



懷孕了？

導樂照護可以  
幫到您



# 什麼是導樂？

導樂是受過培訓的專業助產人員，可以在您懷孕、分娩期間以及產後為您和您的家人提供非醫療支援，並且：

- 幫助您準備並實施分娩計畫
- 在您的生產過程中及分娩時刻為您提供指導和支援
- 在母乳喂養和照料新生兒方面，為您提供幫助

## 研究表明，得到導樂照護的孕婦：

- 分娩時間更短
- 剖腹產概率更低
- 會有更好的分娩體驗

如需瞭解更多資訊，請撥打 311、造訪 [nyc.gov/health/doula](https://nyc.gov/health/doula) 或掃描下方的 QR 碼。



本材料由婦產醫院質量改進網路 (Maternity Hospital Quality Improvement Network, MHQIN) 與導樂能力建設工作組 (Doula Capacity-Building Workgroup) 合作編寫。如需詳細瞭解 MHQIN，請造訪 [nyc.gov/health](https://nyc.gov/health) 並搜索「Equity in Maternal Care」（孕產婦照護的公平性）。



**NYC**  
Health