



Healthy Children Need to See the Doctor Too.

### Keeping Your Kids Healthy With Preventive Care

Parents want to do everything they can to keep their children healthy. Preventive care benefits provided by your child's health insurance make this much easier for you.

You can prevent a lot of health problems and catch problems before they get worse when your child gets appropriate check ups and immunizations. Preventive care helps save your child from serious illness and disease. It also saves you from worry and stress.

### Someone You Can Trust

First, establish a relationship with a doctor you can trust to help you address all of your child's medical needs. Your child's doctor wants to be the first place you turn, in sickness and in health. At each "well-child" preventive care visit, the doctor will check physical health, growth and development, nutrition, emotional development, and school performance problems. Ask questions and learn what to do when your child becomes ill. A relationship with your child's doctor where you feel comfortable asking questions is one of the most valuable things you can do for your child.

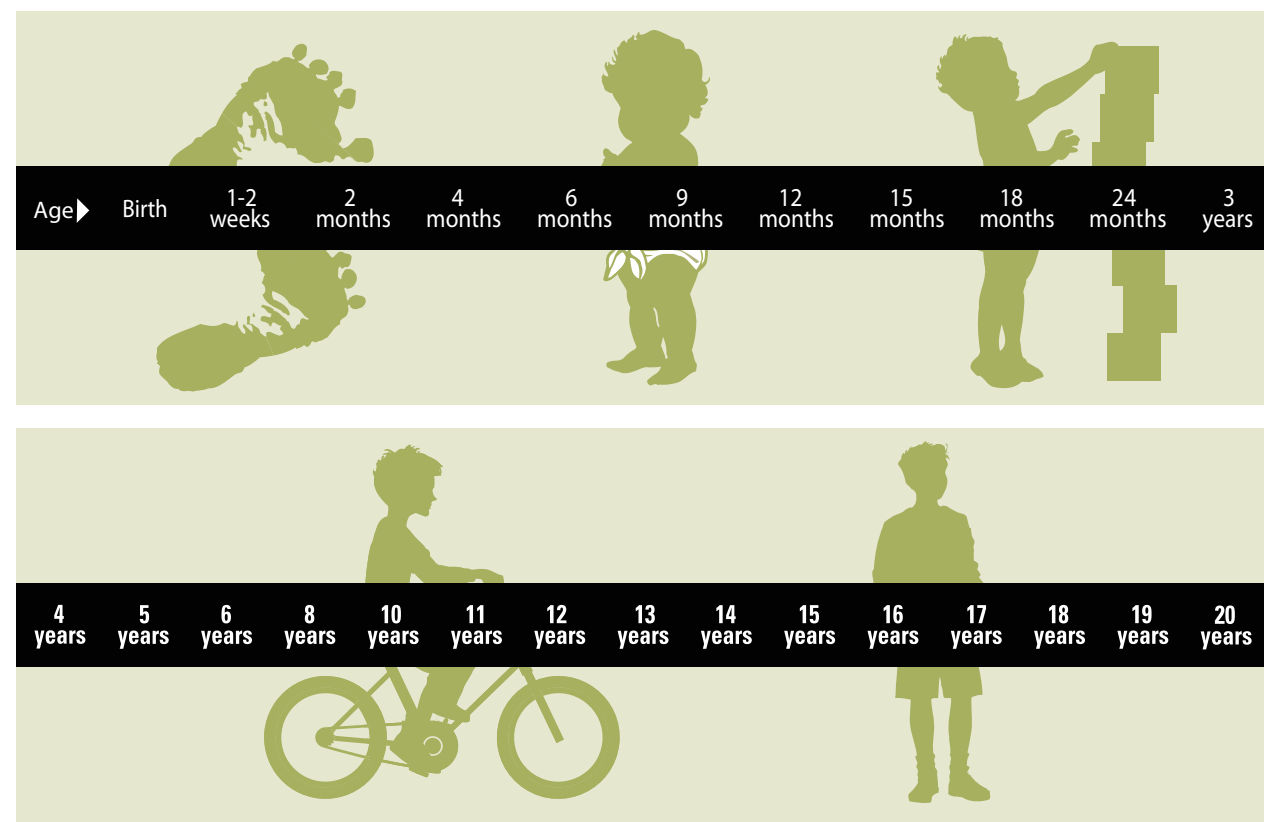


### Why Immunizations Are Important For Your Child

Immunizations help protect your child from many infections that cause serious health problems. In addition, your child will not be able to attend school until he or she meets the requirements of Texas' immunization laws.

