ਨਵਜਾਤ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸੁਣਨ ਸ਼ਕਤੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਦਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

ਕੈਲੀਫ਼ੋਰਨੀਆ ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਔਫ਼ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ (DHCS), ਚਿਲਡਰਨ ਮੈਡੀਕਲ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ (CMS) ਨੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸੁਣਨ ਸ਼ਕਤੀ ਦੀ ਘਾਟ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਰਾਜ ਵਿਆਪੀ ਵਿਆਪਕ ਨਵਜਾਤ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸੁਣਨ ਸ਼ਕਤੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਦਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (NHSP) ਲਾਗੂ ਕੀਤਾ ਹੈ। NHSP ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸੰਚਾਰ ਹੁਨਰ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਢੁਕਵੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵੱਲ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਕੈਲੀਫ਼ੋਰਨੀਆ ਦੇ ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਜੰਮੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ NHSP ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਲਈ DHCS ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸੁਣਨ ਸ਼ਕਤੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਉਣ ਦਾ ਮੌਕਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਜਿਹੜੇ ਬੱਚੇ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਪਾਸ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਛੁੱਟੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਾਧੂ ਜਾਂਚ ਲਈ ਭੇਜਿਆ ਜਾਵੇਗਾ।

DHCS, ਸੁਣਨ ਸ਼ਕਤੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਦਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ, ਗੁਣਵੱਤਾ 'ਤੇ ਭਰੋਸਾ ਸੰਬੰਧੀ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਕਰਨ, ਅਤੇ ਵਾਧੂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨ ਲਈ ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਹਿਯਰਿੰਗ ਤਾਲਮੇਲ ਕੇਂਦਰਾਂ ਨਾਲ ਸਮਝੌਤਾ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਅਸੀਂ ਸੁਣਨ ਸ਼ਕਤੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਿਵੇਂ ਕਰਦੇ ਹਾਂ?

ਨਵਜੰਮੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸੁਣਨ ਸ਼ਕਤੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਮਾਂ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਹਸਪਤਾਲ ਛੱਡਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਸੌਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਸਿਰਫ਼ ਕੁਝ ਮਿੰਟਾਂ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬਣਾਏ ਗਏ ਈਅਰਫੋਨ ਰਾਹੀਂ ਨਰਮ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਸੁਣਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਪ੍ਰਤੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਆਪਣੇ ਆਪ ਹੀ ਓਟੋਆਕੌਸਟਿਕ ਐਮੀਸ਼ਨ (OAE) ਜਾਂ ਆਡੀਟਰੀ ਬ੍ਰੇਨਸਟੈਮ ਰਿਸਪਾਂਸ (ABR) ਦੁਆਰਾ ਮਾਪੀ ਜਾਵੇਗੀ।

ਅੱਜ ਦੇ ਜ਼ਮਾਨੇ ਦੇ ਨਵੀਨਤਮ ਆਸਾਨ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਬਹੁਤ ਭਰੋਸੇਮੰਦ ਹਨ। ਸੁਣਨ ਸ਼ਕਤੀ ਦੀ ਘਾਟ ਵਾਲੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਸ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੀ ਖੁੰਝਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ।

ਸੁਣਨ ਸ਼ਕਤੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਲਈ ਕੌਣ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ?

ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਨਵਜਾਤ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸੁਣਨ ਸ਼ਕਤੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਦੀ ਲਾਗਤ ਨੂੰ ਬੀਮਾ ਕਵਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਯੋਗ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਦਾ ਖਰਚਾ Medi-Cal ਵੱਲੋਂ ਅਦਾ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਕਿੰਨੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁਣਨ ਸ਼ਕਤੀ ਦੀ ਘਾਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?

1,000 ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਲਗਭਗ 2-4 ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸੁਣਨ ਸ਼ਕਤੀ ਦੀ ਗੰਭੀਰ ਕਮੀ ਪਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸੁਣਨ ਸ਼ਕਤੀ ਦੀ ਘਾਟ ਵਾਲੇ ਲਗਭਗ 50% ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਜਾਣੇ-ਪਛਾਣੇ ਲੱਛਣ ਜਾਂ ਜੋਖ਼ਮ ਕਾਰਕ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਜਾਂ ਬੋਲ਼ੇਪਣ ਦਾ ਪਰਿਵਾਰਕ ਇਤਿਹਾਸ। ਕੁਝ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਕੰਨਾਂ ਦੀ ਲਾਗ, ਮੈਨਿਨਜਾਈਟਿਸ, ਸਿਰ ਦੀ ਸੱਟ ਜਾਂ ਹੋਰ ਮੈਡੀਕਲ ਸਥਿਤੀਆਂ ਕਾਰਨ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਸੁਣਨ ਸ਼ਕਤੀ ਦੀ ਘਾਟ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਕਈ ਵਾਰ ਬੱਚੇ ਆਪਣੀ ਸੁਣਨ ਸ਼ਕਤੀ ਗੁਆ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਇਸਦਾ ਕਾਰਨ ਕਦੇ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦਾ।

ਬੱਚੇ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਿਉਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ?

