



育兒坐月的路上，
期待能為您的家庭提供我們熱誠專業，
暖意窩心的服務！

二十八居月子服務 | 澳門雅辰酒店

澳門·澳門半島·友誼大馬路956-1110號 電話: (+853) 65663028

微信: fullmoon-28

Facebook: @28fullmoon



二十八·居 
28 FULL MOON

五星級酒店式月子服務





在二十八居，
遇見更好的您

BRAND STORY

品牌故事

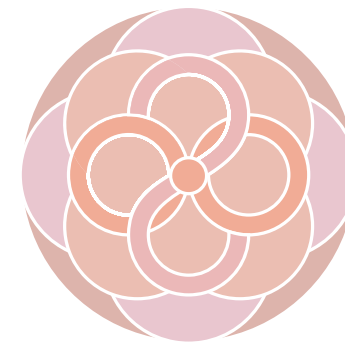
二十八居是澳門本地的產後月子服務品牌，成立於2020年。產後的二十八天是新媽媽最為關鍵的時期，我們希望在你產後的二十八天裡，用我們專業團隊的豐富經驗，科學現代化地滿足您坐月子期間身體恢復、學習育兒、提升心靈和身體舒緩方面的需求。滿足您產後二十八天的所需，讓您保持標準的體態與充沛的活力！

坐月子是中華傳統文化流傳下來的智慧，也是產後婦女調理體質難能可貴機會。俗語有雲：坐月子是亞洲人產後不老的秘密，月子坐得好，老來無病無煩惱！

現代婦女工作忙碌，繁重的工作、作息時間及飲食習慣與過往不一，使女性在懷孕及生產這件事上，更需多加注意及調理。特別是在產後的日子中，產後婦女在面對初為人母時，不同且大量的知識需要掌握，如餵養與照顧新生兒、產後自身的調理及恢復、調整生理時鐘以配合新生兒的成長，甚或在情緒調節等，對她而言亦是一個具大的挑戰。

另一方面，產婦在飲食上除了須營養均衡外，亦要注意忌口問題，後期亦要按自己的體質食用溫補的食材及湯水，有時候還需處理與長輩可能不一的坐月飲食文化，對產婦而言壓力甚多。

因此，科學的坐月方式，以專業團隊為產後婦女提供多元化、專業、安全的月子服務，從不同面向協助產婦過渡新生兒前期的照顧問題，培養育兒信心，教導不同的專業育兒技巧，照顧在月子期間的飲食需要，亦關注產後的情緒調節，給予產婦鼓勵，使其在月子期間能得到更好的恢復。



