



PEDIATRIC PARTNERS



NEWSLETTER • March 2019 • Volume 1 Issue 1

To Message Your Doctor:

- *Login to the Patient Portal
- * Under the *FAMILY* tab, click on the patient's name.
- *Go to the *MESSAGES* tab; select the physician you'd like to message in the drop down menu.

Did You Know?

You can print your statement history for 2018 on the Patient Portal?

It is only a few clicks away!

Go to <https://pedpartners.vvh.org>

- Login with your username and password
- Click on My Account
- Scroll down the page to Payment Summaries.
- Click and print!

Fast and easy access to your total payments in 2018!

PERFECT FORTAX RETURNS!



Brush, Book, Bed: Structuring Your Child's Nighttime Routine

Brush, Book, Bed is a program of the American Academy of Pediatrics that encourages parents to help their children brush their teeth each night, read a favorite book, and get to bed at a regular time each night. Establishing a nighttime routine can help your child understand and learn to expect what comes next. Not only that, it can also help reduce stress that some families experience at nighttime.

Brushing is for everyone! You can practice good oral hygiene with your infant by using a soft washcloth to wipe your baby's gums after feedings. Remember not to put babies to bed with a bottle filled with milk. For children under 3: as soon as you see a tooth in your baby's mouth you can start to brush! Use a smear of toothpaste with fluoride two times a day. For children 3-6 years of age: use a pea-sized amount of fluoride toothpaste two times a day. It's ok to let them brush on their own but mommy or daddy need a turn too to ensure all the sugar bugs are gone.

After your child's teeth are nice n' clean, it's time for a bedtime story. Read a book or make up your own stories, use silly voices, sing songs, and just enjoy this special bonding time with your child. Even spending 15 minutes each day will help improve your child's language development and social-emotional skills.

Healthy Sleep. Sleep is very important to your child's health and well-being. Good sleep habits start from birth even though sometimes getting young children to sleep (and to stay asleep) can be quite the task. Set regular bedtimes and, if appropriate, nap times as well (and stick to them). Waiting until your child starts rubbing his/her eyes or yawning might be too late. *For more information visit: www.healthychildren.org*

"Docs for Tots and Docs for Teens" 970-947-9999



Our Adolescent Clinic:

The Pediatric Partners Adolescent Clinic is located in the south end of our Glenwood Springs office in a comfortable environment for adolescent patients. We have the same great physicians! Registrars are available to help with check-in and check-out on the adolescent side between 9a-5p Mon-Fri. After 5p all patients enter through the main north entrance, but can request to wait in and use the adolescent space.

Patient Portal

Be sure to check for and complete any surveys or questionnaires prior to your appointment to allow more time for questions during your visit.



IMMUNIZATION REGISTRY NOTICE

Your/your child's shot information is being entered into the Colorado Immunization Information System (CIIS), a confidential, statewide immunization record tracking system. You can choose to exclude your/your child's shot information from CIIS at any time. Please ask your healthcare provider for information.

Our Locations

- Willits Children's Clinic
350 Market Street, **Basalt**
- Silt Medical Center
2001 Horseshoe Trail, **Silt**
- Pediatric Partners
1905 Blake Ave, **Glenwood**
- Adolescent Clinic
Glenwood, South Entrance

Cepillarse, Libro, Cama: Estableciendo la Rutina Nocturna de su Hijo

Cepillarse, Libro, Cama es un programa de la American Academy of Pediatrics que anima a los padres que ayuden a sus hijos a cepillarse los dientes cada noche, leer un libro favorito, y acostarse a una hora fija cada noche. Tener una rutina nocturna predecible le ayudara a su hijo/a entender y aprender lo que puede esperar después. Además, las rutinas pueden aliviar el estrés que sufren algunas familias en las noches.

Cepillarse los dientes es para todos! Usted puede practicar una buena higiene bucal con su bebe al limpiarle las encías con un trapo suave después de alimentarlo/a. Recuerde que no debe dormir a un con el biberón con leche en la boca. Para los niños menores de 3 años: en cuanto le salga el primer diente a su bebe, le puede comenzar a cepillar los dientes. Use una empuñadura de pasta dental con fluoruro dos veces al día. Para niños entre 3-6 años de edad: use una pequeña cantidad de pasta dental del tamaño de un guisante. Esta bien dejarlos que practiquen con el cepillo siempre y cuando usted también se los cepille después para asegurar que no se les paso alguna área.

Después de haberse cepillado los diente, es hora de una historia antes de ir a dormir. Léale un libro o invente una historia, use voces graciosas, cante canciones, y simplemente disfrute estos momentos especiales con su hijo/a. El tiempo que pasa con su hijo/a, aunque solo sean 15 minutos todos los días para leer juntos en voz alta, contribuirá a mejorar las habilidades socio-emocionales y al desarrollo del lenguaje de su hijo.

El sueño sano. El sueño es muy importante para la salud y el bienestar de su hijo/a. Buenos hábitos para el sueño comienzan desde el nacimiento aunque a veces lograr que los niños pequeños se duerman (y permanezcan dormidos) puede ser una tarea difícil. Establezca una hora fija para la hora de dormir y, si es apropiado, también las hora para tomar la siesta (y cíñase a este plan.) Esperarse a que su niño/a empiece a tallarse los ojos o bostece puede que sea demasiado tarde.

Para mas información visite www.healthychildren.org/spanish

AVISO DE REGISTRO DE VACUNACION

La información de vacunas de su hijo/a esta siendo ingresada al Sistema de Información sobre Vacunación de Colorado (CIIS), un Sistema confidencial del estado que rastrea el record de vacunas. Usted puede optar para no incluir la información de vacunas de su hijo/a a CIIS en cualquier momento. Por favor pregúntele al medico para mas información.



Estacionamiento

La Ciudad de Glenwood Springs esta inculcando estrictamente la regla de no estacionarse mas de 2 horas en frente de Pediatric Partners en Glenwood. La policía dará multas de \$20.00. Queremos que nuestros pacientes tengan en mente los limites de estacionamiento, dado que no podemos hacernos responsables de cualquier violación de estacionamiento. Si no hay cupo en frente, hay parqueadero adicional atrás del edificio o considere que el equipo de Valet de VVH estacione su carro. (Servicio gratuito ubicado en el Cancer Center cruzando la calle.)



Nuestras Localidades

Willits Children's Clinic
350 Market Street, **Basalt**

Silt Medical Center
2001 Horseshoe Trail, **Silt**

Pediatric Partners
1905 Blake Ave, **Glenwood**

Clínica de Adolescentes
Glenwood, Entrada Sur

We are accessible 24/7 online through the Patient Portal

- Easily communicate directly with your doctor or our staff.
- Access to your child's secure health records anytime from any device
- Update personal information once— no matter how many children you have
- View and print records including general health appraisal, immunization records, and statement history for tax purposes
- Check lab results, request prescription refills, access handouts, settle your account and much more!!

**Already have a Portal Account with us?
Login at:**

<https://pedpartners.vvh.org>

Nuestra Clínica para Adolescentes

La clínica de Adolescentes de Pediatric Partners esta localizada en el lado sur de la oficina en Glenwood Springs en una area confortable para nuestros pacientes en la adolescencia. Tenemos los mismos medicos! Hay recepcionista disponible para asistirlos entre las 9am-5pm de Lunes-Viernes. Después de las 5pm, todos los pacientes entran por la entrada principal, pero pueden pedir esperar y utilizar la area de adolescentes.