



SAN MATEO COUNTY HEALTH
**FAMILY HEALTH
SERVICES**



Mag-access ng Pangangalaga sa Ngipin sa County ng San Mateo!

Ang Saklaw sa Ngipin para sa mga miyembro ng Medi-Cal ay iniaalok ng dalawang provider: HPSM Dental o Medi-Cal Dental.

Health Plan of San Mateo Dental (HPSM)

Sa HPSM Dental, lokal na ibinibigay ng HPSM ang iyong mga benepisyo sa ngipin.

Dalhin sa iyong mga pagpapatingin para sa ngipin ang HPSM ID at ang card mo pagkakakilanlan para sa mga benepisyo (BIC) sa Medi-Cal, at ipaalam sa mga staff ng tanggapan na mayroon kang **Insurance sa Kalusugan sa HPSM Dental**.

Maghanap ng Dentista sa Iyong Network



650-616-1522



dental@hpsm.org



Kaiser Foundation Health Plan, Medi-Cal Dental, Fee for Service (FFS)

Nakakatanggap ang mga miyembro ng Kaiser ng saklaw sa pangangalaga sa ngipin sa pamamagitan ng Medi-Cal Dental Fee for Service, na tinatawag ding Smile, California.

Sabihin sa mga staff ng tanggapan na mayroon kang **Insurance sa Medi-Cal Dental**.

Maghanap ng Dentista sa Iyong Network



1-800-322-6384



smilecalifornia.org/find-a-dentist/



Magpatala sa Abot-kayang Saklaw sa Kalusugan Ng

Unit ng Saklaw sa Kalusugan (HCU) ng County ng San Mateo

Ang Unit ng Saklaw sa Kalusugan (HCU) ng County ng San Mateo ay tumutulong sa mga taong mag-sign up para sa mga programa sa insurance sa kalusugan gaya ng Medi-Cal, Covered California, at iba pang programa sa saklaw sa kalusugan ng county. Magagawa nilang sabihin sa iyo kung sa anong mga programa ka posibleng kwalipikado, ipaliwanag ang proseso at bayad sa mga ito, at tulungan kang mag-apply.



650-616-2002



info-hcu@smcgov.org

Mag-apply Dito



Makipag-ugnayan sa Oral Public Health Program ng SMC

Email: **SMCOraHealth@smcgov.org**

Website: **smchealth.org/oral-health**

Pinopondohan ng CDPH sa ilalim ng Kont



Malusog na Bibig at

Masasayang Ngiti

Simulan ang routine sa kalusugan ng bibig ng iyong anak ngayong araw!



Magsepilyo sa loob ng 2 minuto, nang dalawang beses sa isang araw

Magsepilyo gamit ang fluoride toothpaste at mag-floss nang isang beses sa isang araw. Dapat tulungan ng mga nasa hustong gulang ang mga bata hanggang sa sila ay maging 8 taong gulang.



Magpatingin sa dentista nang dalawang beses sa isang taon

Magpatingin bago pa may sumakit at para matukoy kaagad ang mga problema. Maiwasan ang pagkabulok ng ngipin bago pa ito magsimula!



Mahalaga ang baby teeth

Kapag malusog ang baby teeth, nagagawa ng mga batang kumain, magsalita, ngumiti, at magkaroon ng espasyo para sa maayos na pagtubo ng adult teeth.



Umiwas sa mga pagkain, juice, at inuming may asukal

Kapag masyadong maraming asukal mula sa matatamis na inumin, juice, at pagkain, puwedeng magkaroon ng mga cavity. Tubig na lang ang ibigay sa mga bata para mapanatiling maganda ang kanilang mga ngiti.

Magpatala sa Abot-kayang Saklaw sa Kalusugan Ngayong Araw

Unit ng Saklaw sa Kalusugan (HCU) ng County ng San Mateo

Ang Unit ng Saklaw sa Kalusugan (HCU) ng County ng San Mateo ay tumutulong sa mga residenteng makakita ng at mag-apply para sa insurance sa kalusugan gaya ng Medi-Cal, Covered California, ACE, at CCHIP.



650-616-2002



info-hcu@smcgov.org



Pro Tip

Uminom ng Malinis na Fluoridated na Tap Water!

Nakakatulong ang fluoride sa pagprotekta ng ating mga ngipin, na mas nagpapatibay sa mga ito at tumutulong sa pag-iwas sa mga cavity.

Ika-1

Unang Ngipin
Unang Kaarawan
Unang Pagpapatingin para sa Ngipin

Ang unang pagpapatingin para sa ngipin ng isang bata ay dapat gawin banda sa kanyang ika-1 kaarawan, o mas mainam pa, sa pagtubo ng una niyang ngipin.

Makakatulong sa iyong anak ang maagang pagpapatingin para sa ngipin na maging kumportable sa dentista.

Ipapakita sa iyo ng mga dentista kung paano linisin nang tama ang mga ngipin ng bata at kung paano makontrol ang mga nakasanayan gaya ng pagsubong hinlalaki.

Pinopondohan ng CDPH sa ilalim ng Kontrata 22-10196

Makipag-ugnayan sa Oral Public Health Program



smchealth.org/oral-health



SMCOraHealth@smcgov.org

