እንቋዕ ብደሓን መጻእኹም

Washington Apple Health

ናይ ባህርያዊ ጥዕና ኣገልግሎት ጥራሕ

Washington State Health Care Authority

[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 1-800-562-3022 (TRS: 711).

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

[Cambodian] សេវាជំនួយភាសា រួមមានទាំងអ្នកបកប្រែផ្ទាល់មាត់ និងការបកប្រែឯកសារបោះពុម្ព គឺអាចរកបានដោយឥតគិតថ្លៃ។ ហៅទូរស័ព្ទទៅលេខ 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] ການບໍລິການດ້ານພາສາ, ລວມທັງນາຍແປພາສາ ແລະ ການແປເອກະສານຕີພິມ, ມີໄວ້ໃຫ້ຟຣີໂດຍບໍ່ຄິດຄ່າ. 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 (TRS: 711) تماس بگیرید.

[Punjabi] ਭਾਸ਼ਾ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ—ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਅਤੇ ਪ੍ਰਿੰਟ ਕੀਤੀ ਹੋਈ ਸਮੱਗਰੀ ਦੇ ਅੰਨੁਵਾਦ ਸਮੇਤ—ਮੁਫ਼ਤ 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] ተርጎምትን 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).

ሳንዱቕ ትሕዝቶ

ናብ ዋሽንግተን Apple Health ቡክሌታት እንቋዕ ብደሓን መፃእኹም	5
ናይ ኣገልግሎታትካ ካርዲ	7
ናይ ጥዕና ትልሚ ካርድ	8
ናይ ሓደጋ ኣገልግሎት	9
ዘለው ኣገልግሎታት	10
ባህርያዊ ጥዕና ተጣበቕቲ	11
ናይ ጥዕና ክንክን ንምርካብ ዘድልይኹም ኣገልግሎታት	13
መረዳእታ ንህንዲ ኣሜሪካውያን፣ ንናቲቭ ኣላስካ	14
መሰልኩምን ግቡእኹምን	15
ርኽቡና/ፍልፍል	17

እዚ ማንዋል ብዛዕባ ዘየካትቶም፡

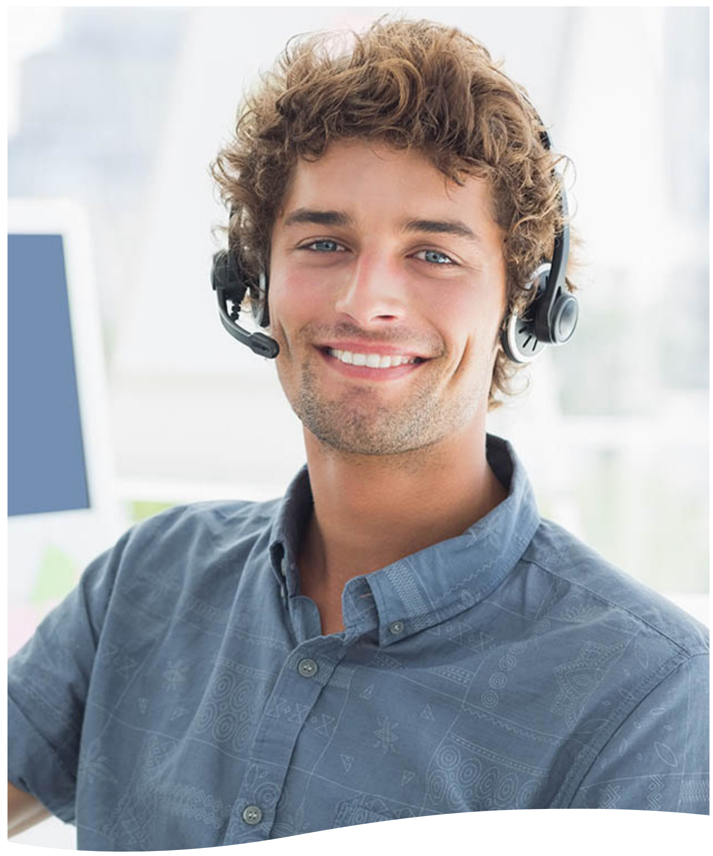
እዚ ማንዋል ዘለውኩም ጥቕምታት (ኣእምሯዊ ጥዕናን ናይ ብዘይጉብዕ ኣጠቓቕማ ፈውሲ ዝመጽዕ ሕማም ሕክምና ኣገልግሎት) የፍልጠኩምን መሰልኩምን ግቡእኹምን ከምኡ ድማ ብናይ ጥዕና ትልምኹም ኣቢልኩም ብኸመይ ኣገልግሎት ከም እትረኽቡ ይዝርዝር፡፡ ብኽብረትኩም እዚ ማንዋል ዝኾነ ሕጋ መሰል ኣይህብን፡፡ ብዛዕባ Apple Health ናብዮት (AHFC) መረዳእታ ንምርካብ ኣብዚ ማንዋል ጥራሕ ኣይትደረኹ፡፡ ብዛዕባ AHFC ዝርዝር መረዳእታ ንምርካብ ናብ ሕግታትን ደንብታትን ናይ ሰበስልጣን ክንክን ጥዕና ገፅ **hca.wa.gov/about-hca/rulemaking** ክዱ፡፡

Washington Apple Health

ናብ ዋሽንግተን Apple Health ቡክሌታት እንቋዕ ብደሓን መፃእኹም

እዚ ማንዋል ዝወሃበካ ቅድሚ ሕጂ ኣብ ዋሽንግተን Apple Health (Medicaid) ስለ ዝተመዝገብካ እዩ። ናይ ዋሽንግተን ስቴት ጥዕና ክንክን ሰበስልጣን (HCA) Apple Health የመሓድርን ምስ ናይ ጥዕና ትልሚ ሽፋን ውዕሊ ይሕዝ። ካብ ናይ ጥዕና ትልምኻ «ናይ ባህርያዊ ጥዕና ጥቕሚ ማንዋል» ክትቅበል ኢኻ። ብዛዕባ ናይ ሽፋን ጥቕምታትኩም ተወሳኺ ዝርዝር ይህብ።

ብዛዕባ ናትካ ባህርያዊ ጥዕና ጥቕምታት



ኣብ መብዛትኡ ካውንታት ናይ Apple Health ዓሚላት ኣካላዊ ጥዕናን ባሃርያዊ ጥዕና ካብ እቲ ዝትግበር ዘሎ ናይ ክንክን ትልሚ ይረኽቡ። (ባህርያዊ ጥዕና ናይ ኣእምሮ ጥዕና ኣገልግሎታትን ናይ መድሓኒት ብዘይኣግባብ ምጥቃም ኣገልግሎት ክንክን ይሓውስ።)

እዚ በራሪ ጽሑፍ ትረክብ ዘለኻ ናይ ኣካላዊ ጥዕና ኣገልግሎታት ብኻልእ መንገዲ ስለእትረክብ እዩ። (ንኣብነታት ገጽ 12 ርአ።) **ኣብ ተግባር ዘሎ ናይ ክንክን ትልሚ ናይ ባህርያዊ ናይ ጥዕና ኣገልግሎታት ጥራሕ ይህብ ኣሎ።)**

ባህርያዊ ናይ ጥዕና ትልምኻ

ኣብ ቀጻሊ ገጽ ዘሎ ናይ ጥዕና ትልሚ ኣብተን ዝተዘርዘራ ሃገራት ዘለው ናይ Apple Health ዓሚላት ዝውሃብ ናይ ባህርያዊ ጥዕና ኣገልግሎታት ይህብ።

ባህርያዊ ናይ ጥዕና ኣገልግሎትካ ዝሽፍን ኣብ ተግባር ዘሎ ናይ ክንን ጥዕና ትልሚ ስም ዝገልጽ ደብደባ ክወሃበካ እዩ። ኣብዚ ሕጂ እዋነ ባህርያዊ ናይ ጥዕና ኣገልግሎታት ትረክብ ዘለኻ ምስእትኸውን ወይ ብዛዕባ እዞም ኣገልግሎታት ምርካብ ሕቶታት ምስዝህልወካ ብኽብረትካ እዚ ናይ ጥእና ትልሚ ኣዛርብ።

