EPSDT ਕੀ ਹੈ ?

EPSDT (ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮਿਆਦੀ ਜਾਂਚ, ਰੋਗ-ਨਿਦਾਨ ਅਤੇ ਇਲਾਜ) ਇੱਕ ਵਿਆਪਕ ਅਤੇ ਰੋਕਥਾਮ ਵਾਲਾ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਲਾਭ ਹੈ।

21 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ EPSDT ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ, ਜੋ Apple Health (Medicaid) ਕਵਰੇਜ ਵਿੱਚ ਰਜਿਸਟਰਡ ਹਨ। ਇਸ ਮੁਫ਼ਤ ਲਾਭ ਵਿੱਚ ਨੇਮ ਵਾਲੀ ਵੈੱਲ-ਚਾਈਲਡ ਸਿਹਤ-ਜਾਂਚਾਂ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ, ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਲੱਭਣ ਅਤੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹਨ।

ਵੈੱਲ-ਚਾਈਲਡ ਸਿਹਤ-ਜਾਂਚਾਂ ਦੌਰਾਨ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਜਾਂ ਗਭਰੇਟ ਦਾ ਪੂਰਾ ਸਰੀਰਕ ਮੁਆਇਨਾ ਕੀਤਾ ਜਾਏਗਾ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਬੱਚੇ ਦੇ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਹੋਈਆਂ ਵਿਜ਼ਿਟਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਨਾ ਕੀਤੇ ਗਏ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕੀਤੀ ਜਾਏਗੀ, ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ:

- ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਸਿਹਤ ਇਤਿਹਾਸ
- ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਕਿਵੇਂ ਵਾਧੇ ਪੈ ਰਿਹਾ ਹੈ
- ਲੋੜੀਂਦੇ ਟੀਕੇ ਜਾਂ ਟੈਸਟ
- ਸੁਣਨ ਜਾਂ ਵੇਖਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਬਾਰੇ ਜਾਂਚ
- ਖ਼ੂਨ ਵਿਚਲੇ ਸੀਸੇ ਦੀ ਜਾਂਚ
- ਖਾਣ-ਪੀਣ ਜਾਂ ਸੌਣ ਨਾਲ ਜੁੜੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ
- ਮੂੰਹ ਦੀ ਤੰਦਰੁਸਤੀ
- ਵਿਕਾਸ ਸਬੰਧੀ ਅਤੇ ਵਿਹਾਰ ਸਬੰਧੀ ਸਿਹਤ ਜਾਂਚਾਂ
- ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ/ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਦੀਆਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ

ਵੈੱਲ-ਚਾਈਲਡ ਸਿਹਤ-ਜਾਂਚ ਕਿਸ ਨੂੰ ਕਰਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?

21 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀ, ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਬਿਮਾਰ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਡਾੱਕਟਰ ਅਤੇ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਡਾੱਕਟਰ ਨੂੰ ਨੇਮ ਨਾਲ ਮਿਲਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, । ਸਿਹਤ-ਜਾਂਚਾਂ, ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਿਹਤ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਸੁਆਲ ਪੁੱਛਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਬਿਮਾਰ ਨਹੀਂ ਹੈਹੁੰਦਾ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਕੋਲ ਜਾਣਾ, ਸੇਧ ਲੈਣ ਦਾ ਇੱਕ ਮੌਕਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਿਹਤ-ਜਾਂਚ ਕਦੋਂ ਕਰਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?

ਮੁਲਾਕਾਤ ਦਾ ਸਮਾਂ ਤੈਅ ਕਰਨ ਅਤੇ EPSDT ਮੁਆਇਨੇ ਲਈ ਪੁੱਛਣ ਵਾਸਤੇ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਨੂੰ ਕਾੱਲ ਕਰੋ। ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀ ਉਮਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਿਹਤ-ਜਾਂਚ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ:

- **1 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ:** 1 ਹਫ਼ਤੇ, 1 ਮਹੀਨਾ, 2 ਮਹੀਨੇ, 4 ਮਹੀਨੇ, 6 ਮਹੀਨੇ ਅਤੇ 9 ਮਹੀਨੇ 'ਤੇ
- **ਉਮਰ 1 - 4 ਸਾਲ:** 12 ਮਹੀਨੇ, 15 ਮਹੀਨੇ, 18 ਮਹੀਨੇ, 24 ਮਹੀਨੇ, 30 ਮਹੀਨੇ, 3 ਸਾਲ ਅਤੇ 4 ਸਾਲ
- **ਉਮਰ 5 - 20 ਸਾਲ:** ਸਾਲ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵਾਰੀ

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਬਿਹਤਰੀ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਤੁਹਾਡਾ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ, ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਾ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕਿਹੜੇ ਟੀਕਿਆਂ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ?

ਟੀਕੇ, ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕਿਹੜੇ ਟੀਕੇ ਲੱਗਣੇ ਹਨ, ਦਾ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਲਈ **cdc.gov/vaccines** 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਟੀਕੇ ਕਿਵੇਂ ਲੁਆਵਾਂ?

ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਨਜ਼ਦੀਕੀਆਂ ਨੂੰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ, ਜਿਹਨਾਂ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਟੀਕੇ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਲਈ ਸੁਝਾਏ ਗਏ ਟੀਕਿਆਂ ਵਾਸਤੇ ਆਪਣੇ ਲਈ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਬਣਾਉਣ ਵਾਸਤੇ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਨੂੰ ਕਹੋ।

ਟੀਕੇ ਕਿਉਂ ਲੁਆਉਣੇ ਪੈਂਦੇ ਹਨ?

ਤੁਹਾਡੇ ਟੀਕਾਕਰਣ ਦਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ:

- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਰੱਖਦੇ ਹਨ
- ਤੁਹਾਡੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਰੱਖਦੇ ਹਨ
- ਸਭ ਤੋਂ ਕਮਜ਼ੋਰ ਲੋਕਾਂ ਤੱਕ ਬਿਮਾਰੀ ਫੈਲਣ ਤੋਂ ਰੋਕਦੇ ਹਨ
- ਕਿਉਂਕਿ ਹੋਰ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਟੀਕੇ ਲੁਆਉਂਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਭਾਈਚਾਰਾ ਸਿਹਤਮੰਦ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਦੁਭਾਸ਼ੀਆ ਸੇਵਾਵਾਂ

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬੋਲਣੀ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ ਜਾਂ ਬੋਲੇ ਹੋ, ਬੋਲੇ ਨੇਤਰਹੀਣ ਹੋ ਜਾਂ ਉੱਚਾ ਸੁਣਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਈ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਉਪਲਬਧ ਹਨ, ਇਸ ਵਿੱਚ ਸੰਕੇਤ ਭਾਸ਼ਾ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੈ, ਉਹ ਵੀ ਬਿਲਕੁਲ ਮੁਫ਼ਤ। ਆਪਣੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦਾ ਸਮਾਂ ਤੈਅ ਕਰਨ ਸਮੇਂ ਰਿਸੈਪਸ਼ਨਿਸਟ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੁਭਾਸ਼ੀਆ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ
hca.wa.gov/interpreter-services 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਜਾਂ ਸੁਣਨ ਵਿੱਚ ਅਸਮਰੱਥਾ ਜਾਂ ਤੁਰਨ-ਫਿਰਨ ਵਿਚ ਮੁਸ਼ਕਿਲਾਂ

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਜਾਂ ਸੁਣਨ ਵਿੱਚ ਅਸਮਰੱਥਾ ਜਾਂ ਤੁਰਨ-ਫਿਰਨ ਵਿਚ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦਾ ਸਮਾਂ ਤੈਅ ਕਰਨ ਸਮੇਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰਿਸੈਪਸ਼ਨਿਸਟ ਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਗੱਲਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਦੀ ਰਿਸੈਪਸ਼ਨਿਸਟ ਕੋਈ ਵੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ।

ਆਵਾਜਾਈ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ

ਤੁਸੀਂ ਬਿਨਾ ਕਿਸੇ ਲਾਗਤ ਦੇ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਲਈ ਆਵਾਜਾਈ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਮੁਲਾਕਾਤ Apple Health (ਐੱਪਲ ਹੈਲਥ) ਦੇ ਘੇਰੇ ਹੇਠ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਹੀ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਆਵਾਜਾਈ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਡਾੱਕਟਰ ਦਾ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ 1-800-562-3022 'ਤੇ ਕਾੱਲ ਕਰੋ।

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ
hca.wa.gov/transportation-help 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਦਾ ਪਤਾ ਕਵਿੇਂ ਲਾਓ

ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਵਿਹਾਰ ਸਬੰਧੀ ਸਿਹਤ

- ਆਪਣੇ managed care plan (ਮੈਨੇਜਡ ਕੇਅਰ ਪਲਾਨ) ਨੂੰ ਕਾੱਲ ਕਰੋ
- ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ managed care plan ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ 1-800-562-3022 'ਤੇ ਕਾੱਲ ਕਰੋ

ਡੈਂਟਲ

- **DentistLink.org**
- **Insurekidsnow.gov/find-a-dentist/index.html**
- **fortress.wa.gov/hca/p1findaprovider/**
- 1-800-562-3022 'ਤੇ ਕਾੱਲ ਕਰੋ

Washington State Health Care Authority

HCA ਸਾਰੇ ਲਾਗੂ ਫ਼ੈਡਰਲ ਅਤੇ ਵਾੱਸ਼ਿੰਗਟਨ ਸਟੇਟ ਦੇ ਸਿਵਿਲ ਹੱਕਾਂ ਬਾਰੇ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੱਕ ਇਕੋ-ਜਿਹੀ ਪਹੁੰਚ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਾਉਣ ਲਈ ਵਚਨਬੱਧ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਰੂਪ ਜਾਂ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ 1-800-562-3022 (TRS: 711) 'ਤੇ ਕਾੱਲ ਕਰੋ।

EPSDT
ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਜਾਂ ਗਭਰੇਟ ਲਈ ਵੈਲ-ਚਾਈਲਡ ਸਿਹਤ-ਜਾਂਚ

Washington Apple Health

HCA 19-0056 PJ (12/22) Punjabi