



# Washington Apple Health

မွေးစားစောင့်ရှောက်မှု ရရှိသည့် ကလေးများ အတွက်

သို့မဟုတ် မွေးစားထောက်ပံ့မှု ပေးသည့်ကလေးများ နှင့် ယခင် မွေးစားစောင့်ရှောက်မှု

ရသည့်လူငယ်များအတွက်



[English] Language assistance services, including interpreters and translation of printed materials, are available free of charge. Call 1-800-562-3022 (TRS: 711).

[Amharic] የቋንቋ እገዛ አገልግሎት፣ አስተርጓሚ እና የሰነዶችን ትርጉም ጨምሮ በነጻ ይገኛል። 1-800-562-3022 (TRS: 711) ይደውሉ።

[Arabic] خدمات المساعدة في اللغات، بما في ذلك المترجمين الفوريين وترجمة المواد المطبوعة، متوفرة مجاناً، اتصل على رقم (TRS: 711) 1-800-562-3022.

[Burmese] ဘာသာပြန်ဆိုသူများနှင့် ထုတ်ပြန်ထားသည့် စာရွက်စာတမ်းများဘာသာပြန်ခြင်းအပါအဝင် ဘာသာစကားအထောက်အကူဝန်ဆောင်မှုများကို အခမဲ့ရရှိနိုင်ပါသည်။ 1-800-562-3022 (TRS: 711) ကိုဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။

[Cambodian] សេវាជំនួយភាសា រួមមានទាំងអ្នកបកប្រែផ្ទាល់មាត់ និង ការបកប្រែឯកសារបោះពុម្ព គឺអាចរកបានដោយឥតគិតថ្លៃ។ ហៅទូរស័ព្ទទេវរលខ 1-800-562-3022 (TRS: 711)។

[Chinese] 免费提供语言协助服务，包括口译员和印制资料翻译。请致电 1-800-562-3022 (TRS: 711)。

[Korean] 통역 서비스와 인쇄 자료 번역을 포함한 언어 지원 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다. 1-800-562-3022 (TRS: 711)번으로 전화하십시오.

[Laotian] ການບໍລິການຕໍາກຳພາສາ, ລວມທັງມາຍແປພາສາ ພາສາ ການແປເອກສານຕີພິມ, ມີໄວ້ໃຫ້ພິເໜີໂດຍບໍ່ຄິດຄ່າ. ໂທຫາເລກ 1-800-562-3022 (TRS: 711).

[Oromo] Tajajilli gargaarsa afaanii, nama afaan hiikuu fi ragaalee maxxanfaman hiikuun, kaffaltii malee ni argattu. 1-800-562-3022 (TRS: 711) irratti bilbilaa.

[Persian] خدمات کمک زبانی، از جمله مترجم شفاهی و ترجمه اسناد و مدارک (مطالب) چاپی، بصورت رایگان ارائه خواهد شد. با شماره 1-800-562-3022 تماس بگیرید. (TRS: 711)

[Punjabi] ਭਾਸ਼ਾ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ—ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਅਤੇ ਪ੍ਰਿੰਟ ਕੀਤੀ ਹੋਈ ਸਮੱਗਰੀ ਦੇ ਅੰਨ੍ਹਵਾਦ ਸਮੇਤ—ਮੁਫਤ ਉਪਲੱਬਧ ਹਨ। 1-800-562-3022 (TRS: 711) 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

[Romanian] Serviciile de asistență lingvistică, inclusiv cele de interpretariat și de traducere a materialelor imprimate, sunt disponibile gratuit. Apelați 1-800-562-3022 (TRS: 711).

[Russian] Языковая поддержка, в том числе услуги переводчиков и перевод печатных материалов, доступна бесплатно. Позвоните по номеру 1-800-562-3022 (TRS: 711).

[Somali] Adeego caawimaad luuqada ah, ay ku jirto turjubaano afka ah iyo turjumid lagu sameeyo waraaqaha la daabaco, ayaa lagu helayaa lacag la'aan. Wac 1-800-562-3022 (TRS: 711).

[Spanish] Hay servicios de asistencia con idiomas, incluyendo intérpretes y traducción de materiales impresos, disponibles sin costo. Llame al 1-800-562-3022 (TRS: 711).

[Swahili] Huduma za msaada wa lugha, ikiwa ni pamoja na wakalimani na tafsiri ya nyaraka zilizochapishwa, zinapatikana bure bila ya malipo. Piga 1-800-562-3022 (TRS: 711).

[Tagalog] Mga serbisyong tulong sa wika, kabilang ang mga tagapagsalin at pagsasalin ng nakalimbag na mga kagamitan, ay magagamit ng walang bayad. Tumawag sa 1-800-562-3022 (TRS: 711).

[Tigrigna] ተርጓሚትን ናይ ዝተፅሓፉ ማተርያላት ትርጉምን ሓዊሱ ናይ ቋንቋ ሓገዝ ግልጋሎት፣ ብዘይ ምንም ክፍሊት ይርከቡ። ብ 1-800-562-3022 (TRS: 711) ደውሉ።

[Ukrainian] Мовна підтримка, у тому числі послуги перекладачів та переклад друкованих матеріалів, доступна безкоштовно. Зателефонуйте за номером 1-800-562-3022 (TRS: 711).

[Vietnamese] Các dịch vụ trợ giúp ngôn ngữ, bao gồm thông dịch viên và bản dịch tài liệu in, hiện có miễn phí. Gọi 1-800-562-3022 (TRS: 711).





**ဤလက်စွဲစာအုပ်ပါအကြောင်းအရာများကို မြန်မြန်ကြည့်ပါ**

Washington Apple Health က ကြိုဆိုပါတယ် 5

Apple Health ဝန်ဆောင်မှုများ 5

သင်၏ ဝန်ဆောင်မှုကိစ္စ 6

ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများ (ပင်မစောင့်ရှောက်မှု) 7

အပြုအမူပိုင်းဆိုင်ရာကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများ 8

အမေရိကန် အင်ဒီယန်း နှင့် အလက်စကာ ဒေသခံများ စာမျက်နှာ ၁၁ 11

အပြုအမူပိုင်းဆိုင်ရာကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများအတွက် ဆက်သွယ်ရန်များ 13

ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်ရန်အတွက် သင်မှ လိုအပ်နိုင်သည့် ဝန်ဆောင်မှုများ 14

သင့် အခွင့်အရေးများနှင့် တာဝန်ဝတ္တရားများ 15

ကျွန်ုပ်တို့/ အရင်းအမြစ်များနှင့် ဆက်သွယ်ပါ 16

**မွေးစားစောင့်ရှောက်မှုနှင့် ကလေးမွေးစားခြင်းဆိုင်ရာ ပံ့ပိုးကူညီမှု (FCAS)**

သင်သည်မေးခွန်းများရှိပြီး ဤလက်စွဲစာအုပ်တွင်မပါဝင်ပါက မွေးစားစောင့်ရှောက်မှုနှင့် ကလေးမွေးစားခြင်းဆိုင်ရာ ပံ့ပိုးကူညီမှု (Foster Care and Adoption Support) ကိုဖုန်းခေါ်ပါ။

**1-800-562-3022 ကို ဆက်သွယ်ပြီး စတင်လိုက်ပါ။**

မှတ်တမ်းယူထားသော အချက်အလက်သိမ်းထားမှုမှ “This call may be monitored or recorded for quality purposes ....Thank you for calling the Health Care Authority Washington’s Apple Health Medicaid....”

**1 ကိုနှိပ်ပါ။**

လာမည့် မှတ်တမ်းယူသည့်အကြောင်းအရာမှ “If you have an extension number, press 1 now...”

**1 ကိုနှိပ်ပါ။**

သင်မှ လိုင်းခွဲနံပါတ် 15480 ကို ဝင်ပါ။”Your call is being transferred to an agent please hold.”

**ယခုလက်စွဲစာအုပ်အတွက် ငြင်းဆိုချက်များ-**

ယခုလက်စွဲစာအုပ်သည် သင့်အား သင့်အကျိုး အမြတ်များနှင့် အခွင့်အရေးများ နှင့် တာဝန်ယူ ရမည့် အရာများ၊ ဝန်ဆောင်မှုကို မည်သို့ရရှိစေရန် ဆောင်ရွက်ခြင်း နှင့် ကျန်းမာရေး အစီအစဉ်ကို မည်သို့ပြောင်းလဲနိုင်ပုံ တို့ကို ရှင်းလင်းပေးခြင်း ဖြစ်သည်။ ယခုလက်စွဲစာအုပ်နှင့် စပ်လျဉ်းသည့် မည်သည့် ဥပဒေရေးရာ အခွင့်အရေးများ သို့မဟုတ် ခံစားပိုင်ခွင့်များ ဖန်တီးထားခြင်း မဟုတ်ပါသဖြင့် ထိုသို့အသုံးမပြုရန် အကြံပြုအပ်ပါသည်။ ဤစာအုပ်အား သင်၏ Apple Health Foster Care (AHFC) အချက်အလက်များရရှိသည့် တစ်နေရာတည်းသော ရင်းမြစ်အဖြစ် အသုံးမပြုသင့်ပါ။ AHFC ၏ အသေးစိတ် အချက်အလက်များကို Health Care ၏ ခွင့်ပြုချက်ရ [hca.wa.gov/about-hca/rulemaking](https://hca.wa.gov/about-hca/rulemaking) ဝဘ်စာမျက်နှာပေါ်ရှိ ဥပဒေနှင့် စည်းမျဉ်းများ စာမျက်နှာပေါ်တွင် ရရှိနိုင်ပါသည်။

# Washington Apple Health ကကြိုဆိုပါတယ်

ယခုစာအုပ်ငယ်ကို သင်ရရှိခြင်းမှာ သင်က Apple Health Foster Care (AHFC) တွင် မှတ်ပုံတင်ထားခြင်းကြောင့်ဖြစ်ပါသည်။ ထိုစောင့်ရှောက်မှုသည် ကနဦးစောင့်ရှောက်မှုမနေသော သို့မဟုတ် ပြုစုပေးထားမှု အောက်တွင် သို့မဟုတ် အဖွဲ့ဝင် (ယခင်က ကနဦးလူငယ်စောင့်ရှောက်မှုမဟုတ်သူ) ရှိနေသော ကလေးများအတွက် ကျခံပေးမှုများပေးပါသည်။

Washington State Health Care Authority (HCA) ၏ ခန့်ခွဲမှုအောက်ရှိ AHFC အပါအဝင် Washington Apple Health ကိုစီမံပေးပြီး သင့်အတွက် ကုန်ကျစရိတ်များကို ကျခံပေးမည့် ကျန်းမာရေးအစီအစဉ်များဖြင့် သဘောတူညီထားသည်။ နောက်ပိုင်းတွင် သင်၏ ကျန်းမာရေးစီမံချက်မှ ဆေးဘက်နှင့် စပ်လျဉ်းသည့် ကျန်းမာရေးအကျိုးအမြတ်ဆိုင်ရာ လက်စွဲစာအုပ်ကို ရရှိမည်ဖြစ်သည်။ ထိုစာအုပ်တွင် သင် ရရှိနိုင်သော အကျိုးအမြတ်များ အသေးစိတ်ကို ဖော်ပြထားမည်ဖြစ်သည်။

ပိုမိုကောင်းမွန်သော စောင့်ရှောက်မှုအား ထောက်ပံ့ပေးသွားမည်ဟူသော ကျွန်ုပ်တို့ ကတိကဝတ်ပြုချက်၏ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းအနေနှင့် Apple Health Foster Care အစီအစဉ်သည် စီစဉ်ထားသော စောင့်ရှောက်မှု (Managed Care) ဟူ၍ သိရှိထားသော ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ နှင့် အပြုအမူပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများကို ထောက်ပံ့ပေးလျက် ရှိပါသည်။ စီစဉ်ထားသော စောင့်ရှောက်မှု နှင့်အတူ Managed Care အစီအစဉ်သည် သင်၏ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ နှင့် အပြုအမူပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှု နှစ်မျိုးစလုံးအား စုစည်းစီမံပေးကာ ပေးချေပေးသွားမည် ဖြစ်သည်။

## Apple Health ဝန်ဆောင်မှုများ

ရရှိနိုင်သည့်ဝန်ဆောင်မှုအချို့ရှိပါသည်

- ကြိုတင်ကာကွယ်ခြင်းနှင့် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ဝန်ဆောင်မှုများ နှင့် နာတာရှည်ရောဂါစီမံမှု အပါအဝင် လိုအပ်သော စောင့်ရှောက်မှုများအတွက် ဆရာဝန်တစ်ဦး သို့မဟုတ် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ကျွမ်းကျင်သူနှင့် တွေ့ဆုံခြင်း
- အရေးပေါ်ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု
- ခံတွင်းနှင့် အမြင်စောင့်ရှောက်မှုအပါအဝင် ကလေးသူငယ်စောင့်ရှောက်ရေး ဝန်ဆောင်မှု
- ဓါတ်ခွဲခန်းဝန်ဆောင်မှု
- ဆေးညွှန်းတွင်ပါသော ဆေးဝါးများ
- ဆေးရုံတက်ရောက်ခြင်း
- အရေးပေါ်ကား ဝန်ဆောင်မှု
- ပြန်လည်ထူထောင်မှုများနှင့် နေထိုင်မှုအတွက် ဝန်ဆောင်မှုများနှင့် ကိရိယာများ
- စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှု
- မိခင်နှင့် မွေးကင်းစကလေးငယ် စောင့်ရှောက်မှု

