Washington Apple Health

# እንቋዕ ብደሓን መጻእኹም

## Washington Apple Health

ማኔጅድ ክንክን

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 និង ការបកប្រែឯកសារបោះពុម្ព 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).

Washington Apple Health

## ሳንዱቕ ትሕዝቶ


እንቋዕ ናብ ዋሽንግተን Apple Health ብደሓን መፃእኻ [4]

Apple Health ኣገልግሎታት [4]

ናይ ኣገልግሎታትካ ካርዲ [5]

ማነጅድ ክንክን ኣገልግሎት ከባቢ ካርታን ማርቲክስ [7-8]

ባህርያዊ ጥዕና [9]

ጥዕና ኣገልግሎት [10]

መረዳእታ ንኣሜሪካን ኢንድያንና ኣላስካን ኔቲቭ [12]

ባህርያዊ ጥዕና ተጣበቕቲ [13]

ንስኻ ክትደልዮም እትኽእል ናይ ጥዕና ክንክን ተበጻሕነት ኣገልግሎታት [14]

መሰልኩምን ግቡእኹምን [16]

ርኽቡና/ፍልፍል [17]


### እዚ ማንዋል ብዛዕባ ዘየካትቶም፡

እዚ ማንዋል ዘለውኩም ጥቕምታት 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።

# 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 ጥቕሚ ማንዋል» ክትቅበል ኢኻ። ብዛዕባ ናይ ሽፋን ጥቕምታትኩም ተወሳኺ ዝርዝር ይህብ።

## Apple Health ኣገልግሎት ካብ ትልምኻ

ኩሎም Apple Health ማነጅድ ኬር እዞም ዝስዕቡ ኣገልግሎታት ይሸፍን፡

- ምክልኻልን ጥዕና ኣገልግሎትን ብዘርኢ ዝመፁ ሕማማት ምሕካም ሓዊሱ ንዘድልዩ ክንክናት ምስ ሓኪም ቆፆሮ ምሓዝ።
- ኣብ ሐደጋ እዋን ሕክምና
- ናይ ምርኣይን ኦራል ክንክን ሓዊሱ ናይ ህፃናት ሕክምና ኣገልግሎት
- ናይ ላብራቶሪ ኣገልግሎታት
- መድሓኒት ምእዛዝ
- ደቂስካ ምሕካም
- ተመላላሲ ሕክምና ኣገልግት
- ዳግመ ሕውየት ሕውየትን* ኣገልግሎትን መሳርሕታትን
- ናይ ኣእምሮ ጥዕና ኣገልግሎታት
- ናይ ኣዴታትን ዝውለዱ ህፃናት ክንክን
- መድሓኒት ብኣግባብ ናይ ዘይምጥቃም ፀገም ኣገልግሎት፡

*ብቑዕ ከም ዝኾንካ ንምፍላጥ ናጥ ጥዕና ትልምኻ ርኸብ

*መዘካከሪ፡ እዚ ዝርዝር ንሓፈሻዊ ሓበሬታ ጥራሕ ኮይኑ Apple Health እቶን ኣገልግሎታት ከምዝሸፍኖም ውሕስና ኣይህብን።*

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

- ምስ ናይ ጥዕና ትልሚ ፀገም እንተድኣ ኣለካ።
- ቀዳማይ ደረጃ ክንክን ኣቕራቢ ክትረክብ እንተድኣ ደሊኻ።
- ናይ ቀዳማይ ደረጃ ክንክን ኣቕራቢ (PCP) ክትልውጥ እንተድኣ ደሊኹም።
- ናይ ጥዕና ትልሚ መለለይ መንነት እንተድኣ ጠፊእካን ካልእ እንተድኣ ደሊኻ።
- ፍሉይ ናይ ጥዕና ክንክን ድልየት ኣለካ (ወይ እቲ ህፃን ኣለዎ)።
- ናይ ኣእምሮ ጥዕና ኣገልግሎት ክትረክብ እንተድኣ ደሊኻ።
- መድሓኒት ብዘይኣገባብ ምጥቃም ፀገም ሕክምና ኣገልግሎት ክትረክብ ትደሊ።

## ናትካ ናይ ጥዕና ትልሚ ርአ

ክልተ ካርድ ክበፅሐካ እዩ እቲ ሓደ ካብ ዋሽንግተን Apple Health (ናይ ኣገልግሎት ካርድ) ሓደ ድማ ክንክካ ካብ ዘመሓድሮ ናይ ጥዕና ትልሚ እዩ።

ኣብ ወሽንግተን Apple Health ምስ ተመዝገብካ ብዋሽንግተን Healthplanfinder **wahealthplanfinder.org** ፣ ወይ ዋሽንግተን መራኸቢ **washingtonconnection.org** ፣ ከምቲ ኣብሪ ምስሊ ዘሎ ሰማያዊ ናይ ኣገልግሎት ካርድ (ብተወሳኺ ProviderOne ካርድ ተባሂሉ ይፅወዋዕ) ክበፅሓካ እዩ። እዚ ካርድ ኣቐምጥዎ። ናይ ኣገልግሎት ካርድኻ ኣብ Apple Health ከም ዝተመዝገብካ የመላኽት።

ናይ ኣገልግሎት ካርድኹም ዘካትቶ፣

- ProviderOne መለለይ ቁፅሪ
- ዝኣተወሉ ዕለት
- ProviderOne መርበብ ባይታ
- ዓማውል ኣገልግሎት መራኸቢ መረዳእታ

እቲ ሓድሽ ናይ ኣገልግሎት ካርድኹም ክተንጥፍዎ ኣየድልየኩምን። HCA ቅድሚ ናባኻ ምልኣኹ ከብርሆ እዩ። ሕድሕድ ሰብ ክሳዕ ዕለተ ሞቱ ምስኡ ዝፀንሕ ዝተፈላለየ ናይ ProviderOne ዓሚል ቁፅሪ ኣለዎ።

## ናይ ኣገልግሎት ካርድ እንተዘይረኺብካ ወይ እንተድኣ ጠፊእካ

Apple Health ምዝገባ ብዝተሳኸዐ መልክዑ ድሕሪ ምምዝጋብካ ኣብ ውሽጢ ክልተ ሰሙናት ናይ ኣገልግሎት ካርድ እንተዘይተቐቢልካ ወይ እንተድኣ ጠፊእካ፣ መተካእታ ካርድ ክትሓትት ትኽእል ኢኻ፡

- **WAPlanfinder app:**
  ናይ ዋሽንግተን Healthplanfinder ሒሳብ እንተድኣ ኣለካ ዲጂታል ኣገልግሎት ካርድ ኣብ WAPlanfinder app ክትረክብን ኣብ Apple App store ወይ Google Play ክትረክብ ኣለካ።

