



怀孕了？

导乐护理可以帮到您

什么是导乐？

导乐是受过培训的专业助产人员，可以在您怀孕、分娩期间以及产后为您和您的家人提供非医疗支持，并且：

- 帮助您准备并实施分娩计划
- 在您的生产过程中和分娩时刻为您提供指导和支持
- 在母乳喂养和照料新生儿方面，为您提供帮助

研究表明，得到导乐护理的孕妇：

- 分娩时间更短
- 剖腹产概率更低
- 会有更好的分娩体验

您可以如何找到导乐？

如需详细了解纽约市卫生局 (NYC Health Department) 的免费全市导乐倡导计划 (Citywide Doula Initiative) 和纽约市的其他专业导乐服务，请致电 **311**、访问 nyc.gov/health/doula 或扫描右方的 QR 码。