二十八·居 
28 FULL MOON

【設計意念】 DESIGN CONCEPT

產後的媽媽就如我們LOGO中綻放的粉紅色花朵，

帶著給予新生命的光環。

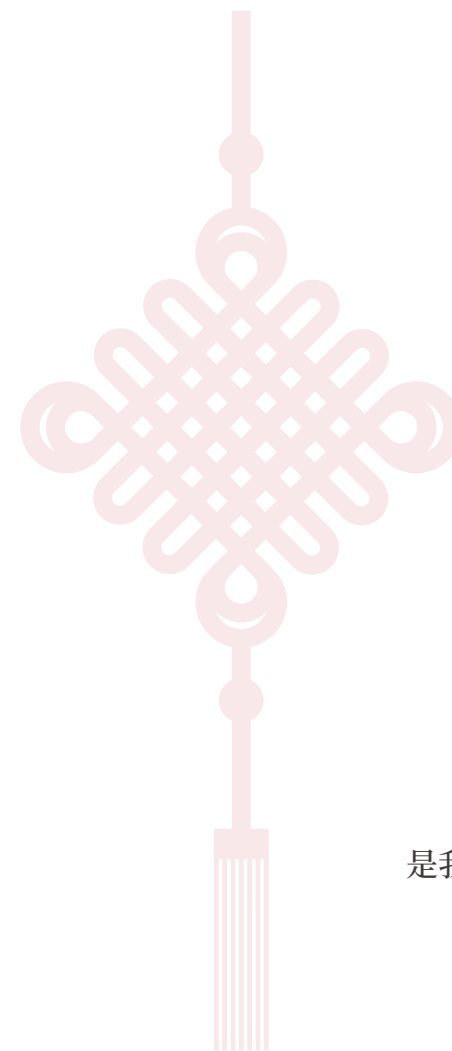
我們的LOGO也是一個中國傳統的平安如意結，

是我們二十八居月子服務全人獻給媽媽產後最真摯的祝福！

產後媽媽應該好好愛自己，

更加值得被愛！

期待在二十八居能讓您遇見更好的自己！





TEAM



我們的酒店式月子服務由星級顧問團隊及專業同工, 提供多方面產後支援, 隨時回饋專業意見, 貼心照顧媽媽多方位的產後所需。



何敏妍
(註冊中醫生/月子餐調理)



蘇詠妍
(物理治療師)



王強
(婦產科醫生)



鄭其昌
(中醫師)



卓觀達
(兒科醫生)



陳妹亞
(泌乳顧問)



李慧妍
(營養師)



二十八居月子餐

● ○ ●

資深中醫生

註冊營養師

專屬主責廚師主理

打造色香味俱全月子餐飲

二十八居的月子餐由資深中醫生與註冊營養師共同制定，根據產後婦女共同特性，配合產婦個體體質，由專屬主責廚師主理的個性化月子餐飲。

我們的月子餐主要照顧產後媽媽在不同階段的需要，以科學化月子餐的方式，協助產婦排出惡露、生產方式、寶寶情況，在產後媽媽飲食調理和進補上可分為兩個進程四個階段：

進程一

第一階段：由於產後氣血虧虛及惡露積聚，應以氣血雙補、化瘀排惡露為主。

第二階段：惡露漸去，可以滋陰養血、益氣化瘀為主，兼壯腰補腎。

進程二

第三、四階段：由於產後多虛、多瘀、易外感的生理特點，此時惡露基本已盡，可以大補元氣，補氣養血益肝腎為主。



二十八居的月子餐的特點

- 專業中醫生評估產婦狀況，搭配合適食材和藥膳調理。
- 專業營養師評估產婦所需營養及熱量。
- 餐點皆為少油少鹽不加味精，健康無負擔。
- 提供養生、健康、衛生的餐點，所有月子餐點都新鮮現做，並依當季食材做調整。
- 每天五餐（外送月子餐為四餐不包括早餐），午餐和晚餐搭配燉湯，滿足媽媽產後營養所需。



