



# ស្វាគមន៍មកកាន់

Washington Apple Health

សេវាសុខភាពអាកប្បកិរិយាតែប៉ុណ្ណោះ



[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፣ አሰተርጓሚ እና የሰነዶችን ትርጉም ጨምሮ በነጻ ይገኛል። 1-800-562-3022 (TRS: 711) ይደውሉ።

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

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

[Cambodian] សេវាជំនួយភាសា រួមមានទាំងអ្នកបកប្រែផ្ទាល់មាត់ និង ការបកប្រែឯកសារបោះពុម្ព គឺអាចរកបានដោយឥតគិតថ្លៃ។ 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, ມີໄວ້ໃຫ້ພຣິໂດຍບໍ່ຄິດຄ່າ. ໂທຫາເລກ 1-800-562-3022 (TRS: 711).

[Pashto] په انګليسي ژبه باندې ډيو هيدلو، په شمول د ژباړونکي او د چاپ شوي موادو ژباړه کولو د مرستې خدمتونه، پرته له تاديبي په وړيا توګه شتون لري. دې خدمت ته لاسرسۍ موندلو لپاره دې شمېرې 1-800-562-3022 ته زنگ ووهئ (د اوريدلو يا خبرو کولو معلوليت 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 ਅੰਨੁਵਾਦ 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] ተርጓሚትን ናይ ዝተፅሓፉ ማተርያላት ትርጉምን ሓዊሱ ናይ ቋንቋ ሓዝ 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).





**តារាងមាតិកា**

សូមស្វាគមន៍មកកាន់ Washington Apple Health [4]

ប័ណ្ណសេវារបស់អ្នក [6]

ប័ណ្ណផែនការសុខភាពរបស់អ្នក [7]

សេវាវិបត្តិ [8]

សេវានានាដែលអាចស្វែងរកបាន [9]

អ្នកគស្វីមតិសុខភាពអាកប្បកិរិយា [10]

សេវាដែលអ្នកអាចត្រូវការដើម្បីមានលទ្ធភាពទទួលបានការថែទាំសុខភាព [12]

ព័ត៌មានសម្រាប់ឥណ្ឌាអាមេរិក និងអាឡាស្កាដើម [13]

សិទ្ធិ និងទំនួលខុសត្រូវរបស់អ្នក [14]

ទាក់ទងយើង/ធនធាន [16]

**ការបដិសេធមិនទទួលខុសត្រូវអំពីកូនស្បែកៅនេះ ៖**

កូនស្បែកៅនេះនឹងណែនាំអ្នកអំពីផលប្រយោជន៍សុខភាព អាកប្បកិរិយារបស់អ្នក (សេវាសុខភាពខ្លួនក្បាល និងសេវាព្យាបាលការប្រើប្រាស់ថ្នាំសារធាតុញៀន) និងពន្យល់អ្នក អំពីសិទ្ធិ និងទំនួលខុសត្រូវនានារបស់អ្នក របៀបចូលទៅ ប្រើប្រាស់សេវានានា និងរបៀបផ្លាស់ប្តូរផែនការសុខភាពអាកប្បកិរិយារបស់អ្នក។ សូមជ្រាបថា កូនស្បែកៅនេះ មិនបង្កើតសិទ្ធិស្របច្បាប់ ឬសិទ្ធិទទួលបានណាមួយឡើយ។ អ្នកមិនត្រូវពឹងផ្អែកលើកូនស្បែកៅនេះ ជាប្រភពព័ត៌មានតែមួយគត់របស់អ្នកស្តីពី Apple Health (Medicaid) នោះទេ។ អ្នកអាចទទួលបានព័ត៌មានលម្អិតស្តីពី Apple Health ដោយធ្វើការស្វែងរកនៅលើវេបសាយគំរូរបស់អាជ្ញាធរថែទាំសុខភាព នៅលើទំព័រច្បាប់ និងវិធាននានា [hca.wa.gov/about-hca/rulemaking](http://hca.wa.gov/about-hca/rulemaking)។



# ស្វាគមន៍មកកាន់ Washington Apple Health

អ្នកកំពុងទទួលបានកូនសៀវភៅនេះ ពីព្រោះអ្នកនឹងទទួលបាន ការធានារ៉ាប់រងលើសុខភាពអាកប្បកិរិយាតាមរយៈ Washington Apple Health (Medicaid)។ អាជ្ញាធរផ្នែកថែទាំសុខភាព (HCA) នៃរដ្ឋវ៉ាស៊ីន្ទាតនគ្រប់គ្រង Apple Health និងចុះកិច្ចសន្យា ជាមួយផែនការថែទាំដែលស្ថិតក្រោមការគ្រប់គ្រងនានាដើម្បីផ្តល់ជូននូវធានារ៉ាប់រងលើសេវាសុខភាពអាកប្បកិរិយារបស់អ្នក។ អ្នកនឹងទទួលបាន "សៀវភៅណែនាំអំពីផលប្រយោជន៍នៃសុខភាពអាកប្បកិរិយារបស់អ្នក" ពីផែនការសុខភាពរបស់អ្នកនៅពេលក្រោយ។ សៀវភៅណែនាំនេះនឹងផ្តល់ជូននូវព័ត៌មានលម្អិតបន្ថែមទៀត អំពីផលប្រយោជន៍ដែលត្រូវបានធានារ៉ាប់រងរបស់អ្នក។

## អំពីផលប្រយោជន៍នៃសុខភាពអាកប្បកិរិយារបស់អ្នក

នៅក្នុងប្រទេសភាគច្រើន ភ្ញៀវរបស់ Apple Health ទទួលបានទាំងសេវាសុខភាព ផ្លូវកាយ និងសុខភាពឥរិយាបថរបស់ ពួកគេពីផែនការថែទាំដែលស្ថិតក្រោមការគ្រប់គ្រងមួយ។ (សុខភាពអាកប្បកិរិយារួមមាន សេវាសុខភាពខួរក្បាល និងការព្យាបាលភាពស្មុគស្មាញនៃការប្រើសារធាតុ។)

