

## PRZEGLĄD FAKTÓW ZDROWOTNYCH

Jak pomóc dzieciom zdrowo rosnąć

# Dzieci nie rodzą się z dołączoną instrukcją obsługi.



## Chcemy zapewnić coś w zamian.

Od czasu, gdy zmienia się im pieluchy do momentu, kiedy gotowe są usiąść za kierownicą samochodu, dzieci liczą na ciebie, jeśli chodzi o zapewnienie potrzebnej im opieki zdrowotnej. Oto kilka wskazówek, jak zapewnić swoim dzieciom dobry start i utrzymać je na drodze do dobrego zdrowia.

### SZCZEPIENIA (zastrzyki)

Odpowiednie szczepienia to najbezpieczniejszy i najskuteczniejszy sposób ochrony twojego dziecka przed groźnymi chorobami wieku dziecięcego.

Od urodzenia do 1 roku

- Zapalenie wątroby typu B: 1. i 2. szczepionka
- Błonica, tężec i krztusiec (DTaP): 1., 2. i 3. szczepionka
- Haemophilus-b (Hib): 1., 2. i 3. szczepionka
- Polio: 1. i 2. szczepionka
- Skoniugowana szczepionka pneumokokowa: 1., 2. i 3. szczepionka
- Szczepionka przeciw grypie 1. i 2. szczepionka
- Szczepionka przeciw rotawirusom: 1., 2. i 3. Szczepionka doustna

1-2 lata

- Zapalenie wątroby typu A: 1. i 2. szczepionka
- Zapalenie wątroby typu B: 3. szczepionka
- Błonica, tężec i krztusiec (DTaP): 4. szczepionka
- Haemophilus-b (Hib): 3. lub 4. szczepionka
- Polio: 3. szczepionka
- Skoniugowana szczepionka pneumokokowa: 4. szczepionka
- Odra, świnka i różyczka (MMR) 1. szczepionka
- Ospa wietrzna (Varicella) 1. szczepionka
- Szczepionka przeciw grypie każdego roku

3-6 lat

- Błonica, tężec i krztusiec (DTaP): 5. szczepionka
- Polio: 4. szczepionka
- Odra, świnka i różyczka (MMR) 2. szczepionka
- Ospa wietrzna (Varicella) 2. szczepionka
- Szczepionka przeciw grypie każdego roku

11-18 lat

- Szczepionka przeciwko meningokokom (MCV4): 1. szczepionka
- Błonica, tężec i krztusiec (Tdap)
- Szczepionka przeciw wirusowi brodawczaka ludzkiego
- (HPV) dla chłopców i dziewcząt: 1., 2. i 3. szczepionka
- Szczepionka przeciw grypie każdego roku

**\*Uwaga: Niektóre dzieci wymagają innych szczepionek. Proszę zapytać lekarza, jakich szczepionek potrzebuje dziecko.**

### WIZYTY U DENTYSTY

Specjaliści zalecają, aby dziecko miało pierwszą wizytę u dentysty przed ukończeniem pierwszego roku życia. W miarę rozwoju dziecka takie regularne wizyty kontrolne powinny odbywać się co sześć miesięcy.

### WIZYTY ZDROWEGO DZIECKA

Regularne wizyty kontrolne umożliwiają lekarzowi obserwowanie zdrowia dziecka i pomagają zapobiec problemom w przyszłości.

Oprócz sprawdzenia wzrostu, wagi i ciśnienia krwi, wizyty profilaktyczne mogą również obejmować:

- Wszechstronny wywiad na temat zdrowia i rozwoju
- Ocenę rozwoju fizycznego i psychicznego
- Wszechstronne oględziny lekarskie
- Pomiar poziomu ołowiu
- Oświatę zdrowotną i wskazówki profilaktyczne
- Testy laboratoryjne lub inne badania diagnostyczne, np. na gruźlicę
- Badanie wzroku, słuchu i kontrola stomatologiczna
- Ocenę odżywiania

### WIZYTY PROFILAKTYCZNE DZIECI (WELL-CHILD)

Do 1 tygodnia • 1 miesiąc • 2 miesiące • 4 miesiące • 6 miesięcy  
9 miesięcy • 12 miesięcy • 15 miesięcy • 18 miesięcy • 24 miesięcy\*

\*Po 24 miesiącach, dziecko powinno mieć wizytę kontrolną raz w roku.

### Czy Twoja rodzina ma ubezpieczenie zdrowotne?

Jeżeli ktoś z twojej rodziny nie ma ubezpieczenia zdrowotnego, zadzwoń do NJ FamilyCare lub odwiedź naszą witrynę internetową. Pomożemy ci zorientować się, czy kwalifikujesz się do bezpłatnego lub taniego ubezpieczenia zdrowotnego.

### POMIAR POZIOMU OŁOWIU

Niewielkie ilości ołowiu w organizmie dziecka mogą być przyczyną problemów z zachowaniem, uczeniem się oraz zaburzeń mowy. Badanie krwi jest jedynym sposobem sprawdzenia, czy poziom ołowiu we krwi dziecka nie przekracza dopuszczalnych norm.

Dziecko powinno przejść takie badania w wieku:

- 12 miesięcy
- 24 miesięcy
- Każde dziecko przed ukończeniem 6 roku życia, jeżeli nigdy wcześniej nie sprawdzano poziomu ołowiu we krwi dziecka.



# NJ FAMILYCARE

Affordable health coverage. Quality care.

**1-800-701-0710**

(dostępni wielojęzyczni operatorzy)

**TTY 1-800-701-0720**

(dla osób z wadami słuchu)

**www.njfamilycare.org**