



# እንቋዕ ብደሐን መዳእኹም

Washington Apple Health

ማኔጅድ ክንክን



[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 ဘာသာစကားအထောက်အကူပြုဆောင်ရွက်မှုများကို အခမဲ့ရရှိနိုင်ပါသည်။ 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)。

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

[French] Des services d'aide linguistique, dont des interprètes et la traduction des documents, sont disponibles gratuitement. Appelez le 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 ການແປເອກສານຕີພິມ, ມີໄວ້ໃຫ້ພຣິດິດຍໍຣິດຄ່າ. ໂທຫາເລກ 1-800-562-3022 (TRS: 711).

[Pashto] په انګلیسي ژبه باندې ډیو هیډلو، په شمول د ژباړونکي او چاپ شوي موادو ژباړه کولو د مرستې خدمتونه، پرته له تادیبې په وریا توګه شتون لري. دې خدمت ته لاسرسی موندلو لپاره دې شمېرې 1-800-562-3022 ته زنگ ووهئ (د اوریدلو یا خبرو کولو معلولیت لرونکي خلکو د زنگ و هلو شمېره (TRS): 711)

[Portuguese] Serviços de assistência linguística, incluindo interpretação e tradução de versões impressas, estão disponíveis gratuitamente. Ligue para 1-800-562-3022 (TRS: 711).

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

[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).

[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] ተርጓሚነትን ናይ ዝተፀሓፉ ማተርያላት ትርጉምን ሓዊሱ ናይ ቋንቋ ሓገዝ ግልጋሎት፣ ብዘይ ምንም ክፍሊት ይርከቡ። ብ 1-800-562-3022 (TRS: 711) ደውል።

[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).



**ሳንዲቾ ትሕዝቶ**

እንቋፅ ናብ ዋሽንግተን Apple Health ብደገን መጻኢኻ [4]

Apple Health አገልግሎታት [4]

ናይ አገልግሎታትካ ካርዲ [5]

ማነጅድ ክንክን አገልግሎት ከባቢ ካርታን ማርቲክስ [7-8]

ባህርያዊ ጥዕና [9]

ጥዕና አገልግሎት [10]

መረዳእታ ንአሜሪካን ኢንድያንና አላሰካን ኔቲቭ [12]

Apple Health Expansion [13]

ባህርያዊ ጥዕና ተጣባቢኻ [14]

ንሰኻ ክትደልዩም እትኸእል ናይ ጥዕና ክንክን ተበጻሕነት አገልግሎታት [15]

መሰልኩምን ግብ-እኹምን [17]

ርኽቡና/ፍልፍል [18]

**እዚ ማንዋል ብዛዕባ ዘየካትቶም:**

እዚ ማንዋል ዘለውኩም ጥቕምታት የፍልጠኩምን መሰልኩምን ግብ-እኹምን ከምኡ ድማ ብናይ ጥዕና ትልምኹም ኣቢልኩም ብኸመይ አገልግሎት ከም እትረኽቡ ይዝርዝር። ብኸብረትኩም እዚ ማንዋል ዝኾነ ሕጋ መሰል ኣይህብን። ብዛዕባ Apple Health ናብዮት (AHFC) መረዳእታ ንምርካብ ኣብዚ ማንዋል ጥራሕ ኣይትደረገኹ። ብዛዕባ AHFC ዝርዝር መረዳእታ ንምርካብ ናብ ሕግታትን ደንብታትን ናይ ሰበሰልጣን ክንክን ጥዕና ገፅ [hca.wa.gov/about-hca/rulemaking](http://hca.wa.gov/about-hca/rulemaking) ክዱ።



# ናብ ዋሽንግተን Apple Health ቡክሌታት እንቋዕ ብደሓን መጻእኹም

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



## Apple Health ኣገልግሎት ካብ ትልምኻ

ኩሎም Apple Health ማንጅድ ኬር እዞም ዝሰዕቡ ኣገልግሎታት ይሸፍን፡

- ምክልኻልን ጥዕና ኣገልግሎትን ብዘርኢ ዝመጹ ሕማማት ምሕካም ሓዊሱ ንዘድልዩ ክንክናት ምስ ሓኪም ቆይሮ ምሓዝ።
- ኣብ ሓዲጋ እዋን ሕክምና
- ናይ ምርኣይን ኦራል ክንክን ሓዊሱ ናይ ህፃናት ሕክምና ኣገልግሎት
- ናይ ላብራቶሪ ኣገልግሎታት
- መድሓኒት ምእዛዝ
- ደቂስካ ምሕካም
- ተመላላሲ ተሓካሚ
- ዳግመ ሕውየት ሕውየትን\* ኣገልግሎትን መሳርሒታትን
- ናይ ኣእምሮ ጥዕና ኣገልግሎታት
- ናይ ኣዴታትን ዝውለዱ ህፃናት ክንክን
- መድሓኒት ብኣግባብ ናይ ዘይምጥቃም ፀገም ኣገልግሎት፡

\*ብቐዕ ከም ዝኾንካ ንምፍላጥ ናጥ ጥዕና ትልምኻ ርኹብ

መዘካከሪ፡ እዚ ዝርዝር ንኣፈሻዊ ሓበሬታ ጥራይ ዝግለጸሎ ኮይኑ፡ ኩሎም ፕሮግራማት Apple Health ነዞም ኣገልግሎታት ከም ዝሸፍኑ ውሕስነት ኣይህቡን።

**ንሰኻ (ወይ ውላድካ) ናይ ጥዕና ትልሚ ኣባላት ኣገልግሎት ቁፅሪ ርኹብ፡**

- ምስ ናይ ጥዕና ትልሚ ፀገም እንተድኣ ኣለካ።
- ቀዳማይ ደረጃ ክንክን ኣቕራቢ ክትረከብ 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 ድልዩት ኣለካ።
- ናይ ኣእምሮ ጥዕና ኣገልግሎት ክትረከብ እንተድኣ ደሊኻ።
- መድሓኒት ብዘይኣግባብ ምጥቃም ፀገም ሕክምና ኣገልግሎት ክትረከብ ትደሊ።

# ናትካ ናይ ጥዕና ትልሚ ርእ

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



ኣብ ወሽንግተን Apple Health ምስ ተመዝገብካ ብዋሽንግተን Healthplanfinder

[wahealthplanfinder.org](http://wahealthplanfinder.org) ፣ ወይ ዋሽንግተን መራኽቢ [washingtconnection.org](http://washingtconnection.org) ፣ ከምቲ ኣብሪ ምስሊ ዘሎ ሰማያዊ ናይ ኣገልግሎት ካርድ (ብተወሳኺ ProviderOne ካርድ ተባሂሉ ይፀወዎልኩም) ክበፀሐካ እዩ። እዚ ካርድ ኣቐምጥዎ። ናይ ኣገልግሎት ካርድኻ ኣብ Apple Health ከም ዝተመዝገብካ የመላኽት።

- ናይ ኣገልግሎት ካርድኹም ዘካትቶ፡
- ProviderOne መለሊይ ቁፅሪ
  - ዝኣተወሉ ዕለት
  - ProviderOne መርብብ ባይታ
  - ዓማውል ኣገልግሎት መራኽቢ መረዳእታ

እቲ ሓድሽ ናይ ኣገልግሎት ካርድኹም ከተንጥፍዎ እዩዎሎኩም። HCA ቅድሚ ናባኻ ምልክት ከብርሀ እዩ። ሕድሕድ ሰብ ክሳብ ዕለተ ሞቲ ምስኡ ዝፀንሕ ዝተፈላለዩ ናይ ProviderOne ዓሚል ቁፅሪ ኣለዎ።

## ናይ ኣገልግሎት ካርድ እንተዘይረኽብካ ወይ እንተድኣ ጠፊእካ

Apple Health ምዝገባ ብዝተሳኸመ መልክዑ ድሕሪ ምምዝጋብካ ኣብ ወሽጢ ክልተ ስሙናት ናይ ኣገልግሎት ካርድ እንተዘይተቐበልካ ወይ እንተድኣ ጠፊእካ፣ መተካእታ ካርድ ክትሓትት ትኽእል ኢኻ።

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

- **አንላይን ዓማውል ፖርታል:** <https://www.waproviderone.org/client>
- **ደውል:** 1-800-562-3022 (ናዳ መስመር ስልኪ) ከምኡ ድማ ናይ ውልቃዊ ኣገልግሎት መማረጊ 1፣ በምቕጻል መለሊይ ኣገልግሎት ንምርካብ 1 ምረፅ።

## ናትካ ናይ ጥዕና ትልሚ ርእ

እቲ ናይ ጥዕና ትልሚኻ ስም ዝሓዘ ደብዳቤ ክትቐበል ኢኻ። ኣብ ዝኾነ ግዜ ኣብ ናይ ጥዕና ትልሚኻ ለውጢ ናይ ምሕታት መሰል ኣለካ። ትልምታት ከመይ ከምዝልወጡ ንዝበለጸ ሓበሬታ ንምርካብ “ምቕያር ናይ ጥዕና ትልሚ” ዝብል ኣብ 78 6 ርእ።

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

- ን Medicare ወይ ውልቃዊ ኢንሹራንስ ብቐፅይኻ።
- **ህንድ ኣሜሪካዊ ወይ ኔቲቭ ኣላስካዊ ዲኻ?** ብማንጅድ ኬር ትልሚ ኣቢልኩም ካብ ሽፋን ወጻኝ መማረጊ ክትወስዱ ትኽእሉ ኢኹም።
- ተመዝገብካ ወይ ንምምዝጋብ እንተድኣ መሬፅካ ኣብ ዋሽንግተን ናይ ዓቢይቲ ኩሉ ዘካተተ ክንከን (PACE)።
- ክረጋገፅ ዝኽእል ኩነታት ኣለካ፣ ሓኪም ምቕያር ወይ ናይ ጥዕና ትልሚ ምቕያር ሕክምናኻ የቋርፅን ጥዕናኻ ኣብ ሰግኣት ከውድቕካ ይኽእል።