- ኦንላይን ዓማውል ፖርታል: **https://www.waproviderone.org/client**

- **ደውል:** 1-800-562-3022 (ናጻ መስመር ስልኪ) ከምኡ ድማ ናይ ውልቃዊ ኣገልግሎት መማረፂ 1፣ በምቕፃል መለለዪ ኣገልግሎት ንምርካብ **1** ምረፅ።

## ናትካ ናይ ጥዕና ትልሚ ርአ

እቲ ናይ ጥዕና ትልምኻ ስም ዝሓዘ ደብዳቤ ክትቕበል ኢኻ። ኣብ ዝኾነ ግዘ ኣብ ናይ ጥዕና ትልምኻ ለውጢ ናይ ምሕታት መሰል ኣለካ። ትልምታት ከመይ ከምዝልወጡ ንዝበለጸ ሓበሬታ ንምርካብ "ምቕያር ናይ ጥዕና ትልሚ" ዝብል ኣብ ገጽ 6 ርአ።

ካብዞም ዝስዕቡ ሓደ ወይ ልዕሊኡ ዝምልከተካ እንተድኣ ከይኑ ናብ **1-800-562-3022 (TRS: 711)** ደውል።

- ን Medicare ወይ ውልቃዊ ኢንሹራንስ ብቑዕከይንካ።
- **ህንድ ኣሜሪካዊ ወይ ኔቲቭ ኣላስካዊ ዲኻ?፡፡**
  ብማነጅድ ኬር ትልሚ ኣቢልኩም ካብ ሽፋን ወፃእ መማረፂ ክትወስዱ ትኽእሉ ኢኹም።
- **ተመዝጊብካ ወይ ንምምዝጋብ እንተድኣ መሪፅካ** ኣብ ዋሽንግተን ናይ ዓበይቲ ኩሉ ዘካተተ ክንክን (PACE)።
- **ክረጋገፅ ዝኽእል ኩነታት ኣለካ፣ ሓኪም ምቕያር ወይ ናይ ጥዕና ትልሚ** ምቕያር ሕክምናኻ የቋርፅን ጥዕናኻ ኣብ ሰግኣት ከውድቐካ ይኽእል።

## ናይ ጥዕና ትልሚ ካርድ

| ማኔጅድ ናይ ጥዕና ክንክን መራኸቢ | ቀንዲ ቴሌፎን | መርበብ ሓበሬታ |
|---|---|---|
| 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** |

## ProviderOne

ኣብ ናይ ኣገልግሎት ካርድኹም "ProviderOne" ዝብል ክትሪኡ ኢኹም ProviderOne ናይ ጥዕና ትልሚ ዘዋድድን ኣብ ዝተፈላለዩ ግዘታት መረዳእታ ዝልእኽ ናይ መረዳእታ ስርዓት እዩ። ኣብቲ ካርድ ዘሎ ቁፅሪ ናይ ProviderOne ናይ ዓሚል ቁፅርኹም እዩ (ትሸዓንተ ኣሃዝ ዘለዎን መወዳእትኡ WA እዩ)። ምዝገባኻ ከም ዝጀመረ ኣብ ኦንላይን ምርኣይ ትኽእል ወይ ብ ProviderOne ናይ ዓማውል ኣገልግሎት ፖርታል ኣቢልካ ናይ ጥዕና ትልሚ ንምቕያር ናብ **https://www.waproviderone.org/client** ከድ። ብተወሳኺ ድማ ናይ ጥዕና ክንክን ኣቕረብቲ ተሓከምቲ ኣብ Apple Health ከም ዝተመዝገቡ ንምርግጋፅ ProviderOne ክጥቀሙ ይኽእሉ።

Apple Health ንምርካብ ብቑዕ ዝኾነ ሕድሕድ ኣባላት ስድራ ናይ ዓርሱ ኣገልግሎት ካርድ ክረክብ ብቑዕ እዩ። ሕድሕድ 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 ሕጂ እውን ቅቡል እዩ። ናይ ዓሚል ቁፅርኹም ሕጂ እውን ተመሳሳሊ ኮይኑ ይፀንሕ።

## ናይ ጥዕና ትልሚ ካርድ

ኣብ Apple Health ድሕሪ ምምዝጋብካ ሒደት ሰሙናት፣ ናይ ጥዕና ትልሚ መለለይ ካርድን ከምኡ ድማ ቀዳማይ ደረጃ ኣቕራብን (PCP) ሓኪም ብኸመይ ከም እትመርፅ መረዳእታ ይበፅሓካ። እዚ ካርድ ኣቐምጥዎ። ናብ ሓኪም፣ ፋርማሲ ወይ ካልእ ናይ ጥዕና ክንክን ኣቕረብቲ ክትከዱ ከለኹም ክልቲኡ ናይ ኣገልግሎት ካርድን ናይ ጥዕና ትልምኹምን ሒዝኩም ክዱ። ብተወሳኺ እውን ናይ መለለይ መንነት ፎቶ ከድልየኩም እዩ።

## ናይ ጥዕና ትልሚ ምቕያር

ኣብ ዝኾነ ግዘ ኣብ ናይ ጥዕና ትልምኻ ለውጢ ናይ ምሕታት መሰል ኣለካ፡ ፡ እቲ ሕቶ ተቐበሉ ግዘ መሰረት ብምግባር፣ እቲ ሓድሽ ትልምኻ ኣብ ቀፃሊ ወርሒ ይጅም። ትልምኹም ንምልዋጥ ብዙሓት መንገድታት ኣለው፡

- Apple Health ዓማውል ምስ ዋሽንግተን Healthplanfinder ሒሳብ ትልሚ ኣብ ኦንላይን ብ **wahealthplanfinder.org** ክትቅይሩ ትኽእሉ ኢኹም።
- ንኩሉ *Apple Health* ዓማውል፣ ProviderOne ናይ ዓማውል ፖርታል መርበብ ባይታ ረኣይ **https://www.waproviderone.org/client.**
- ኦንላይን ለውጥታ ንምግባር **https://fortress.wa.gov/hca/p1contactus/** ። «ዓሚል» ብምምራፅ ርእሲ ብምምራፅ «ኣብ ናየረ ጥዕና ትልሚ ተመዝገበ/ተለወጠ»
- Apple Health ናይ ዓማውል ኣገልግሎት ብ 1-800-562-3022. ደውል። ኣውቶማቲክ ስርዓት ን 24 ሰዓት ብ ሰሙን 7 ግዘ።

