Concerned about Your Child's Development?

How to Talk with the Doctor

for San Luis Obispo County Parents

A first step toward getting help for your child when you are concerned about his or her development (how your child plays, learns, speaks, acts, and moves) is to talk with your child's doctor.

Here are some tips for talking with your child's doctor:

1 Prepare for your visit.

- When you make the appointment, tell the doctor's staff you have concerns about your child's development that you want to discuss.
- Write down your questions, concerns, and some examples; take these to the appointment.
- Fill out a milestones checklist for your child's age from **www.cdc.gov/Milestones** and take it with you to share with the doctor.
- Have other adults who know your child well fill out a milestone checklist, too.
- If you can, take another adult with you to play with your child so you can better focus on what the doctor says.

2 Ask all of your questions during the visit; you know your child best and your concerns are important!

- Tell the doctor you have concerns at the start of the visit and share the milestones checklist and any questions you might have written down.
- If the doctor seems to be in a hurry, ask if you should schedule another visit.
- Ask about your child's most recent developmental screening results. If a screening has not been done, ask for one. For information about developmental screening, go to **www.cdc.gov/DevScreening**.
- Take notes to help you remember what the doctor says and what to do next.

3 Make sure you understand what the doctor says and what to do next.

- Before you leave, make sure all of your questions have been answered.
- If you do not understand something, ask the doctor to explain it again or in a different way.
- Review your notes and ask the doctor, nurse or office staff for any information you will need to do what the doctor has told you. For example, "What is the phone number for my local early intervention program?"
- When you get home, review your notes and call the doctor's office if you have any questions.
- Take the steps the doctor has told you and remember to follow up with the doctor about how it went.

You Know Your Child Best

Remember, acting early on concerns is the best way to help your child.

If your doctor has told you to "wait and see," but you feel uneasy about that advice:

Talk with another doctor to get a second opinion

AND

Find out if your child qualifies for services that might help his or her development.

You do not need a doctor's referral to have your child evaluated for services.

If your child is under 3 years old, contact the Early Start program at Tri-Counties Regional Center, (805) 543-2833, or (805) 461-7502 in North County.

If your child is 3 years or older, contact your local elementary school and ask to speak with someone who can help you determine if your child needs to be evaluated — even if your child does not go to that school. If you have problems getting help from the school, call the Special Education Local Plan Area (SELPA) office at (805) 782-7301.

Parents Helping Parents family resouce center can help you learn about services and how to get more advice. Call (805) 534-3277.

Don't wait. Acting early can make a big difference!

www.cdc.gov/ActEarly

Learn the Signs. Act Early.

¿Está preocupado por el desarrollo de su hijo?

Cómo Hablar con el Médico

Para los padres de Condado de San Luis Obispo

El primer paso para obtener ayuda para su hijo cuando está preocupado sobre su desarrollo (cómo su hijo juega, aprende, habla, actúa, y se mueve) es hablar con el médico.

Aquí le damos algunos consejos sobre cómo hablar con el médico de su hijo:

1 Prepárese para la consulta.

- Cuando usted haga la cita, dígale al personal de su médico que le preocupa el desarrollo de su hijo y que le gustaría hablar al respecto.
- Escriba sus preguntas, preocupaciones y algunos ejemplos; lleve todo esto a la consulta.
- Complete una lista de indicadores del desarrollo para la edad de su hijo en **www.cdc.gov/Indicadores** y llévela con usted para mostrársela al médico.
- Haga que otros adultos que conozcan bien a su hijo llenen también una lista de indicadores.
- Si es posible, lleve a otro adulto a la cita médica para que juegue con su hijo y usted pueda enfocarse mejor en lo que le dice el médico.

2 Hágale todas sus preguntas durante la consulta; ¡usted conoce a su hijo mejor que nadie y sus preocupaciones son importantes!

- Dígale al médico que tiene inquietudes al comienzo de la visita y muéstrele la lista de indicadores junto con todas las preguntas que haya escrito.
- Si el médico parece estar apurado, pregúntele si debe programar otra visita.
- Pregúntele sobre los resultados de las pruebas de seguimiento del desarrollo más recientes de su hijo. Si no se le han realizado pruebas, pídalas. Para obtener más información sobre pruebas del desarrollo, visite **www.cdc.gov/EvaluacionDelDesarrollo**.
- Tome notas para que le ayuden a recordar lo que le dice el médico y las medidas que debe tomar.

3 Asegúrese de entender lo que le dice el médico y las medidas que debe tomar.

- Antes de irse, asegúrese de que le haya respondido todas sus preguntas.
- Si no entiende algo, pídale al médico que se lo explique de nuevo o de una manera diferente.
- Revise sus notas y pregúntele al médico, personal de enfermería o del consultorio sobre cualquier información que vaya a necesitar para poder hacer lo que le dijo el médico. Por ejemplo, "¿Cuál es el número de teléfono del programa local de intervención temprana?"
- Cuando llegue a casa, revise sus notas y llame al consultorio médico si tiene preguntas.
- Tome las medidas que el médico le haya indicado y acuérdese de comunicarle al médico cómo le fue.

www.cdc.gov/Pronto

Usted conoce a su hijo mejor que nadie

Recuerde que si está preocupado, tomar medidas de inmediato es la mejor manera de ayudar a su hijo.

Si su médico le ha dicho que "espere y vea", pero usted no se siente cómodo con ese consejo:

Hable con otro médico para obtener una segunda opinión

Y

También averigüe si su hijo reúne los requisitos para recibir servicios que podrían ayudarlo con su desarrollo.

No necesita la remisión de un médico para que evalúen a su hijo a fin de que reciba servicios.

Si su hijo es menor de 3 años, contáctese con la programa "Early Start" del Centro Regional Tres Condados, (805) 543-2833, o (805) 461-7502 en el condado del Norte.

Si su hijo es mayor de 3 años, comuníquese con su escuela primaria local y pida hablar con alguien que pueda ayudarlo a determinar si su hijo deber ser evaluado — aunque no vaya a esa escuela. Si tiene problemas para obtener ayuda de la escuela, llame al programa SELPA al (805) 782-7301.

Padres Ayudando a Padres centro de recursos para familias puede ayudarle a aprender sobre otros servicios y poder asesorarlos. Llame al (805) 534-3277.

No espere. ¡Tomar medidas en las etapas tempranas puede ayudar significativamente!

Aprenda los signos. Reaccione pronto.