

MetroPlusHealth
城市保健

围产期心理健康资源





热线服务

988自杀和危机生命热线

面向所有居住在纽约、需要探讨心理健康相关问题的人士，包括压力应对、抑郁、焦虑，或药物和/或酒精滥用问题。本服务由纽约市健康与心理卫生局运营，全年365天、每周7天、每天24小时提供200多种语言服务。

致电或发送短信至**988**

访问**988lifeline.org**使用在线聊天功能

全国孕产妇心理健康热线

联邦卫生资源和服务管理局(HRSA)为有需要的母亲提供免费、保密的全国孕产妇心理健康热线服务。

致电或发送短信至**833.852.6262**

Express Care

面向正经历行为健康危机的会员。全年365天、每周7天、每天24小时为会员提供电话危机与情感支持干预服务。

三方通话请致电**516.412.6921**

LIFENET心理健康服务

面向纽约市居民的保密免费热线。该热线的心理健康专业人员团队可帮助来电者找到最符合其自身需求的心理健康与药物滥用服务。

1.800.LIFENET / 800.543.3638

虚拟心理健康

Valera Health

为十二岁及以上符合资格的会员提供心理治疗、药物管理和团体治疗服务。

valerahealth.com/client-page/metroplushealth

Brooklyn Parent Support

专注于生殖与围产期精神病学，提供精神科评估、药物管理和心理治疗服务。

brooklynparentsupport.com

提供线下面诊和远程医疗预约

Brave Health

可联系执业在线治疗师，获得灵活、保密、量身定制的咨询服务 - 足不出户即可享受。

bebravehealth.com





支持团体

国际产后支持组织

设有针对不同需求和人群的专业支持团体，涵盖ADHD、双相情感障碍、分娩创伤相关主题，同时为黑人、原住民和有色人种(BIPOC)父母提供专属支持。这些团体还提供与孕早期妊娠丢失、生育困难、死产相关的丧失与哀伤支持，同时为军人家庭、NICU父母、单亲父母和LGBTQIA+父母等多元家庭形态提供专属支持。

postpartum.net/get-help/psi-online-support-meetings

另设热线服务：请留言，经过培训的志愿者或工作人员将在24小时内回电。

致电或发送短信至**800.944.4773**

纽约产后资源中心

该组织为处于孕前、孕期及产后阶段的父母提供免费、保密的情感支持。全州免费热线，每周7天，上午9点至下午5点。

致电**855.631.0001**

postpartumny.org

Just Birth Space

通过在线文字支持、电话/视频支持和每周线下团体支持小组提供围产期支持。该计划为父母提供产后、育儿及围产期心理健康相关的支持与协助。

发送短信至**646.681.1648**申请支持

justbirthspace.org/en/communityconnect

丧亲支持

NCJW NY妊娠丢失支持计划(PLSP)

为经历过流产、死产、新生儿死亡或终止妊娠的父母提供免费电话咨询和支持团体

致电**646.884.9464**

Remembering You, Remembering Us

该匿名支持团体面向经历过妊娠、婴儿或生殖丢失的哀伤家庭成员，免费提供同伴支持与专业支持，让大家足不出户就能获得帮助。

healthsolutions.org/family-support/virtual-perinatal-bereavement-support



其他资源

health.ny.gov/community/pregnancy/health_care/perinatal/perinatal_depression.htm

nyc.gov/assets/acs/pdf/for-families/pmad-services.pdf

projectteachny.org/resources/mmh-resources

注意：您可以免费获得语言协助服务和其他辅助服务。请致电1-800-303-9626（听力障碍电传：711）。

ATTENTION: Language assistance services and other aids, free of charge, are available to you. Call 1-800-303-9626 (TTY: 711).

ATENCIÓN: Dispone de servicios de asistencia lingüística y otras ayudas, gratis. Llame al 1-800-303-9626 (TTY: 711).

MetroPlus Health Plan, Inc.是一家拥有Medicare合同的HMO、HMO D-SNP计划。MetroPlus Health Plan, Inc.与MetroPlus UltraCare (HMO D-SNP)专属纽约州Medicaid签有合同，且与纽约州卫生厅签有MetroPlus Advantage Plan (HMO D-SNP)的福利协调协议。MetroPlusHealth不隶属于联邦政府、CMS、HHS和/或Medicare，也不受其认可或以其他方式与其相关联。参保MetroPlus Health Plan, Inc.依照续约情况而定。MetroPlus Health Plan, Inc.遵守适用的联邦民权法律，没有种族、肤色、民族血统、年龄、残障或性别方面的歧视。

ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-866-986-0356 (TTY: 711).

注意：如果您使用简体中文，您可以免费获得语言援助服务。请致电1-866-986-0356（听力障碍电传：711）。


MetroPlusHealth
城市保健