Baby + Me

MAGING MALUSOG

HealthPlan OF SAN MATEO
Healthy is for everyone

SUBAYBAYAN ANG MGA WELLVISIT AT MILESTONE NG INYONG BABY

Ang mga regular na well visit sa tagabigay ng serbisyo sa pangunahing pangangalaga (primary care provider o PCP) ng inyong baby ay pagkakataon ninyong makakuha ng ekspertong payong pangkalusugan para sa lahat ng yugto ng kanyang paglaki. Subaybayan kung kailan ang susunod na well-visit ng inyong baby sa kanyang PCP.

Ang mga well visit ng baby sa loob ng unang 3 taon — tiyaking pupuntahan ninyo ang bawat pagbisita!

1 buwan	2 buwan	4 buwan	6 buwan	9 buwan	1 taon (12 buwan)	15 buwan	1 ½ taon (18 buwan)	2 taon (24 buwan)	2 ½ taon (30 buwan)	3 taon (36 buwan)
☐ Nakapunta sa Pagbisita	☐ Nakapunta sa Pagbisita	☐ Nakapunta sa Pagbisita	☐ Nakapunta sa Pagbisita	☐ Nakapunta sa Pagbisita	☐ Nakapunta sa Pagbisita	☐ Nakapunta sa Pagbisita	☐ Nakapunta sa Pagbisita	☐ Nakapunta sa Pagbisita	☐ Nakapunta sa Pagbisita	☐ Nakapunta sa Pagbisita
Petsa	Petsa	Petsa	Petsa	Petsa	Petsa	Petsa	Petsa	Petsa	Petsa	Petsa

Subaybayan at markahan ang mga milestone ng inyong baby mula sa kapanganakan hanggang 3 taon!

2 buwan	4 buwan	6 buwan	9 buwan	1 taon (12 buwan)	15 buwan	1 ½ taon (18 buwan)	2 taon (24 buwan)	2 ½ taon (30 buwan)	3 taon (36 buwan)
Ngumingiti kapag kinakausap o nginingitian siya	Gumagawa ng tunog kapag kinakausap mo siya	Isinusubo ang mga bagay-bagay para tuklasin ang mga ito	Nakakaupo nang hindi hinahawakan	Hinahanap ang mga bagay na nakita niyang itinago mo (laruan sa ilalim ng kumot)	Ginagamit ang mga daliri para sumubo ng pagkain	Sinusubukang magsalita ng tatlo o higit pang salita bukod sa “mama” o “dada”	Itinuturo ang mga bagay sa libro kapag tinanong sa kanya, gaya ng “nasaan ang bear?”	Tinatabihan ang ibang bata kapag naglalaro, o minsan ay nakikipaglaro sa ibang bata	Nakakaguhit ng bilog kapag ipinakita mo sa kanya kung paano
☐ Nagawa ni baby!	☐ Nagawa ni baby!	☐ Nagawa ni baby!	☐ Nagawa ni baby!	☐ Nagawa ni baby!	☐ Nagawa ni baby!	☐ Nagawa ni baby!	☐ Nagawa ni baby!	☐ Nagawa ni baby!	☐ Nagawa ni baby!
Petsa	Petsa	Petsa	Petsa	Petsa	Petsa	Petsa	Petsa	Petsa	Petsa

SURIIN ANG PAGLAKI NG INYONG BABY

Ang mga milestone sa paglaki ng inyong baby (tulad ng pagngiti sa unang pagkakataon o ang mga una niyang hakbang) ay mahahalagang sandali ng kanyang buhay. Ang mga ito ay nagbibigay ng mahahalagang palatandaan sa kung paano lumalaki ang inyong anak. Sa bawat well-visit ng inyong baby, kausapin ang tagabigay ng serbisyo sa pangunahing pangangalaga (primary care provider o PCP) ng inyong baby tungkol sa mga milestone at kung mayroon kayong anumang tanong o alalahanin.

Sa likod na pahina, mayroong ilang milestone na maaari ninyong subaybayan para sa inyong baby simula 2 buwang gulang. Ang Mga Sentro para sa Pagkontrol at Pag-iwas sa mga Sakit (Centers for Disease Control and Prevention o CDC) ay may mga tool para tulungan kayong subaybayan ang lahat ng milestone ng inyong anak, kabilang ang mga sumusunod:

- Maaari ninyong i-download at gamitin nang libre ang Milestone Tracker app: **www.cdc.gov/milestonetracker**.
- Mga printable na tagasubaybay ng milestone sa iba't ibang wika: **www.cdc.gov/ncbddd/actearly/milestones/index.html**.