

请务必让每一个照顾您宝宝的人不要去摇晃宝宝。如果您认为您的宝宝被摇晃出了问题，请立即寻求医疗帮助。及时就医可以挽救您宝宝的生命。

更多信息

如需帮助查找产前护理服务，请致电 New York State Department of Health（纽约州卫生署）的“Growing Up Healthy”（健康成长）热线，电话号码是 1-800-522-5006（免费）。

参加育儿班或和您的医生讨论育儿问题。或者阅读 *Welcome to Parenthood: A Family Guide*（欢迎加入为人父母的行列：家庭指南）www.health.ny.gov/publications/2940.pdf

在纽约州举报儿童虐待或儿童暴力行为，请致电纽约州虐待儿童和儿童不良对待报告中心，电话号码是 1-800-342-3720。

更多关于母乳喂养宝宝的信息，请访问 www.health.ny.gov/community/pregnancy/breastfeeding/

更多关于摇晃婴儿综合症的信息，请阅读永远不要摇晃婴儿，此文章发布在 www.health.ny.gov/publications/3192.pdf。

如需获取儿童用品和玩具方面的最新产品召回安全新闻，请在消费者产品安全委员会的召回订阅列表中进行注册：www.cpsc.gov/cpsclist.aspx 或者致电 800-638-2722 (TTY 301-595-7054)。



纽约州孕妇信息法要求每家医院提供其分娩实践和手术相关的下列信息：此信息可帮助您更好地了解自己可享受的服务，了解更多关于自己在分娩上的选择，并为您宝宝的诞生做好准备。

大部分信息都以某一年所有在该医院中进行分娩的百分比形式提供。举例来讲，如果 100 例中有 20 例是剖腹产，那么剖腹产的比率为 20%。如果 100 例中有 50 例进行了外部胎儿监护，或外部胎儿监护占有所有分娩的一半，那么该比率为 50%。

这些信息不会告诉您某医院比另一家医院更适合您。如果某医院每年出生的婴儿少于 200 个，那么仅在数例分娩中使用特殊手术程序可能会改变这个比率。

分娩类型也可能影响这个比率。某些医院向那些产况复杂的产妇、高危产妇以及胎儿发育不正常的产妇提供专业服务。这些医院使用特殊手术程序的比率会比那些不提供这些服务的医院要高。

这些信息也不会告诉您为您提供服务的医生或持照助产士的实践经验。然而，这些信息可能会在您和自己的医生或持照助产士讨论自己的愿望时用到，并可了解他或她使用的特殊手术程序和医院使用的是否一致。

在期望以自己希望的方式进行分娩这个问题上，您应积极一点。要做到这一点，您需要以下信息。参与分娩准备培训班和阅读关于分娩的书籍。询问您的医生或持照助产士，并和他或她讨论您自己的意愿和选择。关于如何生育健康宝宝的相关信息，您可在获取：

www.health.ny.gov/community/adults/women/

分娩中某些手术的比率

417 例分娩在 St. John’s Episcopal Hospital 进行，时间段：2024。

31.8	% 的分娩为剖腹产
42.8	% 的分娩为初次剖腹产
57.1	% 的分娩为重复剖腹产
—	% 的以前进行过剖腹产的产妇选择了阴道分娩
0	% 的分娩由助产士协助完成
100	% 的分娩采取了外部胎儿监护
—	% 的分娩采取了内部胎儿监护
0	% 的分娩采用了低产钳助产
0	% 的分娩采用了中产钳助产
—	% 的分娩为臀位阴道分娩
—	% 的分娩采用了无痛分娩
0	% 的阴道分娩使用了全身麻醉
0	% 的阴道分娩使用了脊髓麻醉
69	% 的阴道分娩在阵痛和分娩期间使用了硬膜外麻醉
0	% 的阴道分娩使用了宫颈麻醉
6.9	% 的剖腹产使用了全身麻醉
84	% 的剖腹产使用了脊髓麻醉
10.4	% 的剖腹产使用了硬膜外麻醉
—	% 的分娩使用了引产术
—	% 的分娩使用了催产术
3.23	% 的阴道分娩使用了外阴切开术
94.3	% 的婴儿有过母乳喂养
10.6	% 的婴儿仅用母乳喂养
83.7	% 的婴儿有过母乳喂养并用配方奶粉补充喂养

注意：本机构（有或没有）产房。
注意：本机构（提供或不提供）24 小时母婴同室服务。
注意：本机构（提供或不提供）日间母婴同室服务。



Department of Health

关注我们：

health.ny.gov facebook.com/NYSDOH
twitter.com/healthnygov

2903 (Simplified Chinese)