អ្នកកំពុងទទួលបានកូនសៀវភៅនេះពីព្រោះអ្នកទទួលបានសេវាសុខភាពផ្លូវកាយនៅក្នុងរំពេចមួយចំនួនផ្សេងទៀត។ (ចូរមើលទំព័រ ទី 11 សម្រាប់ឧទាហរណ៍)។ ផែនការថែទាំដែលស្ថិតក្រោមការ គ្រប់គ្រងមួយនឹងផ្តល់ជូននូវសេវាសុខភាពអាកប្បកិរិយារបស់អ្នកតែមួយប៉ុណ្ណោះ។

## ផែនការសុខភាពអាកប្បកិរិយារបស់អ្នក

ផែនការសុខភាពនៅលើទំព័រចម្លង ផ្តល់សេវាសុខភាព ឥរិយាបថតែមួយប៉ុណ្ណោះ ដល់ភ្ញៀវរបស់ Apple Health នៅក្នុងខោនធីដែលត្រូវបានរៀបរាប់នៅក្នុងបញ្ជី។

អ្នកមានជម្រើសរវាងយ៉ាងហោចណាស់ផែនការថែទាំដែលស្ថិតក្រោមការគ្រប់គ្រង ចំនួនពីរនៅក្នុងខោនធីដែលអ្នករស់នៅ។ ចូរមើលតារាងខាងលើ។ ស្វែងរកខោធីរបស់អ្នក និងជម្រើសផែនការរបស់អ្នក។

## ជម្រើសរបស់អ្នក

អ្នកមានជម្រើសរវាងយ៉ាងហោចណាស់ផែនការថែទាំដែលស្ថិតក្រោមការគ្រប់គ្រងចំនួនបីនៅក្នុងខោនធីដែលអ្នករស់នៅ។ ចូលមើលតារាងនៅទំព័រចម្លង។ និងជម្រើសផែនការរបស់អ្នក។

## ការផ្លាស់ប្តូរផែនការសុខភាពឥរិយាបថ

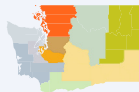
អ្នកមានសិទ្ធិស្នើសុំផ្លាស់ប្តូរផែនការសុខភាពឥរិយាបថរបស់អ្នក នៅពេលណាមួយ។ អាស្រ័យពេលដែលអ្នកធ្វើការស្នើសុំរបស់ អ្នក តាមធម្មតា ផែនការថ្មីរបស់អ្នកនឹងចាប់ផ្តើមនៅថ្ងៃទីមួយនៃ ខែបន្ទាប់។ អ្នកអាចផ្លាស់ប្តូរផែនការរបស់អ្នកតាមរយៈការហៅ ទូរស័ព្ទទៅកាន់សេវាអតិថិជនរបស់ Apple Health តាមរយៈលេខ 1-800-562-3022 (TRS: 711)។

- លើបណ្តាញ— <https://www.waproviderone.org/client>
- ទូរស័ព្ទ៖ សេវាអតិថិជន Apple Health នៅលេខ 1-800-562-3022 (TRS: 711)
- អ៊ីម៉ែល៖ <https://fortress.wa.gov/hca/p1contactus>



**អង្គការថែទាំដែលបានគ្រប់គ្រង (សម្រាប់អត្ថប្រយោជន៍សេវាសុខភាពឥរិយាបថតែប៉ុណ្ណោះ)**

County	Community Health Plan of Washington	Coordinated Care	Molina Healthcare of Washington	United Healthcare of Washington	Wellpoint Washington (ពីមុន 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
<b>ការថែទាំចិញ្ចឹម (ទូទាំងរដ្ឋ)</b>		X			



**កំណត់ចំណាំ៖** ការថែទាំចិញ្ចឹម Apple Health គឺជាកម្មវិធីទូទាំងរដ្ឋ ដែលបានផ្តល់ជូនតាមរយៈការភ្ជាប់ស្នូល Apple Health (ការថែទាំដែលបានសម្របសម្រួលវ៉ាស៊ីនតោន)

# ប័ណ្ណសេវារបស់អ្នក



អ្នកនឹងទទួលបានប័ណ្ណចំនួនពីរនៅក្នុងកញ្ចប់សំបុត្រផ្ញើតាម ប្រៃសណីយ៍ ៖ ប័ណ្ណសេវា និងប័ណ្ណសម្គាល់ផែនការសុខភាពរបស់អ្នក។

ប័ណ្ណសេវារបស់អ្នកដូចប័ណ្ណមួយដែលមានបង្ហាញរូបភាពនៅទីនេះពី

អាជ្ញាធរថែទាំសុខភាព។ ចូររក្សាទុកប័ណ្ណនេះ។ ប័ណ្ណសេវារបស់អ្នកបង្ហាញថាអ្នកបានចុះឈ្មោះចូលរួមនៅក្នុង Washington Apple Health។ អ្នកពុំចាំបាច់ធ្វើប័ណ្ណសេវារបស់អ្នកនោះមានសកម្មភាពនោះទេ។ HCA នឹងធ្វើប័ណ្ណ របស់អ្នកមានសកម្មភាពមុនពេលដែលយើងផ្ញើវាទៅអ្នកតាមប្រៃសណីយ៍។ បុគ្គលនីមួយៗមានលេខអតិថិជន ProviderOne ខុសគ្នាដែលនៅជាមួយពួកគេមួយជីវិត។

ប័ណ្ណសេវារបស់អ្នកនឹងរួមមាន៖

- លេខ ខ នៃ ProviderOne
- កាលបរិច្ឆេទចេញផ្សាយ
- គេហទំព័រ ProviderOne
- ព័ត៌មានទំនាក់ទំនងសេវាអតិថិជន