早餐：
蒸粗糧三寶、小米粥

所有早餐均配以烔蛋、暖鮮奶
（如媽媽乳糖不耐受，會提供鮮奶替代品，如：黑豆漿）



午餐：
八爪魚杞子燴雞件飯、蕃茄炒蛋、白灼時蔬

午餐湯：
北芪猴頭菇瑤柱瘦肉湯

主要功效：補中益氣，舒緩疲勞，健脾開胃，緩解惡心嘔吐，提高身體免疫力。



下午茶：
蛋白杏仁茶、水蒸蛋糕



晚餐：
瑤柱蛋白豬肉肉碎飯、清蒸魚、杞子炒時蔬

晚餐湯：
冬菇海參鮑魚湯

主要功效：養血潤燥，平補肝腎，健脾開胃，扶正補虛。



宵夜：
核桃栗子露、曲奇餅

二十八居代茶飲

二十八居代茶飲， 主要分為四個階段，
以炒米搭配不同中藥煮成茶飲，
俱有補益脾胃、健脾開胃之功效。



二十八·居
28 FULL MOON
代茶

壹

陳皮炒米茶

功效:和胃降逆, 開胃消滯。

貳

陳皮黨參黑豆炒米茶

功效:補益脾胃, 益氣補虛。

叁

陳皮黨參黑豆
北芪圓肉炒米茶飲

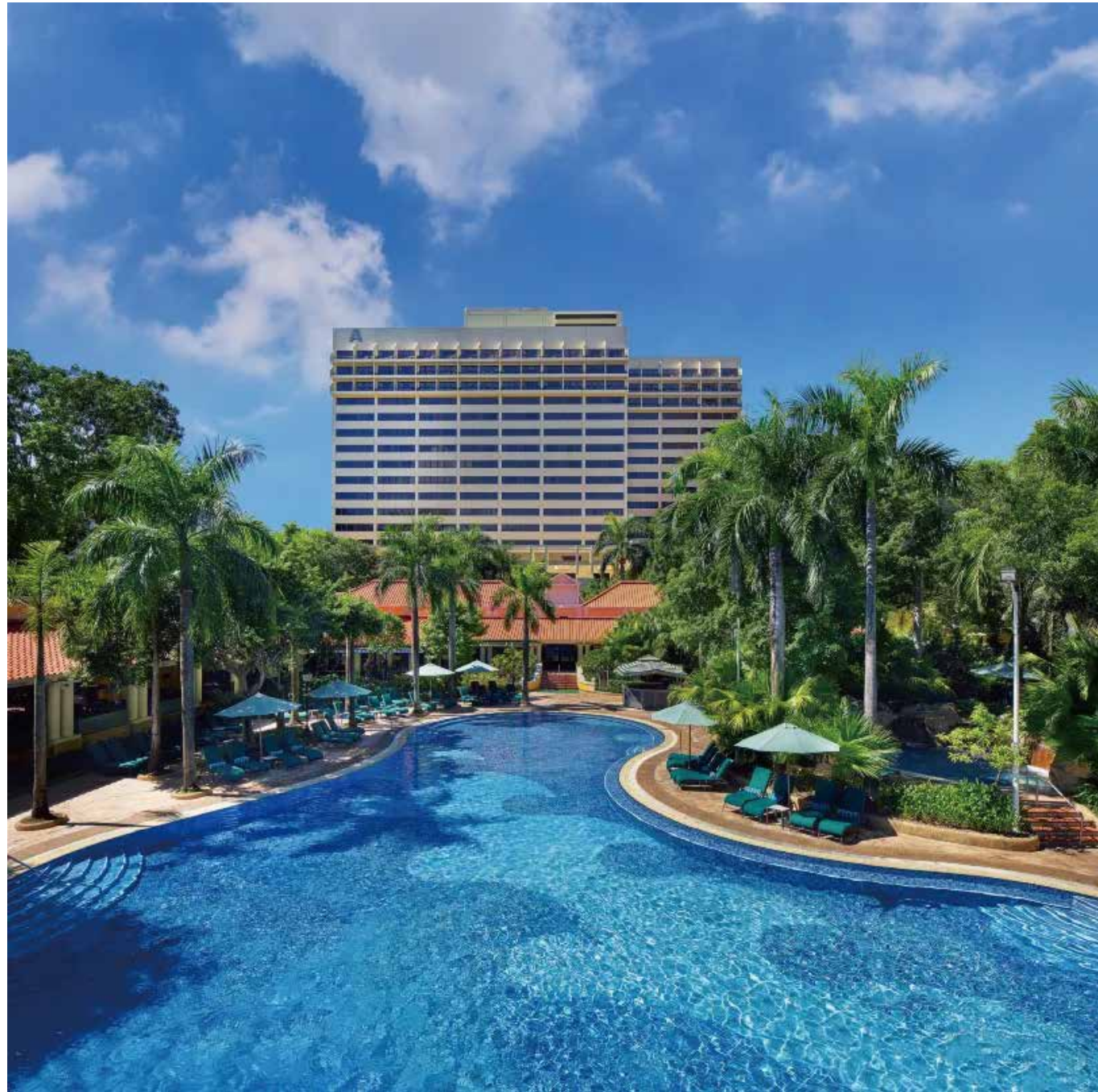
功效:氣血雙補, 補脾益腎。

肆

陳皮黨參黑豆北芪圓
肉杞子南棗炒米茶飲

功效:滋補肝腎, 健脾益氣。





MACAU

【二十八居 x 五星級雅辰酒店】

作為澳門的真城市度假酒店, 在猶如世外桃源的休閒度假勝地, 設有被花園環繞的大型恆溫室外游泳池, 池中設有人工瀑布以及水上滑梯和小童泳池, 盡情玩樂。度假村另設有健身室, 網球場, 室外及室內小童中心等設施, 確保您和孩子們在雅辰酒店度過一段愉快地親子時光。

以精品生活及都市度假盛名的澳門雅辰酒店位於澳門中心地段, 緊鄰世界遺產景點, 是您領略小城故事及文化底蘊的一扇窗。酒店英文名“Artyzen Grand Lapa”, 靈感源自裏斯本著名的名人聚居地拉帕社區 (Lapa)。酒店內的藝術、文化、美食和建築率先帶您領略充滿活力且風情萬種的澳門。



二十八·居[®]
28 FULL MOON



ARTYZEN
GRAND LAPA MACAU
澳門雅辰酒店