ናይ ትልሚ ምርጫ

ኣብ እትነብረሉ ካውንቲ እንተውሓደ ክልተ ማኔጅድ ኬር ኣማራጺ ኣለካ። ኣብ ዝቕጽል ገጽ ዘሎ ሰደቓ ርአ። ካውንቲኻን ናይ ትልሚ ምርጫኻን ድለ።

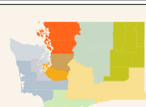
ባህርያዊ ናይ ጥዕና ትልምኻ ምቕያር

ኣብ ዝኾነ ግዘ ኣብ ናይ ጥዕና ትልምኻ ለውጢ ናይ ምሕታት መሰል ኣለካ። እቲ ሕቶ ተቕርበሉ ግዘ መሰረት ብምግባር፣ እቲ ሓድሽ ትልምኻ ኣብ ቀፃሊ ወርሒ ይጅም። ትልምኻ ዓሚል ኣገልግሎት ናብ ብምድዋል ምቕያር ትኽእል ኢኻ።

- ኦንላይን: **https://www.waproviderone.org/client**
- ናብ: Apple Health ዓማውል ኣገልግሎት ብ 1-800-562-3022 (TRS:711) ደውል
- ኢሜይል፦ **https://fortress.wa.gov/hca/p1contactus**

ማነጆድ ክንክን ትካል (ንባህርያዊ ጥዕና ኣገልግሎት ጥራሕ ጥቕሚ)

County	Community Health Plan of Washington	Coordinated Care	Molina Healthcare of Washington	United Healthcare of Washington	Wellpoint Washington (ቅድሚ ሕጂ Amerigroup)
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
ፎስተር ኬር (ኣብ መላእ ስቴት)		X			



ማስታወሻ: Apple Health ፎስተር ኬር ኣብ መላእ ሀገር ብ Apple Health ቀንዲ መራኸቢ (ዝተዋደደ ናይ ዋሽንግተን ክንክን) ኣቢሉ ዝዋብ መደብ እዩ፡፡

ናይ ኣገልግሎት ካርድኻ

መብዛሕትኦም ሰባት ኣብ ኣድራሻኦም ክልተ ካርድታት ይረኽቡ። ናብ ኩሎም ቆፃርታትካ ናይ ኣገልግሎት ካርድኻን ናይ ጥዕና ትልምኻን ሒዝካ ምፃእ።

ናይ ኣገልግሎታትካ ካርድ ከምቲ ኣብዚ ዘሎ ስእሊ ዝበለ ካብ ናይ ጥዕና ክንክን በዓል ስልጣን ይመጽእ። እዚ ካርድ ኣቐምጥዎ። ናይ ኣገልግሎት ካርድኻ ኣብ Apple Health ከም ዝተመዝገብካ የመላኽት። እቲ ሓድሽ ናይ ኣገልግሎት ካርድኹም ክተንጥፍዎ ኣየድልየኩምን። HCA ቅድሚ ናባኻ ምልኣኹ ከነቅሖ እዩ። ሕድሕድ ሰብ ክሳዕ ዕለተ ሞቱ ምስኡ ዝፀንሕ ዝተፈላለየ ናይ ProviderOne ዓሚል ቁፅሪ ኣለዎ።

ናይ ኣገልግሎት ካርድኹም ዘካትቶ፡

- ProviderOne ID መለለዪ ቁፅሪ
- ዝኣተወሉ ዕለት
- ProviderOne መርበብ ባይታ
- ዓማውል ኣገልግሎት መራኸቢ መረዳእታ

ምቕያር ምስእደልየካ “ካርድኻ እንተድኣዘይተቐቢልካ ወይ እንተድኣጠፊኡካ“ ዝብል ርአ።

ProviderOne

ኣብ ናይ ኣገልግሎት ካርድኹም "ProviderOne" ዝብል ክትሪኡ ኢኹም ProviderOne ናይ ጥዕና ትልሚ ዘዋድድን ኣብ ዝተፈላለዩ ግዘታት HCA መረዳእታ ዝልእኽ ናይ መረዳእታ ስርዓት እዩ። ኣብቲ ካርድ ዘሎ ቁፅሪ ናይ ProviderOne ናይ ዓሚል ቁፅርኹም እዩ (ትሽዓንተ ኣሃዝ ኣብ መወዳእታ WA)።

Apple Health ንምርካብ ብቑዕ ዝኾነ ሕድሕድ ኣባላት ስድራ ናይ ዓርሱ ኣገልግሎት ካርድ ክረክብ ብቑዕ እዩ። ነፍስ ወከፍ ውልቀ ሰብ ክሳዕ ዕለተ ሞቱ ምስኡ ዝፀንሕ ዝተፈላለየ ናይ ProviderOne ዓሚል ቁፅሪ ኣለዎ።

ናይ Apple Health ሽፋን እንተድኣ ነይርኩም ሓድሽ ካርድ ኣይንልእኽልኩም ኢና። ዋላኳ ብተኸታታሊ ሽፋን ተዘይረኺብኩም እቲ ዝፀንሐ ካርድኹም ሕጅ እውን ቅቡል እዩ። ናይ ዓሚል ቁፅርኹም ሕጅ እውን ተመሳሳሊ ኮይኑ ይፀንሕ።

እቲ ካርድ ተዘይተቐቢልካ ወይ እንተድኣ ጠፊእካ

Apple Health ምዝገባ ብዝተሳኸዐ መልክዑ ድሕሪ ምምዝጋብካ ኣብ ውሽጢ ክልተ ሰሙናት ናይ ኣገልግሎት ካርድ እንተዘይተቐቢልካ ወይ እንተድኣ ጠፊእካ፣ ብኽብረትካ ካርድ ንምትካእ ናብ Apple Health ዓማውል ኣገልግሎት ብ1-800-562-3022 ደውል።

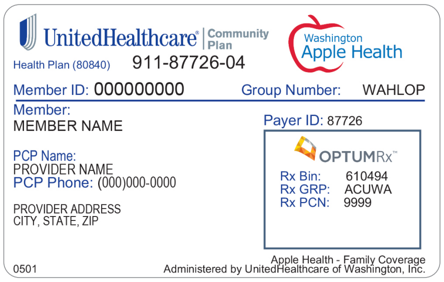
ንባህርያዊ ጥዕና ኣገልግሎት ጥራሕ መራኸቢ

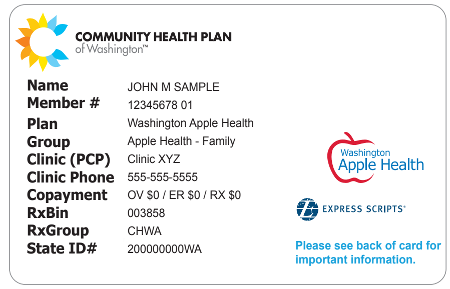
ማነጅድ ኬር ትልምታት	ቀንዲ ስልኪ	መርበብ ባይታ
Community Health Plan of Washington (CHPW)	1-800-440-1561	chpw.org
Coordinated Care of Washington (CC)	1-877-644-4613	coordinatedcarehealth.com
Molina Healthcare of Washington (MHW)	1-800-869-7165	molinahealthcare.com
UnitedHealthcare Community Plan (UHC)	1-877-542-8997	uhccommunityplan.com
Wellpoint Washington (WLP) (ቅድሚ ሕጂ Amerigroup)	1-833-731-2167	wellpoint.com/wa/medicaid

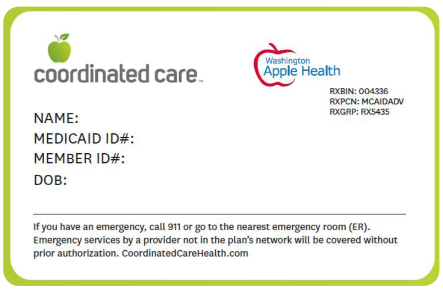
ናይ ጥዕና ትልሚ ካርድ

ኣብ Apple Health ካብእትምዝገብ ኣብ ሒደት ሰሙናት ካብ ማኔጅድ ኬር ናይ ጥዕና ትልሚ መለለይ መንነት ካርድ ክትረክብ ኢኻ። ባህርያዊ ጥዕና ኣገልግሎትካ ክሽፋኑልካ እዮም ከምኢእውን ብዛዕባ እዞም ኣገልግሎታት ምርካብ ተወሳኺ ሓበሬታ ክህቡ እዮም። እዚ ካርድ ኣቐምጥዎ።

