ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇਦੀ ਜਾਂਚ ਦੇ ਸਮੇਂ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇਦਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਇਹ ਕਰੇਗਾ:

- ਸਰੀਰਕ ਮੁਆਇਨਾ ਕਰੇਗਾ
- ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਇਤਿਹਾਸ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੇਗਾ
- ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਕੀਤੇ ਸ਼ੌਟਸ ਦੇਵੇਗਾ, ਜਦੋਂ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ
- ਦੰਦਾਂ ਸਬੰਧੀ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੇਗਾ, ਜਦੋਂ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ, ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਫਲੋਰਾਈਡ ਸਪਲੀਮੈਂਟ ਦੇਵੇਗਾ ਅਤੇ ਦੰਦਾਂ ਦਾ ਡਾਕਟਰ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸੁਣਨ ਅਤੇ ਦੇਖਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਜਾਂਚੇਗਾ
- ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਤੇ ਚਰਚਾ ਕਰੇਗਾ, ਜਿਵੇਂ ਵਿਕਾਸ, ਵਿਵਹਾਰ, ਤੁਹਾਡੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ, ਪੋਸ਼ਣ, ਨੀਂਦ, ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਤਵੱਚਾ ਨੂੰ ਸੂਰਜ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣਾ

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇਦਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਇਹ ਜਾਂਚ ਕਰੇਗਾ:

- **ਵਿਕਾਸ ਸਬੰਧੀ ਉਪਲਬਧੀਆਂ**
- **ਸਿੱਕੇ ਦਾ ਜ਼ਹਿਰੀਲਾਪਣ**
- **ਖੂਨ ਦੀ ਘਾਟ,** ਜੇਕਰ ਜੋਖਮ ਹੈ
- **ਔਟਿਜਮ**
- **ਡਿਪ੍ਰੈਸ਼ਨ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ** ਨਵੇਂ ਜੰਮੇ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਮਾਵਾਂ ਵਿੱਚ
- **ਚਿੰਤਾ**
- **ਤਪਦਿਕ (TB),** ਜੇਕਰ ਜੋਖਮ ਹੈ
- **ਕੋਲੇਸਟ੍ਰੋਲ,** ਜੇਕਰ ਜੋਖਮ ਹੈ
- **ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਹੋਰ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ** ਜਾਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ, ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਨ

Punjabi 2025: For children from birth to under age 12

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਸਵਾਲ ਹਨ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ

ਤੁਹਾਡਾ Medi-Cal ਪ੍ਰਬੰਧਿਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪਲਾਨ
ਫੋਨ ਨੰਬਰ ਤੁਹਾਡੇ ਪਲਾਨ ID ਕਾਰਡ ਤੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਲਾਨ ਦੀ ਵੈਬਸਾਈਟ ਤੇ ਹੈਜਾਂ www.dhcs.ca.gov/mmchpd ਤੇ ਜਾਓ

Medi-Cal ਸਦੱਸਦੱਸ ਹੈਲਪ ਲਾਈਨ (Member Help Line)
1-800-541-5555 (TDD 1-800-430-7077) ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ www.dhcs.ca.gov/myMedi-Cal ਤੇ ਜਾਓ

Medi-Cal ਡੈਂਟਲ
ਸਮਾਈਲ, ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ (Smile, California) ਨੂੰ **1-800-322-6384** (TTY 1-800-735-2922) ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ smilecalifornia.org ਤੇ ਜਾਂ www.dhcs.ca.gov/MCP ਤੇ ਜਾਓ

ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ
1-888-452-8609ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ
ਗੰਭੀਰ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸਥਿਤੀ ਲਈ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛਣ ਲਈ, ਆਪਣੀ ਕਾਉਂਟੀ ਦੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ (Mental Health Plan) ਨੂੰ www.dhcs.ca.gov/CMHP ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ

ਅਲਕੋਹਲ ਜਾਂ ਡ੍ਰਗ ਸੇਵਨ
ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾ ਵਿਭਾਗ (Department of Health Care Services) (DHCS) ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦਾ ਸੇਵਨ ਵਸੀਲਾ ਕੇਂਦਰ 24/7 (Substance Use Resource Center 24/7) ਨੂੰ **1-800-879-2772** ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ
ਜਾਂ, www.dhcs.ca.gov/SUD-NETRL ਤੇ ਜਾਓ