ယခုစာရင်းသည် အထွေထွေ အချက်အလက်များသာဖြစ်ပြီး AHFC မှ ဝန်ဆောင်မှုကို ကျခံပေးမည် ဟု အာမ မခံပါ။

သင်၏ ကျန်းမာရေးအစီအစဉ်မှ ထပ်မံပြီး အခြား အကျိုးအမြတ်များနှင့် ဝန်ဆောင်မှုများကို သိရှိရန် အတွက် အဖွဲ့ဝင် လက်စွဲစာအုပ်ကို ကြည့်ပါ။ သင်အလိုရှိသော ဝန်ဆောင်မှုသည် စာရင်းတွင် ပါဝင်ခြင်းမရှိပါက ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု ပေးအပ်သူ သို့မဟုတ် ကျန်းမာရေးအစီအစဉ်နှင့် ဆက်သွယ်စစ်ဆေးပါ။

## သင်၏ ကျန်းမာရေးအစီအစဉ်

Health Care Authority (HCA) သည် သင့်အာမခံကြေးကိုပေးရန် အောက်ပါ ကျန်းမာရေးအစီအစဉ် များနှင့် စာချုပ်ရှိပါသည်-

Apple Health ဝင်မဆက်သွယ်မှုများ  
 [Coordinated Care of Washington (CC) မှစီမံဆောင်ရွက်သည်]  
 1-844-354-9876 [coordinatedcarehealth.com/members/foster-care.html](https://coordinatedcarehealth.com/members/foster-care.html)

အချို့အခြေအနေများတွင် ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုများကို ကျန်းမာရေးအစီအစဉ်အား စာရင်း သွင်းထားခြင်း မရှိဘဲ ရရှိနိုင်ပါသည်။ အကယ်၍ အောက်ပါအခြေအနေများမှ တစ်ခုခုဟုတ် ထိုထက် ပိုသော အခြေအနေများဖြစ်နေပါက ကျွန်ုပ်တို့၏ မွေးစားစောင့်ရှောက်မှုနှင့် ကလေးမွေးစားခြင်း ဆိုင်ရာ ပံ့ပိုးမှု (Foster Care and Adoption Support) သို့ ချက်ချင်းခေါ်ဆိုနိုင်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့ ဆီဆိုင်ရာရန် စာမျက်နှာ 1-800-562-3022, လိုင်းခွဲ 15480 ကို ဖုန်းခေါ်ပါ။

- **သင့်တွင် ကျန်းမာရေးအာမခံရှိသည်** Apple Health မဟုတ်ဘဲ သို့မဟုတ် သင်သည် Medicare အတွက် အကျိုးပင်သူဖြစ်လာသည်။
- **သင်သည် အိမ်ခြေရာမဲ့ဖြစ်သည်။** ဒေသခံအကာတွင် နေထိုင်သည် သို့မဟုတ် ယာယီလိပ်စာရှိ သည်။
- **သင်သည် အမေရိကန်အိန္ဒိယနန်း သို့မဟုတ် အလက်စကာနယ်များ ဖြစ်သည်။** လူကြီးအနေဖြင့် ပိုမိုလွှမ်းမိုးခြင်းကောင်းမွန်သော အခြားသော ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုအစီအစဉ်တစ်ခုအား ရွေးချယ်မှု ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။
- **သင့်တွင် မှန်ကန်ကြောင်းအတည်ပြုပေးနိုင်သည့် ကျန်းမာရေးအခြေအနေရှိနေပြီ**၊ ထောက်ပံ့မှုပေးအပ်သူ သို့မဟုတ် ကျန်းမာရေး အစီအစဉ် ပြောင်းလဲမှုသည် သင် ကုသမှုကို နှောင့်ယှက်ပေးနိုင်ခြင်း သို့မဟုတ် သင်၏ ကျန်းမာရေးအခြေအနေ ဆိုးရွားလာနိုင်ခြင်း။

**အကယ်၍ သင်မှ အောက်ပါတို့ဖြစ်ပေါ်နေပါက ကျန်းမာရေးအစီအစဉ် အဖွဲ့ဝင်များ ဝန်ဆောင်မှု ဖုန်းနံပါတ်ကို ဆက်သွယ်ပါ-**

- ကျန်းမာရေးအစီအစဉ်တွင် ပြဿနာရှိနေခြင်း ။
- အဓိက ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်သူ (PCP) ရရှိလိုခြင်း ။
- သင်၏ အဓိက ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်သူ (PCP) ပြောင်းလဲ လိုခြင်း။
- ကျန်းမာရေးအစီအစဉ် ID ကဒ်ပျောက်ပြီး ထပ်မံရရှိလိုခြင်း။
- အထူးကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု လိုအပ်ခြင်း (သို့မဟုတ် သင်၏ ကလေးငယ်မှ လိုအပ်ခြင်း)။
- စိတ်ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများ ရရှိရန် လိုအပ်ခြင်း ။

\*ကျွန်ုပ်တို့သည် အဆိုပါအကျိုးခံစားခွင့်များကို လက်ခံရရှိနေသည့်လူ ပုဂ္ဂိုလ်ကိုဖော်ထုတ်ပေးသည့် ဤလက်ကမ်းစာစောင်တစ်လျှောက်လုံးတွင် "သင်" ဟု အသုံးပြုပါမည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် အချိန်များစွာ တွင် အကျိုးခံစားခွင့်များကို လက်ခံရရှိနေသည့် ကလေးတစ်ယောက်အတွက် တာဝန်ရှိသည့် လူကြီး တစ်ယောက်သည် ဤလက်ကမ်းစာစောင်ကို အမှန်တကယ်ဖတ်ရှုနေသည်ဟု နားလည် သဘောပေါက်ပါသည်။

\*\*အကယ်၍ သင်သည် သတ်မှတ်ချက်များနှင့် ကိုက်ညီပါက ကျန်းမာရေးအစီအစဉ်သို့ ဆက်သွယ်ပါ။





### သင်၏ ဝန်ဆောင်မှုကဒ်



လူတစ်ဦးချင်းစီသည် စာတွင် ကဒ်နှစ်ကဒ်ကို လက်ခံရရှိ မည် ဖြစ်သည်။ ပထမတစ်ခုသည် သင့်တွင် Washington Apple Health အာမခံရှိသော်လည်း သင် လက်ခံရရှိထား သည့် သင်၏ ဝန်ဆောင်မှုပေးသော ကဒ်ဖြစ်သည်။ ဝန်ဆောင်မှုကဒ် အသစ်ကို အသုံးပြု၍ ရရှိစေရန် ဆောင်ရွက်မှုပြုလုပ်ရန် မလိုပါ။ HCA က သင့်ထံသို့ စာမပို့ခင်ကတည်းက အသုံးပြု၍ ရ

ရရှိစေရန် ဆောင်ရွက်မှု ပြုလုပ်ပြီးဖြစ်ပါသည်။ မိသားစု ဝင်တစ်ဦးချင်းထံ၌ ၎င်းတို့၏ သက်တမ်း တစ်လျှောက် အသုံးပြုသွားရမည့် သက်ဆိုင်ရာ ProviderOne သုံးစွဲသူ နံပါတ်များ ရှိပါသည်။

သင်၏ ဝန်ဆောင်မှုကဒ်အတွင်း ပါဝင်သည်များမှာ -

- ProviderOne ID နံပါတ်
- ထုတ်ပြန်ပေးသော နေ့စွဲ
- ProviderOne ဝက်ဘ်ဆိုဒ်
- သုံးစွဲသူ ဝန်ဆောင်မှု ဆက်သွယ်လိပ်စာ အချက်အလက်များ

သင်သည် သင့်ဝန်ဆောင်မှုများကဒ်ကို နှစ်ပတ်အတွင်းလက်ခံရရှိခြင်းမရှိပါက သို့မဟုတ် သင့်ကဒ် ပျောက်ဆုံးပါက ကျေးဇူးပြုပြီး မွေးစားစောင့်ရှောက်မှုနှင့် ကလေးမွေးစားခြင်းဆိုင်ရာ ပံ့ပိုးကူညီမှု (Foster Care and Adoption Support) သို့ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။ ကျွန်ုပ်တို့ဆီရောက်ရန် စာမျက်နှာ 1-800-562-3022, လိုင်းခွဲ 15480 ကိုဖုန်းခေါ်ပါ။

ဒုတိယကဒ်သည် သင့်စောင့်ရှောက်မှုကိုစီမံပေးမည့် ကျန်းမာရေးစီမံချက်မှာ ရောက်လာမည်။ သင့်အိမ်အတွင်းရှိ AHFC အတွက် ကိုက်ညီသူ အိမ်ထောင်စုဝင်များအားလုံးသည် သူတို့အတွက် ကိုယ်ပိုင် ဝန်ဆောင်မှုကဒ်များ ရရှိမည်ဖြစ်သည်။ လူတစ်ဦးချင်းစီ အတွက် မတူညီသည့် ProviderOne ဖောက်သည် နံပါတ်သည် သူတို့အတွက် ဘဝတစ်လျှောက်လုံး ရှိနေမည်ဖြစ်သည်။

### သင်၏ AHFC (Apple Health Foster Care) ကျန်းမာရေးအစီအစဉ် ကဒ်



Apple Health တွင် မှတ်ပုံတင်ပြီး ရက်သတ္တပတ်အနည်းငယ် အတွင်းတွင် ကျန်းမာရေးအစီအစဉ် ID ကဒ် ထို့အတူ ခေါက်တာ သို့မဟုတ် ပင်မ ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုပေးအပ်သူ (PCP) တို့အား မည်သို့ရွေးချယ်ရမည့် အချက်အလက်များ ရရှိမည်ဖြစ်သည်။ သင်၏ ကျန်းမာရေးအစီအစဉ် ID ကဒ်သည် အောက်

တွင်ပြထားသည်မှ တစ်ခုနှင့် တူညီမည်ဖြစ်သည်။ ယခုကဒ်ကိုလည်း သိမ်းဆည်းထားပါ။ သင်၏ ဝန်ဆောင်မှုကဒ်နှင့် ကျန်းမာရေးအစီအစဉ် ကဒ် နှစ်မျိုးလုံးကို သင်မှ ဆရာဝန်၊ ဆေးခန်း သို့မဟုတ် အခြား ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ပေးသူထံသို့ သွားရောက်ရာတွင် ယူဆောင်သွားပါ။ ဓါတ်ပုံ ID လည်း လိုအပ်နိုင်ပါသည်။

### ProviderOne

ဝန်ဆောင်မှုကဒ်အပေါ်တွင် "ProviderOne" ဟူ၍ တွေ့မည် ဖြစ်သည်။ ProviderOne သည် ကျန်းမာရေးအစီအစဉ်နှင့် ပူးပေါင်း ဆောင်ရွက်ခြင်းနှင့် သင့်အား အရေးပါသော အချက်အလက်များကို အကြိမ်များစွာ ပေးပို့နိုင်သည့် HCA ၏ သတင်းပေးသော စနစ်ဖြစ်သည်။ ကဒ်ပေါ်ပါရှိသော နံပါတ်သည် သင်၏ ProviderOne ဖောက်သည်နံပါတ်ဖြစ်သည်။

# သင့်ကဒ်မရောက်ခင် သင်သည် ဆရာဝန်တစ်ယောက် သို့မဟုတ် ဆေးညွှန်းတစ်ခုကိုလိုအပ်ပါက

ပင်မစောင့်ရှောက်မှုပေးသူ (PCP) တစ်ဦးကို ရွေးချယ်ရန် အရေးကြီးပါသည်။ သင်သည် PCP တစ်ဦးကို မရွေးချယ်လျှင် သင်၏ ကျန်းမာရေး အစီအစဉ်ကို ရွေးချယ်လိမ့်မည်။ **သင်၏ PCP သည် သင်တွေ့ရမည့် အဓိက ကျန်းမာရေး ကျွမ်းကျင် အတတ်ပညာရှင်ဖြစ်ပါသည်။** သူတို့သည် သင်၏ ကျန်းမာရေး သမိုင်းကြောင်း၊ လက်ရှိ ကျန်းမာရေး ကိစ္စများနှင့် ရင်းနှီးလာပါလိမ့်မည်ဖြစ်ပြီး သင့်ကို ကျွမ်းကျင်သူများဆီသို့ ညွှန်ပေးနိုင်ပါသည်။ သီးသန့် PCP တစ်ဦးရှိခြင်းသည် သင်၏ ကျန်းမာရေး ကို စောင့်ရှောက်ရန် လွယ်ကူစေပါသည်။