ናብ ባህርያዊ ጥዕና ኣቕረብትኻ ክትከይድ እንከለኻ ናይ ኣልግሎት ካርድን ናይ ትልሚ መለለይ ካርድን ሓዝ። ብተወሳኺ እውን ናይ መለለይ መንነት ፎቶ ክድልየኩም እዩ።







ካርድኻ ቅድሚ ምምፅኡ ናይ ጥዕና ክንክን ኣገልግት እንተድኣ ደሊኻ

ካርድታትካ ቅድሚ ምብጻሖም ናብ ናይ ባህርያዊ ጥዕና ክንክን ኣቕራቢ ክትከይድ ምስእትደሊ ናይ ምዝገባ ደብዳቤኻ ሓዝ። እቲ ኣቕራቢኻ ኣብ ውሽጢ ናይ ትልሚ ኔትዎርክ ክሳዕ ዝኾነ (ምስ ናይ ጥዕና ትልምኻ ውዕሊ ዘለዎ) ናብ ዝኾነ ሓኪም፣ ናይ ጥዕና ክልኒክ ወይ ፋርማሲ ክትከይድ ትኽእል ኢኻ። ናይ ኣቕርብቲ ዝርዝር ንምርካብ ናይ ጥዕና ትልምኻ ርኸብ።

ዋላኳ ናይ ኣገልግሎት ካርድ ወይ ናይ ጥዕና ትልሚ ካርድ እንተዘይተቐበልካ ሓገዝ ንምርካብ ናብ ጥዕና ትልምኻ ክትድውል ትኽእል ኢኻ።

ንስኻ (ወይ ውላድካ) ናይ ጥዕና ትልሚ ኣባላት ኣገልግሎት ቁፅሪ ርኸብ፡

- ናይ ኣእምሮ ጥዕና ኣገልግሎት ክትረክብ እንተድኣ ደሊኻ።
- ብዘይጉብዕ ኣጠቓቕማ ፈውሲ ዝመጽዕ ሕማም ክንክን ክትረክብ ምድላይ።
- ምስ ናይ ጥዕና ትልሚ ፀገም እንተድኣ ኣለካ።
- ኣቕራቢኻ ምቕያር ምድላይ
- ናይ ጥዕና ትልሚ መለለይ መንነት እንተድኣ ጠፊእካን ካልእ እንተድኣ ደሊኻ።
- ፍሉይ ናይ ጥዕና ክንክን ድልየት ኣለካ (ወይ እቲ ህፃን ኣለዎ)።

ናይ ሓደጋ ኣገልግሎት

ናይ ሓደጋ እዋን ኣገልግሎት ኣብ እዋን ፀገምካ ንምርግጋዕን ድልየትካ ንምምላእ ዘድሊ ከባቢ ዘቕርብ 24 ሰዓት ኣገልግሎት እዩ። ቅድሚ እዚ **ኣገልግሎት** ናይ ተመላላሲ ተሓካሚ ገምጋም ኣየድልየካን።

- ህፁፅ ሓገዝ ንምርካብ ናብ 911 ደውል ወይ ኣብ ከባቢኻ ናብ ዝርከብ ሆስፒታል ከድ።
- ንኣእምሮ ጥዕና ህፁፅ ሓገዝ ናብ 988 ደውል። ንናይ ሓደጋ **ኣገልግሎት** ፈቓድኣየድልየካን።
- ናይ ስቴት ሓደጋ መስመር መመሓደሪ: **hca.wa.gov/mental-health-crisis-lines** ረኣይ።
- **ናይ ዋሽንግተን ዳግመ ሕውየት ሓገዝ መስመር** 24 ሰዓት ናይ ሓደጋ ምፍታሕን ሪፈራልን መስመር ምስ ናይ ጥዕና ኣእምሮ፣ መዐወኒን ናይ ቁማር ፀገም ዝተተሓሓዙ ሰባት ኣገልግሎት ይህብ። ናብ 1-866-789-1511 (TTY 206-461-3219) ደውል፤ ናብ **recovery@crisisclinic.org** ኢሜይል ግበር ወይ **warecoveryhelpline.org** ከድ፣ ኣብ ዝተፈለየ ሰዓት መናእሰይ ምስ መናእሰይ ክራኸቡ ይኽእሉ: ናብ 1-866-833-6546 ደውሉ፣ ናብ **teenlink@crisisclinic.org** ኢሜል ግበር ወይ **866teenlink.org** ከድ።
- ንሀገራዊ ዓርስኻ ምጥፋእ ምክልኻል መስመር: ደውል ወይ ናይ ፅሑፍ መልእኽቲ 988 ለኣኽ 1-800-273-8255 (TTY ተጠቀምቲ 1-800-799-4889) ደውሉ።

ካብ ባህርያዊ ጥዕና ትልሚ እንታይ ዓይነት ኣገልግሎት ትረክብ?

ንኣእምሯዊን ብዘይጉብዕ ኣጠቓቕማ ፈውሲ ዝመጽዕ ሕማም ሰፊሕ ዝኾነ ሕክምናን ኣገልግሎት ክትረክብ ትኽእል። ኣብ ታሕቲ ዘሎ ዝርዝር ብባህርያዊ ጥዕና ትልሚ ሽፋን ዝግበረሎም ኣገልግሎታት እዮም። ኣገልግሎት እንተድኣ ደሊኻ ወይ ዝኾነ ሕቶ እንተድኣ ኣለካ፣ ብኽብረትካ ናብ ትልምኻ ደውል። ዘድልየካ ክንክን ንኽትረክብ ክሕግዙኻ ይኽእሉ እዮም።

ናይ መዐወንን መድሓኒት ብዘይኣጋባብ ምጥቃም ኣገልግሎት፡

ገምጋም– ናይ ጥዕና ኣቕረብቲ ዘድልዮም ኣገልግሎት ንምውሳን «ቃለ መሕተት» ክካየድ እዩ።

ሓፂር ናይ ኢንተርቬንሽን ሕክምና– ፀገም ንምንካይ፣ ናይ ግዘ ደረት።

ናይ ምልቃቕ ምምሕዳር (ምእላይ መርዚ)– ብከይዲ ግዘ ምጥቃም ደው ንምባል ድሕንነቱ ዝተሓለወ ክሳዕ ዝኸውን ኣጠቓቕማ ኣልኮል መድሓኒት ኣብ ምንካይ ሓገዝ። (እዚ ኣገልግሎት ናይ ሆስፒታል ሕክምና ኣየካትትን).

