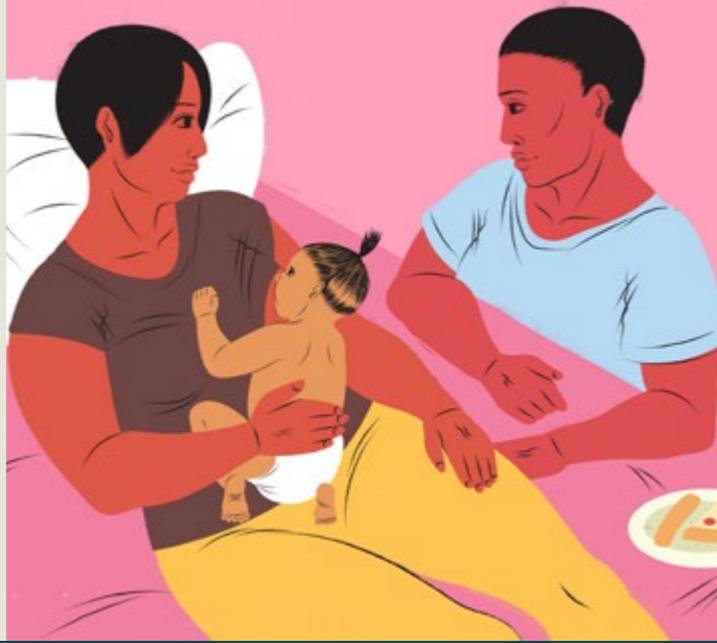


什么是陪产员？

陪产员 (doula) 是经过培训的专业人士，可以帮助您和家人了解生育相关知识并为之做好准备，在分娩期间为您提供支持，并在产后协助您达成康复及婴儿哺乳。



NYC
Health



陪产护理的益处可包括：

- 生育体验满意度更高
- 分娩过程更短
- 剖腹产机率更低
- 医疗干预机率更低
- 能建立更亲密的亲子关系
- 母乳喂养率更高
- 婴儿早产或出生体重过低的机率更低

如何注册加入计划？

欲注册加入或了解自己是否符合条件：

- 于周一至周五上午 9:00 至下午 5:00 间致电 844-653-6852。
- 访问 nyc.gov/health/cdi 并联系为您所在社区提供服务的陪产员计划。
- 发送电子邮件至 cdi@health.nyc.gov。

“这是一项了不起的计划！应该让所有新手妈妈都有机会参加……我第二次怀孕期间有了陪产员，体验真的大不一样。”
— CDI 客户

“我的陪产员帮助我在产房里感到更有信心，也更明白自己身体的变化。这让我不再那么害怕。”

— CDI 客户



要获取更多信息，
请扫描二维码或访问
nyc.gov/health/cdi。
如需申请陪产教育材料，
请致电 311。

3.25 Simplified Chinese

Citywide Doula Initiative

获得免费
专业生育支持！



Citywide Doula Initiative 是什么?

Citywide Doula Initiative (全市陪产员计划, 简称: CDI) 有助于减少孕产健康护理中的种族不平等, 为全体纽约市民改善生育结果。

CDI 陪产员:

- 可在缺乏这种服务的社区提供免费的陪产支持
- 可协助您做出明智的决定

“我的陪产员非常真诚。她说话温柔, 给我提供情感支持, 还努力为我争取资源。”

— CDI 客户



- 通常是其所服务社区的成员, 有着与客户相同的族群和文化背景, 说着相同的语言
- 受过培训, 能以您的体验、价值观和喜好为中心, 在尊重的基础上提供护理
- 可用多种语言提供支持, 包括西班牙语、海地克里奥尔语、法语和美国手语

资格

欲加入计划, 您必须同时满足两个要求:

- 居住在我们的服务区域内, 或者居住在纽约市任何地点的收容所或寄养家庭中
- 收入在符合 Medicaid 条件的范围内

无论年龄、种族、民族、性别认同、移民身份或保险状况如何, 我们均提供服务。

预期流程

在您注册加入计划时, CDI 协调员会致电与您讨论您的需求。然后, 我们将为您找到一名适配的陪产员, 到您家中到您的分娩地点, 为您提供支持。

妊娠期内 (产前):

- 帮助您了解分娩和生产相关知识, 让您自信地迎接生产
- 帮助您制定和实施分娩计划
- 联系各种资源, 如 WIC (妇婴幼儿特殊营养补充计划)、分娩指导课程和医疗保险

分娩过程中:

- 提供持续且包含实际操作的身心支持 (例如安慰性抚摸、鼓励性话语、芳香疗法以及引导您的伴侣支持您)
- 提供可使分娩过程更为舒适的建议, 例如呼吸和放松技巧
- 帮助您与医院工作人员沟通, 以解决您可能的疑问或顾虑

生产之后 (产后):

- 在婴儿哺乳和新生儿照顾方面为您提供帮助
- 上门护理并帮助进行自我照顾
- 根据需要帮忙寻找其他支持, 如母乳喂养顾问和心理健康专业人员

“我总是提醒 (我的客户), 她们正在用自己的身体做一些非常了不起和神奇的事情, 要倾听自己的身体, 真正地与之相处, 并充分信任它。”

— CDI 陪产员

“我们作为陪产员, 最重要的一个方面, 就是支持怀孕和分娩期间的父母实现愿望、需求和自主权。”

— CDI 陪产员