ኣብዚ ማንዋል ናይ ጥዕና ትልሚ መለከዒን ውፅኢትን ዘርኢ ናይ ትልሚ መወዳደሪ ሳፁን ኣሎ። እዚ ውፅኢት ኣየናይ ናይ ጥዕና ትልሚ ዝሓሸ ከም ዝኾነ ንምውሳን ክሕግዘካ ይኽእል እዩ። ናይቲ ከይዲ ዝርዝርን እዚ ክንክን ንዓኻን ወይ ንስድራኻ ኣገዳሲ ዝኾነሉ ምኽንያት ዝርዝር ክትረክብ ኢኻ።

## ካርድኻ ቅድሚ ምምፅኡ ናይ ጥዕና ክንክን ኣገልግት እንተድኣ ደሊኻ

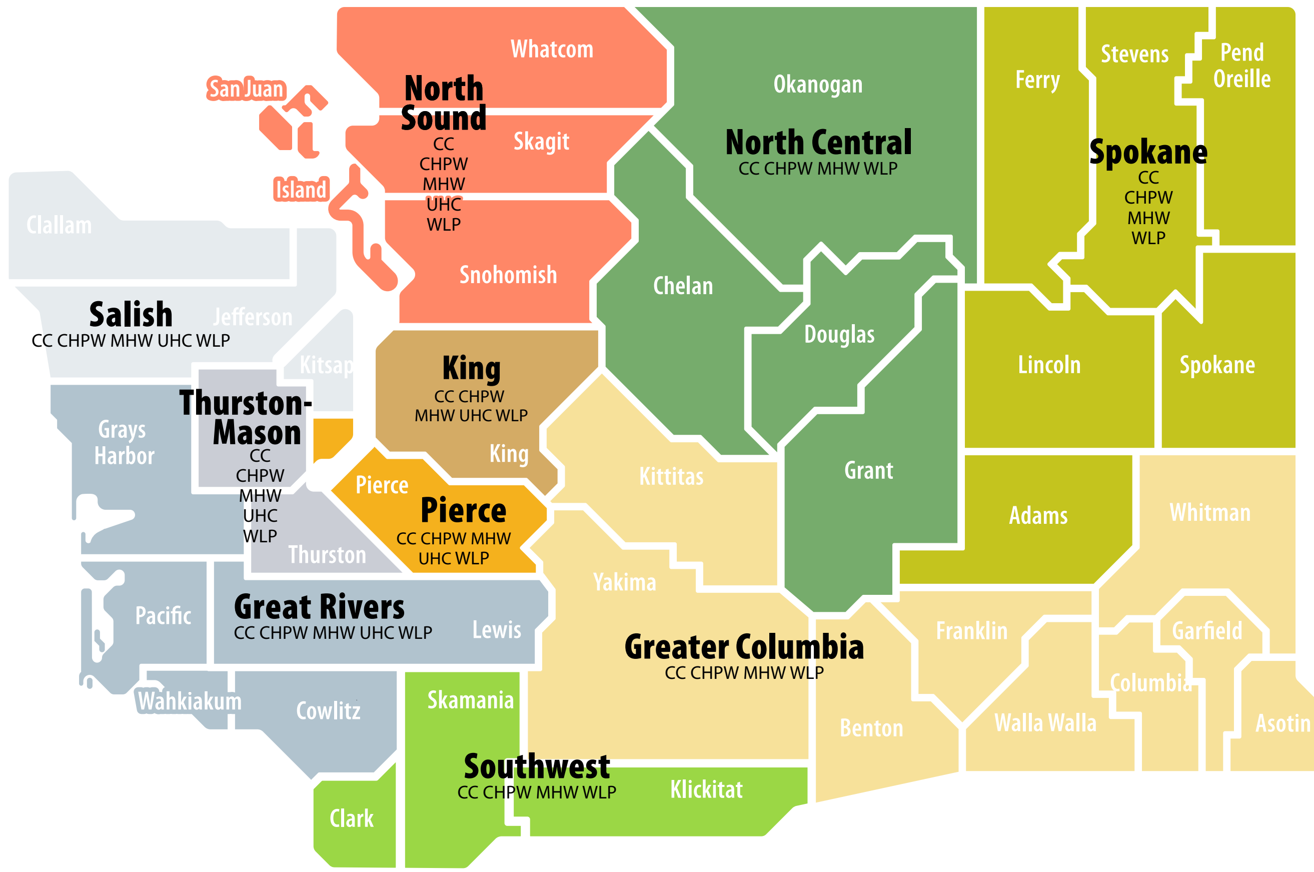
ናይ ጥዕና ትልምኻ ዘርእይ ደብዳበ ክበፅሓካ እዩ። ካርድኻ ቅድሚ ምምፅኡ ናብ ናይ ጥዕና ክንክን ኣቕራቢ ክትከድ እንተድኣ ደሊኻ ወይ መድሓኒት ክተምልእ እንተድኣ ደሊኻ፣ እዚ ደብዳበ ናብ ናይ ጥዕና ኣቕራቢኻ ወይ ፋርማሲ ውሰድ። እቲ ኣቕራቢኻ ኣብ ውሽጢ ናይ ትልሚ ኔትዎርክ ክሳዕ ዝኾነ (ምስ ናይ ጥዕና ትልምኻ ውዕሊ ዘለዎ) ናብ ዝኾነ ሓኪም፣ ናይ ጥዕና ክልኒክ ወይ ፋርማሲ ክትከይድ ትኽእል ኢኻ። ናይ ኣቕርብቲ ዝርዝር ንምርካብ ናይ ጥዕና ትልምኻ ርኸብ።

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

# ማኔጅድ ክንክን እንታይ እዩ?

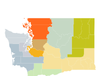
Apple Health ኣብ መላእ ስቴት ማነጅድ ክንክን ትልሚ የቕርብ። ትልምኹም ኣካላዊ ጥዕና፡ ኣእምሯዊ ጥዕናን ሳብስታንስ ዩዝ ፅገም ሕክምና ኣገልግሎት ብምውዳድ ኣብ ሓደ ናይ ጥዕና ትልሚ ሙሉእ ናይ ሕክምና ኣገልግሎት የቕርብ።

## Apple Health ማነጅድ ክንክን ኣገልግሎት ከባቢ ካርታን




**ዞባታት ማኔጅድ ክንክን ዝግበረሎም**

- Greater Columbia
- Pierce
- Salish
- North Central
- King
- Spokane
- Great Rivers
- North Sound
- Thurston-Mason
- Southwest Washington