ចូរមើល "ប្រសិនបើអ្នកមិនទទួលបានប័ណ្ណ ឬបាត់ប័ណ្ណរបស់អ្នក " ប្រសិនបើអ្នកត្រូវការផ្លាស់ប្តូរប័ណ្ណថ្មីមួយ។

## ProviderOne

អ្នកនឹងឃើញ "ProviderOne" នៅលើប័ណ្ណសេវារបស់អ្នក។ ProviderOne គឺជាប្រព័ន្ធព័ត៌មានដែលសម្របសម្រួលផែនការ សុខភាពជូនយើងខ្ញុំ និងជួយដល់យើងខ្ញុំក្នុងការធ្វើទោកាន់អ្នក នូវព័ត៌មាននានានៅក្នុងពេលខុសគ្នា។ លេខនៅលើប័ណ្ណ គឺជាលេខអតិថិជន ProviderOne របស់អ្នក (លេខប្រាំបួនខ្ទង់បញ្ចប់ដោយអក្សរ WA)។

សមាជិកម្នាក់ៗនៃគ្រួសាររបស់អ្នកដែលមានសិទ្ធិទទួលបាន Apple Health និងទទួលបានប័ណ្ណសេវាផ្ទាល់ខ្លួនរបស់គាត់ ឬនាង។ បុគ្គលម្នាក់ៗមានលេខអតិថិជន ProviderOne ខុសគ្នា ដែលស្ថិតនៅជាមួយគាត់ ឬនាងអស់មួយជីវិត។

យើងនឹងមិនផ្ញើប័ណ្ណថ្មីមួយទៅកាន់អ្នកតាមប្រៃសណីយ៍ឡើយ ប្រសិនបើអ្នកមានធានារ៉ាប់រង Apple Health កាលពីមុន ។ ប័ណ្ណចាស់របស់អ្នកនៅតែមានសុពលភាពដដែល ទោះបីជាមានគម្លាតក្នុងការធានារ៉ាប់រងក៏ដោយ។ លេខអតិថិជន ProviderOne របស់អ្នក នៅដដែល។

## ប្រសិនបើអ្នកមិនទទួលបានប័ណ្ណ ឬបាត់ប័ណ្ណរបស់អ្នក

ប្រសិនបើអ្នកមិនទទួលបានប័ណ្ណសេវារបស់អ្នកក្នុងរយៈពេលពីរសប្តាហ៍បន្ទាប់ពីបញ្ចប់ការចុះឈ្មោះ Apple Health របស់អ្នក បានដោយជោគជ័យហើយទេនោះ ឬប្រសិនបើអ្នកបាត់ប័ណ្ណ សូមហៅទូរស័ព្ទទៅកាន់សេវាអតិថិជនរបស់ Apple Health នៃអាជ្ញាធរថែទាំសុខភាព តាមរយៈលេខ 1-800-562-3022។



# ប័ណ្ណផែនការសុខភាពរបស់អ្នក

ពីរ ឬបីសញ្ញាចំនួនប្រាំពីរខ្ទង់ចេញពីរដ្ឋអាគ្នេយ៍ក្នុង **Apple Health** រួមរាល់ហើយ អ្នកនឹងទទួលបានប័ណ្ណសម្គាល់ខ្លួនមួយពី ផែនការថែទាំដែលស្ថិតក្រោម ការគ្រប់គ្រង។ ពួកគេនឹង ផ្តល់ការធានារ៉ាប់រងដល់សេវាសុខភាពអាកប្បកិរិយារបស់អ្នក និងផ្តល់ព័ត៌មានបន្ថែមអំពីរបៀបប្រើប្រាស់សេវាទាំងនេះ។ ចូររក្សាទុកប័ណ្ណនេះផងដែរ!

យកទាំងប័ណ្ណសេវា និងប័ណ្ណផែនការសុខភាពរបស់អ្នក ទៅជាមួយអ្នកផងដែរនៅពេលដែលអ្នកទៅជួបអ្នកផ្តល់ការថែទាំសុខភាពអាកប្បកិរិយា។ អ្នកក៏អាចត្រូវការរូបថតសម្គាល់ខ្លួនមួយសន្លឹកផងដែរ។

United Healthcare Community Plan  
Health Plan (80840) 911-87726-04  
Member ID: 000200069 Group Number: WAHLOP  
Member: NEW L ENGLISH  
State ID: 9999999496  
PCP Name: NE WASHINGTON HEALTH PROGRAMS  
PCP Phone: (509)258-4234  
Payer ID: 87726  
Optum Rx  
Rx Bin: 610494  
Rx GRP: ACUWA  
Rx PCN: 4600  
IMC - Apple Health  
Administered by UnitedHealthcare of Washington, Inc.

Wellpoint  
Effective Date:  
Date of Birth:  
Subscriber #: 123456789  
wellpoint.com/wa/medicaid  
Washington Apple Health \* Behavioral Health  
Wellpoint Washington, Inc.  
Member Name: JOHN Q SAMPLE  
Medicaid or CHIP ID Number:  
Primary Care Provider (PCP):  
PCP Telephone #:  
PCP Address:  
Clinic Group:  
Vision: 1-855-225-2640  
Member Services and Behavioral Health: 1-833-731-2167  
Crisis Hotline:  
24-hour Nurse HelpLine: 1-866-864-2544  
Pharmacy Member Services: 1-833-207-3121

coordinated care.  
Washington Apple Health  
RXBIN: 004335  
RXPCN: NCAIDADV  
RXGRP: RX5435  
NAME:  
MEDICAID ID#:  
MEMBER ID#:  
DOB:  
If you have an emergency, call 911 or go to the nearest emergency room (ER).  
Emergency services by a provider not in the plan's network will be covered without prior authorization. CoordinatedCareHealth.com  
© Coordinated Care of Washington, Inc.