## ናይ ጥዕና ትልሚ ካርድ



| ማኔጅድ ናይ ጥዕና ክንከን መራኽቢ                      | ቀንዲ ቴሌፎን       | መርብብ ሓበሬታ  |
|--|----------------|--|
| Community Health Plan of Washington (CHPW) | 1-800-440-1561 | <a href="http://chpw.org">chpw.org</a>                                   |
| Coordinated Care (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)                 | 1-833-731-2167 | <a href="http://wellpoint.com/wa/medicaid">wellpoint.com/wa/medicaid</a> |

**መዘከርታ:** ኣብ ኩሎም ሀገራት ወይ መደባት ኩሎም ትልምታት የውን።

## ProviderOne

ኣብ ናይ ኣገልግሎት ካርድኹም “ProviderOne” ዝብል ክትሪኡ ኢኹም ProviderOne ናይ ጥዕና ትልሚ ዘዋድድን ኣብ ዝተፈላለዩ ግዘታት መረዳኢታ ዝልእኹ ናይ መረዳኢታ ስርዓት እዩ። ኣብቲ ካርድ ዘሎ ቁፅሪ ናይ ProviderOne ናይ ዓሚል ቁፅርኹም እዩ (ትሸግንተ ኣሃዝ ዘለዎን መወዳእትኡ WA እዩ)። ምዝገባኻ ከም ዝጀመረ ኣብ ኣንላይን ምርኣይ ትኽእል ወይ ብ ProviderOne ናይ ዓማውል ኣገልግሎት ፖርታል ኣቢልካ ናይ ጥዕና ትልሚ ንምቕያር ናብ <https://www.waproviderone.org/client> ክድ። ብተወሳኺ ድማ ናይ ጥዕና ክንክን ኣቕረብቲ ተሓክምቲ ኣብ Apple Health ከም ዝተመዘገቡ ንምርግጋዕ ProviderOne ክጥቀሙ ይኽእሉ።

Apple Health ንምርኣብ ብቐፅ ዝኾነ ሕድሕድ ኣባላት ስድራ ናይ ዓርሱ ኣገልግሎት ካርድ ክረከቡ ብቐፅ እዩ። ሕድሕድ ሰብ ክሳብ ዕለተ ሞቲ ምስኡ ዝፀንሕ ዝተፈላለዩ ናይ ProviderOne ዓሚል ቁፅሪ ኣለዎ።

ናይ Apple Health ሽፋን እንተድኣ ነይርኩም ሓድሽ ካርድ ኣይገልጽኹልኩም ኢና። ዋላኳ ብተኸታታሊ ሽፋን ተዘይረኹብኩም እቲ ዝፀንሕ ካርድኹም ሕጅ እውን ቅቡል እዩ። ናይ ዓሚል ቁፅርኹም ሕጅ እውን ተመሳሳሊ ኮይኑ ይፀንሕ።

- Apple Health ናይ ዓማውል ኣገልግሎት ብ 1-800-562-3022 ደውሉ። ኣውቶማቲክ ስርዓት ን 24 ሰዓት ብ ሰሙን 7 ግዘ።

ኣብዚ ማንዋል ናይ ጥዕና ትልሚ መለኮዒን ውፅኢትን ዘርኢ ናይ ትልሚ መወዳደሪ ሳፀን ኣሎ። እዚ ውፅኢት ኣየናይ ናይ ጥዕና ትልሚ ዝሓሸ ከም ዝኾነ ንምውሳን ክሕግዝካ ይኽእል እዩ። ናይቲ ከይዲ ዝርዝርን እዚ ክንክን ንግኻን ወይ ንስድራኻ ኣገዳሲ ዝኾነሉ ምኽንያት ዝርዝር ክትረከብ ኢኻ።

## ካርድኻ ቅድሚ ምምፅኡ ናይ ጥዕና ክንክን ኣገልግት እንተድኣ ደሊኻ

ናይ ጥዕና ትልምኻ ዘርኢይ ደብዳቤ ክበፅሓካ እዩ። ካርድኻ ቅድሚ ምምፅኡ ናብ ናይ ጥዕና ክንክን ኣቕረብ ክትከድ እንተድኣ ደሊኻ ወይ መድሓኒት ክተምልእ እንተድኣ ደሊኻ፣ እዚ ደብዳቤ ናብ ናይ ጥዕና ኣቕረብኻ ወይ ፋርማሲ ውሰድ። እቲ ኣቕረብኻ ኣብ ውሽጢ ናይ ትልሚ ኔትዎርክ ክሳብ ዝኾነ (ምስ ናይ ጥዕና ትልምኻ ውዕሊ ዘለዎ) ናብ ዝኾነ ሓኪም፣ ናይ ጥዕና ክልኒክ ወይ ፋርማሲ ክትከድ ትኽእል ኢኻ። ናይ ኣቕርብቲ ዝርዝር ንምርኣብ ናይ ጥዕና ትልምኻ ርኽብ።

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

## ናይ ጥዕና ትልሚ ካርድ

ኣብ Apple Health ድሕሪ ምምዘጋብካ ሒደት ሰሙናት፣ ናይ ጥዕና ትልሚ መለሰይ ካርድን ከምኡ ድማ ቀዳማይ ደረጃ ኣቕረብን (PCP) ሓኪም ብኸመይ ከም እትመርፅ መረዳኢታ ይበፅሓካ። እዚ ካርድ ኣቐምጥዎ። ናብ ሓኪም፣ ፋርማሲ ወይ ካልእ ናይ ጥዕና ክንክን ኣቕረብቲ ክትከዱ ከለኹም ክልቲኡ ናይ ኣገልግሎት ካርድን ናይ ጥዕና ትልምኹምን ሒዘኩም ክዱ። ብተወሳኺ እውን ናይ መለሰይ መንነት ፎቶ ክድልዩኩም እዩ።

## ናይ ጥዕና ትልሚ ምቕያር

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

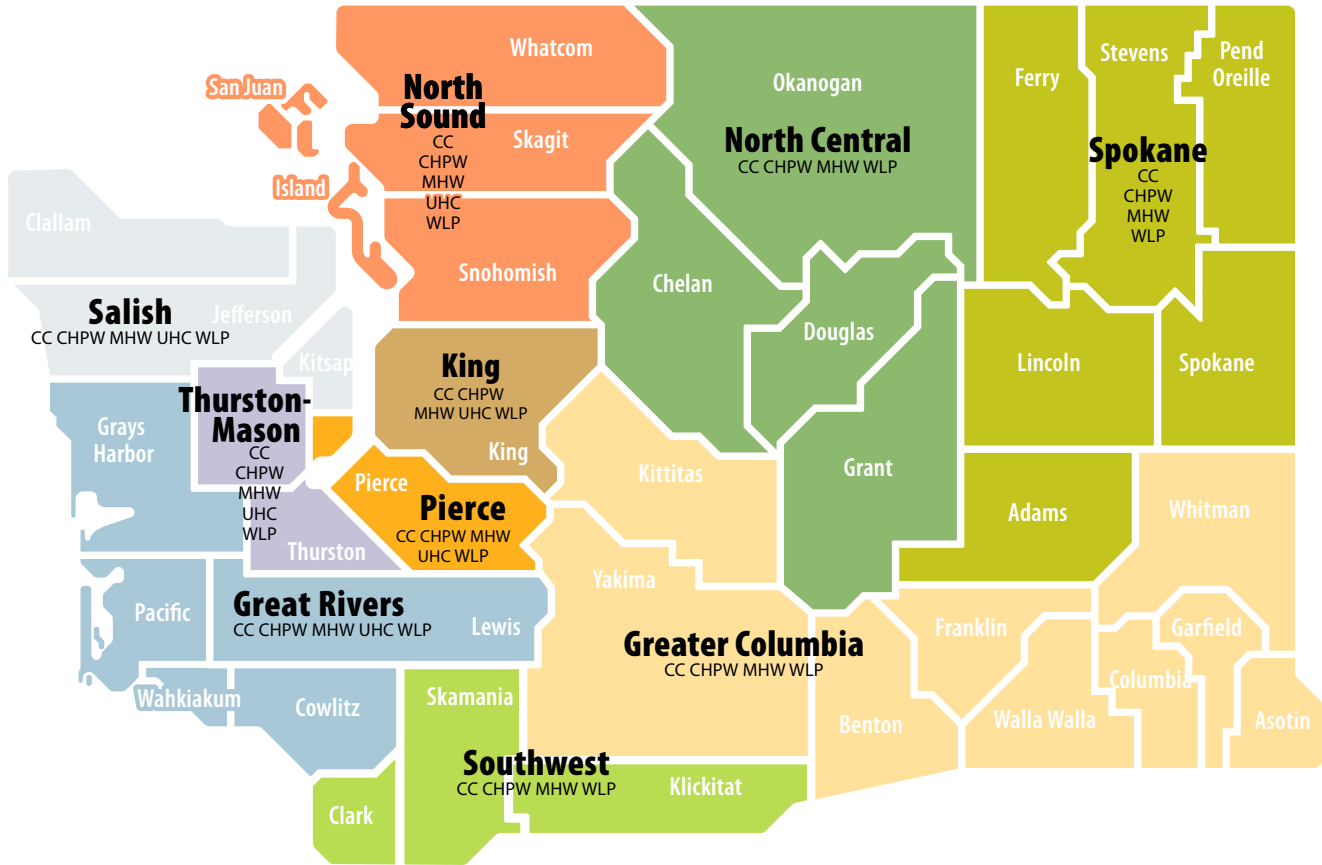
- Apple Health ዓማውል ምስ ዋሽንግተን Healthplanfinder ሒሳብ ትልሚ ኣብ ኣንላይን ብ [wahealthplanfinder.org](http://wahealthplanfinder.org) ክትቅይሩ ትኽእሉ ኢኹም።
- ንኩሉ Apple Health ዓማውል፣ ProviderOne ናይ ዓማውል ፖርታል መርበብ ባይታ ረኣይ <https://www.waproviderone.org/client>.
- ኣንላይን ለውጥታ ንምግባር <https://fortress.wa.gov/hca/p1contactus/> ። «ዓሚል» ብምምራፅ ርእሲ ብምምራፅ «ኣብ ናየሪ ጥዕና ትልሚ ተመዝገብ/ተለወጠ»



