आपके चेक-अप पर क्या होता है?

आपका प्रदाता करेगा:

- एक शारीरिक परीक्षण करेगा
- अपने विकास और विकास की जाँच करेगा
- अपने परिवार के स्वास्थ्य इतिहास के बारे में पूछेगा
- जरूरत पड़ने पर अनुशंसित शॉट्स देगा
- दांतों के स्वास्थ्य के बारे में बात करेगा और जरूरत पड़ने पर आपको फ्लोराइड की खुराक देगा और दंत चिकित्सक को खोजने में मदद करेगा
- अपनी सुनवाई और दृष्टि की जाँच करेगा
- अपने मानसिक स्वास्थ्य और भावनात्मक कल्याण के बारे में पूछेगा, और किसी भी शराब या नशीली दवाओं के उपयोग के बारे में, यह जानने के लिए कि क्या आपको संसाधनों या समर्थन की आवश्यकता है
- यौन स्वास्थ्य, पोषण, सुरक्षा और त्वचा को धूप से बचाने जैसे महत्वपूर्ण स्वास्थ्य विषयों पर चर्चा करेगा

आपका प्रदाता इनकी जांच भी करेगा:

- **अवसाद, चिंता, और आत्महत्या जोखिम**
- **क्षय रोग (टीबी),** यदि जोखिम में है
- **कोलेस्ट्रॉल,** यदि जोखिम में है
- **रक्ताल्पता,** यदि जोखिम हो
- **यौन संचारित संक्रमण (STIs),** यदि जोखिम में हैं
- **अन्य स्वास्थ्य समस्याएं** या आपकी चिंताएं

Hindi (Rev.2027): For teens and young adults age 12 to 21

यदि आपके कोई प्रश्न हैं या अधिक जानना चाहते हैं

आपकी Medi-Cal प्रबंधित देखभाल योजना
फ़ोन नंबर आपके योजना आईडी कार्ड और आपकी योजना की वेबसाइट पर है या www.dhcs.ca.gov/mmchpd पर जाएं

Medi-Cal सदस्य हेल्प लाइन
कॉल **1-800-541-5555** (TDD 1-800-430-7077)
या www.dhcs.ca.gov/myMedi-Cal पर जाएं

Medi-Cal डेंटल
स्माइल, कैलिफ़ोर्निया को **1-800-322-6384**
(TTY 1-800-735-2922) पर कॉल करें या smilecalifornia.org
या www.dhcs.ca.gov/MCP पर जाएं

विशेष मानसिक स्वास्थ्य
1-888-452-8609
एक गंभीर मानसिक स्वास्थ्य स्थिति के लिए सेवाओं के बारे में पूछने के लिए, www.dhcs.ca.gov/CMHP पर अपने काउंटी मानसिक स्वास्थ्य योजना से संपर्क करें

शराब या नशीली दवाओं का उपयोग
डिपार्टमेंट ऑफ हेल्थ केयर सर्विसेज (DHCS) पदार्थ उपयोग संसाधन केंद्र को 24/7 1-800-879-2772 पर कॉल करें
या www.dhcs.ca.gov/SUD-NETRL पर जाएं

संकट समर्थन
आत्महत्या और संकट लाइफलाइन को **988** पर कॉल करें

मानसिक स्वास्थ्य परामर्श/कोचिंग सहायता
को **1-833-317-HOPE** (4673) पर कॉल करें या टेक्सट संदेश भेजें
या www.calhope.org पर जाएं

अपने अधिकार और जिम्मेदारियों जानें
1-888-452-8609 पर कॉल करें

DHCS
www.dhcs.ca.gov/kidsandteens

Medi-Cal for Kids & Teens

21 वर्ष की आयु तक के किशोरों और युवा वयस्कों के लिए निवारक और उपचार सेवाएं

Medi-Cal 21 वर्ष की आयु तक के किशोरों और युवा वयस्कों के लिए सेवाएं प्रदान करता है

यदि आपकी आयु 21 वर्ष से कम है और आप Medi-Cal में नामांकित हैं, तो आप जाँच, सेवाएँ और समर्थन प्राप्त कर सकते हैं, जो आपको स्वस्थ रहने या होने के लिए आवश्यक हैं।

स्वयं को स्वस्थ रखने के लिए वर्ष में एक बार चेक-अप करवाना महत्वपूर्ण है, भले ही आप बीमार न हों। वे स्वास्थ्य समस्याओं को रोक सकते हैं, और उनका पता लगा सकते हैं और उन्हें जल्दी ही संबोधित कर सकते हैं।

यहां तक कि अगर आपने अभी-अभी चेक-अप करवाया है, तो आप किसी भी समय स्वास्थ्य संबंधी चिंताओं के लिए अपने डॉक्टर से अपॉइंटमेंट ले सकते हैं।

