

您有權進行 母乳餵養



選擇如何餵養新生兒是您將做出的最重要的決定之一。健康照護提供者均認為，對於大多數人來說，純母乳餵養是最安全、最健康的方式。您有權瞭解母乳餵養的益處，並讓您的提供者為您的母乳餵養提供鼓勵與支援。以上均為您的權利，無論您的種族、宗教、國籍或性取向如何，也無論由誰為您支付健康照護費用。

在懷孕之前、期間和之後將此卡交給您的提供者查看，以便您可以與他們討論您的母乳餵養權利。

在分娩前，您有權：*

- 接收有關母乳餵養的完整資訊—母乳餵養的益處、如何開始以及在需要時如何獲得幫助



當您在醫院時，您有權：*

- 讓您的寶寶每日 24 小時與您同住，方便您隨時進行母乳餵養
 - 轉告醫院的工作人員切勿用奶瓶餵養您的寶寶或使用安撫奶嘴，除非您和您的提供者同意
 - 在寶寶出生後立即與其進行皮膚接觸，即使是剖腹產
 - 在寶寶出生後一小時內進行母乳餵養
 - 尋求泌乳顧問的幫助，尤其是當您的寶寶有功能需求時
 - 讓家人或朋友也從經過專門培訓的工作人員處瞭解母乳餵養資訊
- 在您寶寶的嬰兒床上張貼一張提示語，內容為：「我的寶寶是純母乳餵養，請勿使用奶瓶或安撫奶嘴」
 - 為您的寶寶提供母乳，即使寶寶還住在新生兒重症監護室 (Neonatal Intensive Care Unit, NICU) —— 工作人員應該向您介紹具體操作
 - 瞭解任何可能使母乳乾涸的藥物並拒絕服用這類藥物
 - 在您或您的寶寶再次住院時，獲得母乳餵養支援
 - 如果您的醫院不尊重這些權利，請尋求幫助 —— 聯絡紐約州衛生署 (New York State Department of Health) 或撥打醫院投訴熱線 800-804-5447

*改編自《母乳餵養母親權利法案》(Breastfeeding Mothers' Bill of Rights) 及《公共衛生法》(Public Health Law) 第 2505-a 條。

當您離開醫院時， 您有權：*

- 接收不含配方奶廣告的母乳餵養資訊
- 出院時不拿配方奶優惠券或免費試用品
- 接收有關您所在社區母乳餵養資源的資訊，例如支援小組、泌乳顧問和擠乳器
- 接收有關帶寶寶後續約診地點的資訊——索取推薦的健康照護提供者名單
- 接收有關如何吸取和儲存母乳的資訊

*改編自《母乳餵養母親權利法案》及，《公共衛生法》第 2505-a 條。

您有權在任何地方進行 母乳餵養。

- 您在公共場所進行母乳餵養的權利受到法律保護。
- 根據紐約《民權法》(Civil Rights Law) 第 79-e 條規定，人們可以在任何公共場所進行母乳餵養。
- 根據《刑法》(Penal Law) 第 245.01 條規定，母乳餵養不屬於不雅暴露行為。

您有權在工作場所吸乳。

- 僱主必須做出合理的努力，為您提供私人空間和時間，讓您在工作場所吸取母乳（根據《工作場所哺乳法》(Nursing Mothers in the Workplace Act) 以及紐約州《勞動法》(Labor Law) 第 206-c 條）。
- 您也許能夠在帶薪時間內進行吸乳——您完全可以提出此類請求。

您必須在除洗手間以外的衛生場所進行吸乳，該場所靠近您的工作區並提供用於儲存母乳的冰箱。該場所必須至少包含一個電源插座、一把椅子、一個放置擠乳器的桌面和臨近的自來水設備（2018 年紐約市《地方法》(Local Law) 第 185 號、2018 年《委員會概述》(Council Int.) 第 879-A 號）。大多數僱主還必須制定書面的吸乳政策，並儘快回覆便利安排請求，不得遲於五個工作日（2018 年紐約市《地方法》第 186 號，2018 年《委員會概述》第 905-A 號）。

如果您在工作場所吸乳的權利受到侵犯，請致電 212-416-0197 向紐約市人權委員會 (NYC Commission on Human Rights) 提出投訴。

如需母乳餵養相關的詳細資訊，請致電 **311**，或撥打婦女健康辦公室 (Office on Women's Health) 幫助熱線 800-994-9662。