# ማኔጅድ ክንክን እንታይ እዩ?

Apple Health ኣብ መላእ ስቴት ማኔጅድ ክንክን ትልሚ የቐርብ። ትልምኹም ኣካላዊ ጥዕና፣ ኣእምሯዊ ጥዕናን ሳብስታንስ ዩዝ ፀገም ሕክምና ኣገልግሎት ብምውዳድ ኣብ ሓዲ ናይ ጥዕና ትልሚ ሙሉእ ናይ ሕክምና ኣገልግሎት የቐርብ።

## Apple Health ማኔጅድ ክንክን ኣገልግሎት ከባቢ ካርታን



### ዘባታት ማኔጅድ ክንክን ዝግበረሎም

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

### Apple Health Foster Care (ብመላዕ ስቴት ዝሞሃብ)<sup>†</sup>

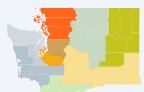
<sup>†</sup> Apple Health Foster Care ኣብ መላእ ስቴት ዝነጥፍ ፕሮግራም እዩ። ኢንተግሬትድ ማኔጅድ ኬር ብ Apple Health ቀንዲ ምትእስሳር ዝቐርብ እዩ (Coordinated Care of Washington - CC)።

| ዝሞሃቡ 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 ማንጅድ ከንክን አገልግሎት ከባቢ ማርቲክስ

ናይ አገልግሎት ከባቢ ማትሪክስ - ጁንዋሪ 2025

| County               | Community Health Plan of Washington | Coordinated Care | Molina Healthcare of Washington | United Healthcare of Washington | Wellpoint Washington (ቅድሚያ 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 (አብ መላእ ስቴት) |                                     | X                |                                 |                                 |   |



**ማስታወሻ:** Apple Health ፎስተር ኬር አብ መላእ ሀገር ብ Apple Health ቀንዲ መራሽቢ (ዝተዋደደ ናይ ዋሽንግተን ከንክን) ኣቢሉ ዝዋብ መደብ እዩ።



## ደረጃ ናይ ክንክን ኣቕራቢ ምምራፅ

ቀዳማይ ደረጃ ተኸናኻኒ ኣቕራቢ (PCP) ምምራፅ ኣገዳሲ እዩ። PCP ተዘይመራፅካ ናይ ጥዕና ትልምኻ ንግኻ ከመርፀልካ እዩ። PCP ፈላማይ ናይ ጥዕና ሰብ ምዃን እንተድኣ ኮይኑ። ብዛዕባ ናይ ጥዕና ታሪኽ ምፍላጥ፣ እዋናዊ ናይ ጥዕና ጉዳይ፣ ናብ ስፔሻሊስት ክተወከስ ትኽእል። ውፉይ ዝኾነ PCP ምርካብ ጥዕናኻ ንምክንኻን የቐልሎ።

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

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

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

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

## ቀዳማይ ደረጃ ናይ ክንክን ኣቕራቢ እንተድኣ ኣለካ

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

እቲ እትደልዩ ኣቕራቢ ኣብ ትሕቲ ናይ ጥዕና ትልምኻ ኔትዎርክ እንተዘይኮይኑ፣ እቲ ኣቕራቢ ዝሰርሓሉ ናይ ጥዕና ትልምኻ ኔትዎርክ ሕተት።

## ቆይሮ ብኸመይ ትሕዝ

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

|                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| ዝተለመደ ክንክን                        | ምስ PCP ወይ ካልኣት ኣቕራቢቲ ቆፀሮ ምሓዝ። ኣብ ውሽጢ 10 መዓልታታት ምስ PCP ወይ ካልኣት ኣቕራቢትኻ ቆይሮ ክትሕዝ ኣለካ።  |
| ናይ ምክልኻል ክንክን                     | ምስ PCP ወይ ካልኣት ኣቕራቢቲ ቆፀሮ ምሓዝ። ኣብ ውሽጢ 30 መዓልታታት ቆይሮ ክትረገቡ ክትክእሉ ኣለኩም።  |
| ፍሉይ ክንክን                          | ናይ ጥዕና ትልምኻ ወይ PCP ደውል።   |
| ናይ ኣእምሮ ጥዕና                       | ናይ ጥዕና ትልምኻ ወይ PCP ደውል።   |
| መድሓኒት ብእግባብ ናይ ዘይምጥቃም ፀገም ኣገልግሎት፡ | ናይ ጥዕና ትልምኻ ወይ PCP ደውል።   |
| ካብ ስራሕ ሰዓት ወጻእ ክንክን               | ብመዓልቲ 24 ሰዓታትን ብሰሙን ሸውዓተ መዓልታታት ናብ ናይ ጥዕና ትልምኻ ነርሲኹም ናይ ምክሪ መስመር ደውሉ።   |
| ንህፁፅ ክንክን                         | ምስ ናይ ጥዕና ትልምኹም ውዕሊ ናብ ዘለዎ ማእኸል ክንክን ክዱ ወይ ናብ PCP ወይ ናይ ነርሲታት መማኸሪ መስመር ደውሉ። ኣብ ውሽጢ 24 ሰዓታት ናብ PCP ወይ ካልኣት ኣቕራቢቲ ክትኸዱ ይግባእ።                         |
| ንናይ ሓደጋ እዋን ኣገልግሎታት               | ናብ 911 ደውሉ ወይ ናይ ሓደጋ እዋን ኣቕራቢቲ ክሕግዝኹም ናብ ዝኸእልሉ ኣብ ቀራባኹም ናብ ዝርከብ ክባቢ ክዱ። ብዝተኸኣለኩም ፍጥነት ፣ ንሸኻ ዝፈልጠካ ሰብ ናብ PCP ወይ ናብ ጥዕና ትልምኹም እዚ ሓደጋ ሪፖርት ክትገብሩ ይግባእ። |
| ካብ ዝሓርሑኹ ንዝግበር ክንክን               | ህፁፅ ሓደጋ እንተዘይኮይኑ፣ኣብ ናይ ትልምኻ መለላይ ካርድኹም ብዘሎ ናብ PCP ወይ ነርሲታት ምክሪ መስመር ደውሉ።  |

## ባህርያዊ ጥዕና አገልግሎት

ኣብ Apple Health ናብዮት እንተድኣ ተመዝጊብካ ንናይ ኣእምሮ ጥዕናን መድሓኒት ብዝግባእ ናይ ዘይምጥቃም ፀገም ሕክምና ኣገልግሎት (ብሓባር ናይ ባህሪ ጥዕና ኣገልግሎት ተባሂሉ ይፅዋዕ) ክትረከብ ትክእል። ባህርያዊ ጥዕና ኣገልግሎት ኣብ ማነጅድ ክንክን ትልሚ ጥቕሚ ፓኬጅ ዝካተት እዩ።

ክንክንካ ንምውዳድ ሓገዝ እንተድኣ ደሊኻ ናይ ጥዕና ትልምኻ ወይ ቀዳማይ ደረጃ ክንክን ርኹብ።

### መድሓኒት ብዘይኣገባብ ምጥቃም ሕክምና ከካትቶ ዝክእል፡

**ገምጋም**– ናይ ጥዕና ኣቕራብቲ ዘድልዮም ኣገልግሎት ንምውሳኔ «ቃለ መሕተት» ከካየድ እዩ።

**ሓፂር ናይ ኢንተርቨዥን ሕክምና**– ፀገም ንምንካይ፣ ናይ ግዘ ደረት። ናይ ሳብስታንስ ምጥቃም ፀገም ገምጋም ናይ ተመላላሲ ተሓካሚ ገምጋም ኣየድልዩካን ።

**ናይ ምልቃቕ ምምሕዳር (ምእላይ መርዚ)**– ብከይዲ ግዘ ምጥቃም ደው ንምባል ድሕንነቱ ዝተሓለወ ክሳብ ዝኸውን ኣጠቓቕማ ኣልኮል መድሓኒት ኣብ ምንካይ ሓገዝ። ናይ ሳብስታንስ ምጥቃም ፀገም ገምጋም ናይ ተመላላሲ ተሓካሚ ገምጋም ኣየድልዩካን ።