သင်သည် ကဒ် မရရှိခင် ဆရာဝန်တစ်ယောက် သို့မဟုတ် ဆေးညွှန်းစာဖြည့်ရန် လိုအပ်ပါက (၎င်းကွန်ရက်တွင်) ကျန်းမာရေးအစီအစဉ်နှင့် စာချုပ်ပြုလုပ်ထားမှုများရှိသည့် မည်သည့် ဆရာဝန်၊ ကျန်းမာရေးဆေးခန်း သို့မဟုတ် ဆေးဆိုင်သို့ သွားရောက်နိုင်ပါသည်။ ပန်ဆောင်မှုကဒ် သို့မဟုတ် ကျန်းမာရေးအစီအစဉ်ကဒ် မရရှိသေးလျှင်တောင်မှ ကျန်းမာရေးအစီအစဉ်အား ခေါ်ဆိုပြီး အကူအညီ ရရှိနိုင်ပါသည်။ ဥပမာ၊ သင့်နေရာရှိ ပင်မ စောင့်ရှောက်မှုပေးသူတစ်ယောက်နှင့် အတူ ဆက်သွယ်ခြင်းလိုအပ်ပါက သင့်အစီအစဉ်ကို ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။

## ပင်မ စောင့်ရှောက်မှုပေးသူတစ်ယောက်ကိုရွေးချယ်ခြင်း

ပင်မ စောင့်ရှောက်မှုပေးသူ (PCP) ကို ရွေးချယ်ရန် အတွက် သင့်ထံသို့ပေးပို့ထားသော ကျန်းမာရေးအစီအစဉ် ညွှန်ကြားချက်များကို လိုက်နာပါ။ သို့မဟုတ် သင့်ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု အဖွဲ့ပင် ပန်ဆောင်မှု ဖုန်းနံပါတ်သို့ ခေါ်ဆိုပါ။ သင်၏ ကျန်းမာရေးအစီအစဉ် ပတ်ဆိုင်မှ တစ်ဆင့်လည်း (PCP) ကို ရွေးချယ်နိုင်ပါသည်။

အကယ်၍ သင်သည် သင်သဘောကျသည့် (PCP) နှင့် ယခင်ကတည်းက တွေ့ဆုံနေကျဖြစ်နေပါက သို့မဟုတ် သင်ပြသလိုသည့် တစ်ယောက်အကြောင်းကြားမိနေပါက ထိုသူကို ပြသရန် မေးမြန်းနိုင်ပါသည်။ သို့သော် သင်၏ (PCP) သည် သင် ကျန်းမာရေး အစီအစဉ် ကွန်ရက်နှင့် ချိတ်ဆက်ထားသူဖြစ်ရမည်ဖြစ်ပါသည်။

## သင်သည် စောင့်ရှောက်မှုကို လိုအပ်ပါက

|                                     |  |
|-------------------------------------|--|
| သင်သည် စောင့်ရှောက်မှုကို လိုအပ်ပါက | ပင်မပြုစောင့်ရှောက်မှုပေးသော သူ (PCP) နှင့် တွေ့ဆုံခွင့် ရရှိစေရန်ဆောင်ရွက်ပါ။ ၁၀ ရက်အတွင်းတွင် (PCP) သို့မဟုတ် အခြား ထောက်ပံ့ပေးသူနှင့် တွေ့ဆုံနိုင်ရန် ရုံးတစ်ရုံးကို ဆောင်ရွက်ပါ။   |
| ကြိုတင်ကာကွယ်ခြင်း စောင့်ရှောက်မှု  | ပင်မပြုစောင့်ရှောက်မှုပေးသော သူ(PCP) နှင့် သို့မဟုတ် အခြား ထောက်ပံ့ပေးသူနှင့် တွေ့ဆုံခွင့် ရရှိစေရန်ဆောင်ရွက်ပါ။ ရက် ၃၀ အတွင်း တွေ့ဆုံခွင့်ရရန်ဆောင်ရွက်ပါ။  |
| ညရေးညတာ ပြုစောင့်ရှောက်မှုအတွက်     | သင်၏ ကျန်းမာရေးအစီအစဉ်မှ သူနာပြု၏ အကြံဉာဏ်ပေးသော ဖုန်းလိုင်းအား တစ်ပတ်လျှင် ၇ ရက် တစ်ရက်လျှင် ၂၄ နာရီ အချိန်အတွင်းတွင်ခေါ်ဆိုပါ။   |
| အရေးကြီး ပြုစောင့်ရှောက်မှုအတွက်    | သင်၏ ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု အစီအစဉ်နှင့် စာချုပ်ရှိနေသည့် အရေးကြီးပြုစောင့်ရှောက်မှု စင်တာ သို့သွားပါ။ သို့မဟုတ် သင်၏ (PCP) သို့မဟုတ် သူနာပြုအကြံပေးဖုန်းလိုင်းအား ခေါ်ဆိုပါ။ ၂၄ နာရီအတွင်း သင်၏ (PCP) သို့မဟုတ် အခြား ထောက်ပံ့ပေးသူနှင့် တွေ့ဆုံနိုင်ရန် ဆောင်ရွက်ပါ။                                       |
| အိမ်ပြင်ပ ပြုစောင့်ရှောက်ခြင်း      | 911 သို့ ခေါ်ဆိုပါ သို့မဟုတ် ကူညီပေးနိုင်သည့် အနီးဆုံး အရေးပေါ်ထောက်ပံ့ပေးနိုင်သည့် နေရာ သို့သွားပါ။ သင် သို့မဟုတ် သင့်အသိ မှ သင်၏ PCP သို့မဟုတ် သင်၏ ကျန်းမာရေး အစီအစဉ် သို့ သင်၏ အရေးပေါ်အခြေအနေကို မြန်နိုင်သမျှ မြန်မြန် ဆက်သွယ် တင်ပြပါ။ တစ်ပတ်ကို ၇ ရက်လုံး တစ်ရက်ကို ၂၄ နာရီ ကာလပတ်လုံးခေါ်ဆိုနိုင်ပါသည်။ |
| အိမ်ပြင်ပ ပြုစောင့်ရှောက်ခြင်း      | အရေးပေါ်မဟုတ်ပါက၊ သင်၏ PCP သို့မဟုတ် သူနာပြုမှ အကြံပေးလိုင်းသို့ခေါ်ဆိုပါ။   |

သင့် PCP အတွက် မည်သည့် လိင်အမျိုးအစားကို နှစ်သက်သည်ကို သင်သတ်မှတ်နိုင်ပါသည်။ သင့်အသုံးပြုသည့် ဘာသာစကား အသုံးပြုသော ထောက်ပံ့ပေးသူ၊ သင် မသန်စွမ်းဖြစ်သည့်အခြေအနေအား အထူးပြုသူ သို့မဟုတ် သင်၏ ယဉ်ကျေးမှုအား နားလည်သည့်သူအားလည်း မေးမြန်းရွေးချယ်နိုင်ပါသည်။

သင်၏ (PCP) သည် သင့်အတွက် သက်တောင့် သက်သာရှိသည့် သူသာဖြစ်သင့်ပါသည်။ ထို (PCP) နှင့် မည်သည့်အကြောင်းအရာကိုမဆို နှစ်သက် ပျော်ရွှင်မှု မရှိပါက အခြား (PCP) အား ပြောင်းလဲရန်အတွက် အစီအစဉ် အဖွဲ့ဝင် ပန်ဆောင်မှု ဖုန်းနံပါတ်သို့ မည်သည့်အချိန်တွင် မဆို ခေါ်ဆိုနိုင်ပါသည်။

## တွေ့ဆုံခွင့်ရရှိရန် မည်သို့ပြုလုပ်ရမည်နည်း

(PCP) ရွေးချယ်ပြီးပါက တွေ့ဆုံခွင့်ရရန်ဆောင်ရွက်ပါ။ (PCP) အားတွေ့ဆုံရန် တွေ့ဆုံခွင့်ရှိရမည်ဖြစ်ပါသည်။ သင့်တွင် ချက်ချင်း ဆောင်ရွက်ရမည့် ကျန်းမာရေးပြဿနာ သို့မဟုတ် လိုအပ်ချက် ရှိနေပါက သင်၏ (PCP) နှင့် ရက်အနည်းငယ်အတွင်း တွေ့ဆုံနိုင်ရန် ဆောင်ရွက်ပါ။

EPSDT ၏အဓိပ္ပာယ်မှာ စောစီးစွာနှင့်မကြာခဏ စခရင်၊ စစ်ဆေးပြီးကုသမှုစစ်ဆေးမှုဖြစ်ပါသည်။ အိမ်ပြင်ပ နေရာချထားမှုတွင် ကလေး/လူငယ်တိုင်း သည် Foster Care ၊ အမျိုးအဆွေ သို့မဟုတ် သင့်တော်သည့်နေရာချထားမှု မှတစ်ဆင့် လာသည့်စောင့်ရှောက်မှု ရက် 30 အတွင်း **EPSDT စစ်ဆေးမှု**ကို လက်ခံရရှိသင့်ပါသည်။

# အပြုအမူပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှု

Apple Health Foster Care တွင် မှတ်ပုံတင်ထားပါက စိတ်ကျန်းမာရေးနှင့် ကစဉ်ကလေးဖြစ်မှုများ အတွက် ဝန်ဆောင်မှုပေးရသည့်အရာများအသုံးပြုမှုများ အားလုံးလက်ခံရရှိမည်ဖြစ်ပါသည်။ (အပြုအမူပိုင်းဆိုင်ရာဝန်ဆောင်မှုများဟု ပူးတွဲသိကြပါသည်) သင်၏ စီစဉ်ထားသော စောင့်ရှောက်မှု (Managed Care) အစီအစဉ် အကျိုးခံစားခွင့် ပတ်ကျော်အတွင်းတွင် အပြုအမူပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများ ပါဝင်ပါသည်။ တစ်ခုတည်းသော အပြောင်းအလဲမှာ ၎င်းစီစဉ်ထားသော စောင့်ရှောက်မှု (Managed Care) အစီအစဉ် (Apple Health Core Connections (Coordinated Care of Washington) သည် ဒေသခံ အပြုအမူပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး အဖွဲ့အစည်း (BHO) တစ်ခု၏ကိုယ်စား ဤဝန်ဆောင်မှုများကို အကျိုးပင်လွှမ်းခြံပေးသွားမည် ဖြစ်ပါသည်။

အကယ်၍ သင့်စောင့်ရှောက်မှုနှင့်စပ်လျဉ်းပြီး ပူးပေါင်းကူညီမှုလိုအပ်ပါက သင့်ကျန်းမာရေးအစီအစဉ် သို့မဟုတ် ပင်မစောင့်ရှောက်မှုပေးအပ်သူကို ဆက်သွယ်ပါ။

## ထပ်ဆောင်း အပြုအမူပိုင်းဆိုင်ရာကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများရရှိနိုင်ရန် -

- ၂၄ နာရီ၊ ငွေကုန်ကြေးကျမရှိ လုံခြုံမှုရှိသည့် ဝါရှင်တန် ပြန်လည်ဆောင်ရွက်ခြင်း ကူညီမှု ဖုန်းလိုင်း 1-866-789-1511 (TTY 1-206-461-3219) အား ခေါ်ဆိုပါ သို့မဟုတ်
  - [waRecoveryHelpLine.org](http://waRecoveryHelpLine.org) သို့ သွားပါ
- မှတ်သားရန်- အပြုအမူကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ အကျိုးအမြတ် နှင့်စပ်လျဉ်းသည့် စာအုပ်ငယ်ကို [hca.wa.gov/mental-health-benefits](http://hca.wa.gov/mental-health-benefits).
- အပြုအမူကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ ကုသမှုနှင့် HCA မှ ပေးချေသည့် ဝန်ဆောင်မှုများနှင့် စပ်လျဉ်းပြီး ပိုမိုသိရှိလိုပါက [hca.wa.gov/mental-health-and-addiction-services](http://hca.wa.gov/mental-health-and-addiction-services) သို့သွားပါ။

# ကစဉ်ကလေးကုသခြင်းအတွက် အသုံးပြုသော ဝန်ဆောင်မှုများတွင် ပါဝင်နိုင်သည် များမှာ-

**အကဲဖြတ်ခြင်း** — ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်သူမှ သင့်အား မည်သည့် ဝန်ဆောင်မှုလိုအပ်သည်ကို ဆုံးဖြတ် နိုင်ရန်အတွက် "အင်တာဗျူး" တစ်ခု။

**အကျဉ်းချုပ်ဆောင်ရွက်သည့် ကုသမှု** — ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်သူမှ သင့်အား မည်သည့် ဝန်ဆောင်မှုလိုအပ်သည်ကို ဆုံးဖြတ် နိုင်ရန်အတွက် "အင်တာဗျူး" တစ်ခု။