Apple Health Foster Care (ብመላዕ ስቴት ዝዋሃብ)†

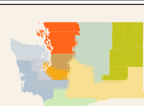
† Apple Health Foster Care ኣብ መላዕ ስቴት ዝነጥፍ ፕሮግራም እዩ። ማነጅድ ኬር ብ Apple Health ቀንዲ ምትእስሳር ዝቐርብ እዩ (Coordinated Care of Washington - CC)።

**ዝዋሃቡ ትልሚታት ክንክን ጥዕና**

| | | |
|---|---|---|
| CC | – | Coordinated Care |
| CHPW | – | Community Health Plan of Washington |
| MHW | – | Molina Healthcare of Washington |
| UHC | – | UnitedHealthcare Community Plan of Washington |
| WLP | – | Wellpoint Washington (ቅድሚ ሕጂ Amerigroup) |

# Apple Health ማነጅድ ክንክን ኣገልግሎት ከባቢ ማርቲክስ

| 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፡፡

## ደረጃ ናይ ክንክን ኣቕራቢ ምምራፅ

ቀዳማይ ደረጃ ተኸናኻኒ ኣቕራቢ (PCP) ምምራፅ ኣገዳሲ እዩ። PCP **ተዘይመሪፅካ ናይ ጥዕና ትልምኻ ንዓኻ ክመርፀልካ እዩ።** PCP ፈላማይ ናይ ጥዕና ሰብ ሞያ እንተድኣ ኮይኑ። ብዛዕባ ናይ ጥዕና ታሪኽ ምፍላጥ፣ እዋናዊ ናይ ጥዕና ጉዳይ፣ ናብ ስፔሻሊስት ክተወክስ ትኽእል። ውፉይ ዝኾነ PCP ምርካብ ጥዕናኻ ንምክንኻን የቕልሎ።

PCP ንምምራፅ ብጥዕና ትልምኻ ዝምረፅ ዝለኣኸልካ ተኸተል ወይ ናብ ጥዕና ትልሚ ኣባላት ኣገልግሎት ቁፅሪ ተሌፎን ደውል። PCP ብናይ ጥዕና ትልሚ መርበብ ባይታ ክትመርፅ ትኽእል።

እቲ እትደልዮ PCP ኣብ ትሕቲ ናይ ጥዕና ትልሚ ኔትዎርክ እንተዘይኮይኑ፣ እቲ ኣቕራቢ ዝሰርሓሉ ናይ ጥዕና ትልሚ ኔትዎርክ ሕተት። እንተኾነ ግና PCP ናይ ጥዕና ትልሚ ኔትዎርክ ኣካል ክኸውን ይግባእ።

ጾታ እቲ ናትካ PCP እንታይ ኽከውን ከምዝትደሊ ክትሕብር ትኽእል ኢኻ። ናይካ ቋንቋ ዝዛረብ ኣቕራቢ፣ ኣብ ናይካ ስንክልና ስፔሻላይዝድ ዝገበረ ወይ ባህልኻ ዝርዳእ ኣቅራቢ ንምርካብ ክትሓትት ትኽእል ኢኻ።

PCP ምቾት ዝህበካ ክኸውን ይግባእ። ብዝኾነ ምኽንያት ብ PCP ሕጉስ እንተዘይኮይንካ፣ ኣቕራቢ ንምቕያር ናብ ናይ ትልምኻ ኣባላት ኣገልግሎት መስመር ደውል።

## ቀዳማይ ደረጃ ናይ ክንክን ኣቕራቢ እንተድኣ ኣለካ

እትደልዮ PCP እንተድኣ ኣለካ፣ ወይ ክትሙክሮ እትደሊ እንተድኣ ኣሎ እቲ ኣቕራቢ ክትሓትት ትኽእል ኢኻ። እንተኾነ ግና እዚ PCP ናይቲ ጥዕና ትልሚ ኔትዎርክ ክኸውን ይግባእ (ምስ ናይ ጥዕና ትልምኻ ውዕሊ ምስ ዘለዎም)።

እቲ እትደልዮ ኣቕራቢ ኣብ ትሕቲ ናይ ጥዕና ትልሚ ኔትዎርክ እንተዘይኮይኑ፣ እቲ ኣቕራቢ ዝሰርሓሉ ናይ ጥዕና ትልሚ ኔትዎርክ ሕተት።

## ቆፀሮ ብኸመይ ትሕዝ

PCP ድሕሪ ምምራፅኩም ቆፀሮ ንምሓዝ ደውሉ። PCP ንምርካብ ቆፀሮ ክትሕዙ ይግባእ። ህፁፅ ሕቶ ወይ ድልየት እንተድኣ ኣለኩም ኣብ ውሑድ መዓልትታት PCP ክትረኽብዎ ይግባእ። ዋላኳ ህፁፅ ናይ ሕክምና ፀገም እንተዘይሃልዩካ፣ ንኣጠቓላሊ ምርመራ (ናይ ጥዕና ምርመራ ተባሂሉ ይፅዋዕ) ቆፆሮ ሓዝ። ኣጠቓላሊ ምርመራ ንምግባር ነዊሕ ግዜ ይወስድ እንተኾነ ግና ኣይተቋርፅ።

| | |
|---|---|
| ዝተለመደ ክንክን | ምስ PCP ወይ ካልኦት ኣቕረብቲ ቆፀሮ ምሓዝ። ኣብ ውሽጢ 10 መዓልትታት ምስ PCP ወይ ካልኦት ኣቕረብትኻ ቆፆሮ ክትሕዝ ኣለካ። |
| ናይ ምክልኻል ክንክን | ምስ PCP ወይ ካልኦት ኣቕረብቲ ቆፀሮ ምሓዝ። ኣብ ውሽጢ 30 መዓልትታት ቆፆሮ ክትረኅቡ ክትክእሉ ኣለኩም። |
| ፍሉይ ክንክን | ናይ ጥዕና ትልምኻ ወይ PCP ደውል። |
| ናይ ኣእምሮ ጥዕና | ናይ ጥዕና ትልምኻ ወይ PCP ደውል። |
| መድሓኒት ብኣግባብ ናይ ዘይምጥቃም ፀገም ኣገልግሎት፡ | ናይ ጥዕና ትልምኻ ወይ PCP ደውል። |
| ካብ ስራሕ ሰዓት ወፃእ ክንክን | ብመዓልቲ 24 ሰዓታትን ብሰሙን ሸውዓተ መዓልትታት ናብ ናይ ጥዕና ትልሚ ነርስኹም ናይ ምኽሪ መስመር ደውሉ። |
| ንህፁፅ ክንክን | ምስ ናይ ጥዕና ትልምኹም ውዕሊ ናብ ዘለዎ ማእኸል ክንክን ኪዱ ወይ ናብ PCP ወይ ናይ ነርስታት መማኸሪ መስመር ደውሉ። ኣብ ውሽጢ 24 ሰዓታት ናብ PCP ወይ ካልኦት ኣቕረብቲ ክትኸዱ ይግባእ። |
| ንናይ ሓደጋ እዋን ኣገልግሎታት | ናብ 911 ደውሉ ወይ ናይ ሓደጋ እዋን ኣቕረብቲ ክሕግዝኹም ናብ ዝኽእልሉ ኣብ ቀራባኹም ናብ ዝርከብ ከባቢ ኪዱ። ብዝተኻእለኩም ፍጥነት ፣ ንስኻ ዝፈልጠካ ሰብ ናብ PCP ወይ ናብ ጥዕና ትልምኹም እዚ ሓደጋ ሪፖርት ክትገብሩ ይግባእ። |
| ካብ ገዛ ርሒቑ ንዝግበር ክንክን | ህፁፅ ሓደጋ እንተዘይኮይኑ፣ኣብ ናይ ትልሚ መለለይ ካርድኹም ብዘሎ ናብ PCP ወይ ነርስታት ምኽሪ መስመር ደውሉ። |