為您提供澳門五星級酒店式月子服務

豪華客房

面積：32平方米 | 344平方尺
床型：1張特大雙人床或2張標準單人床



單臥室豪華套房

面積：64平方米 | 688平方尺
床型：1張特大雙人床或2張標準單人床



雅辰酒店休閒娛樂設施



設有被花園環繞的大型恆溫室外游泳池
池中設有人工瀑布以及水上滑梯和小童泳池



室外及室內兒童中心

雅辰酒店休閒娛樂設施



健身室



水療按摩中心



LEISURE AND ENTERTAINMENT

雅辰酒店五星級設備

洗漱用品

- 牙刷
- 牙膏
- 沐浴露
- 洗頭水
- 護發素
- 番梘
- 浴帽
- 梳
- 剃鬚刀

網絡及通訊設備

- Wi-Fi免費
- 電話

浴室

- 浴缸
- 私人淋浴間
- 獨立衛生間
- 風筒
- 浴室化妝鏡
- 浴衣
- 24小時熱水
- 拖鞋

媒體/科技

- LED電視
- 有綫頻道

房間設施

- 冷氣免費
- 暖氣
- 窗簾
- 遮光簾
- 床上用品：羽絨被
- 床上用品：毛氈或被
- 額外床上用品免費

廚房設施

- 雪櫃

設施

- 房內保險箱
- 針綫包
- 衣架
- 各規格電源插座
- 220V插座
- 雨傘

食物及飲品

- 咖啡/茶壺
- 茶包
- 樽裝水免費
- 電熱水壺

二十八居月子服務星級配備

媽媽用品

- 新儲奶瓶3個 連奶嘴
- 含薑洗髮露及護髮素
- 手動／電動吸奶器(供借用)

嬰兒用品

- 嬰兒洗髮及沐浴用品
- 嬰兒按摩油
- 嬰兒護臀膏
- 嬰兒口腔清潔棒
- 嬰兒潔膚棉
- 細軸棉簽
- 奶瓶清潔液及刷子
- 嬰兒換洗和尚服
- 嬰兒換洗包巾
- 嬰兒換洗浴巾
- 嬰兒換洗口水巾
- 嬰兒換洗洗澡小方巾

固定用品

- 母乳儲存雪櫃
- 小夾萬-供放置私人財物
- 氣壓可調嬰兒床
- 嬰兒浴盆
- 嬰兒耳溫槍及嬰兒秤
- 哺乳枕一個
- 月子拖鞋一對
- 防污床橫單(非一次性)
- 養生壺(供煮代茶用)
- 蒸氣烘乾奶瓶消毒機