**စွဲလမ်းမှုအား ဖြတ်သည့် အစီအစဉ် (Detoxification)** — အချိန်အတော်ကြာ အသုံးပြုထားသည့် အရက် သို့မဟုတ် အခြားဆေးဝါးများ အသုံးပြုမှုကို လျော့ချရာတွင် အသုံးပြုခြင်းရပ်တံ့လိုက်သည့် အခါ စိတ်ချရသည်အထိ ကူညီသည်။ (MCO မှ ဆေးရုံတွင် ကုသမှုကို ကျခံပေးသည်။) ယခု ဝန်ဆောင်မှုမပြုလုပ်ခင် ပြင်ပလူနာများအတွက်ပြုလုပ်သည့် အကဲဖြတ်ချက်ကို ဆောင်ရွက်ရန် မလိုပါ။

**ပြင်ပလူနာကုသမှု** — သီးခြားသို့မဟုတ် အုပ်စုလိုက် ဆွေးနွေးမေးမြန်းခြင်း အပိုင်းကို ပိုမို မကြာခင် ဆောင်ရွက်သည်။

**တက်ရောက်ကုသသူများအတွက် ကုသမှု** — သီးခြားသို့မဟုတ် အုပ်စုလိုက် ဆွေးနွေးမေးမြန်းခြင်း အပိုင်းကို ပိုမို မကြာခင် ဆောင်ရွက်သည်။

**တက်ရောက်ကုသသူများအတွက် ကုသမှု** — မဖြစ်မနေဆောင်ရွက်ရမည့် အစီအစဉ် တစ်ခု ၊ သီးခြားသို့မဟုတ် အုပ်စုလိုက် ဆွေးနွေးမေးမြန်းခြင်း နှင့် ပညာပေးခြင်းကို အသေးစိတ် ဆောင်ရွက်ထားသည့် ဝန်ဆောင်မှုမှ တစ်ရက်လျှင် ၂၄နာရီကျ ပေးအပ်ပါသည်။

**ဘိန်းအစားထိုးကုသခြင်း ဝန်ဆောင်မှု** — ဘိန်းစွဲလမ်းမှုအတွက် ကုသမှုနှင့် ပြင်ပလူနာအဖြစ် ကုသဆောင်ရွက်မှုရရှိစေနိုင်ခြင်း။ ခွင့်ပြုထားပြီးဖြစ်သော ဆေးဝါးများနှင့် ဆွေးနွေးမေးမြန်းခြင်းများ ပါဝင်ပါသည်။

**အဖြစ်အပျက် စီမံခြင်းအစီအစဉ်** — ဆေးဝါးရှာဖွေခြင်း၊ လူမှုရေး၊ အသိပညာနှင့် အခြားဝန်ဆောင်မှုများ ရှာဖွေရာတွင် ကူညီခြင်း ။







# စိတ်ကျန်းမာရေးအတွက် ဝန်ဆောင်မှုများတွင် ပါဝင်နိုင်သည်များမှာ-

**အသုံးပြုမှုအား သုံးသပ်ခြင်း** — သင်၏ လိုအပ်ချက်နှင့် ရည်မှန်းချက်အား ပုံဖော်ခြင်း၊ သင့်ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု ထောက်ပံ့သူအား အခြားဝန်ဆောင်မှုများအား ပြုလုပ်ပေးရန် အကြံပြုခြင်းနှင့် ကုသမှုအား အစီအစဉ်ပြုလုပ်ခြင်းတွင် ကူညီခြင်း။

**ဆေးဝါးပေးအပ်ခြင်းစီမံမှု** — လိုင်စင်ရ ပန်ထမ်းများမှ ဆေးများအကြောင်း ဖော်ပြရှင်းလင်းပြီး နောက်ဆက်တွဲ ဆိုးကျိုးများအကြောင်း သင့်အားပြောပြခြင်း။

**ဆေးဝါးပေးအပ်ခြင်းစီမံမှု** — လိုင်စင်ရ ပန်ထမ်းများမှ ဆေးများအကြောင်း ဖော်ပြရှင်းလင်းပြီး နောက်ဆက်တွဲ ဆိုးကျိုးများအကြောင်း သင့်အားပြောပြခြင်း။

**ဆေးဝါးသုံးစွဲမှုအား ကြပ်မတ်ခြင်း** — သင်၏ ဆေးဝါးသုံးစွဲမှု အကျိုးသက်ရောက်ခြင်းရှိမရှိအား စစ်ဆေးခြင်းနှင့် ဆေးဝါးအချိန်မှန် သုံးစွဲရန် ကူညီပေးသည့် ဝန်ဆောင်မှု။

**အုပ်စုလိုက် ကုသပေးသည့် ဝန်ဆောင်မှု** — အခြား သင်ကဲ့သို့ပင် ကြုံတွေ့ရဆိုင်နေသူများနှင့်အတူ ဆွေးနွေးခြင်း။

**အချင်းချင်း ထောက်ပံ့မှု** — သင့်အား ကူညီရန် လေ့ကျင့်ပေးထားသည့် တစ်ဦးချင်းစီ၏ ထောက်ပံ့မှုဖြင့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးစနစ်ကို လမ်းညွှန်ပေးခြင်းနှင့် သင့်ရည်မှန်းချက်များကို အောင်မြင်မှုရရှိစေခြင်းအတွက် အကူအညီပေးခြင်း။

**အကျဉ်းချုပ်ဆောင်ရွက်ခြင်း နှင့်ကုသခြင်း** — အသေးစိတ်ပြဿနာ အပေါ်တွင် အခြေခံပြီး ရက်တို ဆွေးနွေးပေးခြင်း။

**မိသားစုလိုက် ကုသခြင်း** — အားကြီးသည့် ဆက်ဆံရေးမျိုးရရှိစေနိုင်ရန်နှင့် ပြဿနာများအား ဖြေရှင်းနိုင်ရန်အတွက် မိသားစုလိုက် ဗဟိုပြု ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ခြင်း။

**လေးနက်သည့် ကုသမှု** — သင်၏ သီးခြားအစီအစဉ်မှ ရည်ရွယ်ချက်များရရှိစေရန်အတွက် စိတ်ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးအပ်သူများ အဖွဲ့မှ ပေးအပ်သည့် ဝန်ဆောင်မှု။

**စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ပညာပေးရေး ကုသမှု** — စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ချို့ယွင်းမှုအကြောင်းပညာပေး၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာကျန်းမာရေးကုသမှု ရွေးချယ်ချက်များဆေးဝါးအသုံးပြုမှုများ နှင့် ထောက်ပံ့ကူညီခြင်းအပါအဝင် နှင့်/သို့မဟုတ် ကူညီထောက်ပံ့ပေးသည့် ဝန်ဆောင်မှုများပါဝင်သည့် ပြန်လည်ကောင်းမွန်လာစေရေးများ။

**နေ့စဉ်ပိုင်း ကူညီဆောင်ရွက်ခြင်း** — အခြားသူများအား မှီခိုမှုရရှိမနေစေဘဲ သီးခြားရပ်တည်နိုင်သည့် စွမ်းရည် ရရှိလာစေရန် ကူညီခြင်း သို့မဟုတ် ထိရောက်သည့် အစီအစဉ်ကို သင်ကြားပေးခြင်း။

**အကဲဖြတ်သုံးသပ်ခြင်းနှင့် ကုသခြင်း/ အသိုက်အဝန်းမှ ပြုစုဆောင်ရွက်ပေးခြင်း** — ဆေးရုံတက်ရောက်ကုသမှုများအတွက် ဆေးဝါးပိုင်းဆိုင်ရာ အခက်အခဲအုပ်စုကို ပြုစုစောင့်ရှောက်ပေးခြင်း။ ယခု ဝန်ဆောင်မှု မပြုလုပ်ရသေးပါက ပြင်ပလူနာများဆောင်ရွက်ရသည့် အကဲဖြတ်ချက်ကို ဆောင်ရွက်ရန်မလိုပါ။

**တည်ငြိမ်စိတ်ချစေရေး ဝန်ဆောင်မှု** — သင်၏ အိမ် သို့မဟုတ် အိမ်ကဲ့သော အခြေအနေများတွင် ကူညီထောက်ပံ့ပေးပြီး ဆေးရုံတွင် တက်ရောက် ကုသမှုများ ကာကွယ်ပေးသည့် ဝန်ဆောင်မှု။ ယခု ဝန်ဆောင်မှု မပြုလုပ်ရသေးပါက ပြင်ပလူနာများဆောင်ရွက်ရသည့် အကဲဖြတ်ချက်ကို ဆောင်ရွက်ရန်မလိုပါ။

**အကောင်းပကတိအတိုင်းဖြစ်စေဆောင်ရွက်မှု စီမံချက်** — အတွင်းလူနာနှင့် ပြင်ပလူနာအကြား စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး ပူးပေါင်းဝန်ဆောင်မှု ဆောင်ရွက်ခြင်း။ ယခု ဝန်ဆောင်မှု မပြုလုပ်ရသေးပါက ပြင်ပလူနာများဆောင်ရွက်ရသည့် အကဲဖြတ်ချက်ကို ဆောင်ရွက်ရန်မလိုပါ။

**နေထိုင်သည့်နေရာတွင်ပင် စိတ်ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုပေးခြင်း** — အကယ်၍ အုပ်စုလိုက် နေထိုင်ပါက သင်နေထိုင်သည့် နေရာတွင်လာရောက်၍ ဝန်ဆောင်မှုပေးခြင်း။

**ထူးခြားလူဦးရေများအတွက် အကဲဖြတ်ဆောင်ရွက်ခြင်း** — ထူးခြား လူဦးရေများဖြစ်သည့် ကလေးများ၊ သက်ကြီးရွယ်အိုများ သို့မဟုတ် အခြားသမားတို့အား ကျန်းမာရေးအခြေအနေများရှိသည့် တစ်ဦးချင်းစီအတွက် အထူးပြု လုပ်ကိုင်ပေးနေသူထံမှ ကူညီထောက်ပံ့သော ကုသရေးအစီအစဉ်။

**စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အကဲဖြတ်စစ်ဆေးခြင်း** — ဆေးစစ်တမ်း၊ အကဲဖြတ်ချက် နှင့် ကုသပေးမှုများ စီစဉ်ခြင်းများတွင် ကူညီသည့် စစ်ဆေးချက်။



## အခက်အခဲဝန်ဆောင်မှုများ

အကယ်၍ သင်တွင် အခက်အခဲများဖြစ်ပေါ်နေပါက အခက်အခဲဝန်ဆောင်မှုသည် ၂၄ နာရီ ကာလပတ်လုံးထားရှိကာ အဆင်ပြေစေရန် ထားရှိပါသည်။ သင့်လိုအပ်ချက်ကို အကောင်းဆုံး ဖြစ်စေရန်အတွက် တည်နေရာတစ်ခုတွင် ထောက်ပံ့ထားရှိပါသည်။ ယခု ဝန်ဆောင်မှု အတွက် အကဲဖြတ်ချက်ကို ဆောင်ရွက်ရန်မလိုပါ။

- ချက်ချင်းအကူအညီ ရရှိရန်အတွက် ၉၁၁ အားခေါ်ဆိုပါ။ သို့မဟုတ် အနီးဆုံး ဆေးရုံ၏ အရေးပေါ်အခန်းသို့ သွားပါ။ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာကျန်းမာရေး
- အရေးပေါ်အခြေအနေအတွက် ၉၈၈ သို့ ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။ အခက်အခဲများဝန်ဆောင်မှု အတွက် ခွင့်ပြုချက် ရရှိရန်မလိုပါ။
- ပြည်နယ်တစ်ခုချင်းစီအတွက် အခက်အခဲများဝန်ဆောင်မှု လိုင်းများ လမ်းညွှန်ချက် အတွက် [hca.wa.gov/mental-health-crisis-lines](http://hca.wa.gov/mental-health-crisis-lines) သို့သွားပါ။
- Washington Recovery Help Line (ဝါရှင်တန် ပြန်လည်ဆောင်ရွက်ခြင်း ကူညီမှု ဖုန်းလိုင်း) သည် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ ကိစ္စ များဖြင့်ရုန်းကန်နေရသည့်သူများအတွက် ၂၄ နာရီ ပြဿနာဖြေရှင်းပေးသည့် ညွှန်းဆိုလိုင်း ဖြစ်သည်။ 1-866-789-1511 (TTY 1-206-461-3219) အား ခေါ်ဆိုပါ။ [recovery@crisisclinic.org](mailto:recovery@crisisclinic.org) အီးမေးလ်ပို့ပါ။ သို့မဟုတ် [warecoveryhelpline.org](http://warecoveryhelpline.org) ကိုလည်ပတ်ပါ။ ဆယ်ကျော်သက်များသည် သတ်မှတ်ထားသည့် နာရီအတွင်း ဆယ်ကျော်သက်များနှင့်ဆက်သွယ်နိုင်သည်။ 1-866-833-6546 ကိုဖုန်းခေါ်ပါ။ [teenlink@crisisclinic.org](mailto:teenlink@crisisclinic.org) ကိုအီးမေးလ်ပို့ပါ။ သို့မဟုတ် [866teenlink.org](http://866teenlink.org) သို့သွားပါ။
- ပြည်ထောင်စုဆိုင်ရာ မိမိကိုယ်ကို သတ်သေမှု ကာကွယ်ခြင်းအတွက် တစ်သက်တာ လိုင်ခေါ်ဆိုမှုအတွက် : 988 သို့ ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။ သို့မဟုတ် စာသားပေးပို့ပါ။ သို့မဟုတ် 1-800-273-8255 (TTY 1-800-799-4889) ကို ခေါ်ဆိုပါ။