Make sure your children get the recommended immunizations on time to keep them healthy. It will give you peace of mind. Doctors routinely give immunizations during "well-child" visits when needed. It is up to you to make sure your child has all their immunizations. Keep a record of your child's immunizations in a safe place. Bring this record with you when your child has a "well-child" visit. Have your doctor's office update this record when your child has any new immunizations.

### Recommended "Well-Child" Medical Check Ups At:



HEALTH PLAN INFORMATION HERE (OPTIONAL)

### Health Tips for Parents

- ▶ Talk with your children in a positive way before their doctor visit to prepare them.
- ▶ Be on time for scheduled appointments. Bring your child's health plan card and immunization record. Call the doctor's office to cancel an appointment if you cannot keep it or if you will be late.
- ▶ Ask your doctor when it is best to call for advice so you can avoid going to the hospital emergency room.
- ▶ Your child's doctor or nurse can help you make smart decisions about getting proper advice and care from your doctor's office and when to go to the emergency room. Most problems are not serious enough for a visit to the hospital emergency room.
- ▶ It is important to tell your child's school if your child has any particular health care needs, such as prescriptions or a special diet.
- ▶ As a parent, you will feel more secure when you make sure your child's school knows how to contact you in an emergency. Providing contact information for your child's doctor or clinic is important, too.
- ▶ Ask your provider to remind you when regular check ups are due, and write it down so you won't forget.
- ▶ Dental and vision preventive care are also part of your child's overall health and part of your health care coverage.

# Los niños saludables también necesitan ir al médico.

## Mantenga la buena salud de sus hijos con la atención preventiva

Todos los padres desean hacer todo lo posible para mantener saludables a sus pequeños. Y mediante los beneficios de atención preventiva que brinda el seguro médico de sus hijos, esto es mucho más fácil que nunca.

Puede prevenir una gran cantidad de problemas de salud y detectarlos antes de que se empeoren si vacuna a sus hijos y los lleva a las consultas de revisión médica debidamente. La atención preventiva ayuda a evitar que los pequeños se enfermen de gravedad y con ello evita preocupaciones y angustias a los padres.

### Alguien en quién confiar

El primer paso es establecer una relación con un médico en el que pueda depender para que le ayude a atender todas las necesidades médicas de sus pequeños. Al tratarse de la salud de sus hijos, debe recurrir a este médico antes de hacer cualquier otra cosa. En cada una de las consultas de atención preventiva de “niños saludables”, el médico revisará la salud física, el crecimiento y desarrollo, la nutrición, el desarrollo emocional y los problemas de adaptación o desempeño escolar que cada pequeño pudiera tener. Estas consultas también le brindan la

oportunidad de aclarar dudas y aprender qué hacer cuando su hijo o hija se enferme. Establecer una relación con el médico de sus hijos en la que se sienta cómodo preguntándole sus dudas es una de las cosas más valiosas que puede hacer por sus pequeños.

