

Sổ tay Khám sức khỏe định kỳ và Tiêm chủng cho trẻ: Từ sơ sinh đến 30 tháng tuổi

Tài nguyên dành cho phụ huynh và người giám hộ



Nội dung bao gồm:

- Lịch khám sức khỏe định kỳ cho trẻ
- Tiêm chủng
- Khám sàng lọc
- Phát triển và dinh dưỡng
- Thông tin về di chuyển
- Thông tin đăng ký Medi-Cal
- Thông tin liên hệ của chương trình bảo hiểm sức khỏe Medi-Cal
- Các nguồn lực hỗ trợ khác



Powered by pediatricians. Trusted by parents.
from the American Academy of Pediatrics



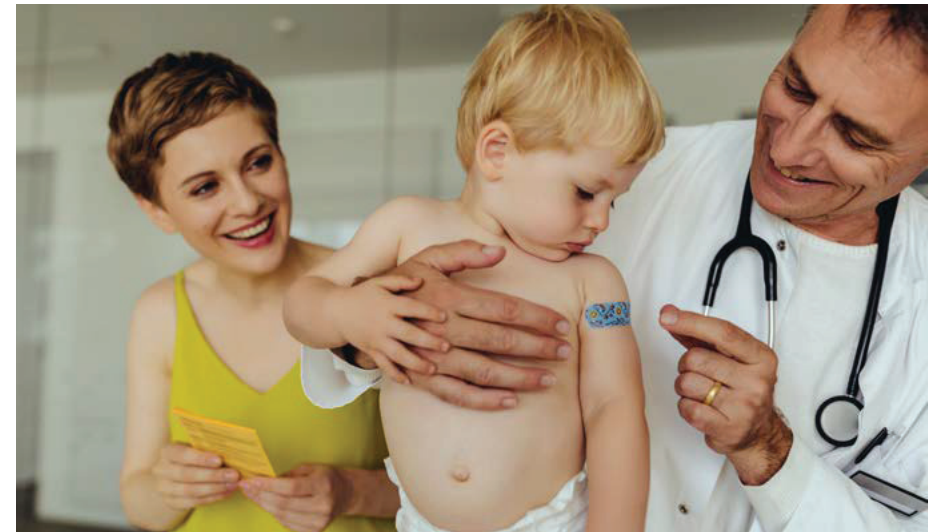
Lịch khám sức khỏe định kỳ của trẻ: Từ sơ sinh đến 30 tháng tuổi

<input type="checkbox"/> Khám trong tuần đầu tiên (3 đến 5 ngày tuổi).....	Trang 6
<input type="checkbox"/> 1 tháng tuổi.....	Trang 8
<input type="checkbox"/> 2 tháng tuổi.....	Trang 10
<input type="checkbox"/> 4 tháng tuổi.....	Trang 12
<input type="checkbox"/> 6 tháng tuổi.....	Trang 14
<input type="checkbox"/> 9 tháng tuổi.....	Trang 16
<input type="checkbox"/> 12 tháng tuổi.....	Trang 18
<input type="checkbox"/> 15 tháng tuổi.....	Trang 20
<input type="checkbox"/> 18 tháng tuổi.....	Trang 22
<input type="checkbox"/> 2 tuổi.....	Trang 24
<input type="checkbox"/> 30 tháng tuổi.....	Trang 26



Các lần khám hàng năm bắt đầu khi trẻ được 3 tuổi.

Quét mã QR để biết thêm thông tin về các lần khám sức khỏe định kỳ cho trẻ.



Lợi ích của các lần khám sức khỏe định kỳ cho trẻ

- 1. Phòng ngừa.** Trẻ sẽ được tiêm chủng theo lịch để phòng ngừa bệnh tật. Quý vị cũng có thể hỏi bác sĩ nhi khoa về dinh dưỡng và an toàn tại nhà cũng như ở trường học.
- 2. Theo dõi sự tăng trưởng và phát triển.** Xem trẻ đã phát triển như thế nào kể từ lần khám trước và trao đổi với bác sĩ về sự phát triển của trẻ. Quý vị có thể thảo luận về các mốc phát triển, hành vi xã hội và khả năng học hỏi của trẻ.
- 3. Nêu rõ các mối quan tâm.** Lập danh sách các vấn đề quý vị muốn trao đổi với bác sĩ của trẻ, chẳng hạn như sự phát triển, hành vi, giấc ngủ, ăn uống hoặc cách hòa hợp với các thành viên khác trong gia đình. Hãy mang theo từ ba đến năm câu hỏi hoặc mối quan tâm quan trọng nhất để trao đổi với bác sĩ.
- 4. Phương pháp tiếp cận theo nhóm.** Các lần khám định kỳ giúp xây dựng mối quan hệ bền chặt và tin cậy giữa bác sĩ, quý vị và trẻ. Học viện Nhi khoa Hoa Kỳ khuyến nghị khám sức khỏe định kỳ cho trẻ như một phương pháp để bác sĩ nhi khoa và phụ huynh cùng đáp ứng nhu cầu của trẻ. Phương pháp tiếp cận theo nhóm này giúp hỗ trợ sự phát triển tối ưu về thể chất, tinh thần và xã hội của trẻ.