MOLINA HEALTHCARE  
Washington Apple Health  
Member: John Doe  
Identification #: 12345678910  
Date of Birth: 01/01/1970  
Client ID: 987654321WA  
Program: IMC-AHA (Apple Health Adult)  
PCP Name: Mary Anderson, M.D.  
PCP Phone: (222) 333-4444  
PCP Location: 123 Anytown, WA 98765  
PCP Eff: 01/01/2022  
Auth: (800) 869-7165  
Member Services: (800) 869-7165  
Teladoc: (800) 835-2362 or  
Teladoc.com/MolinaWA  
MyDoc Group  
RXBIN: 000000  
RXPCN: 000000  
RXGRP: 000000  
MyMolina.com

COMMUNITY HEALTH PLAN of Washington  
The power of community  
Name John Sample  
Member ID 12345678  
Group IMC Apple Health – Family  
Region King County  
Clinic (PCP) Clinic XYZ  
Clinic Phone 555-555-5555  
Copay OV \$0 / ER \$0 RX \$0  
RXBin 003858 PCN A4 RXGroup CHWA  
State ID 2000000000WA  
EXPRESS SCRIPTS

## ព័ត៌មានទំនាក់ទំនង

អង្គការ	លេខទូរស័ព្ទ	គេហទំព័រ
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://uhccommunityplan.com">uhccommunityplan.com</a>
Wellpoint Washington (WLP)	1-833-731-2167	<a href="http://wellpoint.com/wa/medicaid">wellpoint.com/wa/medicaid</a>

ចំណាំ៖ មិនមែនផែនការទាំងអស់គឺអាចរកបាននៅក្នុងគ្រប់ខោនធី ឬកម្មវិធីទាំងអស់នោះទេ។



# ប្រសិនបើអ្នកត្រូវការសេវាសុខភាពអាកប្បកិរិយាមិនពេលដែលបណ្តុះបណ្តាលរបស់អ្នកមកដល់

ប្រសិនបើអ្នកត្រូវការទៅជួបអ្នកផ្តល់ការថែទាំសុខភាព អាកប្បកិរិយាណាម្នាក់មុនពេលដែលបណ្តុះបណ្តាលរបស់អ្នកមកដល់ ចូរយកលិខិតចុះឈ្មោះរបស់អ្នកទៅជាមួយអ្នក។ អ្នកអាចទៅជួបអ្នកផ្តល់ការថែទាំសុខភាពអាកប្បកិរិយាណាម្នាក់បាន ដរាបណាអ្នកផ្តល់ការថែទាំនោះស្ថិតនៅក្នុងបណ្តាញផែនការរបស់អ្នក (បានចុះកិច្ចសន្យាជាមួយផែនការសុខភាពរបស់អ្នក)។ ទាក់ទងផែនការសុខភាពរបស់អ្នកសម្រាប់បញ្ជីឈ្មោះ អ្នកផ្តល់ការថែទាំទាំងឡាយ។

អ្នកក៏អាចហៅទូរស័ព្ទទៅកាន់ផែនការសុខភាពអាកប្បកិរិយា របស់អ្នកដើម្បីទទួលបានជំនួយផងដែរ ទោះបីជាអ្នកមិនបានទទួលបណ្តុះបណ្តាលសេវា ឬបណ្តុះបណ្តាលផែនការសុខភាពរបស់អ្នកក៏ដោយ។

### ទាក់ទងលេខសេវាសមាជិកនៃផែនការសុខភាពរបស់អ្នកនៅពេលដែលអ្នក (ឬកូនរបស់អ្នក) ៖

- ត្រូវការស្វែងរកសេវាសុខភាពខ្លួនឯង។
- ត្រូវការស្វែងរកការព្យាបាលការប្រើប្រាស់សារធាតុញៀន
- មានបញ្ហាជាមួយផែនការរបស់អ្នក។
- មានបំណងផ្លាស់ប្តូរអ្នកផ្តល់ការថែទាំរបស់អ្នក។
- បាត់បណ្តុះបណ្តាលផែនការសុខភាពរបស់អ្នក និងមានបំណងទទួលបានបណ្តុះបណ្តាលផ្សេងទៀត។
- មានតម្រូវការការថែទាំសុខភាពអាកប្បកិរិយាពិសេស (ឬកូនរបស់អ្នកមាន)។

# សេវាផ្នែកវិបត្តិ

សេវាផ្នែកវិបត្តិ គឺជាសេវារយៈពេល 24ម៉ោងដែលមានបំណង ផ្តល់ភាពលឿនដល់អ្នក ប្រសិនបើអ្នកកំពុងមានវិបត្តិ ដែលត្រូវបានផ្តល់ជូននៅក្នុងទីតាំងដែលស្ថិតិសមសម្រាប់ការបំពេញតាមតម្រូវការរបស់អ្នកជាទីបំផុត។ អ្នកមិនចាំបាច់ទទួលយកការវាយតម្លៃសុខភាពខាងអាកប្បកិរិយាអ្នកដឹងមិនសម្រាកព្យាបាលនោះមន្ទីរពេទ្យសម្រាប់សេវាកម្មទាំងនេះទេ។

