

Кто такая доула?

Доула — это квалифицированный специалист, который сможет проконсультировать и подготовить вас и вашу семью к родам, оказать поддержку во время схваток и родов, а также помочь с восстановлением.



NYC
Health



Преимущества обращения к доуле могут включать следующее:

- более позитивные эмоции от процесса родов;
- более быстрые схватки;
- меньшая вероятность кесарева сечения;
- меньшая вероятность медицинского вмешательства;
- установление более тесной связи родителей с ребенком;
- более высокие показатели грудного вскармливания;
- меньшая вероятность преждевременных родов и рождения ребенка с низкой массой тела.

«Моя доула помогла мне почувствовать себя более уверенно в родильном зале, я понимала, что происходит с моим организмом, и мне было не так страшно»,
— клиентка CDI

Как можно зарегистрироваться в программе?

Чтобы зарегистрироваться или узнать, соответствуете ли вы критериям участия:

- позвоните по номеру 844-653-6852 с понедельника по пятницу с 9:00 до 17:00;
- посетите веб-сайт nyc.gov/health/cdi и обратитесь в программу доул, которая обслуживает ваш район;
- напишите на адрес электронной почты cdi@health.nyc.gov.

«Это потрясающая программа! Она должна быть доступна всем будущим мамам... Поддержка доулы во время моей второй беременности сделали ее просто незабываемой»,
— клиентка CDI



Для получения дополнительной информации отсканируйте QR-код или посетите веб-сайт nyc.gov/health/cdi. Чтобы заказать информационные материалы о доулах, позвоните по номеру 311.

Citywide Doula Initiative

Получите бесплатную профессиональную поддержку во время родов!



Что представляет собой Citywide Doula Initiative?

Общегородская инициатива по предоставлению услуг доулы (Citywide Doula Initiative, CDI) — это программа, которая помогает сократить расовое неравенство в получении услуг по охране материнства и улучшить показатели состояния здоровья при родах для всех ньюйоркцев.

- Доулы CDI:
- бесплатно оказывают услуги поддержки доулы в районах с отсутствием доступа к ним;
 - помогают вам с принятием информированных решений;

«Моя доула была просто уникальной. Она была очень любезной, оказывала мне эмоциональную поддержку и старалась сделать все, чтобы предоставить мне необходимые ресурсы»,
— клиентка CDI



- часто являются членами сообщества, которое они обслуживают, имеют такое же расовое или этническое происхождение, принадлежат к той же культуре и говорят на том же языке, что и их клиентки;
- обучены уважительному отношению с учетом вашего опыта, ценностей и предпочтений;
- предлагают помощь на многих языках, включая испанский, гаитянский креольский, французский и американский язык жестов.

Право на участие в программе

Чтобы зарегистрироваться в программе, вы должны соответствовать двум требованиям:

- проживать в нашей зоне обслуживания, либо в приюте или в приемной семье в любом районе г. Нью-Йорка (NYC);
- иметь доход, который соответствует критериям получения Medicaid.

Услуги предоставляются независимо от возраста, расовой или этнической принадлежности, гендерной идентичности, иммиграционного статуса или наличия страховки.

Чего вы можете ожидать

После регистрации в программе вам позвонит координатор CDI, чтобы обсудить ваши потребности. Затем мы подберем доулу, которая будет поддерживать вас во время родов у вас дома или в любом другом месте.

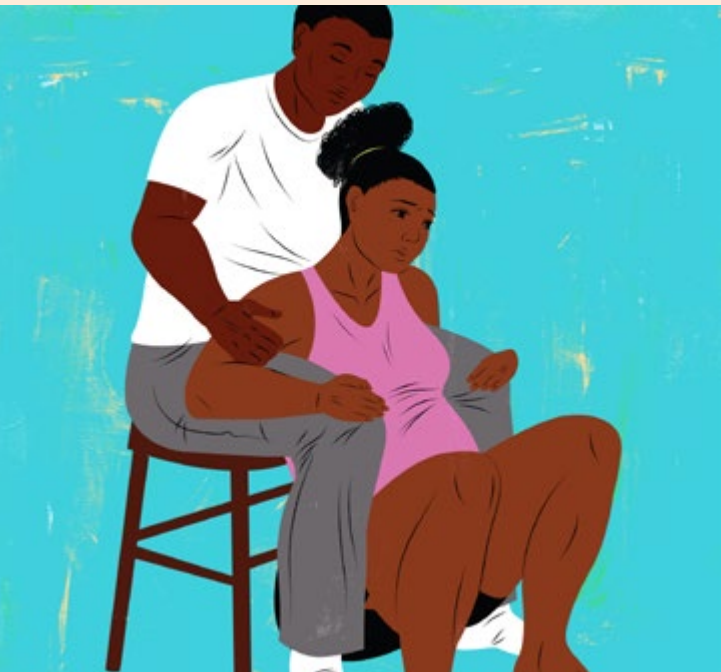
Во время беременности (в дородовой период)

- Подготовка к схваткам и процессу родов, помощь в прохождении родов с уверенностью.
- Помощь в составлении и реализации плана родов.

Предоставление ресурсов, например информации о WIC (the Special Supplemental Nutrition Program for Women, Infants, and Children), занятиях по подготовке к родам и медицинской страховке.

Во время схваток и родов

- Постоянная непосредственная физическая и эмоциональная поддержка (например,



успокаивающие прикосновения, слова подбадривания, ароматерапия и советы вашему партнеру, как вам помочь).

- Рекомендации, как сделать процесс родов более комфортным, в частности ознакомление с техниками дыхания и расслабления.
- Помощь в общении с больничным персоналом для решения проблем или вопросов, которые могут у вас возникнуть.

После родов (в послеродовой период)

- Помощь с грудным вскармливанием и уходом за вашим новорожденным малышом.
- Визиты к вам на дом и помощь с уходом за собой.
- Помощь в поиске дополнительной поддержки, например консультантов по грудному вскармливанию и специалистов в области психического здоровья при необходимости.

«Я всегда напоминаю [своим клиенткам] — то, что происходит с вашим телом, — это что-то действительно чудесное и необыкновенное, просто прочувствуйте это и погрузитесь в эти ощущения»,
— доула CDI

«Я думаю, что одним из важнейших аспектов нашей работы как доул является поддержка беременных и рожениц в их желаниях, потребностях и стремлении к самостоятельности в действиях и решениях»,
— доула CDI

