

Doula m nan te ankourajan anpil; li te ban m anpil enfòmasyon. Li te janti, epi m te santi m konfòtab ak an sekirite avè l.

– Kliyan



Mwen santi m onore ak privilejye pou m patisipe nan yon moman ak yon espas sakre konsa.

– Doula nan NYC



Mwen te pè anpil paske se premye fwa mwen pral manman. Mwen te menm pi pè paske mwen te gen pou m fè sezaryèn. Men doula mwen an te ede m anpil...epi li te fè tout sa l kapab pou l asire l mwen pa estrese tèt mwen twòp oswa estrese tibebe a.

– Kliyan



Mwen panse youn nan sa k pi enpòtan nan travay nou antanke doula se sipòte souwè, bezwen ak otonomi moun ki ansent ak paran tibebe a.

– Doula nan NYC



Pou jwenn plis enfòmasyon sou Inisyativ gratis Citywide Doula Depatman Sante NYC a ak lòt sèvis doula pwofesyonèl nan NYC, rele 311, ale sou sitwèb nyc.gov/health/doula oswa eskane kòd QR ki anba a.



Materyèl sa a te rive kreye gras ak kolaborasyon Rezo Amelyorasyon Kalite Lopital Matènèl yo (Maternity Hospital Quality Improvement Network, MHQIN) ak Doula Capacity-Building Workgroup. Pou jwenn plis enfòmasyon sou MHQIN, ale sou nyc.gov/health epi chèche "Equity in Maternal Care" (Egalite nan Swen Matènèl).



Èske ou ansent?

Ou kapab jwenn avantaj pou pran swen nan men yon doula



Kisa yon doula ye?

Yon doula se yon asistan pwofesyonèl matènèl, ki pran fòmasyon, pou bay oumenm ak fanmi w sipò ki pa medikal ak èd pandan gwosès, tranche ak akouchman epi menm apre akouchman. Yon doula bay yon valè sipò emosyonèl, fizik ak edikasyonèl.

Pandan gwosès ou, yon doula:

- Ede w prepare ak reyalize plan akouchman pitit ou
- Ede w pou w santi w pare pou fè chwa ki enpòtan pandan tranche a ak akouchman an
- Konekte w ak pwogram ki ka sipòte bezwen w yo

Pandan tranche ak akouchman an, yon doula:

- Toujou kontinye ba w sipò fizik ak sipò emosyonèl
- Ofri konsèy pou rann tranche a pi agreyab, tankou teknik respirasyon ak teknik detant
- Ankouraje w pou w pale ak estaf lopital la si w gen kesyon oswa enkyetid

Lè w fin akouche, yon doula:

- Ede w nan koze alètman pou tibebe ki fenk fèt epi li ede w pran swen yo
- Idantifye ak fè suivi sou siy avètisman oswa pwoblèm sante ou menm oswa tibebe an genyen
- Ba w sipò sou plizyè fason pou w pran swen tèt ou

Kisa sipò anliy doula ye?

Sipò anliy doula se tankou sipò fas-a-fas nan plizyè fason. Yon doula bay sipò emosyonèl ak edikasyonèl nan telefòn, mesaj ak videyo olye fas-a-fas. Pale ak doula ou a pou w konnen si sipò anliy lan ap bon pou ou.

Kòman yon doula kapab ede w?

Etid yo montre moun ansent ki pran sèvis nan men doula yo:

- Gen mwens chans pou fè yon sezaryèn (seksyon-C)
- Gen mwens chans pou fè yon tibebe prematire oswa ki pa gen pwa nòmal pou yon tibebe ki fenk fèt
- Fè mwens tan ak tranche
- Kòmanse bay tete pi bonè epi pandan pi lontan
- Gen pi bon koneksyon ak tibebe a