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

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

**ዓራት ሒዞ ዝሕከም ሕክምና**– ሰፊሕ ዝኾነ ናይ ውልቀን ጉጅለን ምምኻር፣ ናይ ውልቀ ምምኻርን ትምህርትም 24 ሰዓት ክትትል ኣብ ዘለዎ ትካል።

**ናይ ኣፓይት መወኒ ሕክምና ኣገልግሎት**– ኣብ ኣፓይት ወልፊ ንዘለዎም ናይ ተመላላሲ ገምጋምን ሕክምና። ተቀባልነት ዘለዎ ሕክምናን ምምኻርን የካትት።

**ምምሕዳር ጉዳይ**– ሕክምና፣ ማሕበራዊ፣ ትምህርትን ካልኣት ኣገልግሎታት ኣብ ምርካብ ሓገዝ።





**ናይ ኣእምሮ ጥዕና ኣገልግሎት እዞም ዝሰዕቡ ከካትት ይኽእል:**

**ናይ ተመላላሲ ተሓካሚ ኣእምሮ ጥዕና ገምጋም** – ድልየትኩምን ሽቶኹምን ምልላይን ናይ ኣእምሮ ጥዕና ክንክን መቐረቢኹም ካልኣት ናይ ሕክምና ኣገልግሎታትን ትልምታትን ንምምኻር ይሕግዝ።

**ናይ ውልቀ ሕክምና ኣገልግሎት** – ኣብ ኣገልግሎት ትልምኹም ዘሎ ሽቶ ንምምላእ ምምኻርን ካልኣት ምንቕስቓሳትን ዲዛይን ምግባር።

**ናይ መድሐኒት ምምሕዳር** – ሊቸንጎሳ ዘለዎም ሰራሕተኛታት መድሐኒት ይእዘዙን ብዛዕባ ሳዕቤን የምህሩ።

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

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

**ናይ መስታ ሓገዝ** – ናይ ኣእምሮ ጥዕና ስርዓት ኣብ ምምራሕን ናይ ዳግመ ሕውየት ሽቶ ምስኻሪን፣ ብዝሰልጠኑ ኣካላት ሓገዝ ይቀርቡልካ።

**ሓፂር ኢንተርኔትን ሕክምና** – ኣብ ገለገለ ፀገማት ትኹረት ዝገበረ ሓጺር እዞን ምምኻር።

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

**ፅዑቕ ዝኾነ ሕክምና** – ኣብ ናይ ኣገልግሎት ትልሚ ሽቶ ንምምላእ ናይ ኣእምሮ ጥዕና ጉጅለ ሓገዝ የቐርቡ።

**ቴራፒቲክ ስነ ኣእምሮታዊ ትምህርቲ** – ሓገዝን ናይ ሓገዝ ኣገልግሎት ሓዊሱ ብዛዕባ ሕግም ኣእምሮ፣ ናይ ኣእምሮ ጥዕና ሕክምና መማረቂያ፣ ሕክምናን ምድሓንን።

**መዓልታዊ ሓገዝ** – ዓርስኻ ኣብ ምኽኣል ፅዑቕ ናይ ምምሃር መደብ።

**ኮማዊ ሕክምና ገምጋምን ሕክምናን** – ብሕክምና ኣድላይ ዝኾነ ናይ ተመላላሲ ሕክምና ፀገም ክንክን ኣብ ሆስፒታል ንነዊሕ እዞን ምፅናሕ ወይ ምሽት ምፅናሕ ወይ ንባህርያዊ ሕክምና ፅኑዕ ዝኾነ ክንክን ዝቐርቡሎም ኩነታት የካትት። ቅድሚ እዚ ኣገልግሎት ናይ ተመላላሲ ሕክምና ባህሪ ጥዕና ኣየድልየካን።

**ናይ ምርግጋዕ ኣገልግሎት** – ሆስፒታል ንኺይትኣትው ኣብ ገዛ ወይ ገዛ ኣብ ዝመስል ከባቢ ምቕራብ። ተመላላሲ ባህርያዊ ጥዕና ገምጋም ናይ መእተዊ ገምጋም ክትወስድ ኣይግበኣካን።

**ናይ ዳግመ ሕውየት ጉዳይ ኣማሓዳሪ** – ደቂስቃ ምሕካምን ተመላላሲ ምሕካም ናይ ኣእምሮ ጥዕና ምውህሃድ። ተመላላሲ ባህርያዊ ጥዕና ገምጋም ናይ ተመላላሲ ተሓካሚ ገምጋም ኣየድልየካን ።

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

**ፍሉይ ናይ ህዝቢ ገምጋም** – ከም ህፃናት፣ ዓባይቲ ቆልዑ ወይ ካብ ካልእ ባህሊ ምስ ዝመጡ ሰባት ዝኣመሰሉ ካብ በዓል ሞያታት ናይ ሕክምና ትልሚ ደገፍ።

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

**ናይ ሓደጋ ኣገልግሎት**

ናይ ሓደጋ እዞን ኣገልግሎት ኣብ እዞን ፀገምካ ንምርግጋዕን ድልየትካ ንምምላእ ዘድሊ ከባቢ ዝቐርብ 24 ሰዓት ኣገልግሎት እዩ። ናይ ተመላላሲ ተሓካሚ ኣእምሮ ጥዕና ገምጋም 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](http://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፣ መወገን ናይ ቁማር ፀገም ዝተተሓሓዙ ሰባት ኣገልግሎት ይህቡ። ናብ 1-866-789-1511 (TTY 206-461-3219) ደውል; ናብ [recovery@crisisclinic.org](mailto:recovery@crisisclinic.org) ኢሜል ግበር ወይ [warecoveryhelpline.org](http://warecoveryhelpline.org) ክድ። ኣብ ዝተፈለየ ሰዓት መናእሰይ ምስ መናእሰይ ክራኸቡ ይኽእሉ። ናብ 1-866-833-6546 ደውሉ፣ ናብ [teenlink@crisisclinic.org](mailto:teenlink@crisisclinic.org) ኢሜል ግበር ወይ [866teenlink.org](http://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።

## መረዳኦች ንህንዲ አሜሪካውያን ንናይ ኣላስካ መቐለ ዘለዎምን

መቐለ ኣሜሪካን ኢንድያን ወይ ኣላስካ እንተድኣኩይት ናይ ጥዕና ክንክን ኣግልግሎታት ብ ኢንድያን ኣግልግሎት ቀረብ፣ ትሪባል ጥዕና ክንክን መደብ ወይ ናይ ከተማ ኢንድያን ናይ ጥዕና መደብ (UIHP) ከም ናይ ሲያተል ኢንድያን ጥዕና ቦርድ ን ስፖንሳይ ተርጀክት መቐለከተረከብ ትክክል። እቶም ኣብዞም ትካላት ዘለዉ ኣቕረብቲ ባህልኻ፣ ማሕበረሰብኻ፣ ከምኡድማ ናይ ጥዕና ክንክን ድልዎታትኻ ይፈልጡ እዮም።

እቲ እትደልዩ ክንክን ክቐርቡልካ ወይ ናብ በዓል ምያ ክሰዱኻ ይኸእሉ እዮም፡ ምሕዳር ክንክን ትልሚ(ናይ ባህርያዎ ጥዕና ኣግልግሎት ጥራሕ [BHSCO] ትልሚ ክኸውን ይኸእል እዩ) ወይ Apple Health ሽፋን ብዘይ ምሕዳር ክንክን(እዚ Apple Health ጥዕና ናጻ ኣግልግሎት እውን ይበሃል እዩ) ክትመርጹ እንተድኣኣለካ ንክትውሰን ክሕግዡኻ ይኸእሉ እዮም። ብዛዕባ ናይ ጥዕና ክንክን ወይ ናይ ጥዕና ክንክን ሽፋን ሕቶታት እንተድኣኣለካ ናትካ ትሪባል ወይ ናይ UIHP ሰራሕተኛ ክሕግዡኻ ይኸእል እዩ።



### ናይ ቀዳማይ ደረጃ ክንክን ኬዝ ምሕደራ

ብዘይ ዝተማሕደረ ናይ ክንክን መደብ ዝመሃብ ናይ Apple Health ሽፋን እንድሕር መሪጽካ ገለ ናይ IHS ትካላት፣ ታራ ናይ ጥዕና ክንክን ፕሮግራማት፣ ከምኡድማ UIHP ናይ ቀዳማይ ደረጃ ክንክን ኬዝ ምሕደራ (PCCM) የቐርቡ እዮም። PCCM ንዓኻ ናብ ስፔሻሊስት ሪፈር ምባልን ናትካ ናይ ሕክምናን ጥዕናን ሓበሬታ ንመርመራን ሕክምናን ኣድላዩ 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 ትኸእል እንተኾንካን ሕተቶም። ኣብቲ ናይ PCCM ፕሮግራም ኣብ ዝደለኻዮ ግዜ ክትሳተፍን ተሳትፎኻ ከተቋርጽን ትኸእል ኢኻ፡ እንተኾን ተሳትፎኻ ይኹን ካብ ተሳትፎ ምውጻእካ ክሳብ እቲ ዝቐጽል ወርሒ ግብራዊ ኣይኸውንን።

### ናይ ጥዕና ክንክን ዝርከቡሉ መንገድታት

HCA ንአሜሪካን ኢንድያንን ኣልኣስካን መቐለም ዝኾኑን ኣብ ዋሺንግተን ዝርከቡን ምሕዳር ክንክን Apple Health ን ሽፋን ካብ ምሕዳር ክንክን ወጻእ ዝኾን ናይ Apple Health ሽፋንን ንክመርጹ ኣማራጺ ይህብ። HCA ብምክንያት ናይ ኢንድያን ትዕና ክንክን ምቕራብ ስርዓት ዝተሓለለኹ ምኻንን ንባህሊ ግብእ ዝኾን ናይ ጥዕና ክንክን ንምሃብን ብናይ ፌዴራል ሕግታት ኣይመሓደረን።

