

« 返回前頁 | 文章：《人言人語》——紮肚治療師 美態與健康並重



Like 0

列印 預設字型

2021年9月11日

人言人語

紮肚治療師 美態與健康並重

近年社會愈趨重視女性產後護理，相關服務除常見的陪月和進補外，還包括紮肚；我是王紫瑜（Dionne），專業紮肚治療師，3年前開始與拍檔經營，真正靠一雙手去幫一眾產後媽媽；不要以為這療法只是令身形回復窈窕，其實對改善產後肚皮鬆弛、盆骨前傾、腹直肌分離等問題都有幫助，最重要是具保健作用，讓女性身體能迅速重拾生育前的美好狀態。

愛美是女士天性，不少貪靚之餘，也愛幫人扮靚，我是其中一個，離開校園後投身美容瘦身纖體行業，一做10年，晉升至管理層，可是有感工作朝9晚11太困身，且打工較難發揮個人理念，遂有意創業，適逢同事Mary也有此想法，她當時剛生育不久，透過紮肚極速瘦身，讓我見識這技術的效果，彼此一拍即合，決定進軍這門生意。

減橙皮紋改善水腫

接下來就積極裝備，不斷報讀相關課程，進修產前產後知識，除紮肚外，還有催乳、孕婦按摩、產後中醫調理等，並遠赴北京及印尼峇里學習古法紮肚技術；很多人以為只是把腹部包着很簡單，實際上易學難精，因要以人手打結方式將紮肚布穩定在盆骨和腰部，故我們工作時要很用力，手指、腕部、關節等容易勞損，幸本身從事美容多年，用力懂得避重就輕。

外界另一誤解這療法純粹為修身減肥，非也，女士懷孕期間，嬰兒成長令肚皮漲大，既導致皮膚鬆弛，腹部兩側肌肉會隨之分離，出現內臟移位，形成肚臍下垂；紮肚不單可把以上部位回復原狀，同時增強內脊柱承托力，減少腰痛；再配合適當按摩，有助去除分娩時產生的毒素，撫平橙皮紋、妊娠紋，加速新陳代謝，令子宮回復正常體積，改善水腫情況。

聽來好處多多，最大難題是顧客要有耐性聽解釋，創業初期，我們搵客屢吃閉門羹，也曾灰心，可是沒想過放棄，深信這技術幫得到人，每次有客開單都是很大鼓勵；記得有次接了一位居於澳門的客人，每日我要花5小時來回港澳，身心俱疲，幸而這位媽媽感受到我們的用心，之後介紹很多朋友幫襯，真箇好心有好報。

生意日增開班授徒

萬丈高樓平地起，捱過早段「搵石仔」日子，生意漸上軌道，加上社交媒體功能和口耳相傳，生意愈來愈多，然而問題又來，紮肚畢竟屬體力工作，我與拍檔兩個人四隻手往往應接不暇，遂決定建立團隊、開班授徒，為業界注入更多有質素及專業的生力軍；同行未必如敵國，反有機會「做大個餅」。

去年新冠疫情爆發後，應徵人數大增，主要是空姐、助產士、陪月員、新移民等，當中不乏純粹想多學一門手藝；作為導師的我，除教授專業技術，還要調節她們心態，畢竟紮肚乃貼身服務，不少學生怕尷尬，即使同性也不好意思叫人「擘大對腳」，加上工具又重；想學有所成，先要克服這些心理障礙。

從前做美容纖體，只為客人改善外觀，如今做到「由內至外」去幫人；十月懷胎不容易，我希望紮肚成為產後媽媽一份美好禮物，讓她們身體回復孕前狀態，重拾健康、美麗和自信。

採訪、撰文：許鎮邦

攝影：黃俊耀



放大圖片 / 顯示原圖

王紫瑜 (Dionne) 小檔案

職銜 紮肚服務公司 Empathy 聯合創辦人

年齡 八十後 **星座** 天蠍座

專業資格 TQUK (英國資歷培訓) 認可紮肚導師、中國人才培訓網認可導師

家庭狀況 已婚，有 1 名半歲大兒子

簡介 早年曾於纖體美容行業工作 10 年，機緣巧合認識紮肚，深入了解後發現非只為瘦身，可達養生及調理效果，先後往北京及印尼峇里進修產前產後技術，2018 年與拍檔 Mary 創業，冀讓產後媽媽快速回復健康

信報

放大圖片 / 顯示原圖

相關文章

孕後親身感受

人言人語 | 9月11日

« 返回前頁 | 文章：《人言人語》——孕後親身感受



Like 0

列印 預設字型

2021年9月11日

人言人語

孕後親身感受

學習紮肚多年，Dionne直到幾個月前誕下麟兒，才有機會親身「享受」這服務，被問到「勒緊褲頭」感覺如何，她說：「原來同想像中都有啲分別，始終勒住係會有少少辛苦同唔慣，但親身感受過，對日後幫人更有幫助，（不痛？）咁又真係無嘢，你哋男人唔會明，女人嘅忍耐力可以好強。」

紮肚理論上雖是孕婦專屬，Dionne亦遇過一名未曾生育的客人，想透過紮肚瘦身；是否可以達致減肥效果？她不諱言做法以修復腹部肌肉分離及調整身形為主，雖然過程中身體會排出體內廢物，改善代謝循環及水腫，惟充其量只能「紮到個形出嚟」，不會減到磅數，瘦身還是要靠飲食營養和運動等全方位配合。那男生可否幫襯？她笑說不會接受，「要紮到落盆骨，位置比較敏感，所以紮肚師一定係女生。」

相關文章

紮肚治療師 美態與健康並重

人言人語 | 9月11日