# ကလေးများအတွက် မွေးစားထောက်ပံ့ခြင်းဝန်ဆောင်မှုများကို လက်ခံရရှိ ခြင်း အတွက် ရွေးချယ်ခြင်း နှင့် ယခင် လူငယ်မွေးစားစောင့်ရှောက်မှု အတွက် ထောက်ပံ့ပေးသည်

ပြုစုပျိုးထောင်မှုထောက်ပံ့ခြင်းဆိုင်ရာ ဝန်ဆောင်မှုကို လက်ခံရယူနေခြင်း သို့မဟုတ် သင်မှ အသင်းဝင်(ယခင်က ကနဦးလူငယ်စောင့်ရှောက်မှုကို ခံယူခဲ့သူ)သင်သည် Apple Health Foster Care ၏ စီစဉ်ထားသော စောင့်ရှောက်မှု အစီအစဉ်အတွင်း စာရင်းသွင်းရမည် ဖြစ်သည်။ စီစဉ်ထားသော စောင့်ရှောက်မှုနှင့်အတူ Managed Care အစီအစဉ်သည် သင်၏ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ နှင့် အပြုအမူပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှု နှစ်မျိုးစလုံးအား စုစည်းစီမံပေးကာ ပေးချေပေးသွားမည် ဖြစ်သည်။

Apple Health Foster Care ၏ စီစဉ်ထားသော စောင့်ရှောက်မှု အစီအစဉ်သည် ပြုစုစောင့်ရှောက်မှု နှင့် မွေးစားထောက်ပံ့မှုခံထားရသော ကလေးများ နှင့် လူငယ်များ၊ ထို့ပြင် ယခင်က ပြုစုစောင့်ရှောက်ထားခံရသူများ (ယခင် ပြုစုစောင့်ရှောက်ခံ လူငယ်များ) အစရှိသည်တို့၏ လိုအပ်ချက်များအပေါ် အဓိကအာရုံပြုဆောင်ရွက်သည့် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုဆိုင်ရာ စုစည်းစီမံမှု နှင့် အခြားသော ဝန်ဆောင်မှုများတို့ကို ထောက်ပံ့ပေးပါသည်။

မည်သို့ဆိုစေကာမူ သင်၏ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုကျခံခြင်းဆိုင်ရာ စီမံစောင့်ရှောက်မှုအစီအစဉ်မပါရှိဘဲနှင့် Apple Health ကျခံပေးသည့်အစီအစဉ်ကို ပြောင်းလဲနိုင်စွမ်းရှိပါသည်။ (ဝန်ဆောင်မှုအခမဲ့ဟုလည်း ခေါ်ဆိုပါသည်) ထိုကဲ့သို့ဖြစ်ပါက သင့်အပြုအမူပိုင်းဆိုင်ရာ ဝန်ဆောင်မှုများအတွက် အခြားသော ရွေးချယ်နိုင်မှုများ ရှိပါသည်။ စာမျက်နှာ 12 တွင် သင့်နိုင်ငံတွင် ရနိုင်သော အပြုအမူပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများသာလျှင်(BHSO) အစီအစဉ်များကို ကြည့်ပါ။

ယခုစာအုပ်ငယ်အား ပြန်လည်ကြည့်ရှုပြီးသည့်နောက်တွင် စီစဉ်ထားသော စောင့်ရှောက်မှု တစ်ခုမရှိဘဲနှင့် ကျခံပေးမှုများကို ပြောင်းလဲရန် ဆုံးဖြတ်လိုက်ပါက မွေးစားစောင့်ရှောက်မှုနှင့် ကလေးမွေးစားခြင်းဆိုင်ရာ ပံ့ပိုးကူညီမှု (Foster Care and Adoption Support) အဖွဲ့ - 1-800-562-3022 တဆင့်နံပါတ် 15480 ကို ဆက်သွယ်ပါ။





# အမေရိကန် အင်ဒီးယန်းများနှင့် အလက်စ်ကာ နွယ်ဖွား များအတွက် သတင်းအချက်အလက်

သင်သည် အမေရိကန် အင်ဒီးယန်း သို့မဟုတ် အလက်စ်ကာနွယ်ဖွားတစ်ဦးဖြစ်ပါက ဆီယက်တစ် အင်ဒီးယန်း ကျန်းမာရေး ဘုတ်အဖွဲ့ (Seattle Indian Health Board) သို့မဟုတ် စပတ်ကိန်း နေ့တစ်စိတ်စိတ် (NATIVE Project of Spokane) ကဲ့သို့သော အင်ဒီးယန်း ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုအဖွဲ့အစည်း၊ မျိုးနွယ်စုဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု အစီအစဉ် သို့မဟုတ် မြို့ပြအင်ဒီးယန်း ကျန်းမာရေးအစီအစဉ် (UIHP) တို့မှတစ်ဆင့် အထွေထွေဝန်ဆောင်မှုများကို သင် ရရှိနိုင်ပါသည်။ ပံ့ပိုးသူများသည် သင်၏ ယဉ်ကျေးမှု၊ အသိုင်းအဝိုင်း နှင့် ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု လိုအပ်ချက်များကို သိရှိပါသည်။

၎င်းတို့အနေဖြင့် သင်လိုအပ်သည့် စောင့်ရှောက်မှုများကို ပေးအပ်ခြင်း သို့မဟုတ် အထူးကုများ ဆီသို့ လွှဲပြောင်းပေးခြင်းများကို ပြုလုပ်ပေးမည်ဖြစ်သည်။ ထို့ပြင် စီမံခန့်ခွဲထားသော စောင့်ရှောက်မှုအစီအစဉ် (၎င်းတွင် အပြုအမူ ဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများ ဆိုင်ရာ တစ်ခုတည်း သော BH50) အစီအစဉ်တစ်ခု ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ သို့မဟုတ် စီမံခန့်ခွဲထားသော စောင့်ရှောက်မှုမပါဘဲ Apple Health အာမခံ (၎င်းကို Apple Health ဝန်ဆောင်မှုအဖွဲ့ ဟုလည်းခေါ်သည်) စသည်တို့ကို သင် ရွေးချယ် သည့်အခါ ကူညီဆုံးဖြတ်ပေးမည်ဖြစ်သည်။ သင်၏ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုအကြောင်း သို့မဟုတ် သင်၏ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု အာမခံအကြောင်းနှင့်ပတ်သက်ပြီး မေးမြန်းလိုသည်များရှိပါက အကူအညီရယူနိုင်ရန် သင်၏မျိုးနွယ် သို့မဟုတ် UIHP ဝန်ထမ်းထံသို့ ဆက်သွယ်ပါ။



## ပဏာမ ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု စီမံခန့်ခွဲမှု

အကယ်၍ စီမံ စောင့်ရှောက်မှု အစီအစဉ် မပါဘဲ Apple Health အကျိုးစင် လွှဲပြောင်းမှုကို သင် ရွေးချယ်ခဲ့ပါက အချို့သော IHS အထွေထွေ ဝန်ဆောင် ထောက်ပံ့မှုများ၊ လူမျိုးစု ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု အစီအစဉ်များ နှင့် UIHP များတို့၌ ပဏာမ ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု စီမံခန့်ခွဲမှု (PCCM) ကို ကမ်းလှမ်းပေး ပါသည်။ PCCM သည် သင့်ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု၏

စီမံခန့်ခွဲမှု နှင့် ပူးပေါင်း ဆောင်ရွက်မှု၊ သင့်အား အထူးပြုဆရာဝန်ထံသို့ ညွှန်းဆိုလွှဲပြောင်းခြင်းအပါအဝင် နှင့် လိုအပ်သည့်အခါ အကဲဖြတ်သုံးသပ်မှုနှင့် ကုသမှုပြုရန်အတွက် သင်၏ ဆေးကုသမှုဆိုင်ရာ နှင့် အချက်အလက်များကို အထူးပြုဆရာဝန်များနှင့် ဝေမျှခြင်း များတွင် ပံ့ပိုးစီစဉ်ပေးသည့် Apple Health အစီအစဉ် တစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ PCCM အစီအစဉ်ကို သင် စိတ်ဝင်စားခဲ့ပါက သင်၏ IHS အထွေထွေ ဝန်ဆောင် ထောက်ပံ့မှု၊ လူမျိုးစု ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု အစီအစဉ်များ သို့မဟုတ် UIHP တို့အား မိမိတို့သည် PCCM အစီအစဉ်ထဲတွင် ပါဝင်ပါသည်။ မပါဝင်ပါက နှင့် သင် စာရင်းသွင်းခြင်းပြုနိုင်၊ မပြုနိုင်ပါသည်ကို သင် မေးမြန်းနိုင်ပါသည်။ PCCM အစီအစဉ်ထဲ သင် အချိန်မရွေး စာရင်းသွင်းခြင်း သို့မဟုတ် စာရင်းသွင်းခြင်းအား နုတ်ထွက်ခြင်း ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။ သို့သော် သင်၏ စာရင်းသွင်းခြင်း သို့မဟုတ် စာရင်းသွင်းခြင်းအား နုတ်ထွက်ခြင်းသည် နောက်တစ်လ မတိုင်မှီ သက်ရောက်မှုဖြစ်မည် မဟုတ်ပါ။

## ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု လက်ခံရရှိရန် နည်းလမ်းများ

HCA အနေဖြင့် ဝါရှင်တန်တွင် နေထိုင်သည့် အမေရိကန် အင်ဒီးယန်း နှင့် အလက်စ်ကာ မျိုးနွယ်တို့အား Apple Health စီမံခန့်ခွဲထားသော စောင့်ရှောက်မှု နှင့် စီမံခန့်ခွဲ ထားသော စောင့်ရှောက်မှုမပါဘဲ Apple Health အာမခံ တို့အကြား ရွေးချယ်မှုတစ်ခု ပေးထားပါသည်။ HCA က ၎င်းကို ကျယ်ပြန့်သော အသိအမှတ်ပြုချက် အရ အင်ဒီးယန်း ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ဖြန့်ဝေရေး စနစ်ဆိုင်ရာ ဖက်ဒရယ်ဥပဒေများနှင့် ကိုက်ညီမှုရှိစေရန် နှင့် သင့်ယဉ်ကျေးမှုနှင့် ကိုက်ညီသည့် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုကို အမှန်တကယ်ရရှိစေရန် အတွက် ဆောင်ရွက်ပေးပါသည်။

- Apple Health ပါဝင်မှုတွင် စီမံထားသော စောင့်ရှောက်မှု အစီအစဉ်မပါဘဲ သင်သည် Apple Health ဝန်ဆောင်မှု အစီအစဉ် ကုန်ကျစရိတ်တွင် ပါဝင်သော မည်သည့် ဝန်ဆောင်မှုပေးသူကိုမဆို ရွေးချယ်နိုင်ပါသည်။ ဤဝန်ဆောင်မှုပေးသူများသည် သူတို့၏ ပြည်နယ်မှ ထုတ်ပေးထားသော လိုင်စင်များ၏ လိုအပ်ချက်များအားလုံးကို ဖြည့်ဆည်းပေးရမည်။ Apple Health ဝန်ဆောင်မှု အစီအစဉ် ကုန်ကျစရိတ်ကို ရှာဖွေရန် <https://fortress.wa.gov/hca/p1findaprovider> ကို သွားရောက်ပါ။

သင်၏စောင့်ရှောက်မှုအနေဖြင့် စီမံခန့်ခွဲထားပြီး ဖြစ်ပါက မျိုးနွယ်ဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး အစီအစဉ် တစ်ခု သို့မဟုတ် UIHP ကို ယခုရွေးချယ်မှုက စီမံဆောင်ရွက်သွားမည် ဖြစ်သည်။

- Apple Health စီမံခန့်ခွဲထားသော စောင့်ရှောက်မှုနှင့် အတူ သင်၏ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုကို စီမံထားသော စောင့်ရှောက်မှု အဖွဲ့အစည်းတစ်ခု (MCO) က စီမံခန့်ခွဲ ထားပါသည်။ ဆိုလိုသည်မှာ အဆိုပါ MCO အနေဖြင့် ဝန်ဆောင်မှုများကို ရယူရန်နှင့် သင်၏ စောင့်ရှောက်မှု ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ရေးကို ကူညီရန်အတွက် တစ်ခုတည်း သော ဆက်သွယ်ချက်အဖြစ် ဝန်ဆောင်မှုပေးသွားမည် ဖြစ်သည်။