ਸੰਕਟ ਸਹਾਇਤਾ
ਸੁਸਾਈਡ ਐਂਡ ਕਰਾਈਸਿਸ ਲਾਈਫਲਾਈਨ ਨੂੰ **988** ‘ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ

ਮਾਨਸਕਿ ਸਹਿਤ ਸਲਾਹ/ਕੋਚੰਗਿ ਸਹਾਇਤਾ
1-833-317-HOPE (4673) ‘ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ ਟੈਕਸਟ ਕਰੋ ਜਾਂ www.calhope.org ਤੇ ਜਾਓ’

ਆਪਣੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਜਾਣੋ
1-888-452-8609 ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ

DHCS
www.dhcs.ca.gov/kidsandteens

Medi-Cal for Kids & Teens

ਜਨਮ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ 21 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੱਕ ਨਿਵਾਰਕ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਸੇਵਾਵਾਂ

Medi-Cal ਸੇਵਾਵਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਮੁਫ਼ਤ ਹਨ

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਸਾਰੀ ਲੋੜੀਂਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਮੁਫ਼ਤ ਹੈ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ Medi-Cal ਵਿੱਚ ਨਾਮਾਂਕਿਤ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹ ਸਿਹਤਮੰਦ ਰਹਿਣ ਜਾਂ ਹੋਣ ਵਾਸਤੇ ਜਨਮ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ 21 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੱਕ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਮੁਫ਼ਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਯੋਗ ਹੈ।

ਇਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ, ਜਾਂਚਾਂ, ਸ਼ੌਟਸ, ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗਸ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ, ਮਾਨਸਿਕ ਅਤੇ ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਲਈ ਇਲਾਜ।

ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਚ ਸਮਾਂ ਸੀਮਾ ਪੜ੍ਹੋ

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਨਿਯਮਿਤ ਜਾਂਚਾਂ ਲਈ ਲਿਆਉਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਬੀਮਾਰ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਨਿਯਮਿਤ ਜਾਂਚਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦਗਾਰ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਰੋਕ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਜਲਦੀ ਲੱਭ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਜਾਂਚ ਹੋ ਚੁੱਕੀ ਹੋਵੇ, ਤਦ ਵੀ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਮੁਲਾਕਾਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਚ ਸਮਾਂ ਸੀਮਾ ਪੜ੍ਹੋ।

ਤੁਸੀਂ ਡਾਕਟਰੀ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਲਈ ਮੁਫ਼ਤ ਆਵਾਜਾਈ ਸਾਧਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ

ਆਪਣੇ ਬੱਚੇਦੀ ਜਾਂਚ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ

ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਬੰਧਿਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪਲਾਨ ਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਜਾਂ Medi-Cal ਸਦੱਸ ਹੈਲਪ ਲਾਈਨ ਨੂੰ **1-800-541-5555** (TDD 1-800-430-7077) ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ।

ਤੁਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਵਾਸਤੇ ਮਦਦ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- **ਡਾਕਟਰ ਲੱਭਣਾ** ਜਾਂ ਮੁਲਾਕਾਤ ਤੈਅ ਕਰਨਾ
- **ਮੁਫ਼ਤ ਸਵਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ** ਆਪਣੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਵਾਸਤੇ ਆਉਣ-ਜਾਣ ਲਈ ਜਾਂ ਦਵਾਈ, ਡਾਕਟਰੀ ਉਪਕਰਨ ਅਤੇ ਸਪਲਾਈਜ਼ ਲੈਣ ਲਈ
- **ਭਾਸ਼ਾ ਸਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰਨਾ** ਤੁਹਾਡੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦੇ ਸਮੇਂ
- **ਦੁਭਾਸ਼ੀਆ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰਨਾ**