ናይ ተመላላሲ ተሓካሚ ሕክምና– ኣብ ኮምና ውልቃውን ናይ ጉጅለ ምምኻር።

ፅዑቕ ናይ ተመላላሲ ተሓካሚ ሕክምና– ተኻታታሊ ውልቃውን ናይ ጉጅለ ምምኻር።

ዓራት ሒዙ ዝሕከም ሕክምና– ሰፊሕ ዝኾነ ናይ ውልቀን ጉጅለን ምምኻርን ትምህርትም 24 ሰዓት ክትትል ኣብ ዘለዎ ትካል።

ናይ ኦፓይት መዐወኒ ሕክምና ኣገልግሎት– ኣብ ኦፓይት ወልፊ ንዘለዎም ናይ ተመላላሲ ገምጋምን ሕክምና። ተቀባልነት ዘለዎ ሕክምናን ምምኻርን የካትት።

ኣተኣላልያ ጉዳይ – ሕክምና፣ ማህበራዊ፣ ትምህርታዊን ካልኦት ኣገልግሎታት ንምርካብ ሓገዝ ይህብ።

ናይ ኣዴታትን ዝውለዱ ህፃናት ክንክን

ናይ ቅበላ ገምጋም – ድልየትኩምን ሽቶኹምን ምልላይን ናይ ኣእምሮ ጥዕና ክንክን መቕረቢኹም ካልኦት ናይ ሕክምና ኣገልግሎታትን ትልምታት ንምምኻር ይሕግዝ።

ውልቃዊ ሕክምና ኣገልግሎት – ኣብ ኣገልግሎትካ ዘለው ሽቶታት ንምምላእ ዲዛይን ዝተገበሩ ምምኻርን ካልኦት ምንቅስቓሳት።

ናይ መድሐኒት ምምሕዳር – ሊቸንሳ ዘለዎም ሰራሕተኛታት መድሓኒት ይእዝዙን ብዛዕባ ሳዕቤን የምህሩ።

ናይ መድሓኒት ክትትል – ሕክምናኻ ከም ዝሰርሕ ዘሎን ብትኽክል ንኽትወስዶ ንምሕጋዝ ናይ ክትትል ኣገልግሎት።

ናይ ጉጅለ ሕክምና ኣገልግሎት –ተመሳሳሊ ለውጢ ምስ ዘለዎም ሰባት ምምኻር።

ናይ መሰታ ሓገዝ – ናይ ኣእምሮ ጥዕና ስርዓት ኣብ ምምራሕን ናይ ዳግመ ሕውየት ሽቶ ምስኻዕን፣ ኣብ ኣእምሮ ጥዕና ብዝሰልጠነ ውልቀ ሰብ ሓገዝ ይቀርበልካ።

ሓፂር ኢንተርቬንሽንን ሕክምና – ኣብ ገለገለ ፀገማት ትኹረት ዝገበረ ሓጺር እዋን ምምኻር።

ናይ ስድራ ሕክምና – ስጡም ዝኾነ ርክብ ንምፍጣርን ፀገም ንምፍታሕ ስድራ ማእኸል ዝገበረ ምምኻር።

ፅዑቕ ዝኾነ ሕክምና— – ኣብ ኣገልግሎት ትልምኻ ዘሎ ውልቃዊ ትልሚ ሽቶ ንምምላእ ናይ ኣእምሮ ጥዕና ጉጅለ ሓገዝ የቕርቡ።

ቴራፒቲክ ስነ ኣእምሯዊ ትምህርቲ – ሓገዝን ናይ ሓገዝ ኣገልግሎት ሓዊሱ ብዛዕባ ሕማም ኣእምሮ፣ ናይ ኣእምሮ ጥዕና ሕክምና መማረፂ፣ ሕክምናን ምድሓንን።

መዓልታዊ ሓገዝ – ዓርስኻ ኣብ ምኽኣል ፅዑቕ ናይ ምምሃር መደብ።

ኮማዊ ሕክምና ገምጋምን ሕክምናን – ብሕክምና ዘድልዩ ናይ ደቂሱ ዝሕከም ክንክን። ቅድሚ እዚ ኣገልግሎት ናይ ተመላላሲ ተሓካሚ ገምጋም **ኣየድልየካን፡**

ናይ ምርግጋዕ ኣገልግሎት – ሆስፒታል ንኽይትኣትው ኣብ ገዛ ወይ ገዛ ኣብ ዝመስል ከባቢ ምቕራብ። ቅደሚ እዚ ኣገልግሎት ናይ መእተዊ ገምጋም ክትወስድ **ኣይግበኣካን፡፡**

ናይ ዳግመ ሕውየት ጉዳይ ኣማሓዳሪ – ደቂስቃ ምሕካምን ተመላላሲ ምሕካም ናይ ኣእምሮ ጥዕና ምውህሃድ። እዚ ናይ መእተዊ ገምጋም ኣ ካል ክኸውን ይኽእል እዩ።

ኣብ መንበሪ ዝቐርብ ናይ ኣእምሮ ጥዕና ኣገልግሎት – ኣብ ጉጅላኣዊ ኩነታት ትነብር እንተድኣ ኮይንካ ዝቐርብ ኣገልግሎት።

ፍሉይ ናይ ህዝቢ ገምጋም – ከም ህፃናት፣ ዓበይቲ ቆልዑ ወይ ካብ ካልእ ባህሊ ምስ ዝመፁ ውልቀ ሰባት ዝኣመሰሉ ካብ በዓል ሞያታት ናይ ሕክምና ትልሚ ደገፍ።

ስነ ኣእምራዊ ገምጋም – ናይ ሕክምና ትልሚ ገምጋም ሕክምና ትልሚ ሓገዝ።

ባህርያዊ ጥዕና ተጣበቕቲ

ባህርያዊ ጥዕና ተጣባቒ ማለት ምስ ባህርያዊ ጥዕና ኣገልግሎት ዝተሓሓዘ ናፃን ምሽራዊ ደገፍ ዘቕርብ ሰብ እዩ። ናይ ባህርያዊ ጥዕና ጥርዓን፣ ይግባይ ወይ ኣብ ዝተሓተ ደረጃ ፀገማት ንምፍታሕ ምምሕዳራዊ ፍትሓዊ መገባኣያ። ባህርያዊ ጥዕና ተጣበቕቲ ዘይሻራዊ ናይ ጥዕና ትልሚ ወይ ባህርያዊ ጥዕና ምምሕዳር ኣገልግሎት ትካል (BH-ASO) እዩ።

ኩሎም ክልላት ብ1-800-366-3103 ክትረኽቡ ትኽእሉ። ወይ ናብ ባህርያዊ ጥዕና ተጣባቒ ቤት ፅሕፈት
ብ **info@obhadvocacy.org** ኢሜይል ግበሩ።

ከባቢ	ካውንቲ	ኢሜይል	ቁጽሪ ተሌፎን
Great Rivers	Cowlitz, Grays Harbor, Lewis, Pacific, Wahkiakum	**greatrivers@obhadvocacy.org**	360-561-2257
Greater Columbia	Asotin, Benton, Columbia, Franklin, Garfield, Kittitas, Walla Walla, Whitman, Yakima	**greatercolumbia@obhadvocacy.org**	360-292-5038
King	King	**kingcounty@obhadvocacy.org**	206-265-1399
North Central	Chelan, Douglas, Grant, Okanogan	**northcentral@obhadvocacy.org**	509-389-4485
North Sound	Island, San Juan, Skagit, Snohom-ish, Whatcom	**northsound@obhadvocacy.org**	360-528-1799
Pierce	Pierce	**piercecounty@obhadvocacy.org**	360-292-5038
Salish	Clallam, Jefferson, Kitsap	**salish@obhadvocacy.org**	360-481-6561
Spokane	Adams, Ferry, Lincoln, Pend Oreille, Spokane, Stevens	**spokaneregion@obhadvocacy.org**	360-292-5038
Southwest	Clark, Klickitat, Skamania	**southwestern@obhadvocacy.org**	509-434-4951
Thurston-Mason	Mason, Thurston	**thurstonmason@obhadvocacy.org**	360-489-7505

ክንክን እንተድኣ ደሊኻ

ናይ ኣእምሮ ጥዕና	ናብ ባህርያዊ ጥዕና ትልሚ ወይ ኣእምሮዊ ጥዕና ኣቕራቢኻ ደውል::
ብዘይግቡዕ ኣጠቓቕማ መድሓኒት ንዝመጽእ ሕማም ዝዋሃቡ ኣገልግሎታት ሕክምና	ናብ ባህርያዊ ጥዕና ትልሚ ወይ ብዘይግቡዕ ኣጠቓቕማ መድሓኒት ንዝመጽእ ሕማም ዝዋሃቡ ኣገልግሎታት ሕክምና ወሃባይ ደውል::
ካብ ስራሕ ሰዓት ወፃእ ናይ ገዛ ክንክን	ብመዓልቲ 24 ሰዓት ብሰሙን ሸውዓተ መዓልቲ ናይ ባህርያዊ ጥዕና ነርስ ናይ መማኸሪ መስመር ደውል::
ሓደጋ	ረኣይ **hca.wa.gov/mental-health-crisis-lines**
ናይ ሓደጋ እዋን ክንክን	ናብ 911 ደውሉ ወይ ናይ ሓደጋ እዋን ኣቐረብቲ ክሕግዝኹም ናብ ዝኽእሉ ኣብ ቀረባኹም ናብ ዝርከብ ከባቢ ክዱ: : ብዝተኽኣለካ ፍጥነት ንስኻ ወይ ካልእ እትፈልጦ ሰብ እዚ ሓደጋ ሪፖርት ንምግባር ናብ ባህርያዊ ጥዕና ደውል: : እዚ ብመዓልቲ 24 ሰዓትን ብሰሙን ሸውዓተ መዓልትታት ድልው እዩ
ካብ ገዛ ወፃእ ክንክን	ናይ ሓደጋ እዋን እንተዘይኮይኑ፣ በቲ ኣብ ናይ ትልሚ መለለይ መንነትካ ብዘሎ ናብ ባህርያዊ ጥዕና ወይ ናብ ነርስ መማኸሪ መስመር ደውል

ብዘዕባ ኣካላዊ ጥዕና ክንክን ጥቕምታት ከ?