# ባህርያዊ ጥዕና ኣገልግሎት

ኣብ Apple Health ናብዮት እንተድኣ ተመዝጊብካ ንናይ ኣእምሮ ጥዕናን መድሓኒት ብዝግባእ ናይ ዘይምጥቃም ፀገም ሕክምና ኣገልግሎት (ብሓባር ናይ ባህሪ ጥዕና ኣገልግሎት ተባሂሉ ይፅዋዕ) ክትረክብ ትኽእል፡፡ ባህርያዊ ጥዕና ኣገልግሎት ኣብ ማነጅድ ክንክን ትልሚ ጥቕሚ ፓኬጅ ዝካተት እዩ፡፡ ጥቕምታት ኣይተለወጡን፡፡ እቲ እንኮ ለውጢ እቲ ዝምራሕ ውጥን ክንክን ኣብ ክንዲ ዞባዊ ትካል ጥዕና ባህሪ ነዞም ኣገልግሎታት ክሽፍን እዩ፡፡

ክንክንካ ንምውዳድ ሓገዝ እንተድኣ ደሊኻ ናይ ጥዕና ትልምኻ ወይ ቀዳማይ ደረጃ ክንክን ርኸብ፡፡

## መድሓኒት ብዘይኣገባብ ምጥቃም ሕክምና ከካትቶ ዝኽእል፡

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

**ሓፂር ናይ ኢንተርቬንሽን ሕክምና–** ፀገም ንምንካይ፣ ናይ ግዝ ደረት፡፡ ቅድሚ እዚ ኣገልግሎት ናይ ተመላላሲ ተሓካሚ ገምጋም **ኣየድልየካን** ፡፡

**ናይ ምልቃቕ ምምሕዳር (ምእላይ መርዚ)–** ብከይዲ ግዘ ምጥቃም ደው ንምባል ድሕንነቱ ዝተሓለወ ክሳዕ ዝኸውን ኣጠቓቕማ ኣልኮል መድሓኒት ኣብ ምንካይ ሓገዝ፡፡ ቅድሚ እዚ ኣገልግሎት ናይ ተመላላሲ ተሓካሚ ገምጋም **ኣየድልየካን** ፡፡

**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 ምምኻር፣ ናይ ውልቀ 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፡፡

**ምምሕዳር ጉዳይ–** ሕክምና፣ ማሕበራዊ፣ ትምህርትን ካልኦት ኣገልግሎታት ኣብ ምርካብ ሓገዝ፡፡

## ናይ ኣእምሮ ጥዕና ኣገልግሎት እዞም ዝስዕቡ ከካትት ይኽእል:

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

**ናይ ውልቀ ሕክምና ኣገልግሎት** – ኣብ ኣገልግሎት ትልምኹም ዘሎ ሽቶ ንምምላእ ምምኻርን ካልኦት ምንቅስቓሳትን ዲዛይን ምግባር፡፡

**ናይ መድሐኒት ምምሕዳር** – ሊቾንሳ 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፣ ብዝሰልጠኑ ኣካላት 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፡፡

**ፅውቕ ዝኾነ ሕክምና** –ኣብ ናይ ኣገልግሎት 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 ፅውቕ 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፡፡ ቅድሚ እዚ ኣገልግሎት ናይ ተመላላሲ ተሓካሚ ገምጋም **ኣየድልየካን ፡**

**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 ሰባት ዝኣመሰሉ ካብ በዓል ሞያታት ናይ ሕክምና ትልሚ ደገፍ፡፡

**ስነ ኣእምራዊ ገምጋም** – ናይ ሕክማና ትልሚ ገምጋም ሕክምና ትልሚ ሓገዝ፡፡

## 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 ክድ፡፡ ንኣእምሮ ጥዕና ህፁፅ ሓገዝ ናብ 988 ደውል፡፡ ንናይ ሓደጋ ኣገልግሎት ፈቓድ **ኣየድልየካን።**
- 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** ኢመል ግበር ወይ **warecoveryhelpline.org** ክድ፡
ኣብ ዝተፈለየ ሰዓት መናእሰይ ምስ መናእሰይ ክራኸቡ ይኽእሉ: ናብ 1-866-833-6546 ደውሉ፣ ናብ **teenlink@crisisclinic.org** ኢሜል ግበር ወይ **866teenlink.org** ክድ፡፡
- ንህገራዊ ዓርስኻ ምጥፋእ ምክልኻል መስመር: ደውል ወይ ናይ ፅሑፍ መልእኽቲ 988 ለኣኽ 1-800-273-8255 (TTY ተጠቀምቲ 1-800-799-4889) ደውሉ፡፡

## መረዳእታ ንህንዲ ኣሜሪካውያን ንናይ ኣላስካ መበቆል ዘለዎምን

መበቀልካ 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 መቦቀልከተረክብ 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 ባህርያዊ 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 ክሕግዙካ 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 ወጻኢ 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 ናቔጣ ኮይኖም

*እዚ ውሳነ ትርጉም ይህልዎ፣ እንተድኣ ዝኾነ ኣካል ክንክን ዘይመሓደሮ 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::

# 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, Snohomish, 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 |