- ኣብ ናይ Apple Health ሽፋን ብዘይ ምሕዳር ክንክን ዝኾን ኣብ Apple Health ናጻ ኣግልግሎት መደብ ዝሳተፍን ካብ ምሕዳር ክንክን ትካል(MCO) ወይ ባህርያዎዊ ጥዕና ትካል ናትካ ክንክን ዝከታተል ዘሎ ወጻኢ ተሓክምቲ ዝቐበል ዘሎ ዝኾን ኣቕራቢ ክትመርጹ ትኸእል ኢኻ፡ ናይ ጥዕና ክንክን ኣግልግሎታት ወይ ክንክን ንምምሕዳር ናይ MCO ኣይህልወካን። እቶም ኣቕራብቲ ብስቴት ዝተውሃበ ፍቓድ ኩሎም መለክዒታቶም ከማልኡ እዮም። ናይ Apple Health ናጻ ኣግልግሎት ናይ ጥዕና ኣቕራቢ ንምርካብ ኣብ <https://fortress.wa.gov/hca/p1findaprovider> ርክ።

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

- ምስ ናይ Apple Health ምሕዳር ክንክን ናይ ጥዕና ክንክን ብ ማነጅድ ኬር ትካል MCO ን/ይመሓደር። እዚ ማለት MCO ኣግልግሎታት ንምርካብን ክንክን ንምምሕዳር ንምሕፋዝን ከም ሓደ ናይ ርክብ ናቕጣ ኮይኖም

እዚ ውሳኔ ትርጉም ይህልዎ፤ እንተድኣ ዝኾን ኣካል ክንክን ዘይመሓደሮ ኮይኑ።

ኣብ ዝኾን እዎን ምርጫኻ ክትቐይር ትኸእል ፤ እቲ ለውጢ ክሳብ እቲ ቀጻሊ ወርሒ ተግባራዊ ኣይኸውንን። ምስ ትሪባል ኣሲስተር ብ IHS ቀረብ ትሪባል ጥዕና መደብ ወይ UIHP እንተሓሳሲርካ ወይ እንተደኣተሸራኸካ ንክትውሰን ክሕግዡኻ ይኸእሉ እዮም። ክትገብር እትደሊ ለውጢን ሕቶታትን ንምሕታትን ሓዊሱ ውሳኔኻ ከተፍልጠና ንናይ ጥዕና ክንክን በዓል ስልጣን ብ1-800-562-3022 ምድዋል ትኸእል።

## መረዳኢታ ኣብ Apple Health Expansion

### ንዝተመዘገቡ ዓማውል

እቲ ስደተኛ ዕድምኡ 19 ወይ ልዕሊኡ እንተድኣ ኮይኑን ብቑዕነት ዘማልእ እንተድኣ ኮይኑ፣ ኣብ ትሕቲ Apple Health Expansion ጥዕና ሽፋን ይረክብ።

ኣብ ትሕቲ እዚ መደብ ኣብ ወረዳኻ ዝቐርብ ናይ ጥዕና ትልሚ ተመዝጊብካ ኢኻ። እዚ ናይ ጥዕና ትልሚ ናይ ጥዕና ሽፋንካ የመሓድርን ኣገልግሎት ንምርካብን ክንክን ንምምሕዳር መራኸቢኻ እዩ።

ብዛዕባ Apple Health Expansion ኣብ [hca.wa.gov/apple-health-expansion](http://hca.wa.gov/apple-health-expansion) ተወሳኺ መረዳኢታ ርኽቡ።

### ዝቐረቡ ናይ ጥዕና ትልምታት

ኣብ እትነብረሉ ወረዳ እንተነኣሰ ሰለስተ ናይ ጥዕና ትልሚ መማረፅታት ኣለውኹ። ኣብ ወረዳኻ ዝርከቡ ትልምታት ንምርኣይ [hca.wa.gov/ahc-service-area-map](http://hca.wa.gov/ahc-service-area-map) ንብንይ።

ኣብ ዝኾነ ሰዓት ናይ ጥዕና ትልምኹም ክትቅይሩ ትኽእሉ ኢኹም። መብዛሕትኡ እዋን ለውጥታት ተፈፀምቲ ዝኾኑ፣ በቲ ዝተደለየ ለውጢ መሰረት ብምግባር ኣብቲ ቀዳላይ ወርሒ ተፈፃሚ ይኸውን። ናይ ጥዕና ክንክን ሰበሰልጣን ኣብ 1-800-562-3022 ብምርካብ ዝመረፅክምዎምን እትደልይዎም ለውጥታትን ክትሓትዎ እትደልይዎ ሕቶ ክትሓቱና ትኽእሉ ኢኹም። ትልምኹም እትቐይርሉ ዝተፈለለዩ መንገድታት ዘለው እንትኸውን ተወሳኺ መረዳኢታ ኣብ [hca.wa.gov/change-my-plan](http://hca.wa.gov/change-my-plan) ርኽቡ።

### ጥቕምታትን ኣገልግሎታትን

Apple Health Expansion ኣብ ትሕቲ ካልኣት Apple Health መደባት ዝካተቱ ኣገልግሎታት የካትት። ኣብ ትሕቲ Apple Health Expansion ሽፋን ናይ ሕክምና፣ ሕክምና ስነ፡ ቤት መድሓኒትን ናይ ባህሪ ጥዕና ኣገልግሎት ክትረኽቡ ትኽእሉ።

ገለገለ ኣገልግሎታት ኣብ Apple Health Expansion ትሕቲ ሽፋን ኣይቐርቡን፡ በዚ እንክይተገደበ እዞም ዝሰዕቡ የካትት፡

- ኣቐዲሙ ዝካየድ እዋናዊ ምልላይ፡ ምፍላይን ሕክምና (EPSDT)
- ደገፍ ዘለዎ ክትትል
- ናይ ውልቀ ስራሕ ነርሲንግ
- ናይ ነዊሕ እዋን ነርሲንግ ክንክን ትካል
- ማእኸላይ ክንክን ትካል
- ናይ ዝላ ጥዕና መደብ
- ናይ ጥንሰን ድሕሪ ጥንሰ ዝተሓላዙ ኣገልግሎታት

ብዛዕባ ናይ ጥዕና ሽፋን ሕቶታት እንተድኣ ኣለካ ንጥዕና ሽፋን ርኽቡና። ናይ ጥዕና ትልሚ ቴሌፎን ቁፅሪ ኣብዚ ማንዋል ገፅ 5 ተዘርዚሩ ኣሎ።

### Apple Health ንስድራኹም ሽፋን

እዞም ዝሰዕቡ Apple Health መደባት ዘለካ ናይ ዜግነት ወይ ስደተኝነት ኩነታት ብዘየግድስ ንኹሉ ሰብ ይቐርብ እዩ።

### Apple Health ንህፃናት

- ዕድምኡም ክሳብ 19 ዓመት ዝኾኑ ህፃናት ነዚ ናፃ ሽፋን መማረፅታት ብቐዓት ክኾኑ ይኽእሉ እዮም። ተወሳኺ መረዳኢታ ንምርካብ ኣብ [hca.wa.gov/apple-health-children](http://hca.wa.gov/apple-health-children) ርኽቡ።

### Apple Health ንነፍፁር ሰባት

- ኣብ Apple Health Expansion ተመዝጊብኪ እናሃለኺ እንተድኣ ጠኒሰኪ ንነፍሱፁር ሰባት ናብ Apple Health ክትሳገሪ ትኽእሉ ኢኺ። ተወሳኺ መረዳኢታ ንምርካብ ኣብ [hca.wa.gov/apple-health-pregnant-individuals](http://hca.wa.gov/apple-health-pregnant-individuals) ርኽቡ።
- ጥንሲ ሓዊሱ፡ ኣብ ውሽጢ 30 መዓልታት ሪፖርት ብምግባር መመልከቲኻ ብብግዝኡ ኣመሓይሽ።

### ድሕሪ ናይ ጥንሲ ሽፋን

- እዚ መደብ ኣብ ውሽጢ 12 ኣዋርሕ ጥንሳ ዝተወድኣ ሰብ ሽፋን የቐርብ። ተወሳኺ መረዳኢታ ንምርካብ ኣብ [hca.wa.gov/apc](http://hca.wa.gov/apc) ርኽቡ።
- እቲ ጥንሲ ዝተወደኣሉ እዋን ሓዊሱ፡ ኣብ ውሽጢ 30 መዓልታት ሪፖርት ብምግባር መመልከቲኻ ብብግዝኡ ኣመሓይሽ።

### ናይ ስድራ ትልሚ ጥራሕ

- እዚ መደብ ንውልቀ ሰባት ናይ ስድራ ትልሚ ኣገልግሎት ሽፋን የቐርብ። ተወሳኺ መረዳኢታ ንምርካብ ኣብ [hca.wa.gov/family-planning](http://hca.wa.gov/family-planning) ርኽቡ።



## ባህርያዊ ጥዕና ተጣባቂዎች

ባህርያዊ ጥዕና ተጣባቂ ማለት ምስ ባህርያዊ ጥዕና አገልግሎት ዝተሓሓዘ ናፃን ምሽራዊ ደገፍ ዘቕርብ ሰብ እዩ። ናይ ባህርያዊ ጥዕና ጥርግን፣ ይግባይ ወይ ኣብ ዝተሓተ ደረጃ ፀገማት ንምፍታሕ ምምሕዳራዊ ፍትሓዊ መገባእያ። ባህርያዊ ጥዕና ተጣባቂዎቲ ዘይሻራዊ ናይ ጥዕና ትልሚ ወይ ባህርያዊ ጥዕና ምምሕዳር አገልግሎት ትካል (BH-ASO) እዩ።