अपने दांतों को स्वस्थ रखने के लिए आपको हर 6 महीने में दंत चिकित्सक के पास भी जाना चाहिए।

अपने चेक-अप की योजना बनाएं

अपनी प्रबंधित देखभाल योजना को कॉल करें। या Medi-Cal सदस्य हेल्प लाइन को **1-800-541-5555** (TDD 1-800-430-7077) पर कॉल करें। आप इसमें सहायता प्राप्त कर सकते हैं:

- **डॉक्टर खोजें** या अपॉइंटमेंट सेट करें
- **अपनी नियुक्ति के लिए और से या दवा, चिकित्सा उपकरण, और आपूर्ति लेने के लिए** एक मुफ्त सवारी प्राप्त करें
- अपने अपॉइंटमेंट **पर भाषा सहायता के लिए पूछें**

अगर आपको इस फ़्लायर या अन्य Medi-Cal सामग्री की **वैकल्पिक फ़ॉर्मेट** में ज़रूरत है, जैसे बड़ा फ़ॉन्ट, ऑडियो फ़ॉर्मेट, सीडी या ब्रेल, तो **1-833-284-0040** पर कॉल करें। भाषा सहायता के लिए, Medi-Cal मेंबर हॉटलाइन को **1-800-541-5555** (TDD 1-800-430-7077) पर कॉल करें।

अधिकांश किशोरों और 21 वर्ष की आयु तक के युवा वयस्कों के लिए Medi-Cal सेवाएं <u>नि:शुल्क</u> हैं

आपको आवश्यक सभी देखभाल सेवाएँ मुफत मिलेंगी। हालांकि, यदि Medi-Cal के लिए आपकी पात्रता तय करते समय आप पर खर्च में हिस्सेदारी या प्रीमियम लागू किया गया है, तो उसका भुगतान करना होगा। देखभाल में चेक-अप, शॉट्स, स्वास्थ्य जांच, और शारीरिक, मानसिक, यौन और दंत स्वास्थ्य समस्याओं के उपचार शामिल हैं।

यौन स्वास्थ्य सेवाओं में शामिल हो सकते हैं:

- परिवार नियोजन परामर्श और शिक्षा
- जन्म नियंत्रण और आपातकालीन गर्भ निरोधक
- गर्भपात सेवाएं
- STI परीक्षण और उपचार
- HIV परीक्षण
- लिंग-पुष्टि देखभाल

व्यवहारिक स्वास्थ्य सेवाओं में शामिल हो सकते हैं:

- व्यक्तिगत, समूह और पारिवारिक चिकित्सा
- संकट परामर्श
- केस प्रबंधन
- मानसिक स्वास्थ्य स्थितियों के लिए दवा
- अवसाद और चिंता स्क्रीनिंग
- नशीली दवाओं और शराब उपचार सेवाएं

बच्चों और किशोरों के लिए Medi-Cal स्वास्थ्य समस्याओं के प्रबंधन और उपचार के लिए सेवाएं शामिल करता है

यदि किसी डॉक्टर को कोई शारीरिक, मानसिक, यौन, या दंत स्वास्थ्य संबंधी चिंता का पता चलता है जिसे उपचार या प्रबंधन की आवश्यकता है, तो Medi-Cal को आवश्यक देखभाल प्रदान करनी चाहिए और उसे कवर करना चाहिए।*

बच्चों और किशोरों के लिए Medi-Cal द्वारा कवर की जाने वाली देखभाल:

- प्राथमिक देखभाल और विशेषज्ञ के दौरे सहित शारीरिक स्वास्थ्य सेवाएं
- चिकित्सा सहित मानसिक स्वास्थ्य और नशीली दवाओं या शराब की लत सेवाएं
- डेंटल चिकित्सा जांच और अनुवर्ती सेवाएं
- चश्मे सहित दृष्टि सेवाएं
- श्रवण सेवाएं
- COVID-19 परीक्षण और उपचार
- टिकाऊ चिकित्सा उपकरण सहित चिकित्सा उपकरण और आपूर्ति
- दवाई
- लैब परीक्षण, STI परीक्षण सहित, और कोई भी आवश्यक अनुवर्ती देखभाल
- यौन और प्रजनन स्वास्थ्य सेवाएं
- शारीरिक, व्यावसायिक और बोली चिकित्सा
- गर्भावस्था की जांच
- नर्सिंग देखभाल सहित गृह स्वास्थ्य सेवाएं
- अस्पताल और आवासीय उपचार
- अन्य सभी आवश्यक सेवाएँ, जैसा कि आपका प्रदाता निर्धारित करता है

*कुछ सदस्य केवल आपातकालीन दंत चिकित्सा सेवाओं के लिए ही पात्र हो सकते हैं।