# 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 2026: 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 ਸਦੱਸ 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**
**1-888-452-8609**ਤੇ 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

**ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸਲਾਹ/ਕੋਚਿੰਗ 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 ਫੌਲੋ-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 ਖੂਨ ਜਾਂਚਾਂ, ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਲੋੜੀਂਦੀ ਫੌਲੋ-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 ਦਿਨ
- 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