

# 有關於COVID-19 之妊娠、分娩和 產後的權利。

隨時了解您的權利並且記住：  
您的身體，您的嬰孩，您的決定。





隨著我們對COVID-19及其對我們的家庭和社區的影響進一步地了解，醫院和生產中心的政策每天都在變化。請多加詢問您的醫療照護提供者並了解詳細情形。

翻開此手冊完整地了解須牢記的事項並引導您在COVID-19疫情期間的腳步。

## 在COVID-19期間我想要確保:

我的陪伴支持者將有: \_\_\_\_\_

聯絡他們最好的方式是: \_\_\_\_\_

我最後一次COVID檢測日期及結果: \_\_\_\_\_

我 已經/尚未 (勾選一項) 和我的醫療照護提供者討論我所有分娩的選擇  
我將選擇從家到醫院的計畫

我的醫療照護提供者是: \_\_\_\_\_

他們的電話是: \_\_\_\_\_

在安全的情況下,我將提前轉至我的家庭生育服務提供者那裡。

他們的名字和電話號碼是: \_\_\_\_\_

除非醫療上絕對必要,否則我不想要被執行引產。

我可以接受計畫性的引產

## 假如我的COVID-19檢測結果為陽性:

我的陪伴支持者與我將: \_\_\_\_\_

和他們聯絡最好的方式為: \_\_\_\_\_

在COVID陽性診斷情況下,他們已經同意與我一起在房間內。

我不想在沒有我的陪伴支持者的情況下獨自面對分娩。

我可以接受獨自面對分娩,假如我的陪伴支持者不能在那裡。

假如我的COVID-19檢測結果呈陽性,我將...(圈選所有適合項目)

哺餵母乳

使用幫浦集奶

使用配方奶

在合適的個人防護用品及防護措施下保證我和嬰孩的安全。

假如我的COVID-19檢測結果為陽性,我 將/將不 (圈選其一)  
與我的孩子分開。

如果分開,我想: \_\_\_\_\_

和嬰兒待在一起。

我同意/不同意 (圈選其一) 讓我的嬰孩接受鼻腔棉枝COVID-19測試。

# 懷孕並不意味著您有更高風險 患得COVID-19。最近研究報告顯示， 患有COVID-19的孕婦更有可能 患嚴重疾病，住院甚至死亡

在懷孕期間，您的身體正在為您和寶寶努力運作著，因此對於您的身體，疾病可能更難以抵抗。保護自己和嬰孩免受任何疾病的侵害很重要。

- 目前為止（截至2020年11月）沒有數據顯示您的嬰孩可能在子宮內（懷孕期間）得到 COVID-19。
- 如果您有症狀、曾與患有COVID-19人士在一起，或者有不確定的COVID-19的症狀和警告信號，請與您的健康照護提供者聯繫。
  - 新型COVID-19菌株更具傳染性且傳播速度更快。建議戴兩個口罩，最好是帶KN95口罩加上布口罩，以幫助限制擴散。
- 假如您有以下症狀，請聯繫您的醫療保健提供者：
  - 發燒高於100°F，並發冷，咳嗽，呼吸急促或呼吸困難，新的味覺或嗅覺喪失。
    - ♣注意：孕婦通常會出現高溫症狀并高达100.4°F。
  - 如果您呼吸困難（相較於懷孕期間的正常呼吸）、反應遲鈍、嘴唇或臉部發青、胸痛或胸悶，請立即撥打911。
- 如果您使用Medicaid Apple Health，在COVID-19疫情期間您將不會失去承保範圍。



# 如果您計劃在醫院分娩，您將被要求在接近預產期、計劃引產或計劃剖腹產時接受COVID-19的檢測。

任何可能與您在一起的陪伴支持者也會被要求進行檢測。

- 為您和您的陪伴支持團隊擬定計劃，進行定期審視。這是個有助於避免不必要的措施，包括引產等，減少傷害的方法。
- 許多縣都已建立了公共免費檢測站點。可以上網找到當地檢測站點，也可以與您的醫療照護提供者聯繫。請瀏覽我們的網站以獲取各縣COVID檢測信息的列表：  
[thematernalcoalition.org](http://thematernalcoalition.org)



請瀏覽我們的網站以獲取更多資源和訊息：  
**[TheMaternalCoalition.org](http://TheMaternalCoalition.org)**

# 收集歸納相關建議，為引產及其他醫療措施擬定計劃。

了解相關措施非常重要，因為它們將深遠地影響您的分娩和產後經歷。

- 措施：用於改變或干預圍產期過程的工具。例如，按摩，補充配方奶粉，人工破水和剖腹產。
- 引產是醫院以積極建立分娩活動期和生產的一系列醫療措施，可能需要1-4天。
  - 選擇引產的原因：子癩前症、感染、懷孕或嬰兒的健康問題，破水24小時後無分娩跡象，懷孕41週以上或由父母自行選擇。
  - 選擇不引產，除非存在以下醫療併發症：懷孕不適、應醫師要求、預估嬰兒體重「過重」、在懷孕38至41週內無自然產生之分娩跡象、肥胖、年齡、身體或認知障礙、已存在並且控制中疾病的狀態所需、種族和文化因素和成癮恢復狀態。
  - COVID-19疫情、醫院容納人數以及其他與系統相關的決定（即需要進行COVID-19測試）皆不是引產的原因。



# 假若您的COVID-19檢測結果為陽性…

## 當您COVID-19檢測呈陽性時，擁有一位同意在您身邊的陪伴支持者陪伴是您的權利。

您不應該必須一人面對分娩生產。

- 假若您的檢測呈陽性，您的伴侶可能無法陪伴您分娩。醫療照護提供者將要核實是否有人COVID-19檢測呈陰性，以照顧嬰兒。然而假若您COVID-19檢測呈陽性，您可以詢問朋友，家人或陪產員是否願意陪伴您。
- 與您的醫療照護提供者再次確認醫院/分娩中心的治療規程，因為假若您的檢測呈陽性，可能會被告知您不能有任何陪伴支持者。



這是個更改文件，並且將隨著我們對COVID-19的更多了解而更新版本。持續關注我們的網站以了解最新版本。這些建議皆基於2021年1月的最新數據。

請記住，每個醫院和分娩生產中心都會有自己的規程，請提前再三確認，並了解最新規程，以更新您的分娩計劃。

這段時間的壓力和不確定性具有深遠的影響，使圍產期情緒障礙發生的可能性更高。我們需要被照護的需求比以往任何時候都高，請考慮您可能需要的支持、社區中的誰（包括您經常看到的人）以及哪些資源可用。與您的陪伴支持團隊通過視訊安全地聯繫、分享您的生活照片，並且出去散步。與您的團隊一起制定例行政程序，確保有人和事物能引導您迎接未來的喜悅和挑戰。

# 假若您的COVID-19檢測結果為陽性…

## 照護提供者可能強烈建議您與您的嬰孩分開。

這是您可以選擇的。

- 您有權要求您的嬰孩與您在一起，但您需要持續配戴口罩以做為防護措施，目前顯示父母與孩子之間互相傳染的機率很低。
- 您的醫療照護提供者可能會建議沒有生病的人照顧嬰兒，直到您COVID-19的檢測不再呈現陽性為止。
- 當您懷疑或確診有COVID-19回家時，您的醫療照護提供者可能會要求您與嬰孩待在不同的房間裡，並請沒有生病的人照顧嬰兒。
- 與嬰兒和他人相處時，配戴口罩、經常洗手並消毒表面，以落實防護措施。
- 如果醫師建議您對嬰兒進行COVID-19檢測，您可以選擇不要進行。



您的身體，  
您的嬰孩，  
您的決定。





# 假若您的COVID-19檢測結果為陽性…

## 假若您的COVID-19檢測呈陽性，您仍然可以並且被鼓勵母乳哺餵您的嬰孩。

- 母乳哺餵嬰孩是被強烈建議的，因為它具有抗體可使嬰兒保持健康、促進成長並防止生病。它可以保護嬰兒免於：
  - 腹瀉和胃部不適
  - 呼吸困難
  - 感染
  - 嬰兒猝死綜合症
- 哺餵母乳有助於增加父母與嬰孩之間的連結、產後恢復、減少產後情緒障礙，並釋放催產素，從而促進連結和增加乳汁分泌。
- 目前為止，尚無數據可顯示COVID-19可通過胎盤或母乳傳染。
- 建議落實：在接觸嬰兒前後洗手、定期清潔表面、哺乳時配戴口罩可以是額外加強的防護措施。
  - 這些同樣也被鼓勵落實在配方奶餵養的嬰兒上！
  - 使用集乳器：與往常一樣，使用前清潔集乳器，清洗雙手，集乳和儲存母乳，然後再次清洗集乳器。
- 即使您被COVID-19診斷出陽性或懷疑COVID-19陽性，您有權利繼續母乳哺餵您的嬰孩（世界衛生組織鼓勵以下所有詳細信息）：
  - 嬰孩將通過您的母乳獲得抗體。
  - 落實以上防護措施
  - 即使沒有確診，試著在母乳哺餵方面獲得支持，可以增加成功母乳餵養嬰兒的機會。
- 瀏覽我們的網站以獲取哺乳支持選項。



# 以下是您可以向醫療保健提供者詢問有關COVID-19的政策的問題和主題：

- ① 門診政策中是否有與COVID-19相關的最新變化？
- ① 對我和我的陪伴支持者（包括陪產員），您的COVID-19檢測程序是什麼？
- ① 是否可以選擇從家到醫院的助產師計劃？我符合醫療資格嗎？（請瀏覽我們的網站以獲取有關“從家到醫院”計劃的更多資訊。）
- ① 與陪產員是否有線上支持（電腦，電話，平板電腦或其他設備）可使用？
- ① 我的陪伴支持者在分娩時是否有與COVID-19相關的限制？（華盛頓州的部分地區，僅允許一位支持者-通常是伴侶）。
- ① 如果我的COVID-19檢測呈陽性，我分娩時可以有任何的陪伴支持者嗎？
- ① COVID-19陽性時，您對產後和嬰兒餵養有何政策？
- ① 我分娩後多久可以出院？
- ① 我產檢及分娩時如何能繼續擁有翻譯人員？

請瀏覽我們的網站以獲取更多資源和訊息：

[TheMaternalCoalition.org](https://www.thematernalcoalition.org)

感謝贊助我們完成此手冊的所有贊單位