ਸੁਣਨ ਸ਼ਕਤੀ ਦਾ ਨੁਕਸਾਨ ਅਦਿੱਖ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹੁਣ, ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਬੱਚੇ ਦੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਸੁਣਨ ਸ਼ਕਤੀ ਦੀ ਘਾਟ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣਾ ਸੰਭਵ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ।

ਬੱਚੇ ਦੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਮਹੀਨੇ ਅਤੇ ਸਾਲ ਸੰਚਾਰ ਹੁਨਰ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜਿਸ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸੁਣਨ ਸ਼ਕਤੀ ਦੀ ਘਾਟ ਜਾਂ ਬੋਲ਼ਾਪਣ ਹੈ, ਉਸਨੂੰ ਆਮ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਹੁਨਰ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਉਹ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਚੰਗਾ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ। ਇਸ ਲਈ ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚੇ ਵਿੱਚ ਇਸ ਘਾਟ ਦੀ ਜਲਦੀ ਪਛਾਣ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣ।

ਅਮੈਰੀਕਨ ਅਕੈਡਮੀ ਔਫ਼ ਪੀਡੀਆਟ੍ਰਿਕਸ ਅਤੇ ਹੋਰ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਸਾਰੇ ਨਵਜਾਤ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਸੁਣਨ ਸ਼ਕਤੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਦੀ ਸਿਫ਼ਾਰਿਸ਼ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਸਾਲਾਂ ਦੌਰਾਨ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸੁਣਨ ਸ਼ਕਤੀ ਦੀ ਨੇੜਿਓਂ ਨਿਗਰਾਨੀ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਉਮਰ ਅਨੁਸਾਰ ਸੁਣਨ ਅਤੇ ਬੋਲਣ ਦੇ ਪੜਾਅ

ਉਮਰ	ਸੁਣਨ ਅਤੇ ਬੋਲਣ ਦੇ ਪੜਾਅ
ਜਨਮ ਤੋਂ 3 ਮਹੀਨੇ ਤੱਕ	» ਜਾਣੀਆਂ-ਪਛਾਣੀਆਂ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਜਾਂ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਚੁੱਪ » ਉੱਚੀਆਂ ਆਵਾਜ਼ਾਂ 'ਤੇ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਬੱਚਾ ਡਰਦਾ ਹੈ, ਝਪਕਦਾ ਹੈ, ਚੂਸਣਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਰੋਂਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਜਾਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। » ਜਾਗਣ 'ਤੇ ਨਰਮ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਕੱਢਦਾ ਹੈ, ਬੱਚਾ ਗੁੜਗੁੜਾਉਂਦਾ ਹੈ
3 ਤੋਂ 6 ਮਹੀਨੇ	» ਅੱਖਾਂ ਜਾਂ ਸਿਰ ਨੂੰ ਆਵਾਜ਼ਾਂ, ਧੁਨੀਆਂ, ਸ਼ੋਰ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਖਿਡੌਣਿਆਂ, ਕੁੱਤੇ ਦੇ ਭੌਂਕਣ ਵੱਲ ਮੋੜਦਾ ਹੈ » "ਗਾ", "ਓਹ", "ਬਾ" ਅਤੇ ਪ, ਬ, ਮ ਵਰਗੀਆਂ ਧੁਨੀਆਂ ਕੱਢਣੀਆਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ » ਤੁਹਾਡੀ ਆਵਾਜ਼ ਦੇ ਲਹਿਜੇ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ 'ਤੇ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਕਰਦਾ ਹੈ
6 ਤੋਂ 9 ਮਹੀਨੇ	» ਆਪਣਾ ਨਾਮ ਪੁਕਾਰੇ ਜਾਣ 'ਤੇ ਜਵਾਬ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਬੁਲਾਏ ਜਾਣ 'ਤੇ ਦੇਖਦਾ ਹੈ » ਸਧਾਰਨ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਦਾ ਹੈ, "ਨਹੀਂ," "ਬਾਏ-ਬਾਏ," "ਜੂਸ" » ਬੱਬਲ, "ਦਾ ਦਾ ਦਾ," "ਮਾ ਮਾ ਮਾ," "ਬਾ ਬਾ ਬਾ"