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਫਲਾਇਰ ਜਾਂ ਹੋਰਾਂ Medi-Cal ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਦੀ **ਵਿਕਲਪਿਕ ਫੌਰਮੈਟ** ਵਿੱਚ ਲੋੜ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਵੱਡਾ ਫੌਂਟ, ਆੱਡਿਓ ਫੌਰਮੈਟ, CD ਜਾਂ ਬ੍ਰੇਲ, ਤਾਂ **1-833-284-0040** ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ।

ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਕਿਸ਼ੋਰਾਂ ਲਈ Medi-Cal, ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਸੇਵਾਵਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਦਾ ਹੈ

ਜੇਕਰ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਸਰੀਰਕ, ਮਾਨਸਿਕ ਜਾਂ ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਚਿੰਤਾ ਦਾ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਾਸਤੇ ਇਲਾਜ ਜਾਂ ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ Medi-Cal ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਮੁਹੱਈਆ ਅਤੇ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਕਿਸ਼ੋਰਾਂ ਲਈ Medi-Cal ਵੱਲੋਂ ਸ਼ਾਮਲ ਦੇਖਭਾਲ:

- ਸਰੀਰਕ ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਮੁੱਖ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਮਾਹਰ ਨਾਲ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਸਮੇਤ
- ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਡ੍ਰਗ ਜਾਂ ਅਲਕੋਹਲ ਇਲਾਜ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਥੈਰੇਪੀ ਸਮੇਤ
- ਦੰਦਾਂ ਦੀਆਂ ਜਾਂਚਾਂ ਅਤੇ ਫੱਲੋ-ਅੱਪ ਸੇਵਾਵਾਂ
- ਨਜ਼ਰ ਸਬੰਧੀ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਐਨਕਾਂ ਸਮੇਤ
- ਸੁਣਨ ਸਬੰਧੀ ਸੇਵਾਵਾਂ
- ਕੋਵਿਡ-19 (COVID-19) ਪਰੀਖਣ ਅਤੇ ਇਲਾਜ
- ਡਾਕਟਰੀ ਉਪਕਰਨ ਅਤੇ ਸਪਲਾਈਜ਼, ਸਥਾਈ ਡਾਕਟਰੀ ਉਪਕਰਨ ਸਮੇਤ
- ਦਵਾਈ
- ਲੈਬ ਜਾਂਚਾਂ, ਸਿੱਕੇ ਦੇ ਪੱਧਰ ਜਾਂਚਣ ਵਾਸਤੇ ਖ਼ੂਨ ਜਾਂਚਾਂ, ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਲੋੜੀਂਦੀ ਫੱਲੋ-ਅੱਪ ਦੇਖਭਾਲ ਸਮੇਤ
- ਸਰੀਰਕ, ਵਿਵਸਾਇਕ ਅਤੇ ਸਪੀਚ ਥੈਰੇਪੀ
- ਹੋਮ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਨਰਸਿੰਗ ਦੇਖਭਾਲ ਸਮੇਤ
- ਹਸਪਤਾਲ ਅਤੇ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਇਲਾਜ
- ਹੋਰ ਸਾਰੀਆਂ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਵੀ ਤੁਹਾਡਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਦਾ ਹੋਵੇ

ਜਾਂਚ ਦੀ ਮਿਆਦ ਪੂਰੀ ਹੋਣ ਤੇ ਜਾਂ ਇਸਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਸ ਵਾਸਤੇ ਸਮਾਂ ਤੈਅ ਕਰੋ

12 ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੇ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਹਰੇਕ 6 ਮਹੀਨਿਆਂ ਵਿੱਚ ਦੰਦਾਂ ਸਬੰਧੀ ਮੁਲਾਕਾਤ

- 3-5 ਦਨਿ
- 1 ਮਹੀਨਾ
- 2 ਮਹੀਨੇ
- 4 ਮਹੀਨੇ
- 6 ਮਹੀਨੇ
- 9 ਮਹੀਨੇ
- 12 ਮਹੀਨੇ
- 15 ਮਹੀਨੇ
- 18 ਮਹੀਨੇ
- 2 ਸਾਲ
- 2½ ਸਾਲ
- 3 ਤੋਂ 21 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੱਕ ਸਾਲ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵਾਰ