

## ஆரோக்கியமான 18 மாதக் குழந்தை ஒருவர் நியமமான விருத்தியை அடைந்திருக்கிறாரா என்பதைச் சரிபார்க்கும் சந்திப்பு



### உங்களின் ஆரோக்கியமான 18 மாதக் குழந்தை நியமமான விருத்தியை அடைந்திருக்கிறாரா என்பதைச் சரிபார்க்கும் சந்திப்பு

பதினெட்டு மாதங்கள் என்பது உங்கள் குழந்தையின் விருத்தியில் ஒரு மைல் கல் ஆகும், இந்த நேரத்தில் ஒரு குடும்ப மருத்துவரை அல்லது வேறு ஆரோக்கியப் பராமரிப்பு வழங்குநரைச் சந்திப்பது முக்கியமாகும்.

18 மாத ஆரோக்கியமான குழந்தைக்கான இந்த மேம்படுத்தப்பட்ட வருகை (Enhanced 18-Month Well-Baby Visit) என்பது உங்கள் குழந்தையின் விருத்தியைப் பற்றிக் கலந்துரையாடுவதற்கும் உங்களிடம் இருக்கும் ஏதாவது கேள்விகளைக் கேட்பதற்குமான ஒரு வாய்ப்பாகும். இது

நோய்த்தடுப்புக்கான ஒரு முக்கிய சந்திப்பாகும், அத்துடன் உங்கள் பிள்ளை பாடசாலையைத் தொடங்குவதற்கு முன்பாக நிகழும் வழக்கமான கடைசிப் பரிசோதிப்பு ஆகும். ஆரோக்கியமான 18 மாதக் குழந்தைக்கான இந்தச் சந்திப்பு, கரிசனைகளைப் பற்றி நீங்கள் கலந்துரையாடுவதற்கும், தேவைப்பட்டால் சமூகத்திலிருக்கும் விசேடமான ஆதரவுகள் மற்றும் சேவைகளைப் பற்றி அறிவதற்கும் உதவிசெய்யும்.

### இந்தச் சந்திப்பின்போது எதை நான் எதிர்பார்க்க முடியும்?

நீங்களும் உங்கள் ஆரோக்கியப் பராமரிப்பு வழங்குநரும் உங்கள் குழந்தையின் விருத்தியைப் பற்றிக் கலந்துரையாடுவீர்கள்.

உங்கள் குழந்தையின் அந்த நேர விருத்தி பற்றிய விபரத்தைத் தருவதுடன், உங்களின் கலந்துரையாடலை ஆரம்பிக்க உதவும் Looksee Checklist® போன்ற சரிபார்ப்புப் பட்டியல் ஒன்றை நீங்கள் பூர்த்திசெய்வீர்கள். வளர்ந்துவரும் குழந்தைக்கு ஆதரவு வழங்குவதற்காக அதனையொத்த குழந்தையின் விருத்தி மற்றும் செயல்பாடுகள் பற்றிய தகவல்களையும் பெற்றுக்கொள்வீர்கள்.

Looksee Checklist® ஐப் பின்வரும் இணையத்தளத்தில் நீங்கள் பெறலாம் [lookseechecklist.com](http://lookseechecklist.com).

### பயனுள்ள இணையத்தளங்கள்

#### Looksee Checklist®

[lookseechecklist.com](http://lookseechecklist.com)

#### • Rourke Baby Record®

[rourkebabyrecord.ca](http://rourkebabyrecord.ca)

#### • ஆரம்ப வயது வளர்ச்சி ஒப்பீட்டுச் சரிபார்ப்பு

[eyci.ca](http://eyci.ca)

#### • விளையாடுவதன் மூலம் கற்றல்

[playandlearn.healthhq.ca](http://playandlearn.healthhq.ca)

#### • Ministry of Children, Community and Social Services

[ontario.ca/child](http://ontario.ca/child)

(பின்பக்கத்தில் தொடர்கிறது)

## 18 மாதத்தின் முக்கியமான மைல்கற்கள்

இளம் குழந்தைகள் வளர்ந்து கற்றுக்கொள்ளும்போது அவர்களின் முன்னேற்றத்தை இந்த மைல்கற்கள் குறிக்கின்றன.

1. ஒரு புத்தகத்தில் உள்ள படங்களை அடையாளம் காணல் (உ+ம். “குழந்தையை எனக்குக் காட்டு”).
2. வெவ்வேறு விதமான பழக்கமான சைகைகளைப் பயன்படுத்தல் (கையசைத்தல், தள்ளுதல், தருதல், எட்டிஎடுத்தல் போன்றவை).
3. குறைந்தது நான்கு வெவ்வேறு உயிர்மெய் எழுத்து ஒலிகளை உருவாக்கல் (b, n, d, h, g, w போன்றவை).
4. இருபது அல்லது அதற்கு மேற்பட்ட சொற்களைச் சொல்லல் (வார்த்தைகள் தெளிவாக இருக்க வேண்டுமென்பதில்லை).
5. விரலால் உணவை எடுத்து உண்ணல்.
6. உங்கள் கையைப் பிடித்துக் கொண்டு சில படிக்கட்டுகள் அல்லது படிகள் மேலே ஏறல்.
7. மக்கள், செல்லப்பிராணிகள் அல்லது பொம்மைகள் மீது பாசத்தைக் காட்டல்.
8. நீங்கள் கதைக்கும்போது அல்லது ஒன்றுசேர்ந்து விளையாடும்போது உங்களைப் பார்த்தல்.
9. “மேல்” மற்றும் “கீழ்” என்ற சொற்களைப்

பயன்படுத்தும் அறிவுறுத்தல்களைப் பின்பற்றல் (உ+ம். “சுவளையை மேசையின் மேல்”).

10. கேட்கும்போது குறைந்தது மூன்று வெவ்வேறு உடல் பாகங்களை சுட்டிக்காட்டல் (உ+ம். “உங்கள் மூக்கு எங்கே?”).
11. சுவளையைப் பிடித்துக் குடித்தல்.
12. கைகளையும் கால்களையும் வெளியே நீட்டி உடுப்பை அணிவதற்கு உதவிசெய்தல்.
13. தனியாக நடத்தல்.
14. குந்தியிருந்து ஒரு பொம்மையை எடுத்துக்கொண்டு விழாமல் மீண்டும் எழுந்து நிற்கல்.
15. முன்னோக்கி நடக்கும்போது பொம்மைகள் அல்லது பிற பொருட்களை தள்ளல் மற்றும் இழுத்தல்.
16. மூன்று அல்லது அதற்கு மேற்பட்ட blockகளை அடுக்குதல்.
17. உங்களுக்கு எதையாவது காட்டுவதற்காகச் சுட்டிக்காட்டல்.  
ஆதாரம்: Looksee Checklist® (குழந்தைகளின் வளர்ச்சிச் சரிபார்ப்புப் பட்டியல்)

மேலும் தகவலுக்குத் தயவுசெய்து பார்வையிடுங்கள்:

[ontario.ca/child](http://ontario.ca/child)