

## Immunization Services

### Is your child up-to-date on all immunizations (shots)?

- Free shots for children between birth through 18 years old.
- Must come with a parent or a guardian.

### Also available:

- Travel immunizations for all ages.
- Flu shots (seasonal).



## Lifestyles to Keep the Whole Family Healthy

### For a healthier you...

- Eat at least 5 fruits and vegetables a day.
- Avoid high-fat foods like fast or junk foods; these foods can make you gain weight.
- Exercise at least 30 minutes, 3 times a week to maintain a healthy body weight.
- Drink 6-8 glasses of water a day to help your body stay hydrated.
- If you smoke-try to quit.
- Children should be up-to-date on their immunizations. (Immunizations are offered at no cost to children birth through 18 years old.)

## Hábitos Saludables para Toda la Familia

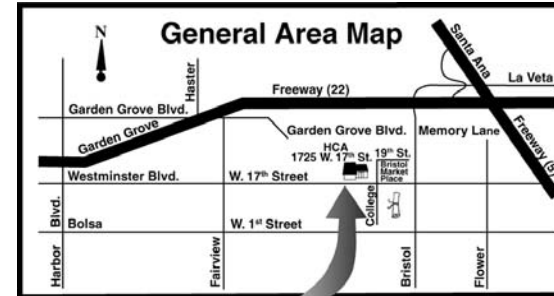
### Para su salud...

- Coma por lo menos 5 porciones de frutas y verduras al día.
- Evite la comida chatarra y la comida alta en grasa. Estas comidas le pueden causar que suba de peso.
- Haga ejercicio por lo menos 30 minutos al día, 3 veces por semana para así mantener un peso saludable.
- Manténgase hidratado/a tome 6-8 vasos de agua al día.
- Si usted fuma, trate de dejar el hábito.
- Los niños deben estar al corriente en sus vacunas (las vacunas se les ofrecen gratis a todos los niños y adolescentes desde 0 a 18 años.)

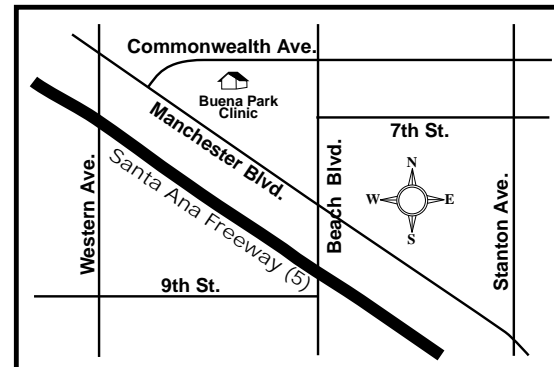
## CALL FOR AN APPOINTMENT: (LLAME PARA UNA CITA:)\*

Mon.-Fri. (lun.-vier.) 8 a.m.-5 p.m.  
 Appointments: (Para citas:) (800) 914-4887  
 TDD services: (sordomudos:) (800) 801-7100

\*Se habla español



HCA, 1725 W. 17<sup>th</sup> Street, Santa Ana



Buena Park Clinic, 6301 Beach Boulevard,  
Suite 103, Buena Park

The Buena Park clinic offers only child health and immunization services. No family planning services at this clinic.

La clínica de Buena Park solamente ofrece servicios de salud infantil y vacunas. No hay servicios de planificación familiar en esta clinica.

For referrals and other resources call our Health Referral line.  
(800) 564-8448

Para referencias y otros recursos, llame a la línea de información.  
(800) 564-8448

Web Site: [www.ochealthinfo.com/mcah](http://www.ochealthinfo.com/mcah)

# HEALTH SERVICES for the Entire Family

## Family Health Community Programs



# SERVICIOS DE SALUD Para Toda La Familia Salud Familiar Programas Comunitarios



County of Orange Health Care Agency  
 Condado de Orange Agencia del Cuidado de Salud  
 Family Health Community Programs

## Family Planning Services for Women

### What are women's reproductive health services?

These family planning services are specialized for women.

- Learn about & obtain birth control.
- Pelvic exam (Pap test).
- Colon cancer screening for women over 40 years old.
- Sexually Transmitted Infections (STI) screening & treatment.
- Pregnancy test.
- Breast exam & education.
- Hepatitis B shots.

## Family Planning Services for Men

### Are men getting the reproductive health services they need?

Family Planning services are available to help men stay healthy.

- Learn about & obtain birth control.
- Manual prostate exam for men over 50 years old.
- Colon cancer screening for men over 40 years old.
- Testicle cancer screening & education.
- Sexually Transmitted Infections (STI) screening & treatment.
- Hepatitis B shots.

## Lead Poisoning Prevention

### What is lead poisoning?

Lead is a poison that can harm your child.

- Lead poisoning can affect your child's health and mental development.
- Children under the age of 6 are at highest risk for lead poisoning.
- A blood test for lead is the only way to know if your child has lead poisoning.
- Children should be tested at 12 and 24 months of age. Older children at high risk should also be tested for lead.



## Free Preventive Health Check-Ups

### Are your children up to date with their preventive care?

Preventive check-ups are designed to help keep kids healthy.

Eligibility is based on family size & income.

- For babies, children and teenagers.
- Comprehensive physical examinations, including immunizations, dental, hearing, and vision screening, and some laboratory tests.



## Servicios de Planificación Familiar para la Mujer

### ¿Qué es la salud reproductiva en la mujer?

Estos servicios de planificación familiar están especializados para la mujer.

- Aprenda y obtenga métodos anti-conceptivos.
- Examen pélvico (Pap).
- Examen del cáncer colorrectal para mujeres mayores de 40 años.
- Examen y tratamiento de infecciones transmitidas sexualmente.
- Prueba de embarazo.
- Examen y educación del cáncer a los senos.
- Vacuna contra la hepatitis B.

## Servicios de Planificación Familiar para el Hombre

### ¿Esta recibiendo los servicios de salud que necesita?

Servicios de planificación familiar que ayudan al hombre a estar saludable.

- Aprenda y obtenga métodos anti-conceptivos.
- Examen manual de la próstata para hombres mayores de 50 años.
- Examen del cáncer colorrectal para hombres mayores de 40 años.
- Examen y educación del cáncer testicular.
- Examen y tratamiento de infecciones transmitidas sexualmente.
- Vacuna contra la hepatitis B.

## Prevención de envenenamiento por Plomo

### ¿Que es el envenenamiento de plomo?

El plomo es un veneno que puede dañar su niño.

- El envenenamiento del plomo puede afectar la salud y el desarrollo mental de su niño.
- Los niños menores de 6 años corren mayor riesgo de envenenamiento.
- La única manera de saber si su niño esta envenenado es con una prueba de sangre.
- Los niños deben ser examinados a los 12 y a los 24 meses de edad. También los niños mayores que están a riesgo deben ser examinados.

## Exámenes físicos preventivos Gratuitos

### ¿Están sus niños al día con sus cuidados preventivos?

Los exámenes preventivos están diseñados para mantener a su niño saludable.

Elegibles según el ingreso y número de personas en su familia.

- Para bebés, niños y adolescentes.
- Exámenes físicos que incluyen examen dental, de visión, del oído, de sangre y vacunas.