ኩሎም ክልላት ብ1-800-366-3103 ክትረኽቡ ትኽእሉ። ወይ ናብ ባህርያዊ ጥዕና ተጣባቂ ቤት ፅሕፈት ብ [info@obhadvocacy.org](mailto:info@obhadvocacy.org) ኢሜይል ግበሩ።

| ክባቢ              | ካውንቲ   | ኢሜይል   | ቁጽሪ ተሌፎን     |
|------------------|--|--|--------------|
| Great Rivers     | Cowlitz, Grays Harbor, Lewis, Pacific, Wahkiakum                                     | <a href="mailto:greatrivers@obhadvocacy.org">greatrivers@obhadvocacy.org</a>         | 360-561-2257 |
| Greater Columbia | Asotin, Benton, Columbia, Franklin, Garfield, Kittitas, Walla Walla, Whitman, Yakima | <a href="mailto:greatercolumbia@obhadvocacy.org">greatercolumbia@obhadvocacy.org</a> | 509-808-9790 |
| King             | King   | <a href="mailto:kingcounty@obhadvocacy.org">kingcounty@obhadvocacy.org</a>           | 206-265-1399 |
| North Central    | Chelan, Douglas, Grant, Okanogan   | <a href="mailto:northcentral@obhadvocacy.org">northcentral@obhadvocacy.org</a>       | 509-389-4485 |
| North Sound      | Island, San Juan, Skagit, Snohomish, Whatcom   | <a href="mailto:northsound@obhadvocacy.org">northsound@obhadvocacy.org</a>           | 360-528-1799 |
| Pierce           | Pierce   | <a href="mailto:piercecounty@obhadvocacy.org">piercecounty@obhadvocacy.org</a>       | 253-304-7355 |
| Salish           | Clallam, Jefferson, Kitsap   | <a href="mailto:salish@obhadvocacy.org">salish@obhadvocacy.org</a>                   | 360-481-6561 |
| Spokane          | Adams, Ferry, Lincoln, Pend Oreille, Spokane, Stevens                                | <a href="mailto:spokaneregion@obhadvocacy.org">spokaneregion@obhadvocacy.org</a>     | 509-655-2839 |
| Southwest        | Clark, Klickitat, Skamania   | <a href="mailto:southwestern@obhadvocacy.org">southwestern@obhadvocacy.org</a>       | 509-434-4951 |
| Thurston-Mason   | Mason, Thurston  | <a href="mailto:thurstonmason@obhadvocacy.org">thurstonmason@obhadvocacy.org</a>     | 360-489-7505 |



ንዓኻ ንምትርጓም ስድራ ወይ መሓዙት ካብ ምጥቃም ሞያ ዘለዎም መተርጎምቲ ምጥቃም ይሓይሽ። እቶም መተርጎምቲ ናይ ጥዕና ክንክን ቃላት ንኸርድኡ ዝሰልጠኑ እዮም። ንዓኻን መቐረቢኻን ንኸትረዳድኡ የኸእሉኻ እዮም። ተወሳኺ መረዳኢታ [hca.wa.gov/interpreter-services](http://hca.wa.gov/interpreter-services) ርኽብ።



**ኣብ መጎዓዓዝያ ሓገዝ ክትረከብ ትኽእል ኢኻ**

ናብ ናይ ጥዕና ክንክን ቆፀሮኻ ንምኻድ መጎዓዓዝያ ንምርካብ ብቐዕ ክትከውን ትኽእል ኢኻ ። እቶ ቆይሮ ድማ ብApple Health ንዝሸፈኑ ኣገልግሎታት ክኸውን ይግባእ። እቶ ዝተለመዱ ዓይነታት መጎዓዓዝያ እዚ እም የካትቱ። ናይ ህዝቢ ኣውቶቡስ፣ ናይ ነዳዲ ኩፖን፣ ናይ ዓማውልን ወለንተኛታት ናይ ነዳዲ ካሕሳ፣ ብወለንታ መኪና ምግናሕ፣ ታክሲ፣ ዊልፔር ቫን ወይ ቀሊል ተንቀሳቓሲን ናይ ንግዲ ኣውቶቡስን ኣየር። ናይ ደለልቲ ዝርዝር ኣብ፡ [hca.wa.gov/transportation-help](http://hca.wa.gov/transportation-help) መጎዓዓዝያ ሓገዝዝርዝር ትረኽቡ ኢኹም።

**ናይ ጥዕና ክንክን ኣገልግሎት ክትረከብ ትኽእል**

«ብዘይ ማነጅድ ኬር» (ብተወሳኺ ድማ ክፍሊት ንኣገልግሎት እናተብሃለ ይፅዋዕ) Apple Health ዝሸፍኖም ኣገልግሎታት፣ ዋላኳ ኣብ ናይ ጥዕና ትልሚ እንተተመዘገቡኩም ገለገለ ጥቕምታትን ኣገልግሎታትን ይሸፍን። እቶም ጥቕምታት እዞም ዝሰዕቡ 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 ክትረከብ ትኽእል**



**ስንክልና እንተድኣ ኣለኩም**

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



**መተርጎሚ ከድልየካ ይኽእል**

ኢንግሊዝኛ ትመርጾ ቋንቋ እንተዘይኮይኑ ወይ ምስማዕ ዝተሰኣኖ፣ ምስማዕን ዓይንን ዝተሰኣኖን ምስማዕ ዝፅገም ምስዘይትኽእል፣ ናይ ምልክት ቋንቋ ሓዊሱ ብኩሉ ቋንቋታት ናይ ትርጉም በዓል ሙያታት ንዓኻ ተዳልዮም ኣለው። ናይ ጥዕና ቆይሮ ኣብ እትዘሉ እዋን ንታ ጋሻ ተቐባሊት መተርጎሚ ከም እትደሊ ሓብረላ። እቲ ናይቲ ዝዝረብ ቋንቋ መተርጎሚ ኣብ እዋን እቲ ቆይሮ ናብቲ ኣቐራቢ ቤት ፅሕፈት ክኸድ ወይ ብሰልኪ ክርከብ ይኽእል። ናይ ምልክት ቋንቋ መተርጎሚ ኣብ እዋን እቲ ቆይሮ ናብቲ ኣቐራቢ ቤት ፅሕፈት ክኸድ ወይ ብቪድዮ ክርከብ ይኽእል።





## 2024 ናይ ዋሽንግተን Apple Health ትልሚ ሪፖርት ካርድ

እዚ ካርድ ናይ ዋሽንግተን Apple Health ትልሚ ኣብ ቁልፊ ናይ ኣፈፃፀም ነጥብታት ነንኡድኡዶም ብምንጽፃር የርኢ። እዚ ናይ ሪፖርት ካርድ ንግዥም ዝጥዕመኩም ትልሚ ንምምራፅ ይሕግዘኩም።

| ናይ ኣፈፃፀም ክብብታት           | Coordinated Care | Community Health Plan of Washington | Molina Healthcare of Washington | UnitedHealthcare | Wellpoint (ቅድሚኡ ሕጂ Amerigroup) |
|--------------------------|------------------|-------------------------------------|---------------------------------|------------------|--------------------------------|
| ክንክን ምርካብ                | ★☆☆              | ★★★                                 | ★★★                             | ★★★              | ★☆☆                            |
| ጥዕና ደቂ ኣንስትዮን ኣዴታትን ምሕላው | ★★★              | ★★★                                 | ★★★                             | ★☆☆              | ★☆☆                            |
| ጥዕና ደቂ ኣንስትዮን ኣዴታትን ምሕላው | ★★★              | ★★★                                 | ★★★★                            | ★☆☆              | ★☆☆                            |
| ሕጻን ምክልኻልን ምምሕዳርን        | ★☆☆              | ★☆☆                                 | ★★★                             | ★★★              | ★★★                            |
| ግቡእ ዝኾነ ክንክን ምርግጋፅ       | ★★★★             | ★★★                                 | ★★★                             | ★☆☆              | ★☆☆                            |
| ንህፃናት ዝቐረበ ናይ ክንክን ዕግብት  | ★★★              | ★★★                                 | ★★★                             | ★★★              | ★★★                            |
| ናይ ህፃናት ትልሚ ዕግብት         | ★★★              | ★★★                                 | ★★★                             | ★★★              | ★★★                            |

| ቁልፊ፡ ምስ ኩሎም Apple Health ትልሚታት ከነፃፀር ከሎ ኣፈፃፀም |      |
|---|------|
| ክብቲ ዝግባእ ንላዕሊ                                 | ★★★★ |
| ማእኸላይ   | ★★★  |
| ትሕቲ ኣቲ ዝግባእ                                   | ★☆☆  |

እዞም ውፅኢታት ካብ ትልሚ ጥዕናን ኣብ 2023 ካብ ኣባላት ትልሚ ጥዕና ዳህሳስ ዝተኣከበ መሰረት ዝገበረ እዩ። (ገለገለ ኣብ ክንክን ምርካብ ምድብ ኣብ ጥቕሚ ዝወፀሉ መረጃታት ካብ 2022 እዮም)። እዞም መረጃታት ንምርግጋፅ ናፃ ብዝኾነ ኣዲተር ተገምጊሞም እዮም። ናይ ጥዕና ትልሚ ኣፈፃፀም ውፅኢታት ብዘለዎም ናይ በዝሒ ኣባላት ኣፈላላይ መሰረት ወይ ናይ ኣገልግሎት ክልል ኣይተሰተኻኹሉን።

### ናይ ኣፈፃፀም መግለጺ

- ክንክን ምርካብ**
- ኣባላት ዶክተር ይረኽቡ
  - ኣባላት እቲ ዝደልዩዎ ኣገልግሎት ኣብ ዝደልዩዎ ግዜ ከም ዝረገሱ ሪፖርት ገይሮም
- ጥዕና ህፃናት ምሕላው**
- ኣብዚ ትልሚ ዘለው ህፃናት ልሙድ ዝኾነ ምርመራ ይግበረሎም
  - ህፃናት ኣገደስቲ ዝኾኑ መከላኸሊ ሕጻናት ይረኽቡ
  - ህፃናት ክሓሙ ከለው ግቡእ ዝኾነ ደረጃ ክንክን ይረኽቡ