- ដើម្បីទទួលបានជំនួយភ្លាមៗ សូមហៅទូរស័ព្ទទៅកាន់លេខ 911 ឬធ្វើដំណើរទៅកាន់បន្ទប់សង្គ្រោះបន្ទាន់របស់ មន្ទីរពេទ្យដែលនៅជិតបំផុត។
- ហៅទូរស័ព្ទទៅ 988 សម្រាប់គ្រោះអាសន្នសុខភាពផ្លូវចិត្ត។ អ្នកមិនចាំបាច់ទទួលបានការ អនុញ្ញាតណាមួយសម្រាប់សេវាផ្នែកវិបត្តិឡើយ។
- ដើម្បីទទួលបានសេវាណែនាំអំពីខ្សែទូរស័ព្ទផ្នែកវិបត្តិនៅក្នុង រដ្ឋ សូមចូលទៅកាន់ ៖ [hca.wa.gov/mental-health-crisis-lines](http://hca.wa.gov/mental-health-crisis-lines)។
- ខ្សែទូរស័ព្ទជំនួយសម្រាប់ការដាស់ស្មើយ៉ាងរហ័សគោរ គឺជាខ្សែទូរស័ព្ទអន្តរជាតិផ្នែកវិបត្តិ និងការបញ្ជូនបន្ត រយៈពេល 24 ម៉ោង សម្រាប់អ្នកដែលកំពុងមានបញ្ហាធ្ងន់ធ្ងរពាក់ព័ន្ធនឹងសុខភាពខ្លួនឯង ការប្រើប្រាស់សារធាតុមិនត្រឹមត្រូវ និងបញ្ហាស្មារតីស្មើសង។ សូមហៅទូរស័ព្ទទៅកាន់លេខ 1-866-789-1511 (TTY 206-461-3219); អ៊ីមែល ៖ [recovery@crisisclinic.org](mailto:recovery@crisisclinic.org), ឬចូលទៅកាន់ [warecoveryhelpline.org](http://warecoveryhelpline.org) ។ មនុស្សវ័យដំបូងអាចទាក់ទងជាមួយមនុស្សវ័យដំបូងក្នុងអំឡុងម៉ោងជាក់លាក់ ៖ សូមហៅទូរស័ព្ទទៅកាន់ 1-866-833-6546 អ៊ីមែល ៖ 1-866-833-6546, អ៊ីមែល ៖ [teenlink@crisisclinic.org](mailto:teenlink@crisisclinic.org), ឬ ចូលទៅកាន់ [866teenlink.org](http://866teenlink.org)។
- សម្រាប់ខ្សែទូរស័ព្ទជីវិតដើម្បីទប់ស្កាត់ការសម្លាប់ខ្លួនកម្រិតជាតិ ៖ ហៅទូរស័ព្ទ ឬធ្វើសារទៅ 988 ឬ សូមហៅទូរស័ព្ទទៅកាន់លេខ 1-800-273-8255 (សម្រាប់អ្នកប្រើប្រាស់ TTY 1-800-799-4889)។



# តើសេវាណាខ្លះដែលអាចស្វែងរកបានពីផែនការសុខភាព អាចប្តូរកិរិយារបស់ខ្ញុំ?

អ្នកអាចទទួលបានការព្យាបាល និងសេវាជាច្រើនសម្រាប់ សុខភាពខ្លួនក្បាល និង ការប្រើប្រាស់សារធាតុញៀន មិនបានត្រឹមត្រូវ។ បញ្ហាខាងក្រោមពណ៌នាអំពីសេវាដែល ត្រូវបានធានារ៉ាប់រងដោយផែនការសុខភាពអាចប្តូរកិរិយារបស់អ្នក។ ប្រសិនបើអ្នកត្រូវការ សេវានានា ឬមានសំណួរណាមួយ សូមហៅទូរស័ព្ទទៅកាន់ផែនការរបស់អ្នក។ ពួកគេអាច ជួយអ្នក ក្នុងការសម្របសម្រួល និងស្វែងរកការថែទាំដែលអ្នកត្រូវការ។

## សេវាព្យាបាលភាពស្មុគស្មាញនៃការប្រើសារធាតុ

**ការវាយតម្លៃ** – “បទសម្ភាសន៍” ដោយអ្នកផ្តល់ការថែទាំ សុខភាពណាម្នាក់ ដើម្បីធ្វើសេចក្តីសម្រេចអំពីសេវានានាដែល អ្នកត្រូវការ។

**ការព្យាបាលដោយអន្តរាគមន៍ត្រួតស៊ី** – ពេលវេលា មានកំណត់ ដើម្បីកាត់បន្ថយ ការប្រើប្រាស់ដែលមានបញ្ហា។ អ្នកមិនត្រូវការការវាយតម្លៃការប្រើប្រាស់សារធាតុ ញៀនរបស់អ្នកដំបូងសម្រាកព្យាបាលនៅមន្ទីរពេទ្យមុនពេលសេវាកម្មនេះទេ។

**ការគ្រប់គ្រងការយកចេញ (ការយកសារធាតុចូលចេញ)** – ជួយដល់ការកាត់បន្ថយការ សេវាត្រៀមស្រវឹង ឬការប្រើប្រាស់ ថ្នាំផ្សេងទៀតទៅតាមពេលវេលា រហូតទាល់តែ មានសុវត្ថិភាព ក្នុងការឈប់ប្រើប្រាស់។ (ការព្យាបាលនេះមិនរួមបញ្ចូល ការព្យាបាល នៅមន្ទីរពេទ្យនោះទេ)។ អ្នកមិនត្រូវការការវាយតម្លៃការប្រើប្រាស់សារធាតុញៀន របស់អ្នកដំបូងសម្រាកព្យាបាលនៅមន្ទីរពេទ្យមុនពេលសេវាកម្មនេះទេ។

**ការព្យាបាលអ្នកដំបូងខាងក្រៅ** – វគ្គប្រឹក្សាយោបល់ជាមួយ បុគ្គល ឬក្រុមមនុស្ស នៅក្នុងសហគមន៍របស់អ្នក។

**ការព្យាបាលអ្នកដំបូងខាងក្រៅធន់មួរ** – វគ្គប្រឹក្សាយោបល់ ជាមួយបុគ្គល ឬក្រុម មនុស្សកាន់តែញឹកញាប់។

**ការព្យាបាលអ្នកដំបូងដែលស្នាក់នៅក្នុងមន្ទីរពេទ្យ** – កម្មវិធីគ្រប់គ្រងជួយនៃការប្រឹក្សា យោបល់ជាមួយបុគ្គល ឬការប្រឹក្សា យោបល់ជាក្រុម និងការអប់រំ ដែលត្រូវបានផ្តល់ជូន នៅក្នុង ទីតាំងដែលស្ថិតនៅក្រោមការត្រួតពិនិត្យ 24ម៉ោងក្នុងមួយថ្ងៃ។