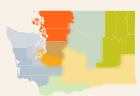
အစည်းတစ်ခု၊ မျိုးနွယ်ဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး အစီအစဉ် သို့မဟုတ် UIHP တစ်ခုမှတစ်ဆင့် သင် သင်၏ စောင့်ရှောက်မှုအတွက် စီမံခန့်ခွဲသူ မရှိပါက ယခု ရွေးချယ်မှုက စီမံဆောင်ရွက်သွားမည်ဖြစ်သည်။

ဆုံးဖြတ်ချက်ချရန် ၎င်းတို့က ကူညီ ပေးသွားမည်ဖြစ်သည်။ သင့်အနေဖြင့် သင်ဆောင်ရွက်ရန် ဆန္ဒရှိသော အပြောင်းအလဲများ အပါအဝင် သင်၏ ရွေး ချယ်မှု(များ)ကို ကျွန်ုပ်တို့အား သိစေရန်နှင့် မေးခွန်းများ မေးမြန်းနိုင်ရန် ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုအာဏာပိုင် ကို 1-800-562-3022 ဖြင့် ဆက်သွယ်နိုင်ပါသည်။

**ပင်မ ဆက်သွယ်မှုများ (ဝါရှင်တန် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက် စောင့်ရှောက်မှု (Coordinated Care of Washington)) မှတစ်ဆင့် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးအတွက် ကျခံပေးမှုများမရှိသည့် အချိန်တွင် အပြုအမူပိုင်းဆိုင်ရာကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများ လက်ခံရယူခြင်း**

**စီစဉ်ထားသော စောင့်ရှောက်မှု နယ်ပယ်ဒေသတစ်ခုအတွင်းမှ အပြုအမူပိုင်းဆိုင်ရာကျန်းမာရေး ရွေးချယ်စရာများ**

| County   | Community Health Plan of Washington | Coordinated Care | Molina Healthcare of Washington | United Healthcare of Washington | Wellpoint Washington (ယခင်က Amerigroup သိရှိထားသော) |
|--|-------------------------------------|------------------|---------------------------------|---------------------------------|---|
| Adams  | X                                   | X                | X                               |                                 | X   |
| Asotin   | X                                   | X                | X                               |                                 | X   |
| Benton   | X                                   | X                | X                               |                                 | X   |
| Chelan   | X                                   | X                | X                               |                                 | X   |
| Clallam  | X                                   | X                | X                               | X                               | X   |
| Clark  | X                                   | X                | X                               |                                 | X   |
| Columbia                                       | X                                   | X                | X                               |                                 | X   |
| Cowlitz  | X                                   | X                | X                               | X                               | X   |
| Douglas  | X                                   | X                | X                               |                                 | X   |
| Ferry  | X                                   | X                | X                               |                                 | X   |
| Franklin                                       | X                                   | X                | X                               |                                 | X   |
| Garfield                                       | X                                   | X                | X                               |                                 | X   |
| Grant  | X                                   | X                | X                               |                                 | X   |
| Grays Harbor                                   | X                                   | X                | X                               | X                               | X   |
| Island   | X                                   | X                | X                               | X                               | X   |
| Jefferson                                      | X                                   | X                | X                               | X                               | X   |
| King   | X                                   | X                | X                               | X                               | X   |
| Kitsap   | X                                   | X                | X                               | X                               | X   |
| Kittitas                                       | X                                   | X                | X                               |                                 | X   |
| Klickitat                                      | X                                   | X                | X                               |                                 | X   |
| Lewis  | X                                   | X                | X                               | X                               | X   |
| Lincoln  | X                                   | X                | X                               |                                 | X   |
| Mason  | X                                   | X                | X                               | X                               | X   |
| Okanogan                                       | X                                   | X                | X                               |                                 | X   |
| Pacific  | X                                   | X                | X                               | X                               | X   |
| Pend Oreille                                   | X                                   | X                | X                               |                                 | X   |
| Pierce   | X                                   | X                | X                               | X                               | X   |
| San Juan                                       | X                                   | X                | X                               | X                               | X   |
| Skagit   | X                                   | X                | X                               | X                               | X   |
| Skamania                                       | X                                   | X                | X                               |                                 | X   |
| Snohomish                                      | X                                   | X                | X                               | X                               | X   |
| Spokane  | X                                   | X                | X                               |                                 | X   |
| Stevens  | X                                   | X                | X                               |                                 | X   |
| Thurston                                       | X                                   | X                | X                               | X                               | X   |
| Wahkiakum                                      | X                                   | X                | X                               | X                               | X   |
| Walla Walla                                    | X                                   | X                | X                               |                                 | X   |
| Whatcom  | X                                   | X                | X                               | X                               | X   |
| Whitman  | X                                   | X                | X                               |                                 | X   |
| Yakima   | X                                   | X                | X                               |                                 | X   |
| ပျိုးထောင်ပြုစောင့်ရှောက်မှု (နိုင်ငံတစ်ဝှမ်း) |                                     | X                |                                 |                                 |   |



**မှတ်ချက်:** Apple Health မွေးစား ဝန်ဆောင်မှုသည် Apple Health အဓိက အဆက်အသွယ်များ (ဝါရှင်တန်၏ ညှိနှိုင်းစောင့်ရှောက်မှု)မှ တစ်ဆင့် ပေးထားသော ပြည်လုံးကျွတ် အစီအစဉ်ဖြစ်သည်။



| အပြုအမူပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများသာလျှင် အစီအစဉ်များ | အဓိက ဇုန်း     | ဝက်ဘ်ဆိုက်   |
|--|----------------|--|
| Community Health Plan of Washington (CHPW)                         | 1-800-440-1561 | <a href="http://chpw.org">chpw.org</a>                                   |
| Coordinated Care of Washington (CC)                                | 1-877-644-4613 | <a href="http://coordinatedcarehealth.com">coordinatedcarehealth.com</a> |
| Molina Healthcare of Washington (MHW)                              | 1-800-869-7165 | <a href="http://molinahealthcare.com">molinahealthcare.com</a>           |
| UnitedHealthcare Community Plan (UHC)                              | 1-877-542-8997 | <a href="http://uhcommunityplan.com">uhcommunityplan.com</a>             |
| Wellpoint Washington (WLP) (ယခင်က Amerigroup ဟု သိရှိထားသော)       | 1-833-731-2167 | <a href="http://wellpoint.com/wa/medicaid">wellpoint.com/wa/medicaid</a> |



**အခြားရင်းမြစ်များ**

- ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မည်ဖြစ်ပြီး အပြုအမူပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှု အတွက် အချက်အလက်များ ပိုမိုသိရှိလိုပါက [hca.wa.gov/mental-health-and-addiction-services](http://hca.wa.gov/mental-health-and-addiction-services) သို့သွားပါ။
- အသက်မပြည့်သေးသူများမှ အရက်နှင့် ဆေးခြောက် အသုံးပြုမှု ကာကွယ်ရန် နည်းလမ်းများအတွက် [StartTalkingNow.org](http://StartTalkingNow.org)။

## စီစဉ်ဆောင်ရွက်စောင့်ရှောက်မှုအစီအစဉ် မပါရှိဘဲ Apple Health ကဝန်ဆောင်မှုများကို ကျခံပေးမည်ဖြစ်ပါသည်။

အကယ်၍ သင်သည် ကျန်းမာရေးအစီအစဉ်တစ်ခုတွင် Apple Health Foster Care တွင်စာရင်း သွင်းထားလျှင်သော်မှ Apple Health ဝန်ဆောင်မှုအတွက် ကျသင့်မှု (FFS) ကုန်ကျစရိတ်ကျခံခြင်းမှ သေချာသော အကျိုးကျေးဇူးနှင့် ဝန်ဆောင်မှုများကို ကျခံပေးမည်ဖြစ်ပါသည်။ အချို့သော အကျိုးကျေးဇူးများတွင် အောက်ပါတို့ ပါဝင်ပါသည်-

- ကာလရှည်စောင့်ရှောက်မှု ဝန်ဆောင်ခြင်းနှင့် ထောက်ပံ့ပေးမှုများ
- ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုရှိသော မသန်စွမ်းခြစ်နေသည့် တစ်ဦးချင်းစီအတွက် ဝန်ဆောင်မှုများ
- သွားပိုင်းဆိုင်ရာ ဝန်ဆောင်မှု
- ကလေးများအတွက် မျက်မှန်နှင့် ကိုက်ညီစေရေး ဝန်ဆောင်မှု (အသက် ၂၁ နှစ်အောက်)
- မိခင်အား အထောက်အကူပြုဝန်ဆောင်မှု၊ ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်းမရှိစဉ် ကာလတွင် မျိုးရိုးဗီဇနှင့် စပ်လျဉ်းပြီး တိုင်ပင်ဆွေးနွေးခြင်း ထို့အပြင် ကိုယ်ဝန်ဖျက်ချခြင်း။

ယခုနေရာတွင် မပါရှိသော အကျိုးကျေးဇူးများနှင့် ဝန်ဆောင်မှုများနှင့်စပ်လျဉ်းပြီး မေးမြန်းလိုပါက 1-800-562-3022, လိုင်းခွဲ 15480 ဖြင့်ဖုန်းခေါ်ပါ။

## ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုကို ရယူရန်အတွက် သင်လိုအပ်မည့် ဝန်ဆောင်မှုများ

### စကားပြန်လိုအပ်ကောင်းလိုအပ်မည်

အကယ်၍ သင်သည် အင်္ဂလိပ် ဘာသာစကား မပြောဆိုနိုင်ပါက သို့မဟုတ် သင်သည် နားလေးသူ၊ နားလေးမျက်စိမမြင်သူ သို့မဟုတ် အကြားအာရုံချို့တဲ့သူဖြစ်လျှင် သင့်ကို ငွေကြေး မကုန်ကျစေဘဲ သင်ကတော့ ဘာသာစကားအပါအဝင် ကျွမ်းကျင်ဘာသာပြန်များ ဘာသာရပ်များစွာ ရရှိနိုင်ပါသည်။ စကားပြောသော ဘာသာစကား ဘာသာပြန်များသည် ဝန်ဆောင်မှုပေးသူ၏ ရုံးခန်းသို့ သွားရောက်နိုင်ပါသည် သို့မဟုတ် သင်၏ ချိန်းဆိုမှုအတွင်း ဖုန်းလိုင်းနှင့် ပြောနိုင်ပါသည်။ စကားပြန်ဆောင်ရွက်သူများအနေနှင့်မူ သင်၏ ချိန်းဆိုချက်အတောအတွင်း ထောက်ပံ့သူ၏ ရုံးခန်းထဲသို့ သွားရောက်နိုင်ပါသည်။ ဗီဒီယိုခေါ်ဆိုမှုဖြင့် ပါဝင်နိုင်ပါသည်။ သို့မဟုတ် ဖုန်းခေါ်ဆိုမှုဖြင့် ပါဝင်နိုင်ပါသည်။ သင်ကတော့ပြဘာသာစကား ဘာသာပြန်ဆောင်ရွက်သူများအနေနှင့်မူ သင်၏ ချိန်းဆိုချက်အတောအတွင်း ထောက်ပံ့သူ၏ ရုံးခန်းထဲသို့ သွားရောက်နိုင်ပါသည်။ ဗီဒီယိုခေါ်ဆိုမှုဖြင့် ပါဝင်နိုင်ပါသည်။

သင်အတွက် ဘာသာပြန်ရန် မိသားစုဝင် သို့မဟုတ် သူငယ်ချင်းတစ်ယောက် ခေါ်လာသည်ထက် ကျွမ်းကျင်ဘာသာပြန်များမှ တစ်ယောက်ကို အသုံးပြုခြင်းက ပိုကောင်းပါသည်။ ဘာသာပြန်များကို ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု အသုံးအနှုန်းများ နားလည်နိုင်ရန် သင်ကြားထားပါသည်။ သူတို့သည် သင်နှင့် သင်၏ ဝန်ဆောင်မှုပေးသူကို တစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက် နားလည်နိုင်ရန် ကူညီပေးပါလိမ့်မည်။ [hca.wa.gov/interpreter-services](http://hca.wa.gov/interpreter-services) တွင် ထပ်လေ့လာပါ။

### သင်သည် မသန်စွမ်းခြစ်နေပါက

သင့်တွင် ဆွဲအခြင်း သို့မဟုတ် နားမကြားခြင်းဖြစ်နေပါက သို့မဟုတ် သွားလာရန်အခက်အခဲရှိပါက သင်တွေ့ဆုံမှု ပြုလုပ်ရန်ဆောင်ရွက်စဉ်တွင် ဧည့်ကြိုအား သိရှိစေရန် ပြောပြသင့်ပါသည်။ ဧည့်ကြိုမှု သင့်အတွက် လိုအပ်သည့် စီစဉ်မှုများ ပြုလုပ်ရန် ကူညီပေးမည်ဖြစ်ပါသည်။