ਉਮਰ	ਸੁਣਨ ਅਤੇ ਬੋਲਣ ਦੇ ਪੜਾਅ
9 ਤੋਂ 12 ਮਹੀਨੇ	» ਨਰਮ ਜਾਂ ਉੱਚੀਆਂ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਦੋਵਾਂ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦਿੰਦਾ ਹੈ » ਇੱਕਲੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨੂੰ ਦੁਹਰਾਉਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੀਆਂ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਦੀ ਨਕਲ ਕਰਦਾ ਹੈ » ਪੁੱਛੇ ਜਾਣ 'ਤੇ ਮਨਪਸੰਦ ਖਿਡੌਣਿਆਂ ਜਾਂ ਭੋਜਨ ਵੱਲ ਇਸ਼ਾਰਾ ਕਰਦਾ ਹੈ
12 ਤੋਂ 18 ਮਹੀਨੇ	» 10 ਜਾਂ ਵੱਧ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ ਹੈ » ਸਰਲ ਬੋਲੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਦਾ ਹੈ, "ਬਾਲ ਲੈ ਕੇ ਆਓ" » ਪੁੱਛੇ ਜਾਣ 'ਤੇ ਲੋਕਾਂ, ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗਾਂ ਜਾਂ ਖਿਡੌਣਿਆਂ ਵੱਲ ਇਸ਼ਾਰਾ ਕਰਦਾ ਹੈ » ਸੰਗੀਤ 'ਤੇ ਛਾਲਾਂ ਮਾਰਦਾ ਹੈ
18 ਤੋਂ 24 ਮਹੀਨੇ	» 20 ਜਾਂ ਵੱਧ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ ਹੈ » 2 ਜਾਂ ਵੱਧ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨੂੰ ਜੋੜਦਾ ਹੈ, "ਹੋਰ ਜੂਸ," "ਉਹ ਕੀ ਹੈ?" » ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਕਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਵਿਅੰਜਨ ਧੁਨੀਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ ਹੈ, b, g, m » ਸਾਧਾਰਨ ਕਹਾਣੀਆਂ ਅਤੇ ਗਾਣੇ ਸੁਣਦਾ ਹੈ
2 ਤੋਂ 3 ਸਾਲ	» 2-3 ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਾਲੇ ਵਾਕਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ ਹੈ। » 2 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ, ਲੋਕ ਕੁਝ ਸਮਾਂ (25%-50%) ਬੱਚਾ ਕੀ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਸਮਝ ਸਕਦੇ ਹਨ » 3 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ, ਲੋਕ ਸਮਝ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਬੱਚਾ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਸਮਾਂ ਕੀ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ (50%-75%) » ਦੋ-ਕਦਦ ਵਾਲੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਦਾ ਹੈ, "ਗੇਂਦ ਚੁੱਕੋ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਮੇਜ਼ 'ਤੇ ਰੱਖੋ"

ਸੁਣਨ ਸ਼ਕਤੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਿਸੇ ਵੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਕੈਲੀਫ਼ੋਰਨੀਆ ਦੇ ਨਵਜਾਤ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸੁਣਨ ਸ਼ਕਤੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਾ ਟੀਚਾ ਛੇ ਮਹੀਨੇ ਦੀ ਉਮਰ ਤੱਕ ਸੁਣਨ ਸ਼ਕਤੀ ਦੀ ਘਾਟ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨਾਲ ਜੋੜਨਾ ਹੈ। ਇਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਹਿਯਰਿੰਗ ਤਾਲਮੇਲ ਕੇਂਦਰ ਹਨ ਜੋ ਪਰਿਵਾਰਾਂ, ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਜੋ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮਿਲ ਸਕਣ।

ਨਵਜਾਤ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸੁਣਨ ਸ਼ਕਤੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਦਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕੋਡ ਦੇ ਸੈਕਸ਼ਨ 124119 ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸੁਣਨ ਸ਼ਕਤੀ ਦੀ ਜਾਂਚਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਇਕੱਠੀ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਹਿਯਰਿੰਗ ਤਾਲਮੇਲ ਕੇਂਦਰ ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਸੰਭਵ ਹੈ ਕਿ ਹਿਯਰਿੰਗ ਤਾਲਮੇਲ ਕੇਂਦਰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਫਾਲੋ-ਅੱਪ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ:

» ਟੋਲ ਫ੍ਰੀ 1-877-388-5301 'ਤੇ ਕਾੱਲ ਕਰੋ ਜਾਂ ਸਾਡੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ www.dhcs.ca.gov/services/nhsp'ਤੇ ਜਾਓ।

(Punjabi)