

澳洲對懷孕媽媽的照顧

English version: <https://www.healthdirect.gov.au/maternity-care-in-australia>

如果您懷孕了或計劃懷孕，也許會想了解您能獲得怎樣的照顧和支持。本文將向您介紹有哪些照顧服務可供選擇，媽媽們能在哪裡分娩，以及各種選擇的相關費用。這些資訊有助於您做出最適合您的選擇。

什麼是產前檢查？

產前檢查，是您在懷孕期間獲得的健康照顧。如果您才剛發現自己懷孕了，就要盡快去見您的家庭醫生（GP）或助產士，開始進行產前檢查，這一點非常重要。就算您身體健康，懷孕期間一切順利，做產檢仍舊非常重要。

助產士或家庭醫生在產檢時會檢查您和寶寶的健康，如果發現異常，也能盡早治療。您可以在產檢時提出問題，並跟醫生或助產士談談您疑慮。

第一次產前檢查約見

第一次產檢最好的時間是懷孕6到8週時。您可以向助產士、家庭醫生以及當地的診所或醫院預約。

醫生或助產士會在這次產檢時確診您是否懷孕了。他們會為您做個詳細的健康檢查，包括詢問您的病歷和家族病史。他們也會給您有關孕期保健的重要資料。

他們也許會建議您做幾個測試或檢查，了解您在懷孕期間或分娩時是否會出現某些健康問題 - 您可以自行決定是不是要接受建議做這些測試或檢查。

有關產檢時會做的檢查、測試及掃描，您可以從這裡獲得更多資訊。

在懷孕期間您會有多次產檢。懷孕期間如果沒有出現複雜情況，大部分準媽媽們將會做大概8到10次的產檢。

哪些專業人士為您提供孕期照顧？

有三種醫護人員可能在懷孕期間照顧您的健康，這是根據您準備在哪裡分娩以及您的健康情況而定的。

助產士經過特別訓練，在孕婦懷孕期間及分娩時支持和照顧孕婦。他們會在公立醫院和私立醫院工作，跟產科醫生一起工作，並且也在社區服務。助產士能幫助您在懷孕期間照顧好自己的健康。如果您在懷孕期間沒有出現複雜的情況，助產士也能幫助您分娩。助產士也會在生產後的頭幾週照顧您和寶寶的健康。

家庭醫生照顧我們的健康，並治療許多病症。如果您認為自己可能懷孕了，家庭醫生往往會是您見的第一個醫護人員。

有些家庭醫生提供共同照顧服務，也就是您在懷孕期間見家庭醫生，同時也見助產士或產科醫生。如果您住在郊區或偏遠地區，家庭醫生就可能向您提供懷孕期間的所有照顧服務，也包括為您接生。

產科醫生是經過特別訓練的專科醫生，能在懷孕期間和產後照顧媽媽和寶寶的健康。您可以選擇在懷孕期間由產科醫生來照顧您，並由產科醫生為您接生。如果您在公立醫院就診及生產，可能只有在您需要特別醫療照顧時才會見到產科醫生。

您可以在哪裡分娩？

有幾類地點可以供您選擇。大部分孕婦可能會選擇公立醫院或私立醫院的產房以及分娩中心。

許多醫院提供的產前照顧也包括產前課程。最好在家庭醫生或助產士確診您懷孕了，就盡快向醫院或生產中心報名參加產前課程。

您分娩的地點可能會根據您住的地方而有所不同。如果您住的比較偏遠，您所能選擇分娩的地點就可能比較有限。

您可以多蒐集資料，做出最適合您自己的決定。您也可以與家庭醫生談談，或者致電“懷孕、分娩與寶寶諮詢服務”，電話是1800 882 436。

上醫院

如果您是第一次懷孕，就可能不確定應該什麼時候上醫院或生產中心。最好的做法是打電話給醫院或生產中心尋求意見。

分娩之後，您可能需要留院觀察一天，而實際的住院時間會根據您是否為剖腹產以及您和寶寶是否出現併發症來決定。

費用多少？

分娩的費用取決於您所使用的是公立醫療體系或私立醫療體系，兩者各有其優缺點。

在澳洲，公立醫院或生產中心提供免費的懷孕照顧，費用由醫療保險Medicare支付，澳洲公民以及在境內的一些外國公民可以享有醫療保險Medicare。但在公立醫院或生產中心接受孕期服務並不可以選擇醫生或助產士。

如果您使用私立醫療體系，就可以選擇由哪位醫生照顧您，不過您需要自己負擔孕期照顧的費用，或者購買私人醫療保險。Medicare和您的私人醫療保險會支付私立醫院費用的一部分，不過您可能還需要支付額外的費用（一般稱之為“部分自費”）。

別忘了要確認您私人醫療保險的承保範圍是否包含孕期照顧，以及是否需要一定的等待期才可申請保險給付。

不同照顧方案的收費標準或許不容易明白。如果您不清楚收費標準，請跟您的醫生、醫院或保險公司談談，或者致電“懷孕、分娩與寶寶諮詢服務”。

支持與諮詢意見

在您懷孕期間可通過以下方式取得相關訊息、諮詢意見及支持：

- 跟您的家庭醫生或助產士談談。
- 聯絡“懷孕、生產與寶寶諮詢服務”，獲得進一步訊息與支持。您可以致電1800 882 436 或以視訊的方式向“孕婦及兒童健康護士”（maternal child health nurse）諮詢。
- healthdirect的線上醫療服務機構搜尋服務能協助您找到您附近的醫療服務機構和醫院。