



## پوشش فقط تنظیم خانواده (Family Planning Only) (Only, FPO)

چگونه به خدمات تنظیم  
خانواده دسترسی پیدا کنیم.



از کجا می‌توانم اطلاعات بیشتری کسب کنم؟

به صورت آنلاین:

[hca.wa.gov/family-planning](https://hca.wa.gov/family-planning)

از طریق ایمیل:

[hcafamilyplanning@hca.wa.gov](mailto:hcafamilyplanning@hca.wa.gov)

به صورت تلفنی: 1-800-562-3022

Washington State  
Health Care Authority

HCA از تمام قوانین حقوق مدنی ایالت واشنگتن و قوانین  
فدرال موجود تبعیت می‌کند و متعهد به ارائه دسترسی  
برابر به خدمات ما می‌باشد. در صورت نیاز به تطبیق شرایط  
یا نیاز به مدارک به فرمت یا زبانی دیگر، لطفاً با شماره  
1-800-562-3022 (TRIS: 711) تماس بگیرید.

چه مدت تحت پوشش قرار خواهیم داشت؟

پوشش «فقط تنظیم خانواده» (Family Planning Only) شما به مدت یک سال از تاریخی است که صلاحیت شما برای شرکت در برنامه احراز شده است.

پس از اتمام پوشش خود باید چکار کنم؟

پس از دریافت اطلاعاتیه نزدیک شدن به اتمام پوشش از طریق پست، می‌توانید دوباره برای پوشش «فقط تنظیم خانواده» درخواست دهید.

اگر تغییری در درآمد یا تعداد افراد خانوار شما ایجاد شده است، ممکن است واجد شرایط دریافت پوشش Apple Health رایگان یا همراه با تخفیف باشید.

آیا پوشش Apple Health (Medicaid) شامل خدمات تنظیم خانواده نیز می‌شود؟

بله. Apple Health پوشش جامع همراه با مزایای بیشتری ارائه می‌دهد. برای دریافت اطلاعات بیشتر، به این نشانی اینترنتی مراجعه کنید: [hca.wa.gov/apple-health](https://hca.wa.gov/apple-health).

می‌توانم هنگامی که تحت پوشش «فقط تنظیم خانواده» هستم، برای Apple Health درخواست دهم؟

بله، می‌توانید در هر زمانی برای پوشش Apple Health جامع درخواست دهید.

چگونه از تأیید درخواست و شروع پوشش خود مطلع شوم؟

نامه تأیید یا رد درخواست را از طریق پست از طرف اداره امور مراقبت‌های بهداشتی (Health Care Authority, HCA) دریافت خواهید کرد. در صورت تأیید درخواست، پوشش شما از اولین روز ماهی که در آن درخواست دادید شروع می‌شود.

## چرا باید برای فقط تنظیم خانواده (FPO) درخواست دهم؟

در این موارد باید درخواست دهید:

- از پوشش بیمه برخوردار نبوده و به خدمات تنظیم خانواده (مراقبت در زمینه پیشگیری از بارداری/روش کنترل بارداری) نیاز دارید، یا
- از پوشش بیمه برخوردارید و قربانی خشونت خانگی هستید یا زیر 18 سال دارید و به دنبال خدمات تنظیم خانواده محرمانه‌اید.

### چه خدماتی تحت پوشش قرار می‌گیرد؟

- آموزش تنظیم خانواده و مشاوره در زمینه کاهش ریسک
- تمام روش‌های جلوگیری از بارداری که تحت تأیید FDA قرار دارند، از جمله: قرص، پیچ، حلقه، آمپول، IUD، ایمپلنت، دیافراگم، کلاهک رحم، کاندوم، و اسپرم‌کش (فوم، کرم و ژل) و پیشگیری اضطراری از بارداری
- آموزش و وسایل تنظیم خانواده طبیعی و پرهیز جنسی
- روش‌های پیشگیری از بارداری دائمی: بستن لوله‌های رحمی («بستن لوله‌ها»)، عقیم‌سازی و وازکتومی
- درمان و غربالگری عفونت‌های مقاربتی (sexually transmitted infections, STI)
- غربالگری سرطان دهانه رحم و معاینات جسمانی کامل زنان
- بر حسب ضرورت پزشکی، ویزیت در مطب که مستقیماً در ارتباط با مشکلات مربوط به تنظیم خانواده باشد
- واکسن‌های ویروس پاپیلوما‌ی انسانی (HPV) و هپاتیت B

### کجا می‌توانم خدمات را دریافت کنم؟

خدمات تنظیم خانواده را می‌توانید از طریق هر یک از ارائه‌دهندگان خدمات مجاز Apple Health دریافت کنید. کاندوم و اسپرم‌کش (فوم، کرم و ژل ضدبارداری) بدون نیاز به نسخه در داروخانه‌ها در دسترس است.

پیشگیری اضطراری از بارداری از طریق هر یک از ارائه‌دهندگان خدمات مجاز Apple Health یا مستقیماً از طریق داروساز در دسترس است، اگرچه ممکن است بسته به نوع دارو، به نسخه نیاز باشد.

### کجا می‌توانم ارائه‌دهنده‌ای پیدا کنم که خدمات تنظیم خانواده ارائه می‌دهد؟

فهرست ارائه‌دهندگان Apple Health را می‌توانید در نشانی <https://fortress.wa.gov/hca/p1findaprovider/> پیدا کنید تا مزایا را به صورت تلفنی یا حضوری درخواست نمایید.

### آیا واجد شرایط هستم؟

باید از محدودیت درآمدی برخوردار بوده و دارای یکی از این شرایط باشید:

- از پوشش بیمه برخوردار نبوده و واجد شرایط پوشش Apple Health (Medicaid) نباشید، یا
- دارای پوشش بیمه بوده و به دنبال خدمات تنظیم خانواده محرمانه باشید.

### محدودیت درآمدی فقط تنظیم خانواده 2024

خانوار 4 نفره	خانوار 3 نفره	خانوار 2 نفره	فرد تنها
\$6,890 ماهانه	\$5,702 ماهانه	\$4,514 ماهانه	\$3,326 ماهانه
خانوار 8 نفره	خانوار 7 نفره	خانوار 6 نفره	خانوار 5 نفره
\$11,642 ماهانه	\$10,454 ماهانه	\$9,266 ماهانه	\$8,078 ماهانه

مبالغ درآمد از 1 آوریل 2024 تا 31 مارس 2025 اجرایی است.

### چگونه برای پوشش درخواست دهم؟

برای ارائه درخواست پوشش فقط تنظیم خانواده، فرم درخواست را از اینجا دانلود کنید: [hca.wa.gov/family-planning](https://hca.wa.gov/family-planning).

درخواست خود را از طریق یکی از این روش‌ها ارسال کنید:

• از طریق فکس: 1-866-841-2267

• از طریق ایمیل: [apple@hca.wa.gov](mailto:apple@hca.wa.gov)

• از طریق پست: HCA MEDS

PO Box 45531

Olympia, WA 98504-5531

همچنین می‌توانید درخواست خود را به صورت تلفنی از طریق شماره 1-800-562-3022 داخلی 12533 مطرح کنید.

خدمات محرمانه برای نوجوانان و قربانیان خشونت شریک زندگی در دسترس است. اگر به خدمات محرمانه نیاز دارید، جهت درخواست مزایا، به صورت تلفنی یا حضوری با ارائه‌دهنده Apple Health خود تماس بگیرید.