

什麼是陪產員？

陪產員 (doula) 是經過培訓的專業人士，可以幫助您和家人瞭解生育相關知識並為之做好準備，在分娩期間為您提供支持，並在產後協助您達成康復及嬰兒哺乳。



NYC
Health



陪產照護的益處可包括：

- 生育體驗滿意度更高
- 分娩過程更短
- 剖腹產機率更低
- 醫療干預機率更低
- 能建立更親密的親子關係
- 母乳餵養率更高
- 嬰兒早產或出生體重過低的機率更低

如何登記加入計畫？

欲登記加入或瞭解自己是否符合條件：

- 於週一至週五上午 9:00 至下午 5:00 間致電 844-653-6852。
- 造訪 nyc.gov/health/cdi 並聯絡為您所在社區提供服務的陪產員計畫。
- 發送電子郵件至 cdi@health.nyc.gov。

「這是一項了不起的計畫！應該讓所有新手媽媽都能夠參加……我在第二次懷孕期間尋求了陪產員的幫助，體驗真的天差地別。」 — CDI 客戶



如需詳細資訊，請掃描 QR 碼或造訪 nyc.gov/health/cdi。如需申請陪產教育資料，請致電 311。

Citywide Doula Initiative

獲得免費
專業生育支持！



Citywide Doula Initiative 是什麼？

Citywide Doula Initiative (全市陪產員計畫，簡稱：CDI) 有助於減少孕產健康照護中的種族不平等，為全體紐約市民改善生育結果。

CDI 陪產員：

- 可在缺乏此類服務的社區提供免費的陪產支持
- 會協助您做出明智的決定

「我的陪產員非常真誠。她說話溫柔，給我提供情感支持，還努力為我爭取資源。」
— CDI 客戶



- 通常是其所服務社區的成員，有著與客戶相同的族群和文化背景，說著相同的語言
- 受過培訓，能以您的體驗、價值觀和喜好為中心，在尊重的基礎上提供照護
- 可用多種語言提供支持，包括西班牙語、海地克里奧爾語、法語和美國手語

資格

欲加入計畫，您必須同時滿足兩個要求：

- 居住在我們的服務區域內，或者居住在紐約市任何地點的收容所或寄養家庭中
- 收入在符合 Medicaid 條件的範圍內

無論年齡、種族、民族、性別認同、移民身分或保險狀態如何，我們都會提供服務。

預期流程

在您登記加入計畫時，CDI 協調員會致電與您討論您的需求。然後，我們將為您找到一名適配的陪產員，到您家中和您的分娩地點，為您提供支持。

妊娠期內（產前）：

- 幫助您瞭解分娩相關知識，讓您對分娩充滿信心
- 幫助您制定和實施分娩計畫
- 聯繫各種資源，如 WIC（婦嬰幼兒特殊營養補充計畫）、分娩衛教課程和健康保險

分娩過程中：

- 提供持續且包含實際操作的身心支持（例如安慰性撫摸、鼓勵性話語、芳香療法以及引導您的伴侶支持您）
- 提供可使分娩過程更為舒適的建議，例如呼吸和放鬆技巧
- 幫助您與醫院工作人員溝通，以解決您可能的疑問或顧慮

生產之後（產後）：

- 在嬰兒哺乳和新生兒照顧方面為您提供幫助
- 上門照護並幫助進行自我照顧
- 根據需要幫忙尋找其他支持，如母乳餵養顧問和心理健康專業人員

「我總是提醒（我的客戶），她們正在用自己的身體做一件非常了不起和神奇的事情，要細心傾聽、用心感受並全身心投入。」

— CDI 陪產員

「我們作為陪產員，最重要的一個職責就是支持懷孕和分娩期間的父母實現其願望、需求和自主權。」

— CDI 陪產員