Nguồn lực hỗ trợ di chuyển dành cho thành viên Medi-Cal

Quý vị có thể được hỗ trợ phương tiện di chuyển (đưa đón) thông qua chương trình bảo hiểm sức khỏe Medi-Cal mà không mất chi phí!

- Dịch vụ bao gồm đưa đón đến mọi cuộc hẹn khám bác sĩ, nha khoa, sức khỏe tâm thần hoặc điều trị rối loạn do lạm dụng dược chất, cũng như đi lấy thuốc kê đơn và vật tư y tế.
- Chương trình bảo hiểm sức khỏe Medi-Cal có thể hỗ trợ đưa đón hai chiều tùy theo nhu cầu của quý vị. Dịch vụ này có thể bao gồm:
 - Di chuyển bằng ô tô, taxi, xe buýt hoặc tàu hỏa.
 - Vé xe buýt và phiếu taxi.
 - Hoàn tiền khi quý vị tự lái xe của mình.

Hãy liên hệ chương trình bảo hiểm sức khỏe Medi-Cal của quý vị để được hỗ trợ đưa đón!



Để biết thông tin về cách đặt lịch xe đưa đón, vui lòng quét mã QR này.

Tìm hiểu các lựa chọn Medi-Cal của quý vị

1

Nếu mới tham gia Medi-Cal, quý vị cần chọn một chương trình bảo hiểm sức khỏe.

2

Nếu quý vị không chọn chương trình bảo hiểm sức khỏe, Medi-Cal sẽ chọn thay quý vị.

3

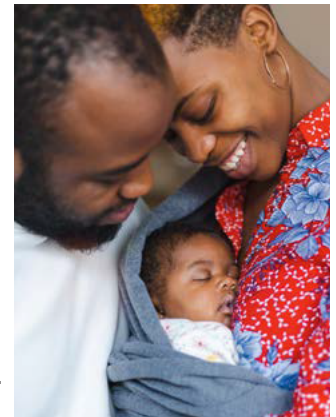
Để biết thêm thông tin về các chương trình bảo hiểm sức khỏe, hãy quét mã QR bên phải để truy cập Medi-Cal Managed Care Health Care Options: HealthCareOptions.DHCS.CA.gov



Chương trình hỗ trợ trẻ sơ sinh

Nếu quý vị đang tham gia Medi-Cal hoặc Medi-Cal Access Program (MCAP) và sinh con tại các bệnh viện hoặc phòng khám tham gia chương trình, bác sĩ sẽ hỗ trợ đăng ký bảo hiểm y tế cho trẻ. Nếu bác sĩ không thể đăng ký bảo hiểm cho trẻ:

- **Đối với thành viên Medi-Cal:** Báo cáo thông tin khai sinh tại BenefitsCal.com hoặc liên hệ Cơ quan Y tế và Dịch vụ Nhân sinh Quận San Diego theo số (866) 262-9881.
- **Đối với thành viên MCAP:** Gọi báo cáo thông tin khai sinh theo số (800) 433-2611 hoặc fax đến (888) 889-9238.



Quý vị nên đặt lịch hẹn khám nha khoa đầu tiên cho trẻ ngay khi chiếc răng đầu tiên mọc lên hoặc trước sinh nhật đầu tiên của trẻ, tùy điều kiện nào đến trước.



Các nguồn lực hỗ trợ chăm sóc sức khỏe miễn phí

Medi-Cal Dental: Smile California

Để tìm một cơ sở chăm sóc nha khoa phù hợp cho quý vị và trẻ:

- Hãy truy cập SmileCalifornia.org
- Gọi đến số (800) 322-6384
TTY (800) 735-2922 từ thứ Hai đến thứ Sáu, từ 8:00 sáng đến 5:00 chiều.



Biểu đồ tăng trưởng của trẻ em khỏe mạnh/AAP

<https://www.healthychildren.org/English/health-issues/conditions/Glands-Growth-Disorders/Pages/growth-charts-by-the-numbers.aspx>

Các mốc phát triển của trẻ theo CDC

<https://www.cdc.gov/act-early/milestones/index.html>

Trang web nuôi dạy con của Học viện Nhi khoa Hoa Kỳ



Quét mã QR này để xem các tài liệu về nuôi dạy con.



Quét mã QR này để xem lịch tiêm chủng cập nhật nhất.

Các chương trình Medi-Cal của Quận San Diego



Blue Shield Promise Health Plan
(855) 699-5557; TTY: 711
BlueshieldCA.com/Promise



Community Health Group
(800) 224-7766; TTY: (855) 266-4584
CHGSD.com



Kaiser Permanente
(800) 464-4000; TTY: 711
Đặt lịch hẹn và tư vấn: (833) 574-2273 (miễn phí cước gọi)
KP.org/Medi-Cal



Molina Healthcare of California
(888) 665-4621
MolinaHealthcare.com

tìm hiểu thêm thông tin về chương trình bảo hiểm sức khỏe Medi-Cal, hãy truy cập Medi-Cal Managed Care Health Care Options tại địa chỉ HealthCareOptions.DHCS.CA.gov hoặc gọi số (800) 430-7077.