



# 素食護新生

## Plant-Based Postpartum Diet in Tzu Chi Hospitals

虔誠歡喜迎接新的一年，也感恩過去的每一天，因為年年月月平安度過，讓我們能把握時間，達成利益人間的心願。

人生的生、老、病、死，都離不開醫療，慈濟醫療志業也不斷求進步。大林慈濟醫院今年新設立「產後護理之家」，將照護結合科技，設備令人大開眼界。記得過去婦女生產時，家人是追著請產婆到家裡，只聽見產婦在房間裡苦苦哀叫，有句臺語俗話說「生得過雞酒香，生不過四塊板」，可見生產的危險。

現在產婦可以知道預產期，提前到醫院待產，全程都有醫護細心照顧，醫療大為進步。而且看到我們的設備舒適又先進，房內的餐桌能變成電腦桌，用視訊傳送孩子的動作表情，阿公、阿嬤在家裡就可以看到孫子，服務再升級。

同時很感恩產後護理之家的團隊，規畫營養滿滿的素食月子餐，用心為她們調養，讓產婦吃得歡喜滿足。基督教的臺安醫院，從數十年前就開始推動素食，我們更要維護一貫的堅持。傳統上產婦坐月子時，會煮麻油雞進補；生孩子是喜事，卻殺死那麼多生命，這是損福造禍，很矛盾！歡喜祝福新生命，不應該殺生，產婦從素食的月子餐開始，就可以為自己和孩子植福。

近年來全球氣候更趨極端，災難偏多。先前在波蘭舉行的聯合國氣候變遷會議，許多與會人士不斷呼籲茹素是減少溫室氣體的有效方法，但是要人人共行，談何容易？改變環境唯有從生活做起，假如我們用愛真誠照護產婦，並盡心力做好素食月子餐，在歡慶的同時，能不殺生，是最有智慧的。

期待產後護理之家的團隊用心發揮愛的能量，守護生命、守護健康、守護愛的溫暖，建立健康、優質的素食特色，讓這個空間永遠喜氣洋洋，為新生兒帶來祝福。☺

釋證嚴