客人需自行攜帶用品

- 媽媽內衣褲(需自行清洗)
- 一次性乳墊
- 衛生巾及護墊
- 陰道清洗瓶
- 電動泵奶器(看需要)
- 儲奶袋(看需要)
- 奶粉格(看需要)
- 嬰兒尿片
- 嬰兒配方奶粉



28 FULL MOON



28 FULL MOON
二十八·居[®]
全月子經典套餐
價格表

房型：雅辰酒店豪華客房

平方數：32平方米 | 344平方呎

城市景或渡假村景觀

舒適寬敞, 享受渡假愜意空間



28 FULL MOON

價格：

MOP 51,200 / 14天

MOP 76,800 / 28天

MOP 148,000 / 56天

*以上均為澳門幣價格, 雙胎按以上價格加收30%

*客戶可自選床型: 1張特大雙人床或2張標準單人床

*客房最多兩位成人及兩位兒童入住, 入住者均可享用酒店設施



全月子經典套餐內容

媽媽照護

星級諮詢服務

- 婦科顧問訪視(每週一次)
- 中醫顧問訪視(每週一次)
- 月子餐中醫顧問訪視(一次面談跟全程跟進媽媽情況)
- 按需要提供通乳服務一次

餐飲服務

- 每天五餐個性化月子餐
- 每天提供階段性產後調理代茶

生活服務

- 點到點接送服務一次
- 五星級酒店房間整理及日用品添補
- 五星級酒店毛巾及浴袍提供
- 外穿月子衣物提供
- 清洗奶瓶, 泵奶器, 並蒸汽高溫消毒烘乾

舒壓享受服務

- 產後舒緩按摩體驗一次
- 月子水泡腳體驗一次

宣教及實操指導

- 科學掌握母乳餵養的時間
- 產婦脹奶的處理及排乳技巧
- 協助建立親子依附關係連接
- 乳頭疼痛、乳腺炎及皸裂處理等內容宣教
- 面對溢奶與吐奶處理指導
- 新生嬰兒奶粉沖泡和瓶餵技巧
- 輔導嬰兒洗臀、晾臀操作、沐浴及撫觸按摩方法
- 純母乳餵養新生嬰兒之餵養情況評估(觀察大小便、體重)

寶寶照護

星級諮詢服務

- 兒科顧問訪視(每週一次)

基礎照護

- 24小時專業育嬰師照顧
- 寶寶衣物提供
- 寶寶洗澡及撫觸按摩
- -新生嬰兒拍嗝、拍背、排氣等
- -新生嬰兒進食情況及大小便觀察

科學餵養

- 餵養選擇: 母乳餵養、人工餵養、混合餵養
- 正確餵養姿勢及知識指導
- 提供個性化餵養方案
- 母乳收集, 存放指導
- 培養新生嬰兒規律餵養習慣
- 哭鬧安撫及生理常規建立
- 新生嬰兒音樂舒緩
- 4 moms 電動安撫搖椅
- 建立日夜觀念(早亮晚暗設置)

五星級酒店設施

- 大型恆溫室外游泳池
(池中設有人工瀑布以及水上滑梯和小童泳池)
- 健身室
- 室外及室內兒童中心
- 優惠價享用雅辰酒店水療中心項目
- 優惠價享用雅辰酒店宴會服務

加購服務

- + MOP 1,800 十四天月子洗澡水
- + MOP 2,800 二十八天月子洗澡水
- + MOP 2,980 七天外送月子餐(午餐、下午茶;晚餐、宵夜)+七天特調代茶茶包
助你輕鬆過渡由月子中心到回家照顧模式
- + MOP 2,000 三次產後舒緩按摩
- + MOP 8,000 物理治療師及營養師諮詢(每兩週一次)
- + MOP 500 情緒緊急支援服務(單次)



