

아기를 돌보는 사람에게 절대로 아기를 흔들면 안 된다는 점을 확실히 알려두십시오. 만약 아기가 흔들렸다고 생각이 들면, 즉시 의학적 치료를 구하십시오. 빠른 의학적 조치가 아기의 생명을 구할 수 있습니다.

## 자세한 문의 사항:

출산 전 케어 서비스를 찾는 데 도움이 필요하시면, 뉴욕주 보건국 "Growing Up Healthy" Hotline(건강한 성장을 위한 전화)에 1-800-522-5006번(무료전화)으로 전화하십시오.

부모 교실에 참가하거나 담당자와 육아에 대해 상담하십시오. 또는 *Welcome to Parenthood: A Family Guide* (양육을 위한 첫 걸음:가족 안내서) [www.health.ny.gov/publications/2940.pdf](http://www.health.ny.gov/publications/2940.pdf)를 참조하십시오.

뉴욕 주에서 아동 학대 를 신고하려면, New York State Child Abuse and Maltreatment Reporting Center(뉴욕주 아동학대 신고 센터)에 1-800-342-3720번으로 전화하십시오.

모유 수유에 관한 자세한 내용은 [www.health.ny.gov/community/pregnancy/breastfeeding/](http://www.health.ny.gov/community/pregnancy/breastfeeding/)를 참조하십시오.

흔들린 아이 증후군에 관한 자세한 내용은 *Never, Ever Shake a Baby*(절대 아이를 흔들지 마세요) [www.health.ny.gov/publications/3192.pdf](http://www.health.ny.gov/publications/3192.pdf)를 참조하십시오.

아동 제품과 장난감 관련 항목에 관한 제품 리콜 안전 최신 뉴스를 확인하려면 소비자 제품 안전 위원회의 리콜 구독 명단에 등록하십시오: [www.cpsc.gov/cpsclist.aspx](http://www.cpsc.gov/cpsclist.aspx) 또는 800-638-2722(TTY 301-595-7054)번으로 전화하십시오.



이 공간을 시설 로고 및/혹은 확인을 위해 사용하십시오.

뉴욕주 모성 정보 법은 모든 병원이 출생과 절차에 관한 다음 정보를 제공하기를 요구합니다. 이 정보는 출산에 대해 예상할 수 있는 사항을 더 잘 이해하고 출산 선택에 관해 더 자세히 알아보고, 출산 계획을 세우는 데 도움이 될 수 있습니다.

정보의 대부분은 해당 연도에 병원에서 이루어지는 모든 분만의 백분율로 제공됩니다. 예를 들면, 만약 출산 100건 중 20건이 제왕 절개(술)이었다면, 제왕절개(술) 비율은 20%입니다. 만약 외부 태아 모니터링이 출산 100건 중 50건에 실시되었거나, 모든 출산의 이 분의 일이면, 비율은 50%입니다.

이런 정보 만으로는 귀하에게 어떤 병원이 다른 병원보다 적합한지 알 수 없습니다. 만약 한 병원의 출산 건수가 매년 200건 이하라면, 몇 건의 출산에서의 특수 절차 이용에 따라 비율이 바뀔 수 있습니다.

출산 유형도 비율에 영향을 미칩니다. 어떤 병원은 합병증 혹은 고위험 출산이 예상되거나, 아기가 정상적으로 성장하지 않으리라고 예상되는 여성에게 전문 서비스를 제공합니다. 이 병원들은 이런 서비스를 제공하지 않는 병원보다 특수 절차의 비율이 높은 것으로 예상할 수 있습니다

이 정보로도 귀하의 담당이나 허가 받은 조산사에 대해 정확히 파악하기는 어렵습니다. 그러나, 이러한 정보는 담당이나 허가 받은 조산사와 원하는 바를 의논할 때 및 그들이 사용하는 특수 절차가 병원의 절차와 유사한지 혹은 다른지 확인하려고 할 때 유용할 수 있습니다.

