

# 在 COVID-19 疫情期间怀孕： 您对医疗保健团队的期望

您的医疗保健团队——包括您的医生、助产士、护士和导乐——可能已经改变了为您提供护理的方式，以确保您和宝宝在疫情期间保持安全。以下是您在接受护理时可以期待的一些事情。

## 您对医疗保健团队的期望

### 分娩前

从您第一次怀孕到顺利生下宝宝，您都会从医疗团队那里获得产前护理。重要的是在怀孕初期就开始产前护理，以保持您和宝宝的健康。您的医生、助产士、护士或导乐会在每次就诊时对您和婴儿进行检查。产前检查还可以让您提出问题并谈论个人怀孕感受。

#### 与您的医疗保健团队讨论：

- 如果您认为自己临产，该给谁打电话。
- 当您到达医院或产康中心生产时会发生什么。
- 如何喂养您的宝宝（母乳喂养、挤奶、捐赠母乳，或配方奶）。



如果您处于怀孕、备孕或哺乳阶段，建议接种 COVID-19 疫苗。与您的医生、助产士或护士讨论哪种 COVID-19 疫苗适合您。您还可以在 [CDC 网站](#) 上了解有关在怀孕或哺乳期间接种 COVID-19 疫苗的更多信息。

#### 一些值得期待的事情：

- 您可以通过远程医疗与医生、助产士、护士或导乐会面，而不是亲自前往，以降低感染 COVID-19 的风险。远程医疗是指您使用电话或计算机与医疗团队交谈。
- 您可能会在就诊前被询问 COVID-19 症状，或在您到达办公室时检查是否出现症状。
- 您在就诊期间可能需要戴口罩，您见到的每个人也可能都戴口罩。
- 您可能会也可能不会带其他人来就诊。询问您的支持人员或其他家庭成员是否可以通过电话或视频就诊。
- 您可能已经做过验血和超声检查等检查，以明确您和宝宝的健康状况。
- 帮助您为宝宝做好准备的产前课程可能是虚拟的（在线）而不是面对面授课。



## 在临产和分娩期间

以下是一些值得期待的事情：



- 在您分娩前，可能会在医院或产康中心接受 COVID-19 检测。
- 根据新泽西州的规定，即使您患有 COVID-19，您在整个住院期间也可以有一名支持人员和导乐陪伴您。但您的支持人员和导乐不能患有 COVID-19 或出现 COVID-19 症状。询问是否允许其他访客。



- 在您住院期间，您的支持人员可能会接受 COVID-19 症状检查。
- 在您离开房间或工作人员进入您的房间时，您和您的支持人员可能必须戴上口罩。



- 您可能需要在大多数或所有就诊期间留在您的房间里。

## 产后

产后护理是在您分娩后由医生、助产士或护士为您提供的护理。在您康复期间，您可能会出现不少变化，并且仍然可能出现严重的健康问题，例如出血和感染。获得产后护理以保持健康、提出您正在考虑的问题并谈论您的感受非常重要。

以下是一些值得期待的事情：

- 产后护理通常会在您生产后持续六到八周，但也可以持续更长时间。
- 如果您出现 COVID-19 的症状或被告知您患有 COVID-19，您可能需要在靠近宝宝时戴上口罩以防止宝宝生病。您仍然可以母乳喂养您的宝宝。
- 以下是您的医生、助产士或护士在您生产后会与您讨论的一些话题。单击链接以了解更多信息：



- [喂养宝宝](#)。
- 如何判断您的宝宝是否获得了足够的母乳（[英语](#)和[西班牙语](#)）。
- 让您的宝宝[仰卧睡觉](#)，以确保睡觉时的安全。
- 顺产或剖腹产的[愈合](#)及其他[恢复](#)信息。
- [您和宝宝的 COVID-19 迹象和症状](#)。
- 生产后您可能会感觉到的可能对健康造成严重影响的[症状](#)（例如持续头痛或体温达到 100.4 华氏度或更高）。如果您出现任何这些症状，请立即致电您的医生、护士或助产士。



本出版物由美国卫生和公众服务部 (U.S. Department of Health and Human Services, HHS) 卫生资源和服务管理局 (Health Resources and Services Administration, HRSA) 赞助，作为 \$10,361,110.00 奖励总额的一部分。内容属于作者观点，不一定代表 HRSA、HHS 或美国政府的官方观点或认可。

如果您没有护理提供者，请于以下网站寻找社区导航员或联络跟踪人员：<https://211.unitedway.org/services/covid19>。  
在此处查找语言翻译和 TTY 服务：<https://www.nj.gov/humanservices/ddhh/services/caption/>。