28 FULL MOON
二十八·居®
滿月子經典套餐
價格表

房型：雅辰酒店單臥室豪華套房
平方數：64平方米 | 688平方呎
城市景或渡假村景觀
氣派通透，共享寧靜舒適居室



28 FULL MOON

價格：
MOP 92,000 / 14天
MOP 138,000 / 28天
MOP 262,000 / 56天

*以上均為澳門幣價格，雙胎按以上價格加收30%
*客戶可自選床型：1張特大雙人床或2張標準單人床
*客房最多兩位成人及兩位兒童入住，入住者均可享用酒店設施



滿月子經典套餐內容

媽媽照護

星級諮詢服務

- 婦科顧問訪視(每週一次)
- 中醫顧問訪視(每週一次)
- 月子餐中醫顧問訪視(一次面談跟全程跟進媽媽情況)
- 按需要提供通乳服務一次

餐飲服務

- 每天五餐個性化月子餐
- 每天提供階段性產後調理代茶

生活服務

- 點到點接送服務兩次
- 五星級酒店房間整理及日用品添補
- 五星級酒店毛巾及浴袍提供
- 外穿月子衣物提供
- 清洗奶瓶，泵奶器，並蒸汽高溫消毒烘乾

舒壓享受服務

- 產後舒緩按摩(每週一次)
- 月子水泡腳(每週一次)

宣教及實操指導

- 科學掌握母乳餵養的時間
- 產婦脹奶的處理及指導排乳技巧
- 協助建立親子依附關係連接
- 乳頭疼痛、乳腺炎及皸裂處理等內容宣教
- 面對溢奶與吐奶處理指導
- 新生嬰兒奶粉沖泡和瓶餵技巧
- 輔導嬰兒洗臀、晾臀操作、沐浴及撫觸按摩方法
- 純母乳餵養新生嬰兒之餵養情況評估(觀察大小便、體重)

寶寶照護

星級諮詢服務

- 兒科顧問訪視(每週一次)

基礎照護

- 24小時專業育嬰師照顧
- 寶寶衣物提供
- 寶寶洗澡及撫觸按摩
- 新生嬰兒拍嗝、拍背、排氣等
- 新生嬰兒進食情況及大小便觀察

科學餵養

- 餵養選擇：母乳餵養、人工餵養、混合餵養
- 正確餵養姿勢及知識指導
- 提供個性化餵養方案
- 母乳收集，存放指導
- 培養新生嬰兒規律餵養習慣
- 哭鬧安撫及生理常規建立
- 新生嬰兒音樂舒緩
- 4 moms 電動安撫搖椅
- 建立日夜觀念(早亮晚暗設置)

五星級酒店設施

- 大型恆溫室外游泳池，池中設有人工瀑布以及水上滑梯和小童泳池
- 健身室
- 室外及室內兒童中心
- 優惠價享用雅辰酒店水療中心項目
- 優惠價享用雅辰酒店宴會服務

加購服務

- + MOP 1,800 十四天月子洗澡水
- + MOP 2,800 二十八天月子洗澡水
- + MOP 2,980 七天外送月子餐(午餐、下午茶;晚餐、宵夜)+七天特調代茶茶包
助你輕鬆過渡由月子中心到回家照顧模式
- + MOP 2,000 三次產後舒緩按摩
- + MOP 8,000 物理治療師及營養師諮詢(每兩週一次)
- + MOP 500 情緒緊急支援服務(單次)



【二十八居客戶回饋】

二十八居月子服務從2020年開業至今，

已經服務超過250個家庭！

非常感謝媽媽對我們的支持和信任！

也是對我們專業團隊的肯定！

希望媽媽在我們悉心的照顧下儲足精力！

育兒路上順順利利！

寶寶健康快樂成長！

★ 坐月呢28日，一下子就完咗真係超級唔捨得！！由於一胎個仔太惡魔，7年後嘅今年意外有二胎就即刻決定要入住月子中心！

本身預產期係9月尾，點知有好多突發情況，本人需要開刀又要輸血，BB早產出院乜時先得2.5kg，真係心身疲累，但係又好想母乳。可能二胎，上奶快，一入月子中心即刻安排通乳師緩解情況。月中嘅護理師都清楚我想親餵又傷口痛嘅情況，超好咁照顧到我嘅情緒。