귀하의 분만을 귀하가 원하는 방식으로 진행하기 위해 적극적인 역할을 하십시오. 그렇게 하려면, 정보가 필요합니다. 분만 준비 교실에 참여하고 분만에 관한 책을 읽으십시오. 담당이나 허가 받은 조산사에게 귀하가 선택하고 원하는 것을 질문하고 의논하십시오. 건강한 아기를 출산하기 위해 무엇을 할 수 있는지에 관한 정보는 다음에서 확인할 수 있습니다: [www.health.ny.gov/community/adults/women/](http://www.health.ny.gov/community/adults/women/)

## 분만에서 선택한 절차의 비율

\_\_\_\_(숫자) \_\_\_\_ (병원 이름) 에서의 총 분만, 기간: \_\_\_\_\_.

- 제왕 절개술 \_\_\_\_\_ %
- 1차 제왕 절개술 \_\_\_\_\_ %
- 반복 제왕 절개술 \_\_\_\_\_ %
- 이전에 제왕 절개(술)로 출산한 후 자연 분만 \_\_\_\_\_ %
- 조산사를 통한 분만 \_\_\_\_\_ %
- 외부 태아 모니터링 시행 \_\_\_\_\_ %
- 내부 태아 모니터링 시행 \_\_\_\_\_ %
- 저위 집게 분만(술) \_\_\_\_\_ %
- 중위 집게 분만(술) \_\_\_\_\_ %
- 둔위 자연 분만 \_\_\_\_\_ %
- 무통 분만 \_\_\_\_\_ %
- 전신 마취 시행 자연 분만 \_\_\_\_\_ %
- 척추 마취 시행 자연 분만 \_\_\_\_\_ %
- 진통 혹은 분만 중 척추 마취 시행 자연 분만 \_\_\_\_\_ %
- 자궁경관 주위 마취 시행 자연 분만 \_\_\_\_\_ %
- 전신 마취 시행 제왕 절개(술) \_\_\_\_\_ %
- 척추 마취 시행 제왕 절개(술) \_\_\_\_\_ %
- 경막외마취 시행 제왕 절개(술) \_\_\_\_\_ %
- 유도 분만 시행 \_\_\_\_\_ %
- 분만 촉진 시행 \_\_\_\_\_ %
- 외음절개술 시행 자연 분만 \_\_\_\_\_ %
- 부분적인 모유 수유를 하는 신생아 \_\_\_\_\_ %
- 전적인 모유 수유를 하는 신생아 \_\_\_\_\_ %
- 분유 보충과 함께 부분적인 모유 수유를 하는 신생아 \_\_\_\_\_ %

참고: 분만실은(이 시설에서) 이용 가능합니다/하지 않습니다.

참고: 24시간 신생아를 산모와 함께하는 시스템이 (이 시설에) 있습니다/없습니다.

참고: 낮시간에만 신생아를 산모와 함께하는 시스템이 (이 시설에) 있습니다/없습니다.



팔로우:

[health.ny.gov](http://health.ny.gov) [facebook.com/NYSDOH](https://www.facebook.com/NYSDOH)  
[twitter.com/healthnygov](https://twitter.com/healthnygov)