## ናይ ጥዕና ክንክን ኣገልግሎት ክትረክብ ትኽእል

‹‹ብዘይ ማነጅድ ኬር›› (ብተወሳኺ ድማ ክፍሊት ንኣገልግሎት እናተብሃለ ይፅዋዕ) Apple Health ዝሸፍኖም ኣገልግሎታት፣ ዋላኳ ኣብ ናይ ጥዕና ትልሚ እንተተመዝገብኩም ገለገለ ጥቕምታትን ኣገልግሎታትን ይሸፍን። እቶም ጥቕምታት እዞም ዝስዕቡ የካትቱ፡

- ናይ ነዊሕ እዋን ክንክን ኣገልግሎታትን ሓገዛት።
- ናይ ዕብየት ስንክልና ንዘለዎም ውልቀ ሰባት ኣገልግሎት
- ናይ ስኒ ሕክምና ኣገልግሎታት
- ንህፃናት ናይ መነፀርን ናይ ምልካእ ኣገልግሎት (ትሕቲ 21 ዕድመ)
- ናይ ኣዴታት ሓገዝ ኣገልግሎት፣ ቅድመ ወሊድ ምኽርን ሙቁራፅ ጥንሲ።

ኣብዚ ብዛዕባ ዘይተዘርዘሩ ጥቕምታት ወይ ኣገልግሎታት ሕቶ እንተድኣ ኣለኩም ናብ Apple Health ናይ ዓማውል ኣገልግሎት ብ1-800-562-3022 ክትድውሉ ትኽእሉ ኢኹም።

## ናይ ጥዕና ክንክን ኣገልግሎት ክትረክብ ትኽእል

### መተርጎሚ ከድልየካ 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 ቆፆሮ ኣብ እትዘሉ እዋን ንታ ጋሻ ተቐባሊት መተርጎሚ ከም እትደሊ ሓብረላ። 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።

ንዓኻ ንምትርጓም ስድራ ወይ መሓዙት ካብ ምጥቃም ሞያ ዘለዎም መተርጎምቲ ምጥቃም ይሓይሽ። እቶም መተርጎምቲ ናይ ጥዕና ክንክን ቃላት ንኽርድኡ ዝሰልጠኑ እዮም። ንዓኻን መቕረቢኻን ንኽትረዳድኡ የኽእሉኻ እዮም። ተወሳኺ መረዳእታ hca.wa.gov/interpreter-services ርኣብ።

### ስንክልና እንተድኣ ኣለኩም

ናይ ምስማዕ ስንክልና፣ ናይ ምስማዕን ምርኣይን ስንክልና እንተድኣ ኣለካን ናይ ምልክት ቋንቋ መተርጎሚ እንተድኣ ደሊኻ፣ ብክብረትካ ንታ ጋሻ ተቐባሊት ሓብረላ። ብዘይገለ ክፍሊት መተርጎሚ በዓል ሞያ ክቐርበልኩም እዩ።

ናብ ናይ ጥዕና ክንክን ቆፀሮኻ ንምኻድ መጓዓዓዝያ ንምርካብ ብቑዕ ክትከውን ትኽእል ኢኻ ። እቶ ቆፆሮ ድማ ብ Apple Health ንዝሸፈኑ ኣገልግሎታት ክኸውን ይግባእ።

### ኣብ መጎዓዓዝያ ሓገዝ ክትረክብ ትኽእል ኢኻ

ናብ ናይ ጥዕና ክንክን ቆፀሮኻ ንምኻድ መጓዓዓዝያ ንምርካብ ብቑዕ ክትከውን ትኽእል ኢኻ ። እቶ ቆፆሮ ድማ ብApple Health ንዝሸፈኑ ኣገልግሎታት ክኸውን ይግባእ። እቶ ዝተለመዱ ዓይነታት መጎዓዓዝያ እዚኦም የካትቱ፡ ናይ ህዝቢ ኣውቶቡስ፣ ናይ ነዳዲ ኩፖን፣ ናይ ዓማውልን ወለንተኛታት ናይ ነዳዲ ካሕሳ፣ ብወለንታ መኪና ምግናሕ፣ ታክሲ፣ ዊልቼር ቫን ወይ ቀሊል ተንቀሳቓሲን ናይ ንግዲ ኣውቶቡስን ኣየር። ናይ ደለልቲ ዝርዝር ኣብ: hca.wa.gov/ transportation-help
መጎዓዓዝያ ሓገዝዝርዝር ትረኽቡ ኢኹም።

# 2023 ናይ ዋሽንግተን Apple Health ትልሚ ሪፖርት ካርድ

Washington Apple Health

እዚ ካርድ ናይ ዋሽንግተን Apple Health ትልምታት ኣብ ቁልፊ ናይ ኣፈፃፀማ ነጥብታት ነንሕድሕዶም ብምንጽፃር የርኢ። እዚ ናይ ሪፖርት ካርድ ንዓኹም ዝጥዕመኩም ትልሚ ንምምራፅ ይሕግዘኩም።

| ናይ ኣፈፃፀማ ከባቢታት | Coordinated Care of Washington | Community Health Plan of Washington | Molina Healthcare of Washington | United Healthcare Community Plan | Wellpoint (ቅድሚ ሕጂ Amerigroup) |
|---|---|---|---|---|---|
| ክንክን ምርካብ | ★★☆ | ★☆☆ | ★★☆ | ★★☆ | ★☆☆ |
| ጥዕና ደቂ ኣንስትዮን ኣዴታትን ምሕላው | ★★☆ | ★★☆ | ★★☆ | ★☆☆ | ★☆☆ |
| ጥዕና ደቂ ኣንስትዮን ኣዴታትን ምሕላው | ★★☆ | ★★☆ | ★★★ | ★☆☆ | ★☆☆ |
| ሕማም ምክልኻልን ምምሕዳርን | ★☆☆ | ★☆☆ | ★★☆ | ★★☆ | ★☆☆ |
| ግቡእ ዝኾነ ክንክን ምርግጋፅ | ★★★ | ★★★ | ★★☆ | ★☆☆ | ★☆☆ |
| ንህፃናት ዝቐረበ ናይ ክንክን ፅግበት | ★★☆ | ★★☆ | ★★☆ | ★★☆ | ★★☆ |
| ናይ ህፃናት ትልሚ ፅግበት | ★★☆ | ★★☆ | ★★☆ | ★★☆ | ★☆☆ |

| ቁልፊ፡ ምስ ኩሎም Apple Health ትልምታት ክነፃፀር ከሎ ኣፈፃፀማ | |
|---|---|
| ካብቲ ዝግባእ ንላዕሊ | ★★★ |
| ማእኸላይ | ★★☆ |
| ትሕቲ እቲ ዝግባእ | ★☆☆ |