သင်သည် နားလေးသူ၊ နားလေးမျက်စိမမြင်သူ သို့မဟုတ် အကြားအာရုံအခက်အခဲရှိသူဖြစ်ပြီး သင်ကတော့ ဘာသာစကား ဘာသာပြန်သူတစ်ယောက် လိုအပ်လျှင် ကျေးဇူးပြု၍ သိသော ဧည့်ကြိုကို အသိပေးပါ။ သင့်ကို ငွေကြေးမကုန်ကျစေဘဲ ကျွမ်းကျင်သော ဘာသာပြန်တစ်ယောက် ရှိပါသည်။

### သင်သည် မသန်စွမ်းခြစ်နေပါက

ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု တွေ့ဆုံခြင်းပြုလုပ်ရန် အဆင်မပြေပါက သင်မှ ကြိုပို့ဆောင်ရွက်ကူညီခြင်းရယူရန် ကိုက်ညီကောင်း ကိုက်ညီမည် ဖြစ်ပါသည်။ ထိုဝန်ဆောင်မှုသည် သင့်ကျန်းမာရေး အစီအစဉ်မှ ခွင့်ပြု ပေးအပ်သည့်အရာဖြစ်ပါသည်။ ကြိုပို့ရေးသည်လည်း အကုန်ကျအနည်းဆုံးဖြစ်ကာ အသင့်လျော်ဆုံးဖြစ်ရမည် သို့သော် ထိုကုန်ကျစရိတ်ကို သင်မှ ပေးရန်မလိုပါ။ ရရှိနိုင်သော ကြိုပို့စနစ်များတွင် ပါဝင်သည်များမှာ- အများသုံး ဘစ်၊ ဂစ် အသုံးဘောက်ချာ၊ ခွင့်ပြုနိုင်သည့် ပြန်လည်ပေးချေခြင်း၊ စေတနာဖြင့် မောင်းနှင်ပေးခြင်း၊ တက်စီ၊ ဘီးတပ် ကုလားထိုင်ပါ ဝန် သို့မဟုတ် လက်ခံနိုင်သည့် စက်တပ်ယာဉ် နှင့် စီးပွားရေးသုံး ဘစ် သို့မဟုတ် လေကြောင်း။ ၎င်းဝန်ဆောင်မှုအကြောင်းပိုမိုလေ့လာရန်

[hca.wa.gov/transportation-help](http://hca.wa.gov/transportation-help) သို့လာရောက်ပါ။

HCA သည် ကျွန်ုပ်တို့ဝန်ဆောင်မှုများအတွက် တူညီသောအသုံးပြုနိုင်ခွင့်ကိုပေးအပ်မည်ဟု ကတိပြုထားသည်။ သင်သည် နေရာထိုင်ခင်းလိုအပ်ပါက သို့မဟုတ် အခြားပုံစံ သို့မဟုတ် ဘာသာစကားဖြင့် စာရွက်စာတမ်းများကိုလိုအပ်ပါက ကျေးဇူးပြုပြီး 1-800-562-3022 ဖုန်းလိုင်းခွဲ 15480 ။ ကိုဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။

# သင်၏ အခွင့်အရေးများနှင့် တာဝန်ခံခြင်းများ

ဥပဒေအရ သင်လက်ခံထားရှိသည့် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်ခြင်း ဝန်ဆောင်မှုနှင့် စပ်လျဉ်းပြီး သင့်တွင် အခွင့်အရေးများရှိပါသည်။ ထို့အပြင် သင့်တွင် ထိန်းသိမ်းရေးနှင့် ကျန်းမာရေးအားမြှင့်တင်ရန်အတွက်နှင့် မလိုအပ်သော ငွေကြေးများ ကုန်ကျမှုမရှိစေရေးကို ဆောင်ရွက်ရန် တာဝန်ရှိပါသည်။ သင်၏ ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု အစီအစဉ်ကို ဆုံးရှုံးနိုင်ပါသည်။ သင်သည် ထောက်ပံ့သူမှ တွေ့ဆုံမှုစဉ်ချက်ကို မတွေ့ဆုံနိုင်လျှင် လည်းကောင်း၊ မူလ စောင့်ရှောက်သူဆရာဝန် နှင့် ပူးပေါင်းခြင်းမရှိလျှင်သော်လည်းကောင်း အခြားသော အကြောင်းအရာများနှင့် စပ်လျဉ်းပြီး ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ အခြားအချက်များ သိရှိလိုပါက ကျွန်ုပ်တို့နှင့် ဆက်သွယ်နိုင်ပါသည်။

## သင့်တွင် အောက်ပါတို့နှင့် စပ်လျဉ်းပြီး အခွင့်အရေး ရှိသည် - :

- ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုနှင့် စပ်လျဉ်းပြီး ကုသမှုအားငြင်းဆန်ခြင်း အပါအဝင် ဆုံးဖြတ်ချက်ကို ချရာတွင် ကူညီပြီးဆောင်ရွက်နိုင်ပါသည်။
- ကုန်ကျစရိတ်အပါအခြား ကုသမှုဆိုင်ရာ ရွေးချယ်နိုင်ခြင်းများအား အသိပေးမှုပြုခံရခြင်း။
- သင်၏ အခြား ကျန်းမာရေးအစီအစဉ်ရှိ အခြား ထောက်ပံ့သူများထံမှ အခြား အမြင်များရယူနိုင်ပါသည်။
- အချိန်အတော်အကြာ စောင့်နေရမှုမရှိဘဲ ဝန်ဆောင်မှုအား ရယူနိုင်ခြင်း။
- လေးစားမှုနှင့် သိက္ခာရှိမှုပါဝင်သော ဆက်ဆံခြင်းများဖြင့် ဆက်ဆံရမည်။ ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းကို ခွင့်မပြုပါ။ မည်သူ တစ်ဦးတစ်ယောက်မှ ခြားနားစွာ ဆက်ဆံခံရခြင်း သို့မဟုတ် လူမျိုး၊ အသားအရောင်၊ မူလဇစ်မြစ်၊ ကျား/မ၊ နှစ်သက်မြတ်နိုးမိသည့် လိင်အမျိုးအစား၊ အသက်အရွယ်၊ ဘာသာရေး ၊ မသန်စွမ်းမှု အစရှိသည် တို့အပေါ် မူတည်ပြီး မရင်းနှီးစွာ ဆက်ဆံခြင်းမပြုရ။
- သင်၏ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုနှင့်စပ်လျဉ်းပြီး လွတ်လပ်စွာပြောဆိုနိုင်သည် ထို့အပြင် မည်သည့် ရလဒ်ဆိုးများကို မှ ပုယန်နေခြင်းမရှိစေရ။
- သင်၏ ပုဂ္ဂိုလ်ရေးရာကွယ်ပေးမှု နှင့် ကုသရေးများဆိုင်ရာ အချက်အလက်များကို လုံခြုံစွာ သိမ်းဆည်းပေးရမည်။
- သင်၏ ဆေးမှတ်တမ်းများကို မိတ္တူရရှိစေနိုင်ရန် မေးမြန်းစေခြင်း ၊ ရရှိခြင်းတို့ရှိရမည်။
- လိုအပ်လာပါက သင်၏ ကျန်းမာရေးမှတ်တမ်းအား မှန်ကန်သည့်အချက်များထည့်သွင်းပေးခြင်းဆောင်ရွက်စေခြင်း။
- အောက်ပါ အချက်အလက်များကို ရရှိရန် မေးမြန်းပါ -
  - » ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုနှင့် ကျခံပေးမည့် ဝန်ဆောင်မှုများ။
  - » သင့်အတွက်ဆရာဝန်နှင့် အထူးကုများ နှင့် အခြား ထောက်ပံ့ပေးသူများ အား မည်မျှ ဖော်ပြရည်ညွှန်းထားမှု။
  - » သင့်ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုအတွက် ထောက်ပံ့ပေးသူအား ကျန်းမာရေး အစီအစဉ်က မည်သို့ပေးချေပုံ။
  - » စောင့်ရှောက်ခြင်းအတွက် အခြားရွေးချယ်နိုင်သည့် နည်းလမ်းများ နှင့် မည်သည့်အတွက်ကြောင့်သင်မှ သေချာသည့် စောင့်ရှောက်မှုလိုအပ်ကြောင်း။
  - » သင့်စောင့်ရှောက်မှုအတွက် ဆင်ခြေ သို့မဟုတ် ချေပမှုများအား ဖြည့်စွက်ရာတွင် မည်မျှ အကူညီ ရရှိနိုင်မှု။
  - » သင့်စောင့်ရှောက်မှုအတွက် ဆင်ခြေ သို့မဟုတ် ချေပမှုများအား ဖြည့်စွက်ရာတွင် မည်မျှ အကူညီ ရရှိနိုင်မှု။
- အဖွဲ့ဝင် အခွင့်အရေး နှင့် တာဝန်ယူမှုတို့ကို အနည်းဆုံး နှစ်စဉ် ရရှိခြင်း။ စိတ်ကျန်းမာရေး နှင့် ကာဗွန်ကလေးများဖြစ်မှုများ အတွက် ဝန်ဆောင်မှုအတွက် အသုံးပြုရမည့်အရာများ ရရှိနိုင်သည့် အခွင့်အရေး။
- စီမံထားသည့် စောင့်ရှောက်မှု အကျိုးအမြတ်၊ မူဝါဒ နှင့် နှစ်စဉ် နှင့် တောင်းဆိုလာပါက ဝန်ဆောင်မှုဆိုင်ရာ အချက်အလက်များ လက်ခံရရှိခြင်း။
- အရေးပေါ်အခြေအနေအတွက် ဖုန်းနံပါတ်စာရင်းလက်ခံရရှိခြင်း။
- စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ သို့မဟုတ် ဆေးဝါးဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးအတွက် ကြိုတင် လမ်းညွှန်မှု ဖောင်အား ဖြည့်စွက်ရန် အကူအညီ ရရှိခြင်း။

## သင့်တွင်အောက်ပါတို့နှင့်စပ်လျဉ်းပြီး



## တာဝန်ရှိသည် - :

- ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုနှင့် စပ်လျဉ်းပြီး ကုသမှုအားငြင်းဆန်ခြင်း အပါအဝင် ဆုံးဖြတ်ချက်များ ချမှတ်ရာတွင် ကူညီဆောင်ရွက်ခြင်း။
- တွေ့ဆုံမှုအား အချိန်မှန်ဆောင်ရွက်ခြင်း။ သင်မှ နောက်ကျမည့် သို့မဟုတ် တွေ့ဆုံနိုင်ခြင်း မရှိခြင်းတို့အတွက် သင် အားထောက်ပံ့ပေးအပ်သူထံသို့ခေါ်ဆိုပါ။
- သင့်အားထောက်ပံ့သူများ အချက်အလက်ကို သင့်အထွက်ထောက်ပံ့ပေးသည့် ဝန်ဆောင်မှုအတွက် ရရှိစရာများရှိလာပါက ပေးပါ။
- သင်မှ တူညီသော လေးစားမှုရရှိစေရန်အတွက် သင်၏ ထောက်ပံ့သူကို တူညီသည့် လေးစားမှုပြုပါ။
- တွေ့ဆုံမှု တိုင်းတွင် သင်၏ ဝန်ဆောင်မှုကဒ်နှင့် ကျန်းမာရေးအစီအစဉ် ID ကဒ်အား ယူဆောင်သွားပါ။
- ကျန်းမာရေးအစီအစဉ် အကြောင်းနှင့် မည်သည့် ဝန်ဆောင်မှုများ ရရှိသည်ကို လေ့လာပါ။
- သင်မှလိုအပ်လာပါက ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ဝန်ဆောင်မှုများကို အသုံးပြုပါ။
- သင်၏ ကျန်းမာရေးပြဿနာကို သိရှိပါ ထို့အပြင် သဘောတူအားရှိပြီးဖြစ်သော ကုသမှု ရည်ရွယ်ချက်များကို ပြုလုပ်ရာတွင် တက်နိုင်သမျှပါဝင်ပါ။
- သင့်အားထောက်ပံ့ပေးသူနှင့် ကျန်းမာရေးအစီအစဉ် တို့အား သင်၏ ကျန်းမာရေး အခြေအနေအပြည့်အစုံကို ပေးအပ်ပါ သို့မှသာ သင့်အတွက်လိုအပ်သည့် စောင့်ရှောက်မှုကို ရရှိမည်ဖြစ်သည်။
- သင်သဘောတူညီထားသည့် စောင့်ရှောက်မှုအတွက် ထောက်ပံ့ပေးအပ်သူ၏ လမ်းညွှန်မှုကို လိုက်နာပါ။
- ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်ခြင်း ဝန်ဆောင်မှုကို လျော်ကန်စေရန် အသုံးပြုပါ။ အသုံးမပြုပါက လူနာပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်းနှင့် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှု အစီအစဉ်တွင် သင့်အားထည့်သွင်း ထားနိုင်ပါသည်။ ထိုအစီအစဉ်တွင် သင့်အား ပင်မပြုစောင့်ရှောက်သူ၊ ဆေးခန်းတစ်ခန်း၊ ပစ္စည်းများအား အသုံးပြုမှုလမ်းညွှန်နိုင်သည့် သူတစ်ဦးနှင့် အရေးပေါ်မဟုတ်သည့် စောင့်ရှောက်မှုများအတွက် ဆေးရုံတစ်ရုံတွင် ချမှတ်ထားမည်ဖြစ်သည်။ ထိုအစီအစဉ်တွင် သင်သည် အနည်းဆုံး ၁၂ လကြာရှိနေရမည်ဖြစ်သည်။
- သင်၏ မိသားစုအခြေအနေပြောင်းလဲလာပါက (ကိုယ်ဝန်ရှိလာခြင်း၊ မွေးဖွားမှု၊ မွေးစားခြင်း) သို့မဟုတ် ပြောင်းလဲမှုများဖြစ်ပေါ်လာပါက (လိပ်စာအသစ်ပြောင်းခြင်း၊ ဝင်ငွေပြောင်းလဲခြင်း သို့မဟုတ် Medicare သို့မဟုတ် အခြားအာမခံများအတွက် အကျိုးပင်လာသည့်သူ ဖြစ်လာခြင်း)များဖြစ်ပေါ်လာပါက ချက်ချင်း အသိပေးပါ။



