1 - 2歲
文章

# Parenting Index育兒指標 – 第二部

八月 20, 2021

先前曾提及雀巢（Nestlé）於2020年發表了一項名為「Parenting Index育兒指標」的國際大型調查，為逾10個國家進行首個全球性「育兒指標」。這一次將會重點探討如何正面面對「健康和福利資源」和「環境支援」這二項。 讓我們為妳一一解答…

## 育兒指標 (Parenting Index)

先前曾提及雀巢（Nestlé）於2020年發表了一項名為「Parenting Index育兒指標」的國際大型調查，為逾10個國家進行首個全球性「育兒指標」，研究分析育兒所面對的壓力和問題，並幫助父母改善情況。這一次將會重點探討如何正面面對「健康和福利資源」和「環境支援」這二項。

## 1. 健康和福利資源 (Health and wellbeing resources)

每個父母都想為自己和孩子獲得適當的醫療保障，包括在為孩子做決定時，如能獲取可信賴的資訊，那會是十分便利的事。這不僅僅是接受規模的醫療系統服務，它還包括父母認為他們有可以信任的資訊來幫助決定，並且在做出決定時感到被理解和支持。

然而香港的兒童醫療不足又不均，尤其在學前兒童康復服務、兒童發展問題專業評估等方面。據香港保護兒童會在2017年發表《香港幼兒發展指標》，專題分析指出香港兒科醫生短缺，每一萬名兒童只得5名兒科醫生，未能追上國際水平[1]。

香港中文大學亞太研究所於2017年的《「幼兒教育與家庭照顧」中期調查報告》研究亦發現，有一成四的家長認為子女需要學前兒童康復服務，但因資源有限，輪候時間長，故尚未能接受服務[2]。而部家長更不懂得或願意尋求綜合家庭服務中心和綜合服務中心社工的協助。

### 建議

1. 作為父母，遇到孩子健康和福利資源等問題而無法解決時，應更主動尋求社會上專業人士如社區自願組織、社工或學校老師等專業人士的支援，積極向她們求助，把自己面對的困難和需要坦白說出，切勿坐困愁城。
2. 心靈健康也很重要。父母可與身邊朋友、親友傾訴，讓她們分擔困難，互相協助。有空打個電話，傳送一句問候，縱然面對的困難未必能馬上解決，但加入正能量，自然有更大勇力去面對困境。

# 2. 環境支援 (Supportive environment)

指軟性基礎設施，如嬰兒護理的設施，以及父母通過活動或團體來建立聯繫的機會，有助家長更加容易在外面照顧子女。一個具有積極育兒態度的社會能創造一個關愛家庭的環境，讓父母感到相互聯繫，並有機會去安全的地方養育他們的孩子。

嬰兒出生前後可說是在職父母壓力最大的時候，本港無論產假或侍產假都不及外國，新手父母生育後不久便須重返職場，工作效率或會大打折扣。同時雙職家庭的託兒需求大，社會福利署雖然已推出「鄰里支援幼兒照顧計劃」逾十年，成效亦未見顯著。

另外，各區的哺乳室或育嬰室數目不足，以沙田區為例，據衞生署資料顯示，包括房委會轄下商場、康文署轄下的運動場及醫管局的公立醫院等公營設施當中，合共只有31間育嬰間。港鐵方面，沙田區只有大圍站設有哺乳間，而在沙田區多個商場，亦缺乏育嬰設施。

### 建議

1. 香港法定產假已在2020年延長至14星期、男士侍產假亦有5天。新手父母應好好計劃這段寶貴的產假該如何安排，例如新手媽媽想於產後多一點休息時間坐月或 照顧初生嬰兒，應減少產前的放假安排。而新手爸爸亦應好好利用5天的侍產假，照顧坐月的太太之餘，亦掌握照顧寶寶的技巧，減少太太的負擔，讓太太有更多休息時間。
2. 鼓勵準媽媽向公司申請彈性工作安排，例如視乎嬰兒及自身健康狀況，向公司申請坐月後上班的適應期，例如半天工作，給予坐月後恢復或額外照顧時間；或視乎工作性質及在能完成工作的前提下，盡量在家工作。
3. 向工作申請友善工作間設施，為產後復工提供泵奶時間、私隱空間及存放母乳冷藏的設施，以能兼顧工作和餵哺母乳的工作。
4. 母乳餵哺有利寶寶健康，媽媽應多留意社區的哺乳室或育嬰室地點，積極使用。支持母乳餵哺政策，經常到設立足夠哺乳設施的商場和機構。

[1]香港保護兒童會：〈香港兒科醫療不足又不均　兒童會促仔細規劃〉，2017-04-04，http://ycdi.hkspc.org/paediatrics-pr/

[2]香港亞太研究所：〈「幼兒教育與家庭照顧」中期調查報告 （修訂版）〉，2017-04-09，http://www.hkpri.org.hk/storage/app/media/thumbnail/20170409_educare-for-children_midtermreport.pdf

審校：香港綜合兒童發展中心 程衛強註冊心理學家

立即分享