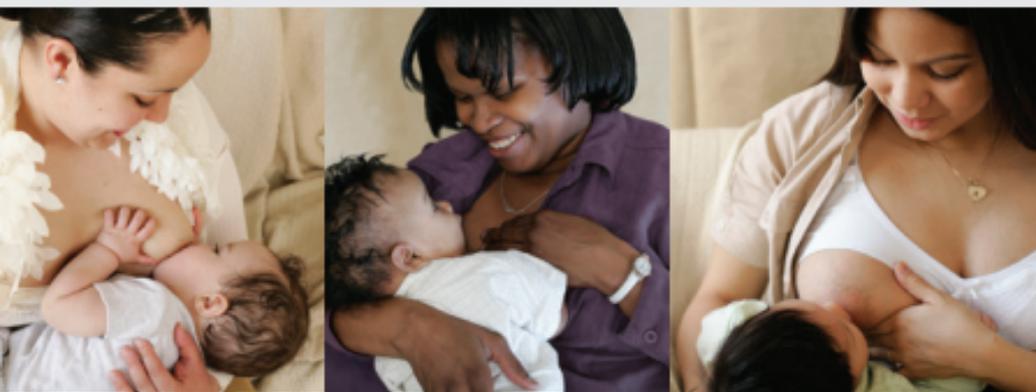


您有权进行 母乳喂养



选择如何喂养新生儿是您将做出的最重要的决定之一。医疗保健提供者均认为，对于大多数人来说，纯母乳喂养是最安全、最健康的方式。您有权了解母乳喂养的益处，并让您的提供者为您的母乳喂养提供鼓励与支援。以上均为您的权利，无论您的种族、宗教、国籍或性取向如何，也无论由谁为您支付医疗保健费用。

在怀孕之前、期间和之后将此卡交给您的提供者查看，以便您可以与他们讨论您的母乳喂养权利。

在分娩前，您有权：*

- 接收有关母乳喂养的完整信息—母乳喂养的益处、如何开始以及在需要时如何获得帮助



当您在医院时，您有权：*

- 让您的宝宝每日 24 小时与您同住，方便您随时进行母乳喂养
- 转告医院的工作人员切勿用奶瓶喂养您的宝宝或使用安抚奶嘴，除非您和您的提供者同意
- 在宝宝出生后立即与其进行皮肤接触，即使是剖腹产
- 在宝宝出生后一小时内进行母乳喂养
- 寻求泌乳顾问的帮助，尤其是当您的宝宝有功能需求时
- 让家人或朋友也从经过专门培训的工作人员处了解母乳喂养信息
- 在您宝宝的婴儿床上张贴一张提示语，内容为：“我的宝宝是纯母乳喂养，请勿使用奶瓶或安抚奶嘴”
- 为您的宝宝提供母乳，即使宝宝还住在新生儿重症监护室 (Neonatal Intensive Care Unit, NICU) ——工作人员应该向您介绍具体做法
- 了解任何可能使母乳干涸的药物并拒绝服用这类药物
- 在您或您的宝宝再次住院时，获得母乳喂养支援
- 如果您的医院不尊重这些权利，请寻求帮助——联络纽约州卫生署 (New York State Department of Health) 或拨打医院投诉热线 800-804-5447

*改编自《母乳喂养母亲权利法案》(Breastfeeding Mothers' Bill of Rights) 及《公共卫生法》(Public Health Law) 第 2505-a 条。

当您离开医院时， 您有权：*

- 接收不含配方奶广告的母乳喂养信息
- 出院时不拿配方奶优惠券或免费试用品
- 接收有关您所在社区母乳喂养资源的信息，例如支援小组、泌乳顾问和挤乳器
- 接收有关带宝宝后续约诊地点的信息——索取推荐的医疗保健提供者名单
- 接收有关如何吸取和储存母乳的信息

*改编自《母乳喂养母亲权利法案》及，《公共卫生法》第 2505-a 条。

您有权在任何地方进行母乳喂养。

- 您在公共场所进行母乳喂养的权利受到法律保护。
- 根据纽约《民权法》(Civil Rights Law) 第 79-e 条规定，人们可以在任何公共场所进行母乳喂养。
- 根据《刑法》(Penal Law) 第 245.01 条规定，母乳喂养不属于不雅暴露行为。

您有权在工作场所吸乳。

- 雇主必须做出合理的努力，为您提供私人空间和时间，让您在工作场所吸取母乳（根据《工作场所哺乳法》(Nursing Mothers in the Workplace Act) 以及纽约州《劳动法》(Labor Law) 第 206-c 条）。
- 您也许能够在带薪时间内进行母乳喂养——您完全可以提出此类请求。

您进行吸乳的场所必须在除洗手间以外的卫生场所，该场所靠近您的工作区和用于储存母乳的冰箱。该场所必须至少包含一个电源插座、一把椅子、一个放置挤乳器的桌面和临近的自来水设备（2018年纽约市《地方法》(Local Law 第185号、2018年《委员会概述》(Council Int.) 第879-A号)。大多数雇主还必须制定书面的吸乳政策，并尽快回复便利安排请求，不得迟于五个工作日（2018年纽约市《地方法》第186号，2018年《委员会概述》第905-A号）

如果您在工作场所吸乳的权利受到侵犯，请致电 212-416-0197 向纽约市人权委员会 (NYC Commission on Human Rights) 提出投诉。

如需有关母乳喂养的更多信息，请致电 **311**，或拨打妇女健康办公室 (Office on Women's Health) 帮助热线 800-994-9662。