# သင်သည် သင်၏ ကျန်းမာရေးအစီအစဉ်တွင် ပျော်ရွှင်ခြင်းမရှိပါက

သင် သို့မဟုတ် သင်၏ ခွင့်ပြုချက်ကို ရရှိထားသူသည် နှစ်နာချက်ကို ဖော်ပြရန် အခွင့်အရေး ရှိပါသည်။ နှစ်နာချက်/မကျေနပ်ချက်ဆိုသည်မှာ သင့်အတွက် ပေးအပ်ထားသည့် စောင့်ရှောက်မှု အရည်အသွေး သို့မဟုတ် သင်၏ ဆရာဝန်မှ သို့မဟုတ် ကျန်းမာရေး အစီအစဉ်မှ သင့်အားမည်ကဲ့သို့ ဆက်ဆံခဲ့ပုံတို့ကို ရေးသားထားသော သို့မဟုတ် ပြောကြားထားသော စာဖြစ်သည်။ သင့်မှ မကျေနပ်ချက်ကို ပြုလုပ်သည်နှင့်တစ်ပြိုင်နက် -

- သင်၏ ကျန်းမာရေးအစီအစဉ်သည် သင်၏ မကျေနပ်ချက်ကို လက်ခံရရှိကြောင်းကို သင့်အား ဖုန်းဖြင့်သော်လည်းကောင်း စာဖြင့်သော်လည်းကောင်း ရုံးဖွင့်ရက် ၂ ရက်အတွင်းတွင် သင့်အား အသိပေးမည်ဖြစ်သည်။
- သင်၏ ပြဿနာအား မြန်နိုင်သမျှ မြန်မြန်ဆောင်ရွက်ပေးမည်ဖြစ်သည်။ 45 ရက်ထက်ကြာမည် မဟုတ်ပါ။

သင်၏ ကျန်းမာရေးအစီအစဉ်သည် သင့်အတွက် မကျေနပ်ချက်ကို ဖိုင်ဖွင့်ဆောင်ရွက်ပေးမည်ဖြစ်သည်။

## သင့်အတွက်ပြုလုပ်ထားသော ကျန်းမာရေးအစီအစဉ်နှင့် စပ်လျဉ်းပြီး ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ ဆုံးဖြတ်ချက်ကို သဘောမကျပါက-

သင် သို့မဟုတ် သင်၏ ခွင့်ပြုချက်ကို ရရှိထားသူသည် အယူခံဝင်နိုင်သည့် အခွင့်အရေး ရှိပါသည်။ အယူခံဝင်မှုသည် ဆင်ခြေတစ်မျိုးပင်ဖြစ်ပြီး သင်မှ သင်၏ ကျန်းမာရေးအစီအစဉ်ကို သင့်အတွက် ကျခံပေးထားသည့် ပေးချေမှု သို့မဟုတ် ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ ဝန်ဆောင်မှုတို့အတွက် ချမှတ်လိုက်သည့် ဆုံးဖြတ်ချက်ကို ပြန်လည် သုံးသပ်ပေးစေလိုသည့် အချိန်တွင် ပြုလုပ်ပါသည်။

- သင်၏ အစီအစဉ်သည် ၎င်းတို့၏ ဆုံးဖြတ်ချက်ကို ရေးသားပြီး သင့်အား အသိပေးမည်ဖြစ်သည်။ သူတို့၏ ဆုံးဖြတ်ချက်နှင့်စပ်လျဉ်းပြီး အယူခံဝင်လိုပါက သင့်ကျန်းမာရေး အစီအစဉ်မှ လည်း အယူခံဝင်ရန် စာရွက်စာတမ်းများ တည့်သွင်းလာမည်ဖြစ်သည်။
- သင်၏ ကျန်းမာရေးအစီအစဉ်မှလည်း သင်၏ အယူခံကို လက်ခံရရှိပြီး 5 ရက်အတွင်းတွင် ရေးသားထားသော စာပေးပို့ပြီး သင့်အားအသိပေးမည်ဖြစ်သည်။
- သင့်ပြဿနာအား တတ်နိုင်သလောက် မြန်မြန်ဆောင်ရွက်ပေးမည်ဖြစ်ကာ ရက် 28 ထက်ပိုမိုကြာမြင့်မည်မဟုတ်ပါ။

သင့် ကျန်းမာရေး အစီအစဉ်သည် သင့်အား သူတို့၏ ဆုံးဖြတ်ချက်ကို ရေးသားထားသည့်စာဖြင့် ပေးပို့ရမည်ဖြစ်ကာ သင့်အား အယူခံဝင်နိုင်ရန် ကူညီရမည်ဖြစ်သည်။

**အရေးတကြီးဖြစ်နေလား။** အကယ်၍ သင်သည် ဆုံးဖြတ်ချက်တစ်ခုအပေါ် အယူခံဝင်နေခြင်းဖြစ်ပြီး သင် သို့မဟုတ် သင့်အတွက် ထောက်ပံ့ပေးသူသည် လျင် မြန်သည့် ပြန်လည်သုံးသပ်ချက် သို့မဟုတ် ကြားနာမှုကို ပြုလုပ်ရန် တောင်းဆိုနိုင်သည်။ သင်၏ ကျန်းမာရေးအခြေအနေသည် ထိုကဲ့သို့လိုအပ်ပါက သင်၏ ကုသမှုအတွက် ဆုံးဖြတ်ချက်ကို သုံးရက်အတွင်း ပြုလုပ်ပေးမည်ဖြစ်သည်။ ယခုအဆင့်များတွင် အသေးစိတ်အချက်အလက်များကို ပိုမိုသိရှိရန် သင်၏ အဖွဲ့ဝင်စာအုပ်ကို ကိုးကားပါ။

## ပုဂ္ဂလိက ရေးရာအတွက် မှတ်သားရန် များ

ဝန်ဆောင်မှုကိစ္စတွင် သင်၏ အမည်၊ ProviderOne နံပါတ်နှင့် ထုတ်ပေးထားသည့် သက္ကရာဇ် မှတစ်ပါး အခြား ပုဂ္ဂိုလ်ရေးအချက်အလက်များ မပါဝင်ပါ။ ဤအချက်မှ ကိစ္စပျောက်သွားပါက သို့မဟုတ် မှားယွင်းမှုများ ပြုလုပ်ခြင်းများကို ထိန်းသိမ်းထားပြီးဖြစ်ပါသည်။ (HCA) သို့မဟုတ် သင်၏ ကျန်းမာရေးအစီအစဉ်မှသော်လည်းကောင်း သင့်ထံသို့တိုက်ရိုက်ဆက်သွယ်ပြီး သင်၏ ပုဂ္ဂိုလ်ရေး အချက်အလက်များအား ရရှိရန် သို့မဟုတ် ဝန်ဆောင်မှုကိစ္စပြောင်းလဲရန်အတွက် ခေါ်ဆိုမည်မဟုတ်ပါ။ သင်၏ လူမှုလုံခြုံရေးနံပါတ် ကဲ့သို့သော ပုဂ္ဂိုလ်ရေးအချက်အလက်များကို သင့်ထံသို့ဖုန်းဖြင့်တောင်းဆိုသည့် သို့မဟုတ် အီးမေးလ်ဖြင့် တောင်းဆိုသည့်သူထံသို့ မပေးပါနှင့်။

ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု အစီအစဉ်များသည် သင်၏ ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ အချက်အလက်များကို ထိန်းသိမ်းရန် ဥပဒေအရ လိုအပ်ပါသည်။ ကျန်းမာရေး အစီအစဉ်များနှင့် HCA အသုံးပြုမှုများ နှင့် သင်၏ ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ အကျိုးအမြတ်များရရှိရန် အတွက် ကာကွယ်ထားသော ကျန်းမာရေး အချက်အလက်များကို မျှဝေခြင်းသည် ကုသရေးပြုလုပ်ရန်၊ ငွေကြေးပေးချေရန် နှင့် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ခွဲစိတ်ခြင်းများ နှင့် ဥပဒေမှ ခွင့်ပြုထားသော အခြားအကြောင်းအရာများအတွက်ဖြစ်သည်။ ကျန်းမာရေးအစီအစဉ်နှင့် HCA တွင် သင်၏ ကျန်းမာရေးအချက်အလက်များကို ပုဂ္ဂလိက အဖြစ်သိမ်းဆည်းရန် တာဝန်ရှိပါသည်။

HCA ၏ ကိုယ်ပိုင် မူဝါဒအားဖတ်ရန်အတွက် [hca.wa.gov](http://hca.wa.gov) သို့ သွားပါ။ ထို့နောက် အောက်ခြေရှိ ပုဂ္ဂလိက လိုက်နာကျင့်သုံးခြင်းများကို အသိပေးခြင်း အားနိမ့်လိုက်ပါ။ သင်၏ ကျန်းမာရေး အစီအစဉ်၏ ကိုယ်ပိုင်မူဝါဒအား သိရှိရန်အတွက် သင်၏ ကျန်းမာရေး အဖွဲ့ဝင်များ ဝန်ဆောင်မှု သို့မဟုတ် အစီအစဉ်၏ ဝတ်ဆိုင်အားသွားပါ။



## သင်၏ မေးခွန်းများအတွက်မည်သည့်နေရာများတွင် အဖြေများရရှိနိုင်သနည်း

| သင်မှ အောက်ပါနှင့်စပ်လျဉ်းပြီး သိလိုသည်များရှိပါက  | အရင်းအမြစ်   |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• သင်၏ Washington Apple Health (Medicaid) လွှမ်းခြုံမှု</li> </ul>  | <p>အွန်လိုင်း- <a href="http://hca.wa.gov/apple-health">hca.wa.gov/apple-health</a></p>  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုဝန်ဆောင်ခြင်းအပေါ် အကျိုးဝင်ခြင်းရှိမရှိ</li> <li>• ဝန်ဆောင်မှု ကန့်</li> <li>• သင်၏ အကောင့်တွင်- လိပ်စာ၊ ဝင်ငွေ၊ အိမ်ထောင်ရေးအခြေအနေ၊ ကိုယ်ဝန်ရှိမရှိ၊ မွေးဖွားလာမှု သို့မဟုတ် မွေးစားမှု စသည်တို့ကို ပြောင်းလဲပါ။</li> </ul> | <p>မွေးစားစောင့်ရှောက်မှုနှင့် ကလေးမွေးစားခြင်းဆိုင်ရာ ပံ့ပိုးကူညီမှု (Foster Care and Adoption Support (FCAS)), 1-800-562-3022, ext. 15480.</p> |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• ထောက်ပံ့ပေးသူအားရွေးချယ်ခြင်း</li> <li>• ကျခံပေးသည့် ဝန်ဆောင်မှုများ</li> <li>• သင်၏ ဆေးဘက်ဆိုင်ရာစောင့်ရှောက်မှု</li> <li>• အထူးကုများ၏ ညွှန်းဆိုချက်များ</li> <li>• ကျန်းမာရေး အစီအစဉ် ကတ်များ</li> </ul>   | <p>Apple Health ပင်မဆက်သွယ်မှုများ [ Coordinated Care of Washington (CC) မှစီမံဆောင်ရွက်သည်] 1-844-354-9876.</p>                                 |



P.O. Box 42719  
Olympia, WA 98504-2719  
HCA 19-047 BS (11/23) Burmese