## 정의

**분위 분만** – 신생아의 엉덩이 및/혹은 발이 산도에 먼저 진입하는 분만.

**마취제** – 통증의 소실을 위해 약 혹은 다른 제제를 사용함.

**경막외 마취** – 질 부위와 하복부의 감각을 마비시키기 위해 산모의 아래쪽 허리에 가는 관을 통해 약물을 주입함.

**자궁경관 주위 마취** – 진통 완화를 위해 자궁경부에(자궁의 입구)에 약물을 주입함.

**전신 마취** – 가스 혹은 정맥 내 약을 분만 중 산모를 무의식 상태로 만들기 위해 사용함.

**척추 마취** – 질 부위 감각을 마비시키기 위해 약물을 척추 아래 부위에 주사함.

**분만 촉진** – 분만 수축을 지속하거나 강화하기 위해 약물을 사용함.

**분만실** – 진통, 분산 및 분만 후 회복이 같은 병실에서 이루어지는 병원 내 시설. 일부 병원에서는, “LDR” 혹은 “LDRP”이라고 함.

**분만실** – 산모와 신생아가 같은 병실에서 온종일 혹은 상당한 시간 동안 간호를 받을 수 있는 시설.

**외음 절개술** – 절개(절제)는 때때로 질 입구를 넓히기 위해서 시행함.

**의학적 분만 유도** – 약을 진통 수축 촉발을 위해 사용함.

**제왕 절개(술)** – 산모의 복부와 자궁내 절개를 통해 아기가 분만되는 시술적 수술.

**1차 제왕 절개(술)** – 산모의 첫 번째 제왕 절개술(전에 자연 분만한 경우도 포함).

**반복 제와 절개(술)** – 전에 산모가 1회 혹은 그 이상 제왕 절개(술)을 받았음.

**제왕 절개(술) 후 자연 분만(VBAC)** – 전에 제왕 절개(술)을 받은 산모가 자연 분만함.

**진통/무통** – 통증을 줄이기 위해 약을 사용함.

**집게(검자) 분만술** – 숟가락 모양의 기구(집게)를 아기의 머리를 분만하는 데 돕기 위해 사용함.

**저위-집게 분만술** – 기구를 아기의 머리가 골반을 통과하기까지 사용하지 않음.

**저위-집게 분만술** – 기구를 아기의 머리가 골반을 통과하기 전에 사용함.

**출생부터 퇴원까지의 신생아 수유** (신생아 집중 치료실에 입원한 신생아 혹은 타 병원으로 혹은 타 병원에서 전원한 신생아 제외)

**모유 수유** – 전적인 모유 수유 신생아 (모든 방법 – 유방, 젖병, 컵 혹은 수유 관) 및 모유와 분유 수유 신생아.

**분유 보충** – 분유도 수유한 모유 수유 신생아.

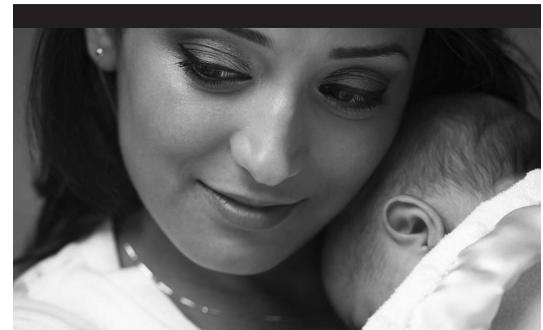
**전적인 모유 수유** – 출생 이래 모유만 수유한 신생아(예: 분유 혹은 물은 수유하지 않음).

**태아 모니터링** – 자궁 수축과 태아 심박동의 전자적 기록.

**내부 태아 모니터링** – 가는 유도 철사가 있는 작은 관을 자궁 내로 삽입하고 태아의 두피에 연결하는 방법의 모니터링. 부드러운 관을 태아의 머리 주위를 따라 놓아 수축을 측정할 수도 있음.

**외부 태아 모니터링** – 산모의 복부에 벨트로 묶어 놓은 작은 기구를 사용한 모니터링.

**허가 받은 조산사** – 임신, 분만 중, 출산 후의 산모와 아기를 돌보기 위해 전문 조산 훈련을 받은 공인 간호사.



## 분만 후... 병원 입원 보장

뉴욕 주에 있는 모든 건강 보험 업자는 산모와 신생아를 자연 분만 후 적어도 48시간, 제왕 절개(술) 후엔 적어도 96시간 병원 입원 보장을 제공해야 합니다. 또한, 각 병원은 부모 교육, 지원 및 모유 혹은 분유 수유 교육 및 모든 필요한 산모 또는 신생아의 임상 평가를 제공해야 합니다.

빨리 퇴원하기를 선택하면, 입원 보장은 적어도 한번의 가정 간호 방문을 포함하도록 확대될 것입니다. 가정 간호 방문은 부모 교육, 지원 및 모유 혹은 분유 수유 교육 및 모든 필요한 산모 또는 신생아의 임상 평가를 제공해야 합니다. 이 방문은 귀하의 보험 정책 아래 보장 가능한 모든 가정 간호에 대한 추가 사항입니다.

귀하의 출산 보장에 관한 자세한 사항은 담당 보험사에 문의하십시오.

