三藩市關心您和您的孩子！

打電話求救：

UCSF 的「生活在無暴力社區 (LINC)」 (415) 8857636
對於家中有初生嬰兒至 18 歲以下未成年者之家庭的案件管理及心理健康服務，以及社區教育及訓練。

「SafeStart 支援專線資訊」 (415) 565-SAVE 7283
對於受到暴力威脅之 6 歲以下孩童的受報的 24 小時支援及案件管理。

W.O.M.A.N. Inc. (415) 864-4722
24 小時諮詢服務、避難保護，以及法律協助介紹。

La Casa de Las Madres (877) 503-1850
24 小時諮詢服務及避難保護。可提供西班牙語服務。

「亞洲婦女避難所」 (415) 751-7110
提供對亞洲社區的諮詢服務、辯護及避難場所。

「團體聯合防範暴力 (CUAV)」 (415) 333-HELP 4357
保護和支援受家庭暴力所影響的男、女同性戀、雙性戀、變性人團體。

「青少年約會暴力熱線」 (877) 923-0700
為青少年提供 24 小時保密諮詢及介紹。

「受害者服務」 (415) 553-9044
透過三藩市地方檢察官辦公室進行刑事司法系統中的辯護服務。

「全國家庭暴力熱線 」 (800) 799-SAFE 7233
來自全美國各地的 24 小時免費資訊及介紹。

UCSF 醫療中心
婦女健康

全國性的指定保健中心

Family Violence Prevention Fund

SafeStart San Francisco
Working Together to Help Children Exposed to Violence

LEAP
LOOK TO END ABUSE PERMANENTLY

本手冊是由如下單位所共同製作
UCSF 全國婦女保健中心：
「生活在無暴力社區計畫」
「家庭暴力防止基金」
「三藩市」公共健康部：
母子保健處
LEAP：「企求永久結束虐待」
三藩市 SafeStart 計畫，
孩童、青年及家庭部

11/2005

擁有一個健康的嬰兒·

在懷孕過程中您應該注意安全

保護您自己及您的嬰兒…
受到傷害或感到恐懼不是您的錯。

您與您的伴侶關係是否安全?

- 您的伴侶是否曾令您心生畏懼？
- 您的伴侶是否曾毆打、傷害或威脅您？
- 您的伴侶是否曾在您並不願意時強迫與您性交？

如果您對於以上這些問題任何一個的答案是「是的」，則您正面臨暴力威脅—而您的健康醫療提供者可為您提供幫助。

在懷孕期間，凌虐比起任何其他健康問題更為常見。為了獲得一個健康的孩子，您應遠離暴力及恐懼。

如果您在懷孕期間被您的伴侶所傷害或威脅，則會增加以下可能：

- 傷害您的子宮
- 造成流產、死產或早產
- 因與已受感染的某人進行強制或未經保護的性交而發生危險的陰道感染
- 第一及第二季期的出血增加

暴力會增加您的小孩的以下各項風險：

- 出生時體重不足
- 授乳或奶瓶餵奶困難
- 較多的睡眠問題
- 比起其他嬰兒較難安撫
- 在學習行走、講話及學習方面出現問題
- 會體驗到持久的情緒創傷
- 可能在身體及性方面遭到凌虐
- 可能在打鬥中受到傷害

與您的健康醫療提供者或分娩教育專家洽談。

- 我們關心您。希望您和您的嬰兒都應安全健康。
- 我們可以幫助您採取行動—制定安全計畫、製作急救包及瞭解當地社區資源方面的情況。

打電話求救：

- 911 如果您及您的嬰兒身陷緊急危險之中。
- 可聯繫在本手冊另一面上的許多資源中的一個。

獲得更多資訊：

- www.ucsf.edu/linc
  (UCSF 的「生活在無暴力社區」)
- www.endabuse.org/resources/gethelp
  (家庭暴力防止基金)
- www.4woman.gov/violence/index.cfm
  (全國婦女健康資訊中心)