EHHS

Episcopal Health Services

定义

产房 — 医院内进行分娩和接生以及产后即时恢复的房间。在某些医院内叫做 LDR 或 LDRP。

产钳助产 — 使用为勺形的仪器，称为产钳，帮助胎儿的头部出来。

中位产钳助产 — 在胎儿头部通过骨盆前就使用工具。

低位产钳助产 — 婴儿的头部已经通过骨盆时才使用工具。

催产术 — 用药物帮助持续宫缩或是宫缩变得更强。

剖腹产 — 通过在母亲腹部和子宫上开的切口来接生婴儿的一种外科手术。

初次剖腹产 — 母亲的首次剖腹产，即便以前有过阴道分娩。

重复剖腹产 — 母亲以前采用过一次或多次剖腹产。

剖腹产术后阴道分娩 (VBAC) — 母亲以前通过剖腹产分娩过，但此次选择为阴道分娩。

外阴切开术 — 某些情况下，用来增大阴道开口的切口。

持照助产士 — 注册并经过特殊助产培训的护士，在孕期、分娩时和分娩后对母亲和宝宝进行照顾。

止痛 — 用药物来缓解疼痛感。

母婴同室 — 母亲和宝宝一整天或一天的大部分时间都在同一房间接受照顾的一种安排方式。

胎儿监控 — 宫缩和宝宝心跳的电子记录。

内部胎儿监控 — 将一根带有细线的细管送入子宫，并将该细线和婴儿的头皮相连。同时，可能会将一根软管放置于婴儿的头部旁边以监测宫缩。

外部胎儿监控 — 使用一条带子固定小型仪器并放在母亲的腹部上。

臀位分娩 — 婴儿的臀部和/或脚部先进入产道的分娩方式。

自出生到出院的婴儿喂养（不包括住进新生儿重症监护室的婴儿，或转诊到另一家医院或从另一家医院转诊过来的婴儿）。

仅母乳喂养 — 自出生后仅通过母乳喂养的婴儿（即：不喂配方奶粉或水）。

有过母乳喂养 — 仅通过母乳喂养的婴儿（不管以何种方式喂养，包括乳房、奶瓶、奶杯或饲管）和同时通过母乳和配方奶粉喂养的婴儿。

配方奶粉补充喂养 — 母乳喂养的婴儿也同时喂养配方奶粉。

药物催产 — 使用药物促使分娩宫缩开始。

麻醉 — 能导致失去感觉的药物或其它药剂。

全身麻醉 — 在分娩时使用的气体或静脉药物，让母亲完全不省人事。

宫颈麻醉 — 向宫颈（子宫的开口）内注射药物以减缓分娩时的疼痛感。

硬膜外麻醉 — 通过插入母体下背部的微小管道用药以对阴道区域和下腹部进行麻醉。

脊髓麻醉 — 向脊柱区下端注射药物以麻醉阴道区域。

分娩后…住院病人医疗保险

纽约州要求每个医疗保健保险公司为选择阴道分娩的母亲及其新出生的婴儿提供至少 48 小时的住院医疗保险，为选择剖腹产的母亲和其新出生的婴儿提供至少 96 小时住院医疗保险。此外，每家医院都必须提供家长教育，对父母乳房喂养或奶瓶喂养进行协助和培训，以及对母亲或婴儿进行任何必要的临床评估。

如果您选择提前出院，您的住院保险将延长至包含至少一次家庭护理访问。家庭护理访问将提供家长教育，对父母乳房喂养或奶瓶喂养进行协助和培训，以及对母亲或婴儿进行任何必要的临床评估。这次访问将不计入您保险政策覆盖范围内的家庭护理。

咨询您的保险公司，以获取关于生育保险的更多详细信息。

母乳喂养…母亲和宝宝健康的开始

母乳喂养对宝宝来说是最好的。这对于您和您的宝宝来说都是一个非常重要、非常健康的选择。纽约州有超过 85% 新妈妈们都选择通过母乳喂养自己的宝宝。

母乳包含有易于消化的营养物质和使婴儿免受疾病侵扰的抗体。母乳会给小孩带来许多好处，比如说降低婴儿猝死综合症 (SIDS)、耳部感染、糖尿病、肥胖症和其他的儿童期癌症的发生几率。

American Academy of Pediatrics（美国儿科学会）建议仅前六个月对婴儿进行母乳喂养。母乳喂养的时间越长，对婴儿健康的好处就越大。母乳喂养的宝宝们不会经常生病，可以减少医药开支。

进行母乳喂养的母亲在产后恢复更快，能更快地恢复产前体重，患某种乳房癌症或卵巢癌症的几率会降低。纽约州制定了法律支持进行母乳喂养的母亲，保护她们在医院、儿童日托机构、公共场所和工作场所进行母乳喂养的权利。更多信息请参见 www.breastfeedingpartners.org

回家之后…产后抑郁症

分娩后，您可能会对照顾宝宝的艰巨任务感觉到疲惫和不堪重负。您的荷尔蒙水平也已经发生了一些重大的改变。在产后数天或者数周的时间里，您可能会有“产后忧郁”，其症状包括情绪悲伤、情绪波动、易怒、焦虑以及自暴自弃。产后忧郁很正常，会随着时间的推移而消失。可向您的医生咨询，他们建议会帮您好起来。

产后抑郁症就不是那么常见了。产后抑郁症的症状是很严重的。这些症状包括感觉绝望、高度焦虑、没有胃口、感觉“失控”以及产生伤害自己或宝宝的想法。产后抑郁症并不是软弱的标志。它不是那种“挥挥手”就能驱赶走的，但是它是可以治疗的。如果您感觉自己患上了产后抑郁症，请电话联系您的医生或助产士。如果您感觉自己可能会伤害自己或您的宝宝，请立即致电您的医生。

摇晃婴儿综合症…切勿摇晃您的宝宝

婴儿哭闹不止确实会让人心烦，但是由此而怒并不会给您或您的宝宝带来任何帮助。当婴儿饥饿、孤独、胀气或患病的时候，他可能会哭闹。您可通过让宝宝接触乳房或者奶瓶，换尿布或检查您的宝宝有没有过热或过冷的方式来让您的宝宝平静下来。您也可尝试轻轻摇动您的宝宝，放些舒缓的音乐或者给您的宝宝哼一曲或唱歌。

如果您不能让自己的宝宝冷静下来，可将宝宝放在安全的地方，比如说摇篮或者游戏围栏里，让自己歇一会儿。深呼吸并数 10 下或者打电话向朋友求助。在您愤怒的时候切勿抱着或者抱起您的宝宝；不管您有多不耐烦或愤怒，都切勿摇晃您的宝宝。剧烈摇晃可以造成大脑损伤、脑瘫、视力损伤、学习和行为问题、抽搐、瘫痪和死亡。