እዞም ውፅኢታት ካብ ትልሚ ጥዕናን ኣብ 2022 ካብ አባላት ትልሚ ጥዕና ዳህሳስ ዝተኣከበ መሰረት ዝገበረ እዩ። (ገለገለ ኣብ ክንክን ምርካብ ምድብ ኣብ ጥቕሚ ዝወዓሉ መረዳኢታት ካብ 2021 እዮም)።

እዞም መረዳኢታት ንምርግጋፅ ናፃ ብዝኾነ ኦዲተር ተገምጊሞም እዮም።

ናይ ጥዕና ትልሚ ኣፈፃፀማ ውፅኢታት ብዘለዎም ናይ በዝሒ ኣባላት ኣፈላላይ መሰረት ወይ ናይ ኣገልግሎት ክልል ኣይተስተኻኸሉን።

## ናይ ኣፈፃፀማ መግለፂ

### ክንክን ምርካብ

- ኣባላት ዶክተር ይረኽቡ
- ኣባላት እቲ ዝደልይዎ ኣገልግሎት ኣብ ዝደልይዎ ግዘ ከም ዝረኻቡ ሪፖርት ገይሮም

### ጥዕና ህፃናት ምሕላው

- ኣብዚ ትልሚ ዘለው ህፃናት ልሙድ ዝኾነ ምርመራ ይግበረሎም
- ህፃናት ኣገደስቲ ዝኾኑ መከላኸሊ ሕማማት ይረኽቡ
- ህፃናት ከሓሙ ከለው ግቡእ ዝኾነ ደረጃ ክንክን ይረኽቡ

### ጥዕና ደቂ ኣንስትዮን ኣዴታትን ምሕላው

- ደቂ ኣንስትዮ ኣገዳሲ ዝኾነ ናይ ጥዕና ምርመራ ይረኽባ ፣ ከም መርመራ ካንሰር ማሕጸን ዝኣመሰለ
- ሓደሽትን ነፍሰፁር ኣዴታት ዘድልየን ክንክን ይረኽባ

### ሕማም ምክልኻልን ምኩፅፃር

- እዚ ትልሚ ኣባላት ከም ኣዝማ፣ ናይ ደም ፅቐጢ ምውሳኽ ወይ ሽኮር ዝኣመሰሉ ናይ ነዊሕ እዋን ሕማማት ንኽቆፃፀሩ ይሕግዝ
- እዚ ትልሚ ብምርመራን ግቡእ ብዝኾነ ክንክን ሕማም ይንከ

### ግቡእ ዝኾነ ክንክን ምርካብ

- ኣባላት ንዘለዎም ኩነታት እቲ ኣዝዩ ግቡእ ዝኾነ ክንክንን ሕክምናን ይረኽቡ

### ንህፃናት ዝቐረበ ናይ ክንክን ፅግበት

- ኣባላት ዝለዓለ ናይ ሓካይም፣ በዓል ሞያታትን ብሓፈሻ ክንክን ፅግበት ምስ ናይ ህፃናት ትልሚ ሪፖርት ይገብሩ

### ናይ ህፃናት ትልሚ ፅግበት

- ኣባላት ናይ ዓማውል ኣገልግሎት ሓፈ?ሻዊ ትልሚ ዝለዓለ ደረጃ ሪፖርት ይገብሩ

## መሰልካን ግቡእኻን

ብመሰረት ሕጊ ብዛዕባ እቲ እትረኽቦ ናይ ጥዕና ክንክን ኣገልግሎት መሰል ኣለካን ከምኡ ድማ ዘየድልዩ ወፃኢታት ንምንካይን ጥዕናኻ ንምሕላውን ንምምሕያሽ ግቡእ ኣለካ። ናይ ጥዕና ትልምኻ ክትስእን ትኽእል ኢኻ። ናይ ኣቕራቢ ቆፖሮታትካ ተዘይሓሊኻ፣ ምስ ናይ ቀዳማይ ደረጃ ናይ ክንክን ኣቕራቢኻ ተዘይተሓባቢርካን ብኻልኦት ምኽንያታት እዚ ክኸውን ይኽእል። ብኽብረትካ ተወሳኺ መረዳእታ እንተድኣ ደሊኻ ርኸበና።

## እዞም ዝስዕቡ መሰላት ኣለካ:

- ሕክምና ምቅዋም ሓዊሱ ናይ ጥዕና ክንክን ውሳነ ኣብ ምውሳን ምሕጋዝ።
- እቲ ወፃኢ ብዘየገድስ ብዛዕባ እቶም ዘለው ናይ ሕክምና መማረፅታት ሓበሬታ ምርካብ።
- ኣብ ናይ ጥዕና ትልምኻ ካብ ካልእ ኣቕራቢ ካልኣይ ርኢቶ ምርካብ።
- ብዙሕ እንከይተፀበኻ ኣገልግሎት ርኽብ
- በኽብር 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 ኣካላውን ባህርያውን 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።
- ተኣሳ ብዓመት ናይ ኣባላት መሰልን ግቡእን ብፅሑፍ ምርካብ። መሰልካ ናይ ኣእምሮ ጥዕናን መድሓኒት ብዘይ ኣግባብ ምውሳድ ኣገልግሎት ክንክን ጥዕና የካትት።
- ናይ ሓደጋ እዋን ዝርዝር ቁፅሪ ተሌፎናት ምርካብ።
- ናይ ኣእምሮ ወይ ኣቐዲሙ ዝወሃብ ናይ ሕክምና መምርሒ ቅጥዒ ኣብ ምምላእ ሓገዝ ምርካብ።

## ውልቀ ሐላፊነቶም ን:

- ሕክምና ምቅዋም ሓዊሱ ናይ ጥዕና ክንክን ውሳነ ኣብ ምውሳን ምሕጋዝ።
- 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 ቆፖሮታትካ ናይ ኣገልግሎት ካርድኻን ናይ ጥዕና ትልምኻን ሒዝካ ምፃእ።
- ብዛዕባ ናይ ጥዕና ትልምኻን እንታይ ዓይነት ኣገልግሎታት ከም ዝሸፈኑ ፍለጥ።
- ክትደሊ ከለኻ ናይ ጥዕና ክንክን ኣገልግሎት ተጠቐም።
- ናይ ጥዕና ፀገምካ ምፍላጥን ብዝተኽኣለ መጠን ስምምዕ ኣብ ዝተገበረሎም ናይ ሕክምና ሽቶታት 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። እንተዘይኮይኑ ኣብ ናይ ተሓከምቲ ገምጋምን ተዛማዲ መደብ ክትምዝገቡ ትኽእሉ ኢኹም። ኣብዚ መደብ፣ ንሓደ ቀዳማይ ደረጃ ናይ ክንክን ኣቕራቢ፣ ሓደ ፋርማሲ ንቑፅዕር ዝግበረሎም መድሓኒታት ሓደ ዝመልእን ንናይ ሓደጋ እዋን ዘይኮኑ ክንክናት ሓደ ሆስፒታል ይምደበልኩም። ኣብ ተመሳሳሊ ትልሚ እንተነኣሰ ን12 ኣዋርሕ ክትፀንሕ ይገባእ።
- 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።

