



採取行動

制訂分娩計劃。

雖然 COVID-19 疫情不斷發生變化，但 March of Dimes 知道每天仍有嬰兒出生。本文件旨在根據您選擇的分娩地點的政策評估您的偏好。最後，您會發現一系列的問題，當您為寶寶的出生做準備時，您應當向您的服務提供者諮詢這些問題。

您的姓名

您的服務提供者的姓名和聯絡資訊

您寶寶的預產期

您寶寶的服務提供者的姓名和聯絡資訊

1 您打算在什麼地方分娩？

2 分娩過程中，支援人員是否可以到場？如果是，您的主要支援是什麼？

姓名

電話

此人是：

- 您的伴侶 您寶寶的父親
 家庭成員 您的朋友
 牧師 您的助產師

3 是否可以選擇在分娩過程中獲得虛擬支援？

虛擬選項：

- 透過電話 Skype
 FaceTime Facebook
 Zoom WhatsApp

4 您能否攜帶自己的裝置
(電話/iPad)？

是 否

醫院是否提供 WIFI 接入？

是 否

醫院是否提供裝置來進行

虛擬支援？

是 否

5 您在分娩過程中想要什麼支援？

- 協助呼吸
 協助渡過宮縮期
 按摩
 協助移動身體
 使用助產工具（分娩球，花生球）
 感官（燈光，音樂）
 其他

6 您是否要在分娩過程中移動身體？

是 否

您希望在分娩過程中採用什麼體位？

躺姿

坐姿

站姿

其他 _____

7 您希望使用什麼藥物（如果有）來協助緩解分娩疼痛？

8 您是否希望在分娩後的前一小時擁抱您的寶寶？

是 否

9 您是否希望延遲臍帶結紮？

是 否

10 您希望誰來剪臍帶？

11 您是否打算儲存/捐贈您寶寶的臍帶血？

是 否

12 您是否希望您的寶寶在出生後始終和您在一起？或者，您是否願意讓寶寶留在育嬰室？

始終和您在一起

可以留在育嬰室

13 您是否打算用母乳餵養寶寶？

是 否

14 您是否希望在醫院時會見哺乳顧問？

是 否

15 您是否希望在對您的寶寶使用安撫奶嘴或餵奶之前先告知您？

是 否

16 如果您的寶寶是男孩，您是否希望他接受包皮環切術？

是 否

17 您是否希望寶寶出生時對寶寶執行特殊的傳統？

是 否

請說明 _____

18 誰是您的緊急聯絡人？

姓名 _____

與您的關係 _____

電話 _____

19 醫院或分娩中心的工作人員是否還應該瞭解有關您或您寶寶的什麼情況？

是 否

請說明 _____

20 您是否希望健康護理團隊不要使用某些詞語或表達？

是 否

請說明 _____

21 您是否希望限制進入房間的健康護理人員的數量？

是 否

當準備分娩時，請致電您的機構以詢問：

1 我能否帶伴侶或支援人員陪伴我？

2 如果不允許我有支援人員在場，那麼該機構關於擁有虛擬支援人員的政策是什麼？

3 如果不允許我有支援人員在場，您的工作人員將在分娩過程中如何支援我，並協助管理我的情感和身體需求？

4 在分娩過程中如何保護我和我的孩子免受 COVID-19 的侵害，在為孕婦和產後婦女戴口罩方面有什麼政策？

5 您是否安排虛擬醫院參觀，以協助我為分娩做準備？

6 允許我帶什麼進入機構？

7 我是否需要接受 COVID-19 測試？

8 如果我的 COVID-19 測試結果呈陽性會怎樣？

9 如果我的寶寶的 COVID-19 測試結果呈陽性會怎樣？

10 對於母親和寶寶來說，產後平均多久可以出院？

11 我生完寶寶之後，您的機構關於探視的政策是什麼？

12 我是否還應當瞭解機構的任何其他分娩政策？

當您抵達後，請詢問：

1 機構的分娩政策是否有任何變化？

2 分娩過程中，是否允許我移動身體？

3 關於分娩過程中飲食的政策是什麼？
