傳授心得。

Candy 認為，一個成功的陪月員，最重要是愛心與耐性兼備，始能工作如意。她指陪月員工作繁重，既要為產婦煲薑水、焗代茶、煮上奶湯，又要照顧寶寶，如洗澡和換片等，統統一手包辦，要做到有條不紊，實最考功夫。部分新手陪月或因經驗尚淺，工作時錯漏百出，結果頻頻捱鬧。她舉例說，為寶寶洗澡時要懂得「就力」輕托頸項，但曾有新手不慎向寶寶施以無情力掙頸，遭僱主大興問罪。

以經驗及觀察所知，Candy 認為新手入行時，最難掌握是與產婦相處之道，因陪月員與產婦本互不相識，突然要共處一室朝夕相對，難免需時磨合。她建議新手可嘗試以

朋友心態與產婦相處，產婦坐月期間情緒易波動，陪月員要識趣及識睇「眉頭眼額」，倘遇到產婦發脾氣，切忌硬碰，宜耐心開解。

她提醒陪月員，工作時最忌態度欠佳，有新人曾黑口黑面，「駁嘴駁舌」，令僱主大感不悅，結果遭「炒魷」；而做事「求其」，不夠細心亦是一大死穴，曾有陪月為嬰兒「包被」時馬虎了事，被即時辭退。



●陪月員為產婦準備「薑水」洗澡可助驅風，除了薑皮，可以艾葉、茶辣、香茅等代替。