ናይ ባህርያዊ ጥዕና ትልሚ ናይ ኣእምሮ ጥዕና ኣገልግሎትን ብዘይግቡዕ ኣጠቓቕማ መድሓኒት ንዝመጽእ ሕማም ዝዋሃቡ ኣገልግሎታት ሕክምና ኣገልግሎት ጥራሕ ይሽፍን:: ኣካላዊ ጥዕና ኣገልግሎትካ ብኻልእ መንገዲ ትረክብ፣ ከምዚ ዝስዕብ:

- Medicare ወይ ውልቃዊ ኢንሹራንስ
- Apple Health ማነጅድ ኬር ናይ ጥዕና ትልሚ ብዝተፈለየ መልክዑ ኣብ ናብዮት ንዝለው ህፃናት (ዝተዋደደ ናይ ዋሽንግተን ክንክን)::
- ናይ ቀዳማይ ደረጃ ክንክን ናይ ጉዳይ ምሕደራ (PCCM) መደብ:: ብኢንድያን ናይ ጥዕና ማእኸል ኣቢሉ PCCM ዓማውል ኣካላዊ ጥዕና::
- ብዘይ ማነጅድ ኬር ትልሚ Apple Health ሽፋን::

ናይ ባህርያዊ ጥዕና ትልምን ኣካላዊ ጥዕና ክንክን ሽፋን ብሓባር ናይ ምሉእ ሰብ ሽፋን ይህቡ (ኣካላዊ ጥዕና፣ ኣእምሮዊ ጥዕናን ናይ ብዘይግቡዕ ኣጠቓቕማ መድሓኒት ንዝመጽእ ሕማም ዝዋሃቡ ኣገልግሎታት ሕክምና)

ናይ ጥዕና ክንክን ኣገልግሎት ክትረክብ ትኽእል

መተርጎሚ ክድልየካ ይኽእል

ኢንግሊዝኛ ትመርፆ ቋንቋ እንተዘይኮይኑ ወይ ምስማዕ ዝተስኣኖ፣ ምስማዕን ዓይንን ዝተስኣኖን ምስማዕ ዝፅገም ምስዘይትኽእል፣ ናይ ምልክት ቋንቋ ሓዊሱ ብኩሉ ቋንቋታት ናይ ትርጉም በዓል ሙያታት ንዓኻ ተዳልዮም ኣለው፡ ፡ናይ ጥዕና ክንክን ቆፀሮ ክትሕዝ ከለኻ ኣስተርጓም ዘድልየካ እንተድኣ ኮይኑ ነታ ተቐባሊት ጋሻ ኣፍልጣ፡፡ እቲ ናይቲ ዝዝረብ ቋንቋ መተርጎሚ ኣብ እዋን እቲ ቆፆሮ ናብቲ ኣቕራቢ ቤት ፅሕፈት ክኸድ ወይ ብስልኪ ክርከብ ይኽእል፡ ፡ ናይ ምልክት ቋንቋ መተርጎሚ ኣብ እዋን እቲ ቆፆሮ ናብቲ ኣቕራቢ ቤት ፅሕፈት ክኸድ ወይ ብቪድዮ ክርከብ ይኽእል፡፡

ስድራ ወይ መሓዙት ኣስተርጎምቲ ካብ ምምፃእ እዞም በዓል ሞያ ኣስተርጎምቲ ምጥቃም ይምረፅ፡፡ እቶም ኣስተርጎምቲ ናይ ጥዕና ክንክን ቃላት ዝሰልጠኑ እዮም፡፡ ንስኻን ኣቕረቢኽን ንክትረዳድኡ ክሕግዙኻ እዮም፡፡ ተወሳኺ ንምፍላጥ hca.wa.gov/interpreter-services፡፡

ስንክልና እንተድኣ ኣለኩም

ናይ ምዝራብ ወይ ምስማዕ ወይ ናይ ምንቅስቓስ ስንክልና እንተድኣ ኣለኩም ቆፆሮ መዓዝ ከም ትሕዙ ንተቐባሊት ጋሻ ክትሕብር ይግባእ፡፡ ተቐባሊት ጋሻ ኣገደስቲ ዝኾነ ምትዕርራያት ንኽትገብር ክትሕግዘካ እያ፡፡

ምስማዕ ዝተስኣኖ፣ ምስማዕን ምርኣይ ዝተስኣኖ፣ ወይ ምስማዕ ዝፅገም እንተድኣ ኮይንካን ናይ ምልክት ቋንቋ ኣስተርጓሚ እንተድኣ ደሊኻ ብኽብረትካ ነታ ተቐባሊት ጋሻ ኣፍልጣ፡፡ በዓል ሞያ ኣስተርጎምቲ ብናፃ ቅሩባት እዮም፡፡

ኣብ መጎዓዓዝያ ሓገዝ ክትረክብ ትኽእል ኢኻ

ናብ ጥዕና ክንክን ቆፀሮኻ መጎዓዝያ ብናፃ ንምርካብ ብቑዕ ክትከውን ትኽእል ኢኻ፡፡ እዚ ቆፀሮ Apple Health ንዝሽፍኖም ኣገልግሎት ክኸውን ይግባእ፡ ፡ መብዛሕትኦም ኣብ ጥቕሚ ዝውዕሉ ዓይነት መጎዓዝያ ዘካትቶ፡ ናይ ህዝቢ መመላለሲ፣ ናይ ጋዝ ቮቸር፣ ዓማውልን ወለንታዊ ማይሌጅ ካሕሳ፣ ወለንታዊ ገናሕቲ፣ ታክሲ፣ ዊልቸር ቫን ወይ ተንቀሳቓሲን ንግዳዊ ኣውቶቡስን ኣየር፡፡ ናይ ደለልቲ ዝርዝር ብ hca.wa.gov/transportation-help ይርከብ፡፡

መረዳእታ ንህንዲ ኣሜሪካውያን ንናይ ኣላስካ መበቆል ዘለዎምን

መቦቀልካ ኣሜሪካን ኢንድያን ወይ ኣላስካ እንተድኣኮይኑ ናይ ጥዕና ክንክን ኣግልግሎታት ብ **ኢንድያን ኣግልግሎት ቀረብ፣ ትሪባል ጥዕና ክንክን መደብ ወይ ናይ ከተማ ኢንድያን ናይ ጥዕና መደብ (UIHP)** ከም ናይ ሲያትል ኢንድያን ጥዕና ቦርድ ን ስፖካኔ ፕሮጀክት መቦቀልክተረክብ ትኽእ፡፡ እቶም ኣብዞም ትካላት ዘለዉ ኣቕረብቲ ባህልኻ፣ ማሕበረሰብካ፣ ከምኡድማ ናይ ጥዕና ክንክን ድልየታትካ ይፈልጡ እዮም።

እቲ እትደልዮ ክንክን ከቕርቡልካ ወይ ናብ በዓል ሞያ ክሰዱኻ ይኽእሉ እዮም፡፡ ምሕዱር ክንክን ትልሚ(ናይ ባህርያዎ ጥዕና ኣግልግሎት ጥራሕ [BHSO] ትልሚ ክኸውን ይኽእል እዩ) ወይ Apple Health ሽፋን ብዘይ ምሕዱር ክንክን(እዚ Apple Health ጥዕና ናጻ ኣገልግሎት እውን ይበሃል እዩ) ክትመርጽ እንተድኣኣለካ ንክትውስን ክሕግዙኻ ይኽእሉ እዮም፡፡ ብዛዕባ ናይ ጥዕና ክንክን ወይ ናይ ጥዕና ክንክን ሽፋን ሕቶታት እንተድኣኣለካ ናትካ ትሪባል ወይ ናይ UIHP ሰራሕተኛ ክሕግዘካ ይኽእል እዩ፡፡.