- ጥዕና ደቂ ኣንስትዮን ኣዴታትን ምሕላው**
- ደቂ ኣንስትዮ ኣገዳሲ ዝኾነ ናይ ጥዕና ምርመራ ይረኽባ፣ ከም መርመራ ካንሰር ማሕጸን ዝኣመሰሰ
  - ሓደሽትን ነፍሰ-ፀር ኣዴታት ዘድልዩን ክንክን ይረኽባ
- ሕጻን ምክልኻልን ምምሕዳርን**
- እዚ ትልሚ ኣባላት ከም ኣዝማ፣ ናይ ደም ፀቕጢ ምውሳኽ ወይ ሸኩር ዝኣመሰሉ ናይ ነዊሕ እዋን ሕጻናት ንክቐፃፀሩ ይሕግዘ
  - እዚ ትልሚ ብምርመራን ግቡእ ብዝኾነ ክንክን ሕጻን ይንኪ

- ግቡእ ዝኾነ ክንክን ምርካብ**
- ኣባላት ንዘለዎም ኩነታት እቲ ኣዘዩ ግቡእ ዝኾነ ክንክንን ሕክምናን ይረኽቡ
- ንህፃናት ዝቐረበ ናይ ክንክን ዕግብት**
- ኣባላት ዝለዓለ ናይ ሓካይም፣ በዓል ሞያታትን ብሓፈሻ ክንክን ዕግብት ምስ ናይ ህፃናት ትልሚ ሪፖርት ይገብሩ
- ናይ ህፃናት ትልሚ ዕግብት**
- ኣባላት ናይ ዓማውል ኣገልግሎት ሓፈሻዊ ትልሚ ዝለዓለ ደረጃ ሪፖርት ይገብሩ



## መሰልካን ግብ-እኛን

ብመሰረት ሕገ ብዛዕባ እቲ እትረኽቦ ናይ ጥዕና ክንክን ኣገልግሎት መሰል ኣለካን ከምኡ ድማ ዘየድልዩ ወጻኢታት ንምንካይን ጥዕናኻ ንምሕላውን ንምምሕያሽ ግብ-እ ኣለካ። ናይ ጥዕና ትልምኻ ክትስእን ትኽእል ኢኻ። ናይ ኣቕራቢ ቆይታትካ ተዘይሓሊኻ፣ ምስ ናይ ቀዳማይ ደረጃ ናይ ክንክን ኣቕራቢኻ ተዘይተሓባቢርካን ብኻልኦት ምኽንያታት እዚ ክኸውን ይኽእል። ብኸብረትካ ተወሳኺ መረዳኢታ እንተድኣ ደሊኻ ርኽቦና።

## እዞም ዝስዕቡ መሰላት ኣለካ፡

- ሕክምና ምቕዋም ሓዊሱ ናይ ጥዕና ክንክን ውሳኔ ኣብ ምውሳን ምሕጋዝ።
- እቲ ወጻኢ ብዘየገድስ ብዛዕባ እቶም ዘለው ናይ ሕክምና መማረፅታት ሓበሬታ ምርካብ።
- ኣብ ናይ ጥዕና ትልምኻ ካብ ካልእ ኣቕራቢ ካልኣይ ርኢኻ ምርካብ።
- ብዙሕ እንኪይተፀበኻ ኣገልግሎት ርኽብ
- በኽብር ምትእንጋድ። ኣድልዎ ኣይፍቀድን እዩ። ዝኾነ ሰብ ብመሰረት ዘርእ፣ ሕብረ፣ መበቆል ሀገር፣ ይታይ ድልዎት፣ ዕድመ፣ ሃይማኖት፣ ዓሌት ወይ ሰንክልና ብፍሉይ ወይ ብዘይግባእ መንገዲ ክረእይ የብሉን።
- ዝኾነ ዓይነት ሳዕቤን እንተይበፅሓካ፣ ብናፅነት ብዛዕባ ናይ ጥዕና ክንክንን ሕቶታትካን ምዝራብ።
- ክንክንካ ዝምልከቱ መረዳኢታታት ብምሽጥር ክተሓዙን ክሕለውን።
- ናይ ሕክምና መረዳኢታ ቅዳሕ ምሕታትን ምርካብ።
- ኣድላይ ክኸውን ከሎ ኣብ ናይ ሕክምና መረዳኢታኻ ዝተገበሩ ምትዕርራዖት ምሕታትን ምርካብ።
- ብዛዕባ እዞም ዝስዕቡ መረዳኢታ ምሕታትን ምርካብን፡
  - » ናይ ጥዕና ሽፋንካን ሽፋን ዘለዎም ኣገልግሎታት።
  - » ኣቕራቢኻን ንስፔሻሊስትን ካልኦት ኣቕራቢቲ ብኸመይ ሪፈር ይግበር።
  - » ናይ ጥዕና ትልምኹም ንናይ ኣካላውን ባህርያውን ክንክንካ ኣቕራቢኹም ብኸመይ ይኸፍል።
  - » ኩሎም ናይ ክንክን መማረፅታትን ንምንታይ ገለገለ ዓይነት ክንክን ትረክብ።
  - » ጥርግን ወይ ብዛዕባ ክንክንካ ጥርግን ኣብ ምምላእ ሓገዝ ብኸመይ ትረክብ።
  - » ፖሊሲ፣ ከይዲ፣ ናይ ኣፈጻጸማ መመርሒን ለውጢ ብኸመይ ሓሳብ ከም እትህብ ሓዊሱ ናይ ጥዕና ትልምኻ ትካላዊ መስርሕ።
- ተነኣሰ ብዓመት ናይ ኣባላት መሰልን ግብ-እን ብፅሑፍ ምርካብ። መሰልካ ናይ ኣእምሮ ጥዕናን መድሓኒት ብዘይ ኣግባብ ምውሳድ ኣገልግሎት ክንክን ጥዕና የካትት።
- ናይ ሓደጋ እዋን ዝርዝር ቁፅሪ ተሌፎኖት ምርካብ።
- ናይ ኣእምሮ ወይ ኣቕራቢ ምሕላው ናይ ሕክምና መመርሒ ቅጥዒ ኣብ ምምላእ ሓገዝ ምርካብ።

## ውልቀ ሓላፊነቶም ን፡

- ሕክምና ምቕዋም ሓዊሱ ናይ ጥዕና ክንክን ውሳኔ ኣብ ምውሳን ምሕጋዝ።
- ቆፀሮ ምኽባርን ሰዓት ምኽባር። ቆይታ እንተድኣ ሰራዝካ ወይ ክትዝንግዕ እንተድኣ ኮይንካ ናብ ናይ ኣቕራቢኻ ፅሕፈት ቤት ደውል።
- ንዓኻ ኣገልግሎት ስለዝሃቡኻ ክፍሊት ንኸክፈሎም ንኣቕራቢኻ ግብ-እ ዝኾነ መረዳኢታ ምሃብ።
- ንኣቕራቢኻ ልክዕ ንስኻ ከምቲ እትደልዩ ክብሪ ንዕኡም እውን ሃቦም።
- ናብ ኩሎም ቆይታትካ ናይ ኣገልግሎት ካርድኻን ናይ ጥዕና ትልምኻን ሒዝኻ ምጻእ።
- ብዛዕባ ናይ ጥዕና ትልምኻን እንታይ ዓይነት ኣገልግሎታት ከም ዝሸፈኑ ፍለጥ።
- ክትደሊ ከላኻ ናይ ጥዕና ክንክን ኣገልግሎት ተጠቐም።
- ናይ ጥዕና ፀገምካ ምፍላጥን ብዝተኸለል መጠን ስምምዕ ኣብ ዝተገበረሎም ናይ ሕክምና ሽቶታት ምስታፍ።
- እቲ ዘድልዩካ ክንክን ንምርካብ ንኣቕራቢኻን ንናይ ጥዕና ትልምኻ ብዛዕባ ጥዕናኻ ሙሉእ መረዳኢታ ሃብ።
- ኣብ ዝተሰማማዕኻሉ ክንክን ናይ ኣቕራቢኻ መምርሒ ተኸተል።
- ናይ ጥዕና ኣገልግሎታት ብዝግባእ ምጥቃም። እንተዘይኮይኑ ኣብ ናይ ተሓክምቲ ገምጋምን ተዛማዲ መደብ ክትምዝገቡ ትኽእሉ ኢኹም። ኣብዚ መደብ፣ ንሓደ ቀዳማይ ደረጃ ናይ ክንክን ኣቕራቢ፣ ሓደ ፋርማሲ ንቕፅፅር ዝግበረሎም መድሓኒታት ሓደ ዝመልእን ንናይ ሓደጋ እዋን ዘይኮኑ ክንክንኻ ሓደ ሀሰፊታል ይምደበልኩም። ኣብ ተመሳሳሊ ትልሚ እንተነኣሰ ን12 ኣዋርሕ ክትፀንኡ ይገረባእ።
- መጠን ስድራኻ እንተድኣ ተለዊጡ (ከም ጥንሲ፣ ወሊድ፣ ቆልዑ ምዕባይ) ወይ ኩነታት እንተድኣ ተለዊጦም (ከም ሓድሽ ኣድራሻ፣ ኣብ ኦቶት ለውጢ ወይ ን Medicare ወይ ካልእ ኢንሹራንስ ብቕፅ እንተኮይንካ) ብቕልጡፍ ክተፍልጠና ይግባእ።
- ናይ Healthplanfinder ገፅ መርብብ [wahealthplanfinder.org](http://wahealthplanfinder.org) ብምጥቃም ሽፋንካ ክትሕድስ ትኽእል ኢኻ። እዚ መርብብ ሓበሬታ ኣብ ሒሳብካ ለውጢ ከምዘሎ ንምሕባር ክትጥቀመሉ ይገባእ።

