



采取行动

# 制定分娩计划。

虽然 COVID-19 疫情不断发生变化，但 March of Dimes 知道每天仍有婴儿出生。本文档旨在根据您选择的分娩地点的政策评估您的偏好。最后，您会发现一系列的问题，当您为宝宝的出生做准备时，您应当向您的服务提供者咨询这些问题。

您的姓名

---

您的服务提供者的姓名和联络信息

---

您宝宝的预产期

---

您宝宝的服务提供者的姓名和联络信息

---

**1** 您打算在什么地方分娩？

---

**2** 分娩过程中，支持人员是否可以到场？如果是，您的主要支持是什么？

姓名 

---

电话 

---

此人是：

- 您的伴侣
- 您宝宝的父亲
- 家庭成员
- 您的朋友
- 牧师
- 您的助产师

**3** 是否可以选择在分娩过程中获得虚拟支持？  
虚拟选项：

- 通过电话
- Skype
- FaceTime
- Facebook
- Zoom
- WhatsApp

**4** 您能否携带自己的设备（电话/iPad）？

- 是  否

医院是否提供 WIFI 接入？

- 是  否

医院是否提供设备来进行虚拟支持？

- 是  否

**5** 您在分娩过程中想要什么支持？

- 帮助呼吸
- 帮助渡过宫缩期
- 按摩
- 帮助移动身体
- 使用助产工具（分娩球，花生球）
- 感官（灯光，音乐）
- 其他 

---

**6** 您是否要在分娩过程中移动身体？

是  否

您希望在分娩过程中采用  
什么体位？

躺姿

坐姿

站姿

其他 \_\_\_\_\_

**7** 您希望使用什么药物（如果有）来帮助缓解  
分娩疼痛？

\_\_\_\_\_

**8** 您是否希望在分娩后的前一小时怀抱您的宝  
宝？

是  否

**9** 您是否希望延迟脐带结扎？

是  否

**10** 您希望谁来剪脐带？

\_\_\_\_\_

**11** 您是否打算存储/捐赠您宝宝的脐带血？

是  否

**12** 您是否希望您的宝宝在出生后始终和您在一  
起？或者，您是否愿意让宝宝留在育婴室？

始终和您在一起

可以留在育婴室

**13** 您是否打算用母乳喂养宝宝？

是  否

**14** 您是否希望在医院时会见哺乳顾问？

是  否

**15** 您是否希望在对您的宝宝使用安抚奶嘴或喂  
奶之前先告知您？

是  否

**16** 如果您的宝宝是男孩，您是否希望他接受包  
皮环切术？

是  否

**17** 您是否希望宝宝出生时对宝宝执行特殊的传  
统？

是  否

请说明 \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**18** 谁是您的紧急联系人？

姓名 \_\_\_\_\_

与您的关系 \_\_\_\_\_

电话 \_\_\_\_\_

**19** 医院或分娩中心的工作人员是否还应该了解  
有关您或您宝宝的什么情况？

是  否

请说明 \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**20** 您是否希望健康护理团队不要使用某些词语  
或表达？

是  否

请说明 \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**21** 您是否希望限制进入房间的健康护理人员的  
数量？

是  否

## 当准备分娩时，请致电您的机构以询问：

**1** 我能否带伴侣或支持人员陪伴我？

---

---

**2** 如果不允许我有支持人员在场，那么该机构关于拥有虚拟支持人员的政策是什么？

---

---

**3** 如果不允许我有支持人员在场，您的工作人员将在分娩过程中如何支持我，并帮助管理我的情感和身体需求？

---

---

**4** 在分娩过程中如何保护我和我的孩子免受 COVID-19 的侵害，在为孕妇和产后妇女戴口罩方面有什么政策？

---

---

**5** 您是否安排虚拟医院参观，以帮助我为分娩做准备？

---

---

**6** 允许我带什么进入机构？

---

---

**7** 我是否需要接受 COVID-19 测试？

---

---

**8** 如果我的 COVID-19 测试结果呈阳性会怎样？

---

---

**9** 如果我的宝宝的 COVID-19 测试结果呈阳性会怎样？

---

---

**10** 对于母亲和宝宝来说，产后平均多久可以出院？

---

---

**11** 我生完宝宝之后，您的机构关于探视的政策是什么？

---

---

**12** 我是否还应当了解机构的任何其他分娩政策？

---

---

## 当您抵达后，请询问：

**1** 机构的分娩政策是否有任何变化？

---

---

**2** 分娩过程中，是否允许我移动身体？

---

---

**3** 关于分娩过程中饮食的政策是什么？

---

---