ናይ ቀዳማይ ደረጃ ክንክን ኬዝ ምሕደራ

ብዘይ ዝተማሕደረ ናይ ክንክን መደብ ዝወሃብ ናይ Apple Health ሽፋን እንድሕር መሪጽካ ገለ ናይ IHS ትካላት፣ ታራ ናይ ጥዕና ክንክን ፕሮግራማት፣ ከምኡድማ UIHP ናይ ቀዳማይ ደረጃ ክንክን ኬዝ ምሕደራ (PCCM) የቕርቡ እዮም። PCCM ንዓኻ ናብ ስፔሻሊስት ሪፈር ምባልን ናትካ ናይ ሕክምናን ጥዕናን ሓበሬታ ንመርመራን ሕክምናን ኣድላዪ ክኸውን እንከሎ ንስፔሻሊስታት ምሃብ ሓዊሱ ኣብ ናይ ጥዕናኻ ክንክን ምሕደራን ምውህሃድን ዝሕግዝ ናይ Apple Health ፕሮግራም እዩ። ኣብቲ ናይ PCCM ፕሮግራም ክትሳተፍ እንድሕር ትደሊ፡ ንናይ IHS ትካልካ፡ ከባብያዊ ናይ ጥዕና ፕሮግራምካ፡ ወይድማ UIHP ኣብቲ ናይ PCCM ፕሮግራም ዝሳተፉ እንተኾይኖምን ንስኻ እውን ክትሳተፍ ትኽእል እንተኼንካን ሕተቶም። ኣብቲ ናይ PCCM ፕሮግራም ኣብ ዝደለኻዮ ግዜ ክትሳተፍን ተሳትፎኻ ከተቋርጽን ትኽእል ኢኻ፡ እንተኾነ ተሳትፎኻ ይኹን ካብ ተሳትፎ ምውጻእካ ክሳብ እቲ ዝቕጽል ወርሒ ግብራዊ ኣይኸውንን።

ናይ ጥዕና ክንክን ዝርከበሉ መንገድታት

HCA ንኣሜሪካን ኢንድያንስን ኣልኣስካን መበቆሎም ዝኾኑን ኣብ ዋሺንግተን ዝርከቡን ምሕዱር ክንክን Apple Health ን ሽፋን ካብ ምሕዱር ክንክን ወጻእ ዝኾነ ናይ Apple Health ሽፋንን ንከመርጹ ኣማራጺ ይህብ፡፡ HCA ብምኽንያት ናይ ኢንድያን ትዕና ክንክን ምቕራብ ስርዓት ዝተሓላለኸ ምኽንን ንባህሊ ግቡእ ዝኾነ ናይ ጥዕና ክንክን ንምሃብን ብናይ ፌደራል ሕግታት ኣይመሓደረን፡፡

- ኣብ ናይ Apple Health ሽፋን ብዘይ ምሕዱር ክንክን ዝኾነ ኣብ Apple Health ናጻ ኣግልግሎት መደብ ዝሳተፍን ካብ ምሕዱር ክንክን ትካል(MCO) ወይ ባህርያዎዊ ጥዕና ትካል ናትካ ክንክን ዝከታተል ዘሎ ወጻኢ ተሓከምቲ ዝቕበል ዘሎ ዝኾነ ኣቕራቢ ክትመርጽ ትኽእል ኢኻ፡፡ ናይ ጥዕና ክንክን ኣገልግሎታት ወይ ክንክንካ ንምምሕዳር ናይ MCO ኣይህልወካን፡፡ እቶም ኣቕረብቲ ብስቴት ዝተውሃበ ፍቓድ ኩሎም መለከዒታቶም ከማልኡ እዮም፡፡ ናይ Apple Health ናጻ ኣግልግሎት ናይ ጥዕና ኣቕራቢ ንምርካብ ኣብ https://fortress.wa.gov/hca/p1findaprovider ርአ፡፡

እዚ ምርጫ እንተድኣተመሓዲርካ ትርጉም ይህልዎ፤ ብከም ትሪባል ጥዕና መደብ ወይ UIHP፡፡

- ምስ ናይ Apple Health ምሕዱር ክንክን ናይ ጥዕና ክንክን ብ ማነጅድ ኬር ትካል MCO ን/ይመሓደር፡፡ እዚ ማለት MCO ኣገልግሎታት ንምርካብን ክንክን ንምምሕዳር ንምሕፋዝን ከም ሓደ ናይ ርክብ ናቑጣ ኮይኖም

እዚ ውሳነ ትርጉም ይህልዎ፤ እንተድኣ ዝኾነ ኣካል ክንክን ዘይመሓድሮ ኮይኑ፡፡

ኣብ ዝኾነ እዋን ምርጫኻ ክትቕይር ትኽእል ፤ እቲ ለውጢ ክሳብ እቲ ቀጻሊ ወርሒ ተግባራዊ ኣይኸውንን፡፡ ምስ ትሪባል ኣሲስተር ብ IHS ቀረብ ትሪባል ጥዕና መደብ ወይ UIHP እንተዛሳሲርካ ወይ እንተደኣተሸሪኽካ ንክትውስን ክሕግዙኻ ይኽእሉ እዮም፡፡ ክትገብሮ እትደሊ ለውጢን ሕቶታት ንምሕታትን ሓዊሱ ውሳነኻ ክተፍልጠና ንናይ ጥዕና ክንክን በዓል ስልጣን ብ1-800-562-3022 ምድዋል ትኽእል፡፡

መሰልካን ግቡእኻን

ብመሰረት ሕጊ ብዛዕባ እቲ እትረኽቦ ናይ ጥዕና ክንክን ኣገልግሎት መሰል ኣለካን ከምኡ ድማ ዘየድልዩ ወፃኢታት ንምንካይን ጥዕናኻ ንምሕላውን ንምምሕያሽ ግቡእ ኣለካ።

