



Well-Care Visits: *What to Expect*



What can the doctor evaluate during a well-care visit?

- Health history
- Physical exam
- Height, weight, and blood pressure
- Vision and hearing
- Physical and mental development
- Eating habits
- Behavioral and mental health
- Immunizations (shots to prevent diseases)
- Health education
- Lead exposure screening (under 6 years)
- Dental fluoride varnish (under 6 years can be done up to three times a year at the doctor's office)
- Substance use and tobacco/vape screening (ages 11-21)
- Sexual history (starting at age 12)

How often should well-care visits be scheduled?

Once a child turns 3, well-care visits should be scheduled **every year** up to the age of 21.

Do you need help scheduling a well-care visit?

Call GCHP's Health Education Department at **1-805-437-5718**, Monday through Friday, from 8 a.m. to 5 p.m. (except holidays).

What can you talk to your child's doctor about?

You might have questions about parenting, eating habits, mental health issues, or stress at home. The doctor is there to listen and help. If you or your child have any questions, this is the time to ask. Your child's doctor can provide guidance and helpful resources.

Do I have to pay for well-care visits?

No. Well-care visits are a covered benefit for Gold Coast Health Plan (GCHP) members.

What can I do if I need care after hours?

Call GCHP's 24-Hour Advice Nurse Line at **1-805-437-5001** or **1-877-431-1700** (toll-free). If you use a TTY, call **711**. You can talk to a registered nurse in your preferred language when you or a family member have medical questions.



Visitas rutinarias médicas: *Qué esperar*



¿Qué puede evaluar el médico durante una consulta de rutina?

- Historial de salud
- Examen físico
- Estatura, peso y presión arterial
- Visión y audición
- Desarrollo físico y mental
- Hábitos alimenticios
- Comportamiento y salud mental
- Inmunizaciones (inyecciones de vacunas para prevenir enfermedades)
- Educación de salud
- Prueba de detección de exposición al plomo (menores de 6 años)
- El barniz de fluoruro dental (menores de 6 años, se puede realizar hasta tres veces al año en el consultorio médico)
- Prueba de detección de uso de sustancias y tabaco/vape (de 11 a 21 años)
- Historial sexual (a partir de los 12 años)

¿Con qué frecuencia se deben programar las consultas de rutina?

A partir de que un niño cumple los 3 años de edad, las consultas de rutina se deben programar **cada año** hasta la edad de 21 años.

¿Necesita ayuda para programar una visita de bienestar?

Llame al Departamento de Educación para la Salud de GCHP al **1-805-437-5718**, de lunes a viernes de 8 a.m. a 5 p.m. (excepto días festivos).

¿Sobre qué puede hablar usted con el médico de su hijo?

Es posible que usted tenga preguntas sobre la crianza de sus hijos, hábitos alimenticios, problemas de salud mental o estrés en casa. El médico está ahí para escucharlo y darle ayuda. Si usted o su hijo tienen alguna pregunta, éste es el momento de preguntar. El médico de su hijo puede proporcionarle orientación y recursos que puedan ser útiles.

¿Tengo que pagar por las consultas de rutina?

No. Las consultas de rutina son un beneficio cubierto para los miembros de Gold Coast Health Plan (GCHP).

¿Qué puedo hacer si necesito atención después del horario de consulta?

Llame a la Línea de asesoramiento de enfermeras las 24 horas de GCHP al **1-805-437-5001** o al **1-877-431-1700** (llamada gratuita). Si utiliza un TTY, llame al **711**. Puede hablar con una enfermera profesional en el idioma que prefiera cuando usted o un miembro de su familia tengan preguntas médicas.

Para otras preguntas, llame a Servicios para Miembros al **1-888-301-1228**, de lunes a viernes de 8 a.m. a 5 p.m. (excepto días festivos). Si usa un TTY, llame al **711**. Los miembros también pueden visitar el sitio web de GCHP en www.goldcoasthealthplan.org.