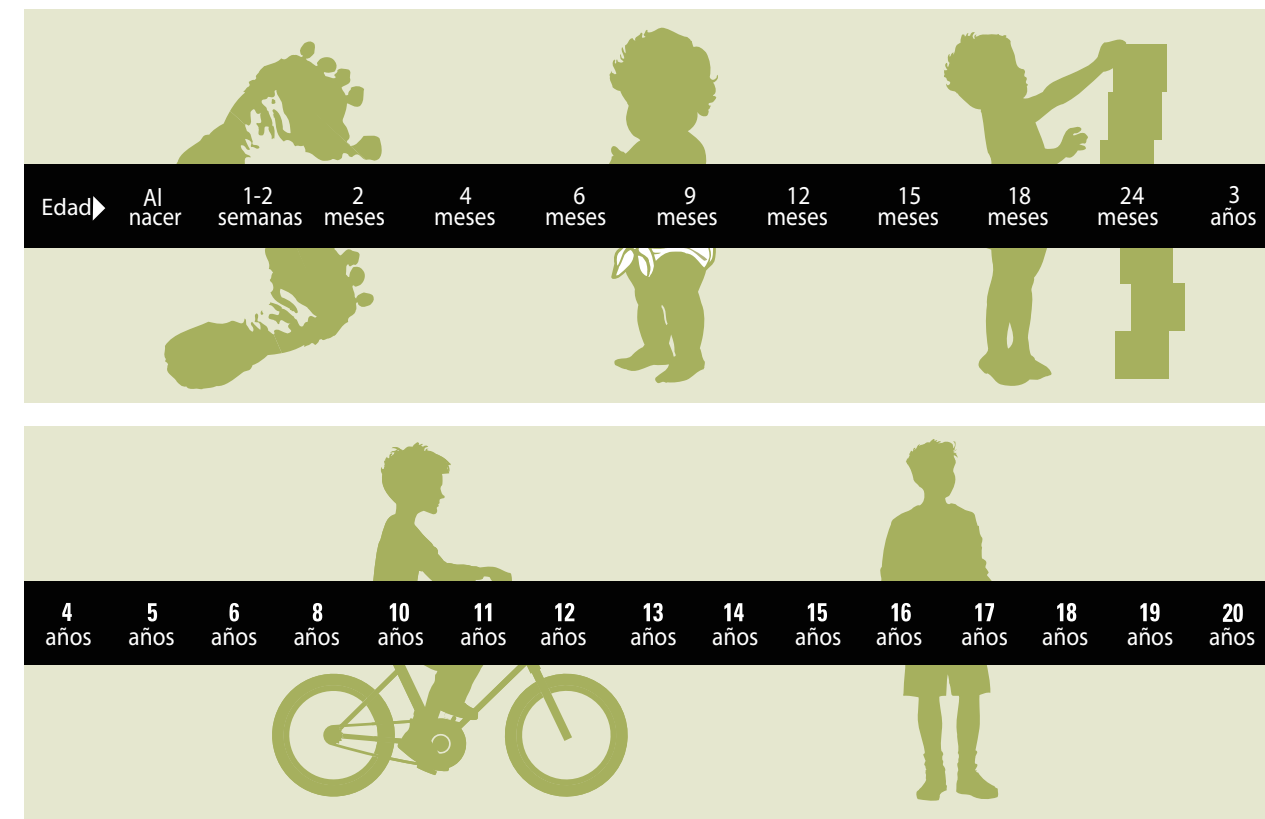


## Por qué son importantes las vacunas

Las vacunas ayudan a proteger a los niños de muchas infecciones que pueden causar graves problemas de salud. Además, las escuelas no los admiten a menos que cumplan con los requisitos de las leyes de vacunación de Texas.

Para que sus hijos gocen de buena salud, asegúrese de vacunarlos oportunamente según lo recomendado. Así usted estará más tranquilo. Por lo general, es en las consultas de rutina de los niños saludables cuando se vacuna a los niños según el programa recomendado. Usted es responsable de asegurarse que sus pequeños estén debidamente vacunados. Guarde la cartilla de vacunación (*immunization record*) en un lugar seguro y llévela a las consultas. Solicite al personal del consultorio que anote en la cartilla de vacunación cada vez que vacunen a sus hijos.

## Edades recomendadas de revisiones de niños saludables



## Consejos de salud para los padres

- ▶ **Hable con sus hijos en forma positiva sobre las visitas al médico para con ello ayudarlos a prepararse.**
- ▶ **No llegue tarde a las citas. Lleve la tarjeta del plan médico y la cartilla de vacunación de su hijo o hija en cuestión. Cuando vaya a llegar tarde o no pueda ir a una cita, llame para cancelarla.**
- ▶ **Pregunte a su médico cuál es el mejor momento en que puede llamar para evitar ir a la sala de emergencia del hospital.**
- ▶ **El personal de enfermería y su médico le pueden ayudar a tomar decisiones inteligentes de si puede obtener atención y consejos adecuados del consultorio y sobre cuándo ir a la sala de emergencia. La mayoría de los problemas no son lo suficientemente graves como para ameritar ir a la sala de emergencia del hospital.**
- ▶ **Es importante que notifique a la escuela si uno de sus pequeños necesita algo en particular relacionado con la salud, como medicinas de venta con receta o alimentación especial.**
- ▶ **Los padres podrían sentirse más seguros si se aseguran que el personal escolar sabrá cómo comunicarse con ellos en caso de emergencia. También es importante que en la escuela tengan la información de contacto de la clínica o el médico de sus hijos.**
- ▶ **Solicite a su proveedor que le recuerde cuando llegue el momento de las revisiones médicas de rutina y anote las fechas para que no se le pasen por alto.**
- ▶ **La atención preventiva dental y de la vista también forma parte de la salud general de sus hijos y goza de la cobertura del plan médico.**