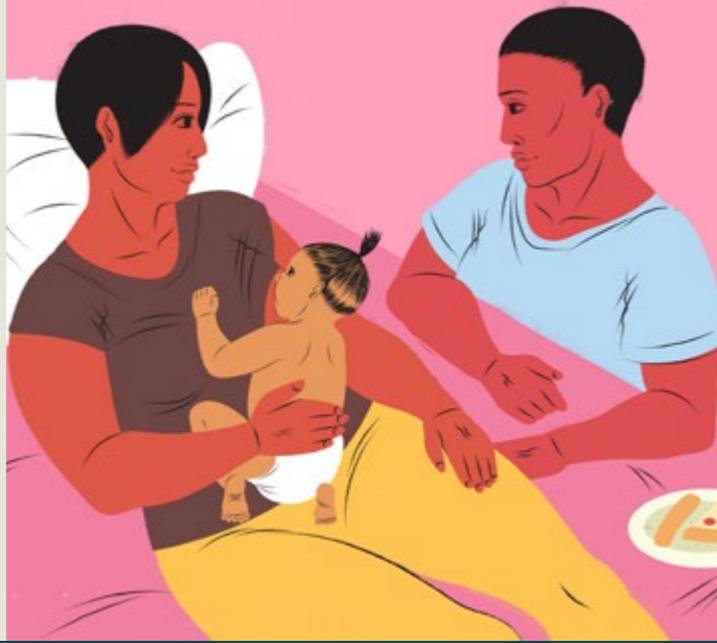


## 임산부 도우미란 무엇인가요?

임산부 도우미는 출산 전 교육과 준비를 도와주고, 진통과 분만 과정을 지원하며, 출산 후 회복과 영아 수유를 돕는 전문 교육을 받은 전문가입니다.



NYC  
Health



임산부 도우미 케어의 장점은 다음과 같습니다.

- 출산 경험에 대한 더 높은 만족도
- 더 짧은 진통 시간
- 제왕절개 가능성 감소
- 의료적 개입 가능성 감소
- 더 나은 모자간 유대감
- 모유 수유율 증가
- 조산이나 저체중 출산 가능성 감소

### 어떻게 등록하나요?

등록하거나 자격 요건을 확인하려면:

- 844-653-6852번으로 월요일 - 금요일, 오전 9시 - 오후 5시 중에 전화하세요.
- [nyc.gov/health/cdi](http://nyc.gov/health/cdi)를 방문하여 귀하의 지역을 담당하는 임산부 도우미 프로그램에 연락하세요.
- [cdi@health.nyc.gov](mailto:cdi@health.nyc.gov)로 이메일을 보내세요.

"정말 훌륭한 프로그램입니다! 아기를 가지는 모든 어머니들이 이용할 수 있어야 합니다... 두 번째 임신 중에 임산부 도우미를 두는 것이 큰 차이를 만들었습니다." - CDI 고객



더 자세한 정보를 원하시면, QR 코드를 스캔하거나 [nyc.gov/health/cdi](http://nyc.gov/health/cdi)를 방문하세요. 임산부 도우미 교육 자료를 요청하려면 311로 전화하세요.

## Citywide Doula Initiative

출산을 위한 무료 전문 지원을 받으세요!



## Citywide Doula Initiative란 무엇인가요?

시 전역 임산부도우미 이니셔티브(Citywide Doula Initiative, CDI)는 산모 의료 서비스의 인종적 불평등을 줄이고 모든 뉴욕 시민의 출산 결과를 개선하는 데 도움을 줍니다.

CDI 임산부도우미는:

- 이 서비스를 이용하기 어려운 지역에서 무료 임산부도우미 지원 제공
- 정보에 입각한 결정을 내리는 데 도움 제공

"제 임산부도우미는 정말 진심이었습니다. 그녀는 부드러운 목소리로 정서적 지원을 해주었고, 제가 필요한 것을 얻을 수 있게 열심히 노력했습니다." — CDI 고객



- 종종 동일한 커뮤니티의 구성원으로서, 고객과 같은 인종이나 민족적 배경, 문화 또는 언어를 가짐
- 귀하의 경험, 가치 및 선호도를 중심으로, 존중심과 함께 케어를 제공하도록 훈련됨
- 스페인어, 아이티 크리올어, 프랑스어 및 미국 수화를 포함한 여러 언어로 지원 제공

### 이용 자격 요건

등록하려면 두 가지 요건을 모두 충족해야 합니다.