**សេវាព្យាបាលជំនួសថ្នាំដែលមានសារធាតុអាក្រក់** – ផ្តល់ ការវាយតម្លៃ និងការព្យាបាល ដល់អ្នកដំបូងខាងក្រៅសម្រាប់ការ ពឹងផ្អែកលើថ្នាំដែលមានសារធាតុអាក្រក់។ រួមបញ្ចូល ទាំងការផ្តល់ឱសថ និងការប្រឹក្សាយោបល់ដែលត្រូវបានអនុម័តផងដែរ។

**ការគ្រប់គ្រងករណី** – ជួយស្វែងរកសេវាព្យាបាលដំបូង សេវាសង្គម សេវាអប់រំ និងសេវាផ្សេងទៀត។

**ការគ្រប់គ្រងករណី** – ជំនួយជាមួយការស្វែងរកសេវាវេជ្ជសាស្ត្រ សង្គម ការអប់រំ និងសេវាផ្សេងទៀត។



## សេវាសុខភាពខ្លួនក្បាលពី អាចរួមមាន ៖

**ការវាយតម្លៃសុខភាពផ្លូវចិត្តរបស់អ្នកដំបូងមិនសម្រាកព្យាបាលនៅមន្ទីរពេទ្យ** – សម្គាល់អំពី តម្រូវការ និងគោលដៅរបស់អ្នក និងជួយដល់អ្នកផ្តល់ការថែទាំសុខភាពខ្លួនក្បាលរបស់អ្នក ក្នុងការណែនាំសេវាផ្សេងៗ ទៀត និងរៀបចំផែនការព្យាបាល។

**សេវាព្យាបាលផ្ទាល់ខ្លួន** – ការប្រឹក្សាយោបល់ និង/ឬ សកម្មភាពផ្សេងៗទៀតដែលត្រូវបាន រៀបចំឡើងដើម្បីបំបាត់ តាមគោលដៅនៅក្នុងផែនការសេវារបស់អ្នក។

**ការគ្រប់គ្រងការផ្តល់ឱសថ** – បុគ្គលិកដែលមានអាជ្ញាប័ណ្ណ ចេញវេជ្ជបញ្ជាឱសថ និង វិធានប្រាប់អ្នកអំពី ផលប៉ះពាល់នានា។

**ការពិនិត្យការដានការផ្តល់ឱសថ** – សេវានានាដើម្បីត្រួតពិនិត្យថាតើការផ្តល់ឱសថជូនអ្នក ដំណើរការទៅយ៉ាងដូចម្តេច និងជួយដល់អ្នកក្នុងការទទួលបានទាន់ពេលវេលាបានត្រឹមត្រូវ។

**សេវាព្យាបាលជាក្រុម** – ការប្រឹក្សាយោបល់ជាមួយអ្នកដទៃទៀតដែលមានបញ្ហាប្រឈម ប្រហាក់ប្រហែលគ្នា។

**ការគាំទ្រចិត្តកិត្តិ** – ជួយដល់ការបង្ហាញផ្លូវដល់ប្រព័ន្ធសុខភាព ខ្លួនក្បាល និងឈានទៅកាន់ គោលដៅក្នុងការជាសះស្បើយ របស់អ្នក ដែលផ្តល់ជូនដោយបុគ្គលម្នាក់ៗដែលទទួលបាន ការរលក បណ្តាលណាម្នាក់ដែលកំពុងទទួលបានការជាសះស្បើយពីជំងឺ ខ្លួនក្បាល។

**អន្តរាគមន៍ និងការព្យាបាលត្រួតស៊ី** – ការប្រឹក្សាយោបល់ រយៈពេលខ្លីដោយផ្តោតលើបញ្ហា ជាក់លាក់ណាមួយ។

**ការព្យាបាលជាលក្ខណៈត្រួតស៊ី** – ការប្រឹក្សាយោបល់ដោយផ្តោតលើខាន់ចំពោះត្រួតស៊ី ដើម្បីជួយពង្រឹងទំនាក់ទំនងបានកាន់តែខ្លាំងក្លា និងដោះស្រាយបញ្ហា។

**ការព្យាបាលដែលមានប្រពលភាពខ្ពស់** – សេវានានាដែលត្រូវ បានផ្តល់ជូនដោយក្រុមអ្នកផ្តល់ ការថែទាំសុខភាពខ្លួនក្បាលមួយក្រុមដើម្បីជួយដល់អ្នកក្នុងការបំបាត់តាមគោលដៅនៅក្នុង ផែនការសេវារបស់អ្នក។

**ការអប់រំផ្លូវចិត្តអំពីវិធីព្យាបាល** – ការអប់រំអំពីជំងឺខ្លួនក្បាល ជម្រើសក្នុងការព្យាបាលជំងឺខ្លួនក្បាល ការផ្តល់ឱសថ និងការជាសះស្បើយ ដែលរួមបញ្ចូលទាំងការគាំទ្រ និង/ឬសេវាដែល ប្រកបដោយការគាំទ្រផងដែរ។

**ការគាំទ្រនៅពេលថ្ងៃ** – កម្មវិធីដែលមានភាពខ្លាំងក្លាក្នុងការរៀនសូត្រ ឬផ្តល់ជំនួយដោយ ជំនាញក្នុងការរស់នៅដោយឯករាជ្យ។

**ការវាយតម្លៃ និងការព្យាបាល/ការចូលសម្រាកពេទ្យក្នុងសហគមន៍** – ការថែទាំវិបត្តិអ្នកដំបូង សម្រាកព្យាបាលនៅមន្ទីរពេទ្យដែលចាំបាច់ខាងវេជ្ជសាស្ត្រ រួមទាំងការស្នាក់នៅមន្ទីរពេទ្យ ពេញមួយយប់ ឬយូរជាងនេះ ឬបរិយាកាសផ្សេងទៀតដើម្បីផ្តល់ជូនការថែទាំដ៏គ្រប់គ្រាន់ សម្រាប់ ការព្យាបាលខាងអាចប្តូរកិរិយា។ អ្នកមិនត្រូវការការវាយតម្លៃសុខភាពខាងអាចប្តូរកិរិយា អ្នកដំបូងមិនសម្រាកព្យាបាលនៅមន្ទីរពេទ្យមុនពេលសេវាកម្មនេះទេ។