出月子中心後，仍有一週月子餐同代茶送到屋企大大咁緩解咗咪嘅工作量真心推薦各位新手及二胎媽咪！

★ 美好的28天，就這樣迅速的結束了！回想這整個月，內心是充滿了感謝，首先感謝所有護理師如此細心照顧我的寶寶，寶寶明顯的長大許多，出月子中心時已經是白白胖胖超可愛的！

感謝月子中心對我的照顧，生理和心理上都同時兼顧：剖腹產後雙腳嚴重水腫，一入月子中心就讓我泡脚，有中醫師配合調理身體，很快的消腫～

最讓我念念不忘的就是好吃的月子餐和各種服務專案了，坐月子期間完全是種享受！

★ 非常感謝28居這14天的照顧，今次我一個人去澳門待產，上網慶幸搵到28居陪月中心，作為三胎的媽媽，明白坐月休息真係好重要，但一個人少不免也有些徬徨，幸好28居廿四小時照顧BB，讓我可以全程休息得好好，一日有五餐，讓我恢復得很好。bb黃疸指數減了很多，知道我得一個人，專登陪我和bb出去保健，好感動。雖然我應該有機會再可以坐月但我都會推介朋友和家人。

★ 多謝你地呀！呢二十八日好多謝你地團隊呀！我休息得好，BB又發育得好好，姑娘好親切又認真，教識左我地好多野，又有顧問醫生跟進我同BB狀況，我地一定會同朋友推介你地，祝你哋生意興隆，愈做愈大呀！

★ 42天真的過太快了，那麼快明天就要回家了！真是捨不得離開。由於剖腹產，頭一星期傷口比較痛，整個人真不想動，但在這裡各位悉心照顧，一日五餐的膳食，令我很快就恢復了。另外這裡定時有安排通乳、解決我塞奶的煩惱。

在各位姑娘的照顧下，朗朗吃的奶量直線上升、大脾粗壯不少呢！最後，感謝各位盡心的照顧，這42天，我跟BB都很開心、很滿足、很感恩。

★ 返左屋企幾日，真係好掛住月子中心，大至每日三餐吾洗唸食咩仲有湯水飲，有人照顧bb，日日幫bb沖涼，換片，哄睡，拍嗝；細至我親餵既時候幫我調一個最舒適既位置以防媽媽手，但最重點都係有得訓個飽教。

我bb出世既時候右邊鎖骨骨折，對於第一胎未照顧過初生兒既我，真係好彩揀左月子中心，一去到月子中心，兒科顧問就即刻黎睇bb情況，交帶姑娘們照顧bb時要注意d咩，安全甘渡過左bb最脆弱既一個月，真係個人都定d。

★ 感謝你們在那一個月的照顧！緩解了我這位新手媽媽的徬徨。記得BB初出院，黃疸值高達284，要每天去山頂抽血測黃，但當時帶BB外出對於我來說是個大挑戰，幸好有姑娘們幫忙備好外出物資，大大減輕了我的手忙腳亂。專業的團隊照顧到我各方面所需，讓我們肥白白地回家！感謝各位！