እዞም ዝስዕቡ መሰላት ኣለካ፡

- ሕክምና ዘይምቕባል ሓዊሱ ኣብ ባህርያዊ ክንክን ጥዕና ውሳነ ኣብ ምውሳን ሓገዝ።
- እቲ ወፃኢ ብዘየገድስ ብዛዕባ እቶም ዘለው ናይ ሕክምና መማረፅታት ሓበሬታ ምርካብ።
- ኣብ ናይ ጥዕና ትልምኻ ካብ ካልእ ኣቕራቢ ካልኣይ ርኢቶ ምርካብ።
- ብዙሕ እንክይተፀበኻ ኣገልግሎት ርኸብ
- ብኽብር ምትእንጋድ። ኣድልዎ ኣይፍቀድን እዩ። ዝኾነ ሰብ ብመሰረት ዘርኢ፣ ሕብሪ፣ መበቆል ሀገር፣ ፆታዊ ድልየት፣ ዕድመ፣ ሃይማኖት፣ ዓሌት ወይ ሰንክልና ብፍሉይ ወይ ብዘይግባእ መንገዲ ክረኣይ የብሉን።
- ዝኾነ ዓይነት ሳዕቤን እንተይበፅሓካ፣ ብናፅነት ብዛዕባ ናይ ጥዕና ክንክንካን ሕቶታትካን ምዝራብ።
- ክንክንካ ዝምልከቱ መረዳእታታት ብምሽጥር ክተሓዙን ክሕለውን።
- ናይ ሕክምና መረዳእታ ቅዳሕ ምሕታትን ምርካብን።
- ኣድላይ ክኸውን ከሎ ኣብ ናይ ሕክምና መረዳእታኻ ዝተገበሩ ምትዕርራያት ምሕታትን ምርካብ።
- ብዛዕባ እዞም ዝስዕቡ መረዳእታ ምሕታትን ምርካብን፡
  - ናይ ጥዕና ሽፋንካን ሽፋን ዘለዎም ኣገልግሎታት።
  - ኣቕራቢኻን ንስፔሻሊስትን ካልኦት ኣቕረብቲ ብኸመይ ሪፈር ይግበር።
  - ናይ ጥዕና ትልምኹም ንናይ ሕክምና ክንክንክን ኣቕራቢኹም ብኸመይ ይኸፍል።
  - ኩሎም ናይ ክንክን መማረፅታትን ንምንታይ ገለገለ ዓይነት ክንክን ትረክብ።
  - ጥርዓን ወይ ብዛዕባ ክንክንካ ጥርዓን ኣብ ምምላእ ሓገዝ ብኸመይ ትረክብ።
  - ፖሊሲ፣ ከይዲ፣ ናይ ኣፈጻፅማ መመርሒን ለውጢ ብኸመይ ሓሳብ ከም እትህብ ሓዊሱ ናይ ጥዕና ትልሚ ትካላዊ መስርሕ።
- ተነኣሰ ብዓመት ናይ ኣባላት መሰልን ግቡእን ብፅሑፍ ምርካብ። መሰልካ ናይ ኣእምሮ ጥዕናን ናይ ብዘይግቡዕ ኣጠቓቕማ መድሓኒት ንዝመጽእ ሕማም ሕክምና ኣገልግሎት ምርካብ የጠቓልል።
- ናይ ሓደጋ እዋን ዝርዝር ቁፅሪ ተሌፎናት ምርካብ።
- ናይ ኣእምሮ ወይ ኣቕዲሙ ዝወሃብ ናይ ሕክምና መምርሒ ቅጥዒ ኣብ ምምላእ ሓገዝ ምርካብ።

ውልቀ ሐላፊነቶም ን፡

- ብዛዕባ ናይ ኣእምሮ ጥዕናን ሕክምና ዘይምቕባል ሓዊሱ ኣብ ናይ ብዘይግቡዕ ኣጠቓቕማ መድሓኒት ንዝመጽእ ሕማም ሕክምና ኣገልግሎት ውሳነ ኣብ ምውሳን ሓገዝ።
- ቆፀሮ ምኽባርን ሰዓት ምኽባር። ቆፆሮ እንተድኣ ሰሪዝካ ወይ ክትዝንግዕ እንተድኣ ኮይንካ ናብ ናይ ኣቕራቢኻ ፅሕፈት ቤት ደውል።
- ንዓኻ ኣገልግሎት ስለዝሃቡኻ ክፍሊት ንኽከፈሎም ንኣቕራቢኻ ግቡእ ዝኾነ መረዳእታ ምሃብ።
- ንኣቕራቢኻ ልክዕ ንስኻ ከምቲ እትደልዮ ክብሪ ንዕኦም እውን ሃቦም።
- ናብ ኩሎም ቆፆሮታትካ ናይ ኣገልግሎት ካርድኻን ናይ ጥዕና ትልምኻን ሒዝካ ምፃእ።
- ብዛዕባ ናይ ጥዕና ትልምኻን እንታይ ዓይነት ኣገልግሎታት ከም ዝሽፈኑ ፍለጥ።
- ክትደሊ ከለኻ ናይ ጥዕና ክንክን ኣገልግሎት ተጠቐም።
- ናይ ጥዕና ፀገምካ ምፍላጥን ብዝተኽኣለ መጠን ስምምዕ ኣብ ዝተገበረሎም ናይ ሕክምና ሸቶታት ምስታፍ።
- እቲ ዘድልየካ ክንክን ንምርካብ ንኣቕራቢኻን ንናይ ጥዕና ትልምኻ ብዛዕባ ጥዕናኻ ሙሉእ መረዳእታ ሃብ።
- ኣብ ዝተሰማማዕኻሉ ክንክን ናይ ኣቕራቢኻ መምርሒ ተኸተል።
- ናይ ጥዕና ኣገልግሎታት ብዝግባእ ምጥቃም።
- መጠን ስድራኻ እንተድኣ ተለዊጡ (ከም ጥንሲ፣ ወሊድ፣ ቆልዑ ምዕባይ) ወይ ኩነታት እንተድኣ ተለዊጦም (ከም ሓድሽ ኣድራሻ፣ ኣብ እቶት ለውጢ ወይ ን Medicare ወይ ካልእ ኢንሹራንስ ብቑዕ እንተኮይንካ) ብቕልጡፍ ክተፍልጠና ይግባእ።
- ናይ Healthplanfinder ገፅ መርበብ **wahealthplanfinder.org** ብምጥቃም ሽፋንካ ክትሕድስ ትኽእል ኢኻ። እዚ መርበብ ሓበሬታ ኣብ ሒሳብካ ለውጢ ከምዘሎ ንምሕባር ክትጥቀመሉ ይገባእ። ኮማዊ ኣገልግሎት ቤት ፅሕፈት (CSO) ትጥቀም እንተድኣ ኮይንካ፣ ናይ ብቑዕነት ሕቶ ብቡስጣ ወይ ኦንላይን ብናይ ዋሽንግተን መራኸቢ **washingtonconnection.org** ከም ትመልእ ኣስተብህል።

ብናይ ጥዕና ትልምኻ ሕጉስ እንተድኣ ዘይኮይንካ

ንስኻ ወይ ሕጋዊ ወኪልካ ጥርዓን ናይ ምምላእ መሰል ኣለካ። ጥርዓን፣ ዕርየት ክንክን ወይ ብቲ ሓኪም ወይ ናይ ጥዕና ትልምኻ ብኸመይ ከም ዝተኸናኸኑኻ ብቓልካ ወይ ብፅሑፍ እተቐርቦ እዩ። ጥርዓን ድሕሪ ምምላእኻ፡

- ናይ ጥዕና ትልምኻ ብስልኪ ወይ ብደብዳበጥርዓንካ ከም ዝበፅሖ ኣብ ውሽጢ ክልተ ናይ ስራሕ መዓልትታት ክሕብረልካ ኣለዎ።
- ዘለካ ሕቶታት ብቕልጡፍ ካብ ልዕሊ 45 መዓልትታት ኣብ ዘይበለፀ ግዘ ክፍታሕ ይግባእ።