**សេវាផ្តល់ភាពលំនឹង** – ត្រូវបានផ្តល់ជូននៅក្នុងផ្ទះ ឬទីតាំង ដែលមានលក្ខណៈដូចផ្ទះរបស់អ្នក ដើម្បីជួយទប់ស្កាត់ការស្នាក់នៅមន្ទីរពេទ្យ។ អ្នកមិនចាំបាច់ទទួលយកការវាយតម្លៃ អំពី ការប្រើប្រាស់សារធាតុនានារបស់អ្នកដំបូងខាងក្រៅ មុនពេលទទួលបានសេវានេះឡើយ។

**ការគ្រប់គ្រងករណីស្មារតីសម្បទា** – ការសម្របសម្រួលរវាង សេវាសុខភាពខ្លួនក្បាលរបស់អ្នក ដំបូងខាងក្នុង និងអ្នកដំបូងខាងក្រៅរបស់អ្នក។ ទទួលយកការវាយតម្លៃ អំពីការប្រើប្រាស់សារធាតុ នានារបស់អ្នកដំបូងខាងក្រៅ មុនពេលទទួលបានសេវានេះឡើយ។ នេះអាចជាផ្នែកមួយនៃការ វាយតម្លៃអំពីការប្រើប្រាស់សារធាតុនានារបស់អ្នកមុនពេលទទួលបានសេវានេះឡើយ។

**សេវាសុខភាពខ្លួនក្បាលដែលត្រូវបានផ្តល់ជូននៅក្នុងកន្លែងស្នាក់នៅ** – សេវានានាដែលត្រូវ បានផ្តល់ជូននៅកន្លែងដែលអ្នករស់នៅ ប្រសិនបើអ្នករស់នៅក្នុងទីកន្លែងជាក្រុមណាមួយ។

**ការវាយតម្លៃប្រជាជនពិសេស** – ជំនួយដល់ការរៀបចំផែនការព្យាបាលពីអ្នកដំបូងខាងក្នុងដែល ធ្វើការជាមួយកុមារ មនុស្សចាស់ បុគ្គលម្នាក់ៗដែលមកពីកន្លែងដែលមានសារធាតុផ្សេងៗទៀត។

**ការវាយតម្លៃផ្នែកចិត្តវិទ្យា** – ការធ្វើតេស្តដែលជួយដល់ការធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យ ការវាយតម្លៃ និងការរៀបចំផែនការព្យាបាល។

## អ្នកតស៊ូមតិសុខភាពអាកប្បកិរិយា

អ្នកតស៊ូមតិសុខភាពអាកប្បកិរិយាគឺជាអ្នកដែលអាចរកបានដើម្បីផ្តល់ជំនួយសម្ងាត់ និងឥតគិតថ្លៃដោះស្រាយកង្វល់ទាក់ទងនឹងសេវាសុខភាពអាកប្បកិរិយារបស់អ្នក។ ពួកគេអាចជួយប្រសិនបើអ្នកមានសារទុក្ខសុខភាពអាកប្បកិរិយា បណ្តឹង ឬសវនាការរដ្ឋបាលដើម្បីដោះស្រាយកង្វល់របស់អ្នក។ អ្នកតស៊ូមតិសុខភាពអាកប្បកិរិយាគឺជាអ្នកឯករាជ្យនៃផែនការសុខភាពរបស់អ្នក ឬអង្គការសេវារដ្ឋបាលសុខភាពអាកប្បកិរិយា (BH-ASO)។

ឈានទៅត្រួតប្រញាប់ទាំងអស់នៅលេខ 1-800-366-3103។ ឬអ៊ីមែលទៅការិយាល័យ អ្នកតស៊ូមតិសុខភាពអាកប្បកិរិយានៅ [info@obhadvocacy.org](mailto:info@obhadvocacy.org)

តំបន់	ខេត្ត	អ៊ីមែល	លេខទូរស័ព្ទ
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