★ 開心ge日子真系特別快，眨下眼就出月，一開始入月子中心ge願望好簡單，淨系想舒舒服服訓下覺，有人幫手睇下BB，始終新手媽媽初上路，好多擔心同顧慮，而家念返起真系食好訓好身體都調理好！

e個月真系好感謝月子中心ge每一位員工，好有禮貌同好體貼，開門果陣會先敲門，會親切ge叫你媽咪，會打掃好間房俾媽媽一個舒適ge環境！真系無選擇錯！

★ 二十八居的專業團隊真系令我好放心！每日都好用心話我知BB ge情況，細到食幾多奶、有冇排便，BB中2 ge野系咩，每個星期都幫BB磅體重，量頭圍，仲教埋爸爸如何幫BB沖涼，念起岩岩入所果陣BB仲好輕，而家抱住都有一定重量，感謝你地將BB照顧得肥肥白白。仲要好關心媽媽ge情緒，會主動問我擔心d咩，開解我，多謝你地！

★ 月子中心每個星期都有醫生顧問及時跟進媽媽同BB ge情況，令我同老公安心好多，冇咁緊張同焦慮，對住BB都好開心！之後回家就有咗每日煲好ge炒米茶，唔洗念食咩ge日子，e個月真系最中2按摩服務，超舒服，真心推薦比身邊朋友

★ 記得第一日去到月子中心食完第一餐月子餐，訓左一教突然上奶，個人真係會痛到醒左，同佢地講完就即刻黎幫我按摩同教我點舒緩，之後就泵出第一份黃金初乳。仲有很重要要說3次：真係好掛住係月子中心有飽教訓既日子真係好掛住係月子中心有飽教訓既日子真係好掛住係月子中心有飽教訓既日子

★ 上一胎月嫂雖然都好好，但始終得一個人，又要煮野食，又要湊B，點要休息。當時工人姐姐又未夠湊B經，所以好多時自己都唔放心訓覺，咩都自己跟到足，搞到無覺好訓！今胎在月子中心，休息得非常好，身體恢復很快，確實為我收爐畫下完美句號。

非常推介比身邊的媽媽！我特別鐘意月子中心的按摩和洗澡水！因為生完真系好叻！仲有每日都有暖暖的中藥水沖涼和好好味的炒米茶和燉湯！翻左屋企都好掛住！

★ 非常感謝二十八居所有員工的照顧！特別系彭姑娘和黃小姐！個個都對我同Bb好好，我個大仔呢度都好鐘意呢度D嬢嬢和姐姐！今胎選擇入住月子中心，同上胎坐月好唔同，雖然上胎有請陪月同工人姐姐，但系因為啊B黃，又餵人奶，日日都要自己跟埋去衛生中心，身心俱疲。今胎在月子中心，感覺成個團隊好PRO，加上有專業和有經驗的醫生顧問會成日來看我同BB，成個人放心好多！加埋個團隊真系比我放心可以24小時照顧到BB！

★ 非常感謝各位工作人員過去一個月的照顧，太太得到全面休息，BB得到細心照顧，讓作為爸爸的我得以專心工作和照顧其餘位哥哥。有乜好得過有一個專業的團隊二十四小時照顧一個坐月的媽媽和出生的BB，仲有專業的意見和協助！如果你們早一點出現就好了，之前兩個哥哥出生後就可以更加舒服無憂了！繼續keep住好品質和細心專業的服務！

★ 由當初剛生完回家，初為人母很多的不適應，完全不放心休息，所以跟老公立馬決定去月子中心坐月，雖然短短一個月時間，完全放心將自己跟寶寶給護理人員照顧，把我和仔仔照顧得好好。我先生亦十分滿意服務，同時姑娘教會我們怎樣照顧寶寶，每一位對我們視如己出，讓我可以好好休養，出月回家後有什麼問題有時間都很樂意解答。

★ 最初都心大细點樣坐月時，突然間見到你地中心，經過一番考慮，加上老公同屋企人既支持下，最終都選擇了你們！係二十八居月子中心坐月期間，都得到各位姑娘同黃小姐悉心照顧我同bb，每個姑娘都好用心照顧和好錫我個BB。不停開解我，使我可以有更强大既心理去面對坐月期間問題，成個團隊都好專業，令我好放心！

.....