## 모유 수유... 어머니와 아기를 위한 건강한 출발

모유 수유는 아기를 위한 최선의 선택 중 하나입니다. 귀하와 아기를 위한 중요한 건강 선택이기도 합니다. 뉴욕에 있는 모든 산모들의 85% 이상이 아기를 위해 모유 수유를 선택합니다.

모유 수유는 소화하기 쉬운 영양소와 질병으로부터 신생아를 보호하는 항체를 갖고 있습니다. 모유는 유아 돌연사 증후군(SIDS), 귀의 염증, 당뇨병, 비만 및 특정 소아암의 위험 줄이기 같은 많은 이점을 아동의 삶 전반에서 제공합니다.

American Academy of Pediatrics(미국 소아과 학회)는 귀하의 생후 첫 6개월 동안 모유 수유만 하기를 권장합니다. 어머니가 모유 수유를 오래할수록, 신생아에 대한 건강 혜택은 더 커집니다. 모유 수유를 한 아기는 자주 아프지 않으며 이로 인해 의료비 지출을 줄일 수 있습니다.

모유 수유를 한 어머니는 출산 후 더 빨리 회복하며, 임신 전 몸무게로 더 빨리 돌아가며 유방암 및 난소암 발생 가능성이 작습니다. 뉴욕시는 병원, 보육 시설, 공공장소 및 근무 중에 모유 수유할 권리를 보호하는 법을 통해 모유 수유 어머니들을 지지합니다. 자세한 내용은 [www.breastfeedingpartners.org](http://www.breastfeedingpartners.org) 를 참조하십시오.

## 퇴원 후... 산모 우울증

출산 후, 아기를 돌보는 많은 일로 인해 힘들고 지치게 될 수 있습니다. 여러분의 호르몬 수치도 역시 큰 변화를 겪습니다. 며칠 혹은 수 주 동안, 슬픔, 감정의 기복, 분노, 불안 및 낮은 자존감과 같은 "베이비 블루스(출산 후 우울증)"이 있을 수 있습니다. 베이비 블루스는 매우 일반적이며 시간이 흐르면서 지나갑니다. 주치의가 기분을 좋게 하는 데 도움이 되는 몇 가지 방법을 제안할 수 있습니다.

이보다 덜 일반적인 증상으로 산모 우울증이 있습니다. 산모 우울증의 증상은 심각합니다. 이 증상은 절망, 심한 불안, 섭식 장애, "통제 불능"감 및 산모 자신이나 아기를 해치려는 생각을 포함할 수 있습니다. 산모 우울증은 허약의 징후가 아닙니다. 즉시 회복하기는 어렵지만 치료할 수 있는 증상입니다. 산모 우울증이 있다고 생각이 들면 담당이나 조산사에게 전화하십시오. 귀하가 자신이나 아기를 해칠 것 같은 느낌이 들면, 즉시 담당의에게 전화하십시오.

## 흔들린 아이 증후군... 절대로 아기를 흔들지 마십시오

아기가 울음을 그치지 않으면 매우 속상할 수 있지만, 화를 내면 귀하와 아기에게 도움이 되지 않습니다. 아기는 배고프거나, 외롭거나, 배에 가스가 차거나 몸이 아파서 울 수 있습니다. 귀하는 젖이나 젖병을 물리거나, 기저귀를 갈아 주거나, 아기가 너무 덥거나 추운지 확인해서 아기를 진정시킬 수 있습니다. 아기를 천천히 흔들거나, 조용한 음악을 틀거나, 혹은 아기에게 노래나 콧노래를 불러줄 수도 있습니다.

만약 아기를 진정시킬 수 없으면, 아기를 유아용 침대나 아기 놀이울과 같은 안전한 곳에 두고 잠깐 휴식을 취하십시오. 심호흡을 하고 10까지 세거나 친구에게 도움을 요청하십시오. 화가 날 때 절대로 아기를 안거나 들어 올리지 마십시오. 참을 수 없고 화가 나더라도, 절대로 아기를 흔들지 마십시오. 심하게 흔들면 뇌 손상, 뇌성 마비, 시각 장애, 학습 및 행동 장애, 발작, 마비 및 사망을 초래할 수 있습니다.