

آیا نگران رشد کودک تان هستید؟

# چگونه برای کودک خود کمک بگیرید



Help Me Grow LA

اگر نگران رشد کودک تان هستید (چگونه کودک تان بازی می‌کند، یاد می‌گیرد، صحبت می‌کند، عمل می‌کند یا حرکت می‌کند)، صحبت با پزشک اولین قدم برای کمک گرفتن برای کودک تان است. **منتظر نمانید. اقدام زود هنگام می‌تواند تفاوت واقعی ایجاد کند!**

## شما بهترین شناخت را از کودک خود دارید

اگر پزشک کودک تان به شما گفته است که «صبر کنید و ببینید»، اما از این توصیه ناراحت هستید:

با دیگران (پزشک، معلم، ارائه دهنده دیگر) صحبت کنید تا نظر دوم بگیرید

و

برای ارزیابی رایگان تماس بگیرید تا دریابید که آیا کودک شما می‌تواند خدمات رایگان یا کم هزینه ای را که می‌تواند کمک کند، دریافت کند.

اگر کودک شما زیر 3 سال سن دارد: با برنامه مداخله Early Start ایالت خود تماس بگیرید. شماره تلفن را در اینجا پیدا کنید [www.cdc.gov/FindEI](http://www.cdc.gov/FindEI)

اگر کودک شما 3 سال یا بیشتر سن دارد: با مدرسه ابتدایی دولتی محلی تماس بگیرید.

برای ارزیابی کودک تان برای دریافت خدمات نیازی به ارجاع پزشک ندارید.

منتظر نمانید.

اقدام زود هنگام می‌تواند تفاوت واقعی ایجاد کند!

## 1 با پزشک کودک تان قرار ملاقات بگذارید

- ♦ هنگامی که قرار ملاقات را تعیین می‌کنید، به کارکنان پزشک بگویید که در مورد رشد کودک تان نگرانی‌هایی دارید که می‌خواهید با پزشک در میان بگذارید.

## 2 فهرست بازبینی شاخص رشد را تکمیل کنید

- ♦ قبل از قرار ملاقات، با دانلود [کاربرد \(آب\) رایگان تلفن همراه Milestone Tracker \(ردیاب نقطه عطف\) CDC](#)، موجود در فروشگاه کاربرد (آب) یا گوگل، یک فهرست بازبینی نقطه عطف را تکمیل کنید.
- ♦ پرسش‌ها و نگرانی‌های خود را بنویسید؛ اینها را با خود به وقت ملاقات با پزشک ببرید.

## 3 در زمان ملاقات با پزشک

- ♦ **فهرست بازبینی شاخص رشد تکمیل شده را به پزشک نشان دهید**
  - < اگر کودک شما نقاط شاخص رشد را از دست داده است، آنها را نشان کنید و هر نگرانی دیگری را که دارید در میان بگذارید.
  - < اگر کودک تان نقاط شاخص رشد را از دست نداده است اما شما همچنان نگرانی دارید، در مورد آنها به پزشک بگویید.
- ♦ **از پزشک بخواهید که غربالگری رشد کودک تان را انجام دهد**
  - < هر زمان که نگرانی وجود داشته باشد، غربالگری رشد توصیه می‌شود. این به پزشک اطلاعات بیشتری می‌دهد تا دریابد چگونه به بهترین وجه به کودک شما کمک کند.
  - < برای اطلاعات بیشتر در مورد غربالگری رشدی، به [www.cdc.gov/DevScreening](http://www.cdc.gov/DevScreening) مراجعه کنید.
- ♦ **از پزشک بپرسید که آیا کودک تان به ارزیابی رشدی بیشتر نیاز دارد**
  - < اگر کودک تان نیاز دارد، درخواست ارجاع کنید و فوراً تماس بگیرید. اگر در گرفتن قرار ملاقات مشکل دارید، به پزشک اطلاع دهید.

## 4 مطمئن شوید آنچه که پزشک می‌گوید و در مرحله بعدی چه بکنید، را متوجه می‌شوید

- ♦ قبل از اینکه قرار ملاقات را ترک کنید، یادداشت‌هایی را که نوشته‌اید بررسی کنید و مطمئن شوید که به تمام سوالات شما پاسخ داده شده است.
- ♦ اگر مطلبی را متوجه نمی‌شوید، از پزشک بخواهید که آن را دوباره یا به روش دیگری توضیح دهد.
- ♦ وقتی به خانه می‌رسید، یادداشت‌های خود را مرور کنید و مراحل را که پزشک به شما داده است دنبال کنید. به یاد داشته باشید، اگر سوالی دارید، همیشه می‌توانید با مطب پزشک تماس بگیرید.

ارتباط برقرار کنید: برای کسب اطلاعات بیشتر با 833.903.3972 تماس بگیرید، از [HelpMeGrowLA.org](http://HelpMeGrowLA.org) بازدید کنید یا از پزشکتان بپرسید.