- 서비스 지역 또는 뉴욕시 내 쉼터나 위탁 가정에 거주해야 함
- Medicaid 자격을 갖춘 소득 범위 내에 있어야 함

서비스는 나이, 인종이나 민족, 성 정체성, 이민 상태 또는 보험 상태에 관계없이 이용 가능합니다.

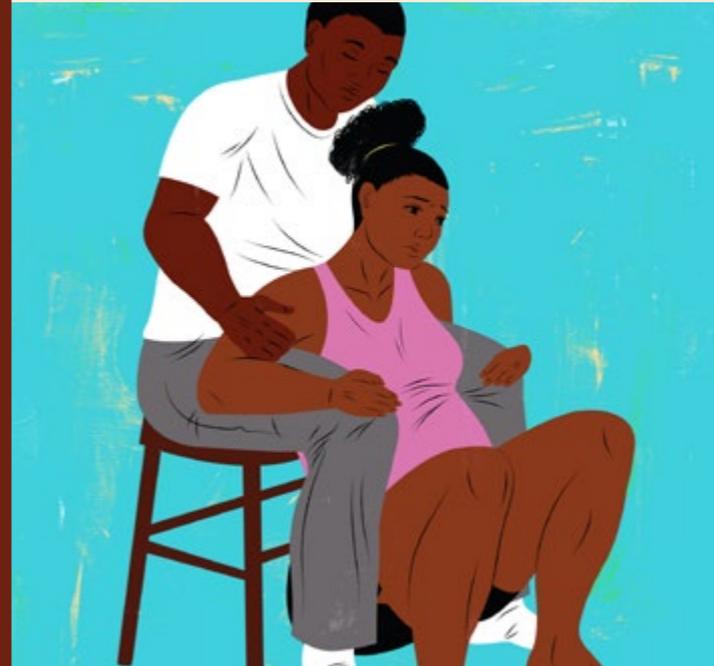


## 기대할 수 있는 것

등록하면 CDI 코디네이터가 귀하의 필요사항에 대해 논의하기 위해 연락드릴 것입니다. 그런 다음 귀하의 가정과 출산 장소에서 지원을 제공할 임산부도우미와 연결해 드립니다.

### 임신 중(산전):

- 자신감 있는 출산을 돕기 위한, 진통과 출산에 관한 교육
- 출산 계획 수립 및 실행 지원
- WIC(Special Supplemental Nutrition Program for Women, Infants, and Children), 출산 교육 수업 및 건강 보험과 같은 자원 연결



### 진통과 출산 중:

- 지속적인 실질적 정서적 지원(편안한 접촉, 격려의 말, 아로마테라피, 그리고 파트너가 귀하를 지원하도록 안내함 등)
- 진통을 더 편안하게 만들기 위한 호흡 및 이완 기법 등을 권장
- 귀하가 가질 수 있는 질문이나 우려를 해결하기 위해 병원 직원과의 대화를 도움

### 출산 후(산후):

- 영아 수유 및 신생아 돌봄 지원
- 가정 방문 체크인 및 자기 관리 지원
- 필요에 따라 모유 수유 상담사 및 정신 건강 전문가와 같은 추가 지원을 찾는 데 도움

"저는 항상 제 고객들에게 그들이 정말 놀라운 일을 해내고 있다고 알려 드리고, 몸의 소리에 귀 기울이고, 그 순간을 충분히 느끼며, 그 과정을 받아들이라고 조언해요." — CDI 임산부도우미

"임산부도우미로서 우리 일의 가장 중요한 부분은 임산부와 부모님들의 바람과 필요, 그리고 자율성을 존중하고 지원하는 거예요." — CDI 임산부도우미