## ብናይ ጥዕና ትልምኻ ሕጉስ እንተድኣ ዘይኮይንካ

ንስኻ ወይ ሕጋዊ ወኪልካ ጥርዓን ናይ ምምላእ መሰል ኣለካ። ጥርዓን፣ ፅርየት ክንክን ወይ ብቲ ሓኪም ወይ ናይ ጥዕና ትልምኻ ብኸመይ ከም ዝተሸናኸኑኻ ብቃልካ ወይ ብፅሑፍ እተቕርቦ እዩ። ጥርዓን ምስ መላእኻ:

- 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 በቲ ዝወሰኖ ናይ ሕክምና ውሳነ ሕጉስ እንተድኣ ዘይኮይንካ

ንስኻ ወይ ሕጋዊ ተወካሊኻ ይግባይ ናይ ምሕታት መሰል ኣለካ። ይግባይ፣ ናይ ጥዕና ትልምኻ ብዛዕባ ሽፋን ወይ ናይ ዝተሸፈነ ናይ ሕክምና ኣገልግሎት ክፍሊት ብዝምልከት ዝወሰንዎ ውሳነ ዳግማይ ንኽርአ እተቕርቦ 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 ምልከታ ክህቡኻን ይግባይ ንኽትሓትተት ክሕግዙኻ ይግባእ።*

*ህፁፅ እዩ?* ኣብ ውሳነ ይግባይ እንተሓቲትካን ህፁፅ ዝኾነ ኣካላዊ ወይ ባህርያዊ ናይ ጥዕና ኩነታት እንተጋጢሙካ፣ ንስኻ ወይ ኣቕራቢኻ ዝተቐላጠፈ (ህፁፅ) ገምጋም ወይ ከይዲ መጋባኣይ ንኽግበር ክትሓትት ትኽእል። ናይ ሕክምና ኩነታትካ ዝሓቶ እንተድኣ ኮይኑ፣ ኣብ ውሽጢ ሰለስተ ናይ ስራሕ መዓልትታት ውሳነ ክውሰን እዩ። ኣብዞም ከይድታት ተወሳኺ ዝርዝር መረዳእታታት ንምካብ ናብ ናይ ኣባላት ማንዋል ተወከሱ።

## ብዛዕባ ምሽጥራውነት

ናይ ኣገልግሎት ካርድኹም ብዘይካ ስምኩም ናይ ProviderOne ዓሚል ቁፅርን ዝተውሀበሉ 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 ትልምታትን HCA እቲ ዝተሓለወ ናይ ጥዕና መረዳእታኹም ዝጥቀመሉምን ንካልኦት ዘካፍሎ ንዓኹም ጥቕምታት ንምቕራብ እዩ፡ ሕክምና፣ ክፍሊት ንምክያድን ናይ ሕክምና ክንክን ከይድታት እዩ፡ ስለ ዝኾነ ድማ ብሕጊ ፍቑድ እዩ። 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<br>• ንናይ ጥዕና ክንክን ኣገልግሎታት ብቑዕ ምኳን<br>• ናይ ኣገልግሎት ካርድታት | • Apple Health ናይ ዓማውል ኣገልግሎት ብ 1-800-562-3022 ወይ ሕቶኹም ናብዚ ዝስዕብ ለኣኹ **https://fortress.wa.gov/hca/p1contactus/**<br>• ProviderOne ናይ ዓማውል ፖርታል: **https://www.waproviderone.org/client** |
| • ኣቕራቢ ምምራፅ<br>• ናይ ሽፋን ኣገልግሎት<br>• ናይ ሕክምና ክንክንኹም<br>• ናይ ባህርያዊ ጥዕና ክንክንካ<br>• ናብ ስፔሻሊት ሪፈራል<br>• ካርዲ ናይ ጥዕና ትልሚ | ናይ ጥዕና ትልምኹም፡፡<br>ናይ ጥዕና ትልሚ ቴሌፎን ቁፅሪ ኣብዚ ማንዋል ገፅ 5 ተዘርዚሩ ኣሎ፡፡ |
| ኣታዊ፣ ናይ ኣቕሑት ኩነታት፣ ጥንሲ፣ ምውላድ ወይ ቆልዑ ምፅባይ ዝኣመሰሉ ናይ ሒሳብ ለውጢ፡፡ | **ንህፃናት፣ ነፈሰ ፆራት፣ ሓዳር ዘይብሎም ዓበይቲ ሰባትን ወለድን/ተኸናኸንትን ሽፋን:**<br>• ኦንላይን: **wahealthplanfinder.org**<br>• 1-855-923-4633 (TTY/TDD ናይ ተጠቀምቲ 1-855-627-9604) ደውሉ ወይ<br>**ዕድምኦም ንዝደፍኡ፣ ዓይነ ስውራት ወይ ስንክልና ዘለዎም ወይ ናይ ነዊሕ እዋን ኣገልግሎት ወይ ሓገዝ ዝደልዩ ሰባት ሽፋን:**<br>• ናይ DSHS ዓማውል ኣገልግሎት ቤት ፅሕፈት (CSO) ወይ ናብ ዋሽንግተን መራኸቢ **washingtonconnection.org**ከድ፡፡ |

HCA ንማዕረ ተበፃሕነት ውፉይ እዩ፡፡ መንበሪ ወይ መረዳእታ ብኻልእ ቅዲ እንተድኣ ደሊኻ፣ ብኽብረትካ ናብ 1-800-562-3022 (TRS: 711) ደውል፡፡

## ንሓገዝ ክትድውል ከለኻ መረዳእታ ንኽትረክብ ኣብ ታሕቲ ኣቐረብትኻ ደውል።

| | ስምን ከባቢ | ቁጽሪ ተሌፎን |
|---|---|---|
| ሓኪም | | |
| በዓል ሞያ | | |
| በዓል ሞያ | | |
| በዓል ሞያ | | |
| ፋርማሲ | | |
| ፋርማሲ | | |
| ሆስፒታል | | |
| ኣማኻሪ | | |

Washington State Health Care Authority
P.O. Box 42719
Olympia, WA 98504-2719
HCA 19-046 TI (11/23) Tigrigna