## ብናይ ጥዕና ትልምኻ ሕጉስ እንተድኣ ዘይኮይንካ

ንስኻ ወይ ሕጋዊ ወኪልካ ጥርግን ናይ ምምላእ መሰል ኣለካ። ጥርግን፣ ፅርዮት ክንክን ወይ ብቲ ሓኪም ወይ ናይ ጥዕና ትልምኻ ብኸመይ ከም ዝተኸናኸኑኻ ብቃልካ ወይ ብፅሑፍ እተቐርቦ እዩ። ጥርግን ምስ መላእኻ፡

- ናይ ጥዕና ትልምኻ ብስልኪ ወይ ብደብዳቤ ጥርግንካ ከም ዝበፀሐ ኣብ ውሽጢ ክልተ ናይ ስራሕ ዕለታት ክሕብረልካ ኣለዎ።
- ዘለካ ሕቶታት ብቕልጡፍ ካብ ልዕሊ 45 መዓልታት ኣብ ዘይበለፀ ግዜ ክፍታሕ ይግባእ።

ናይ ጥዕና ትልምኻ ጥርግን ኣብ ምምላእ ክትግዝካ ይግባእ።

## ናይ ጥዕና ትልምኻ በቲ ዝወሰኖ ናይ ሕክምና ውሳኔ ሕጉስ እንተድኣ ዘይኮይንካ

እቲ ሕጋዊ ውክልና ዘለዎ ተወካሊ ኣብ ውሽጢ ሰላ (60) ናይ ስራሕ መዓልቲታት ብቃል ወይ ብፅሑፍ ይግባይ ናይ ምሕታት መሰል ኣለዎ። ይግባይ፣ ናይ ጥዕና ትልምኻ ብዛዕባ ሽፋን ወይ ናይ ዝተሸፈነ ናይ ሕክምና ኣገልግሎት ክፍሊት ብዝምልከት ዝወሰንዎ ውሳኔ ዳግማይ ንኸርእ እተቐርቦ ጥርግን እዩ።

- ትልምኻ እቲ ውሳኔን እም ብፅሑፍ ክፍልጡኻ እዮም። ኣብቲ ውሳኔ ይግባይ ትሓትት እንተድኣ ደሊኻ፣ ናይ ጥዕና ትልምኻ ብኸመይ ይግባይ ከም ትሓትት ዘመላኸት መረዳእታ ከካትት እዩ።
- ናይ ጥዕና ትልምኻ ይግባይ ሕቶኻ ከም ዝተቐበለ ኣብ ውሽጢ 5 ቀናት ክፍልጠካ ይግባእ።
- ዘለካ ሕቶታት ብቐልጡፍ ካብ 28 መዓልቲታት ኣብ ዘይነውሐ ግዘ ክምለሱ ይግባእ።

ናይ ጥዕና ትልምኻ ናይቲ ውሳኔ ምልክታ ክህቡኻን ይግባይ ንኸትሓትተት ክሕግዙኻ ይግባእ።

ህፁፅ እዩ? ኣብ ውሳኔ ይግባይ እንተሓትትካን ህፁፅ ዝኾነ ኣካላዊ ወይ ባህርያዊ ናይ ጥዕና ኩነታት እንተጋጠሙካ፣ ንሰኻ ወይ ኣቕራቢኻ ዝተቐለጠፉ (ህፁፅ) ገምጋም ወይ ከይዲ መጋባእይ ንኸግበር ክትሓትት ትኸእል። ናይ ሕክምና ኩነታትካ ዝሓቶ እንተድኣ ኮይኑ፣ ኣብ ውሽጢ ሰለስተ ናይ ስራሕ መዓልቲታት ውሳኔ ክውሰን እዩ። ኣብዞም ከይድታት ተወሳኺ ዝርዝር መረዳእታት ንምካብ ናብ ናይ ኣባላት ማንዋል ተወከሱ።

### ብዛዕባ ምሽጥራውነት

ናይ ኣገልግሎት ካርድኹም ብዘይካ ስምኹም ናይ ProviderOne ዓሚል ቁፅርን ዝተውሀበሉ ዕለት ውልቃዊ መረዳእታ ኣይሕዝን። እቲ ካርድ እንተድኣ ተሰሪቐ ወይ ጠፊኡ ውልቃዊ ምሽጥርኩም ዝተሓለወ ይኸውን። ናይ ኣገልግሎት ካርድኹም ንምትካእ ሰበሰልጣን ክንክን ጥዕና ወይ ናይ ጥዕና ትልምኹም ውልቃዊ መረዳእታ ንምሕታት ብቐጥታ ኣይረኽቡምን። 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 ዝጥቀሙሎምን ንካልኣት ዘካፍሎ ንዓኹም ጥቕምታት ንምቕራብ እዩ። ሕክምና፣ ክፍሊት ንምክያድን ናይ ሕክምና ክንክን ከይድታት እዩ። ስለ ዝኾነ ድማ ብሕጊ ፍቕድ እዩ። ናይ ጥዕና ትልምታትን HCA ናይ ጥዕና መረዳእታኹም ብምሽጥር ናይ ምሓዝ ሓላፍነት ኣለዎም።

ናይ HCA ምሽጥራውነት ፖሊሲ ንምንባብ ናብ [hca.wa.gov](http://hca.wa.gov) ክዱ ብምቕጻል ኣብ ትሕቲ እዚ ገፅ «ምሽጥራውነት» (“privacy”) ዝብል ጠውቐ። ናይ ጥዕና ትልምኻ ናይ ምሽጥራውነት ፖሊሲኹም ምንባብ እንተድኣ ደሊኹም፣ ናይ ጥዕና ትልምኻ ኣባላት ኣገልግሎት ደውሉ ወይ ናይ ትልምኹም መርበብ ሓበሬታ ረኣዩ።

## ንሕቶታትኩም ኣባይ ምላሽ ትረኽቡ

| ብዛዕባ ዝኾነ ሕቶ እንተሃልዩካ፣  | ፍልፍላትና   |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>ናይ Washington Apple Health (Medicaid) ሽፋን</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>አንላይን: <a href="https://hca.wa.gov/apple-health">hca.wa.gov/apple-health</a></li> </ul>   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>ናይ ጥዕና ትልሚ ምቕያር</li> <li>ንናይ ጥዕና ክንክን ኣገልግሎታት ብቐፅ ምኳን</li> <li>ናይ ኣገልግሎት ካርድታት</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>Apple Health ናይ ዓማውል ኣገልግሎት ብ 1-800-562-3022 ወይ ሕቶኹም ናብዚ ዝስዕብ ለኻኹ <a href="https://fortress.wa.gov/hca/p1contactus/">https://fortress.wa.gov/hca/p1contactus/</a></li> <li>ProviderOne ናይ ዓማውል ፖርታል: <a href="https://www.waproviderone.org/client">https://www.waproviderone.org/client</a></li> </ul>   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>አቕራቢ ምምራፅ</li> <li>ናይ ሽፋን ኣገልግሎት</li> <li>ናይ ሕክምና ክንክንኹም</li> <li>ናይ ባህርያዊ ጥዕና ክንክንካ</li> <li>ናብ ስፔሻሊት ሪፈራል</li> <li>ካርዲ ናይ ጥዕና ትልሚ</li> </ul> | <p>ናይ ጥዕና ትልሚ ስምዖን።<br/>ናይ ጥዕና ትልሚ ቴሌፎን ቁፅሪ ኣብዚ ማንዋል ገፅ 5 ተዘርዘሩ ኣሎ።</p>  |
| <p>አታዊ፣ ናይ አቕራቢ ኩነታት፣ ጥንሲ፣ ምውላድ ወይ ቆልዑ ምዕባይ ዝኣመሰሉ ናይ ሒሳብ ለውጢ።</p>   | <p><b>ንህፃናት፣ ነፈስ ያራት፣ ሓዳር ዘይብሎም ዓበይቲ ሰባትን ወለድን/ተኸናኸንትን ሽፋን፡</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>አንላይን: <a href="https://wahealthplanfinder.org">wahealthplanfinder.org</a></li> <li>1-855-923-4633 (TTY/TDD ናይ ተጠቀምቲ 1-855-627-9604) ደውሎ ወይ ዕድምኡም ንዝደፍኡ፣ ዓይነ ስውራት ወይ ስንክልና ዘለዎም ወይ ናይ ነዊሕ እዋን ኣገልግሎት ወይ ሓገዝ ዝደልዩ ሰባት ሽፋን፡</li> <li>ናይ DSHS ዓማውል ኣገልግሎት ቤት ፅሕፈት (CSO) ወይ ናብ ዋሽንግተን መራኽቢ <a href="https://washingtonconnection.org">washingtonconnection.org</a> ክድ።</li> </ul> |

## ንሓገዝ ክትድውል ከለኻ መረዳእታ ንክትረከብ ኣብ ታሕቲ ኣቕረብትኻ ደውል።

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

HCA ንምዕረ ተበፃሕነት ውፋይ እዩ። መንበሪ ወይ መረዳእታ ብኻልእ ቅዲ እንተድኣ ደሊኻ፣ ብክብረትካ ናብ 1-800-562-3022 (TRS: 711) ደውል።

Washington State  
Health Care Authority

P.O. Box 42719

Olympia, WA 98504-2719

HCA 19-046 TI (12/24) Tigrigna