ናይ ጥዕና ትልምኻ ጥርዓን ኣብ ምምላእ ክሕግዘካ ይግባእ።

ናይ ጥዕና ትልምኻ ብዝገበሮ ውሳነ ሕጉስ እንተዘይኮይንካ

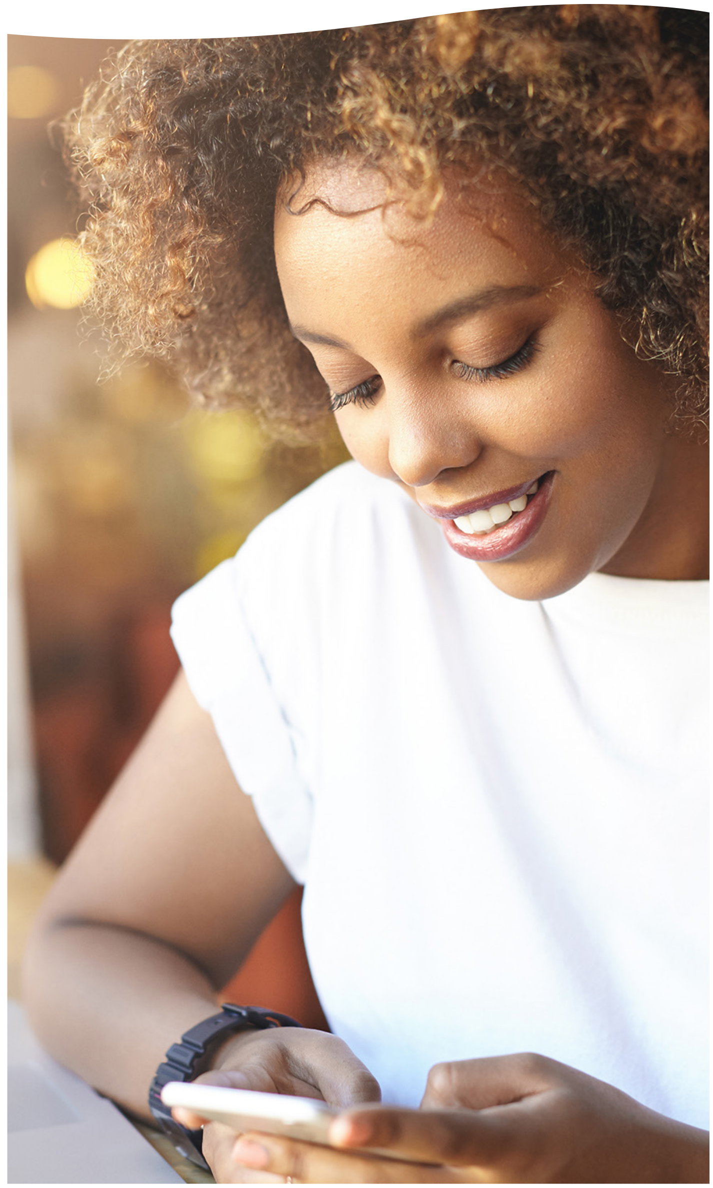
ንስኻ ወይ ሕጋዊ ተወካሊኻ ይግባይ ናይ ምሕታት መሰል ኣለካ። ይግባይ ናይ ጥዕና ትልምኻ ብዛዕባ ሽፋንካ ወይ ናይ ሽፋን ኣገልግሎት ክፍሊትካ ዝገበርዎ ውሳነ ንኽግምገም እተሕትዎ ጥርዓን እዩ።

- ትልምኻ እቲ ውሳንኦም ብፅሑፍ ክፍልጡኻ እዮም። ኣብቲ ውሳነ ይግባይ ትሓትት እንተድኣ ደሊኻ፣ ናይ ጥዕና ትልምኻ ብኸመይ ይግባይ ከም ትሓትት ዘመላኽት መረዳእታ ክካትት እዩ።
- ናይ ጥዕና ትልምኻ ይግባይ ሕቶኻ ከም ዝተቐበለ ኣብ ውሽጢ 5 ቀናት ክፍልጠካ ይግባእ።
- ዘለካ ሕቶታት ብቕልጡፍ ካብ 28 መዓልትታት ኣብ ዘይነውሐ ግዘ ክምለሱ ይግባእ።

ናይ ጥዕና ትልምኻ ናይቲ ውሳነ ምልክታ ክህቡኻን ይግባይ ንኽትሓትተት ክሕግዙኻ ይግባእ።

ብዛዕባ ምሽጥራውነት መዘከርታ

ናይ ኣገልግሎት ካርድኹም ብዘይካ ስምኩም ናይ ProviderOne ቁፅርን ዝተውህበሉ ዕለት ውልቃዊ መረዳእታ ኣይሕዝን። እቲ ካርድ እንተድኣ ተሰሪቑ ወይ ጠፊኡ ውልቃዊ ምሽጥርኩም ዝተሓለወ ይኸውን። ናይ ኣገልግሎት ካርድኹም ንምትካእ ሰበስልጣን ክንክን ጥዕና ወይ ናይ ጥዕና ትልምኹም ውልቃዊ መረዳእታ ንምሕታት ብቐጥታ ኣይረኽበኩምን። ከም ማሕበራዊ ድሕንነት ቁፅሪ ዝኣመሰሉ ውልቃዊ መረዳእታታት ብስልኪ ወይ ብኢሜል ንዝሓተኩም ሰብ ኣይትሀቡ።



ብመሰረት ሕጊ ኩሎም ናይ ጥዕና ትልምታት ናይ ጥዕና መረዳእታኹም ክሕልው ይግባእ። ናይ ጥዕና ትልምን HCA ዝተሓለወ ናይ ጥዕና መረዳእታኻ ናይ ባህርያዊ ጥዕና ጥቕምታት ንምቕራብ፣ ክንክን፣ ክፍሊት ንምክያድን ናይ ጥዕና ክንክን ከይድን ንካልኦት ምኽንያታት ንኽጥቀመሉን ንኽካፍልን ብሕጊ ይግደድለለ። ናይ ጥዕና ትልምታትን HCA ናይ ጥዕና መረዳእታኹም ብምሽጥር ናይ ምሓዝ ሓላፍነት ኣለዎም።

ናይ HCA ምሽጥራውነት ፖሊሲ ንምንባብ ናብ **hca.wa.gov** ክዱ ብምቕፃል ኣብ ትሕቲ እዚ ገፅ «ምሽጥራውነት» (“privacy”) ዝብል ጠውቑ። ናይ ጥዕና ትልሚ ናይ ምሽጥራውነት ፖሊሲኹም ምንባብ እንተድኣ ደሊኹም፣ ናይ ጥዕና ትልሚ ኣባላት ኣገልግሎት ደውሉ ወይ ናይ ትልምኹም መርበብ ሓበሬታ ረኣዩ።

ንሕቶታትኩም ኣበይ ምላሽ ትረኽቡ

ብዛዕባ ዝኾነ ሕቶ እንተሃልዩካ፣	ፍልፍላትና
• ናይ Washington Apple Health (Medicaid) ሽፋን	ኦንላይን፡ **hca.wa.gov/apple-health**
• ናይ ጥዕና ትልሚ ምቕያር • ንባህርያዊ ጥዕና ኣገልግሎት ብቑዕነት • ናይ ኣገልግሎት ካርድታት • ናብ ካልእ ካውንቲ እንተድኣ ለዊጥካ ብኸመይ ኣገልግሎት ትረክብ	Apple Health ናይ ዓማውል ኣገልግሎት ብ 1-800-562-3022 ርኸብ ወይ ሕቶኻ ብ **https://fortress.wa.gov/hca/p1contactus/** ለኣኽ፡፡
• ባህርያዊ ጥዕና ኣቕራቢ ምምራፅ • ናይ ሽፋን ኣገልግሎት • ናብ ባህርያዊ ጥዕና ኣገልግሎት • ካርዲ ትልሚ ጥዕና	ናይ ባህርያዊ ጥዕና ትልሚ፡፡ ናይ ባህርያዊ ጥዕና ትልሚ ቁፅሪ ቴሌፎን ኣብዚ ማንዋል ገፅ 7 ይርከብ፡፡
ከም እቶት፣ ኩነታት ሓዳር፣ ጥንሲ፣ ወሊድ ወይ ምዕባይ ቆልዑ ዝኣመሰሉ ናይ ሒሳብ ለውጥታት፡፡	ናይ ህፃናት ሽፋን፣ ውልቃዊ ዓበይቲ፣ ነፍሰ ፆር ውልቀ ሰባት፣ ወለዲ/ተኸናኸንቲ: **wahealthplanfinder.org** ወይ ናብ 1-855-923-4633 (TRS: 711) ደውል ዕድምኦም ንዝደፍኡ፣ ዓይነ ስውር ወይ ስንክልና ወይ ናይ ነዊሕ እዋን ኣገልግሎትን ደገፍን ሽፋን፡ **washingtonconnection.org** ወይ ናብ 1-877-501-2233 (TRS: 711) ደውል፡፡

HCA ንማዕረ ተበፃሕነት ውፉይ እዩ፡፡ መንበሪ ወይ መረዳእታ ብኻልእ ቋንቋ ወይ ቅዲ እንተድኣ ደሊኹም፣ ብኽብረትኩም ናብ1-800-562-3022 (TRS: 711) ደውሉ፡፡

Washington State Health Care Authority
P.O. Box 42719
Olympia, WA 98504-2719
HCA 19-049 TI (11/23) Tigrigna