## ប្រសិនបើអ្នកត្រូវការការថែទាំ

សុខភាពខ្លួនក្បាល	ហេតុអ្វីស្តីពីទោកាន់ផែនការសុខភាពអាកប្បកិរិយា ឬអ្នកផ្តល់សេវាសុខភាពខ្លួនរបស់អ្នក។
សេវាព្យាបាលបញ្ហាការប្រើប្រាស់សារធាតុញ្ជ័ន	ហេតុអ្វីស្តីពីទោកាន់ផែនការសុខភាពអាកប្បកិរិយា ឬអ្នកផ្តល់សេវាព្យាបាលការប្រើប្រាស់សារធាតុញ្ជ័ន
ការថែទាំក្រោយម៉ោងធ្វើការ	ហេតុអ្វីស្តីពីទោកាន់ខ្សែទូរស័ព្ទផ្តល់ជំនួយរបស់គិលានុប្បដ្ឋាក-យិកានៃផែនការសុខភាពអាកប្បកិរិយារបស់អ្នក 24ម៉ោងក្នុងមួយថ្ងៃ 7ថ្ងៃក្នុងមួយសប្តាហ៍។
វិបត្តិ	សូមចូលទៅកាន់ <a href="https://www.hca.wa.gov/mental-health-crisis-lines">hca.wa.gov/mental-health-crisis-lines</a>
ការថែទាំនៅត្រាអាសន្ន	ហេតុអ្វីស្តីពីទោកាន់លេខ 911 ឬធ្វើដំណើរទៅកាន់កន្លែង ដែលនៅជិតបំផុតដែលអ្នកផ្តល់ការថែទាំនៅត្រាអាសន្នអាចជួយបាន។ អ្នក ឬអ្នកណាម្នាក់ដែលអ្នកស្គាល់ត្រូវតែហៅទូរស័ព្ទ ទៅកាន់ផែនការសុខភាពអាកប្បកិរិយារបស់អ្នកបានឆាប់រហ័សបំផុតតាមដែលធ្វើបានដើម្បីរាយការណ៍អំពីត្រាអាសន្ន របស់អ្នក។ អ្នកអាចហៅទូរស័ព្ទ 24ម៉ោងក្នុងមួយថ្ងៃ ប្រាំពីរថ្ងៃក្នុងមួយសប្តាហ៍។
ការថែទាំពេលនៅឆ្ងាយពីផ្ទះ	ប្រសិនបើមិនមែនជាត្រាអាសន្នទេនោះ ហេតុអ្វីស្តីពីទោកាន់ អ្នកផ្តល់សេវាសុខភាពអាកប្បកិរិយា របស់អ្នក ឬខ្សែទូរស័ព្ទ ផ្តល់ជំនួយរបស់គិលានុប្បដ្ឋាក-យិកាដែលមាននៅលើប័ណ្ណសម្គាល់ផែនការរបស់អ្នក។

## ចុះនិយាយអំពីការថែទាំសុខភាពផ្លូវកាយរបស់ខ្ញុំវិញ?

ផែនការសុខភាពអាកប្បកិរិយារបស់អ្នកក៏អាចផ្តល់ធានារ៉ាប់រង ដល់សេវាសុខភាពខ្លួនក្បាល និងសេវានានាសម្រាប់វិបល្លាសនៃ ការប្រើប្រាស់សារធាតុ បានផងដែរ។ អ្នកអាចទទួលបានសេវា សុខភាពផ្លូវកាយ របស់អ្នកតាមវិធីមួយចំនួនផ្សេងទៀត ដូចជា ៖

- Medicare ឬធានារ៉ាប់រងសុខភាពឯកជន។
- ផែនការថែទាំសុខភាពដែលស្ថិតក្រោមការគ្រប់គ្រង Apple Health ជាពិសេសសម្រាប់កុមារដែលស្ថិតនៅក្នុងការថែទាំចិញ្ចឹម (ការថែទាំដែលមានការសម្របសម្រួលនៃរដ្ឋវ៉ាស៊ីនតោន)។
- កម្មវិធីគ្រប់គ្រងករណីការថែទាំចម្បង (PCCM)។ អតិថិជនរបស់ PCCM ទទួលបានការថែទាំសុខភាពផ្លូវកាយតាមរយៈមណ្ឌល សុខភាពឥណ្ឌា។
- ធានារ៉ាប់រងដោយគ្មានផែនការថែទាំដែលស្ថិតក្រោមការគ្រប់គ្រងរបស់ Apple Health

ជារួម ផែនការសុខភាពអាកប្បកិរិយា និងធានារ៉ាប់រងលើការ ថែទាំសុខភាពផ្លូវកាយរបស់អ្នកផ្តល់ការធានារ៉ាប់រងពេញមួយ ខ្លួនមនុស្ស (សេវាសុខភាពផ្លូវកាយសេវាសុខភាពខ្លួនក្បាល និងសេវាព្យាបាលបញ្ហាការប្រើប្រាស់សារធាតុញ្ជ័ន



# សេវាដែលអ្នកអាចត្រូវការដើម្បីមានលទ្ធភាពទទួលបានការថែទាំសុខភាព

## ប្រសិនបើអ្នកមានពិការភាពណាមួយ

ប្រសិនបើអ្នកមានពិការភាពនៃការនិយាយស្តី ឬការស្តាប់ឮ ឬមានបញ្ហាក្នុងការផ្លាស់ទីនោះ អ្នកគួរតែប្រាប់អ្នកទទួលខុសត្រូវ នៅពេលដែលអ្នកធ្វើការណាត់ជួបរបស់អ្នក។ អ្នកទទួលខុសត្រូវនឹងជួយដល់អ្នកចំពោះការរៀបចំដែលចាំបាច់ណាមួយ។

## អ្នកអាចត្រូវការអ្នកបកប្រែផ្ទាល់មាត់ម្នាក់

ប្រសិនបើភាសាអង់គ្លេសមិនមែនជាភាសាចំណូលចិត្តរបស់អ្នកទេ ឬអ្នកចង់ ពិការភ្នែក ឬពិបាកស្តាប់ ហើយត្រូវការអ្នកបកប្រែជំនាញអាចរកបានជាច្រើនភាសា រួមទាំងភាសាភាសាអារិកា ដោយមិនគិតថ្លៃអ្នក។ ពេលអ្នកធ្វើការណាត់ជួបការថែទាំសុខភាព ឱ្យអ្នកទទួលបានដឹងថា តើអ្នកត្រូវការអ្នកបកប្រែម្នាក់។ អ្នកបកប្រែភាសានិយាយ អាចទៅកាន់ការិយាល័យរបស់អ្នកផ្តល់សេវា តាមវីដេអូ ឬតាមទូរស័ព្ទ អំឡុងពេលណាត់ជួបរបស់អ្នក។ អ្នកបកប្រែភាសាសញ្ញា អាចទៅកាន់ការិយាល័យរបស់អ្នកផ្តល់សេវា ឬតាមវីដេអូ អំឡុងពេលណាត់ជួបរបស់អ្នក។

វាកាន់តែប្រសើរប្រសិនបើអ្នកប្រើអ្នកបកប្រែជំនាញមួយក្នុងចំណោមទាំងនេះជាជាន់រំសមាជិកគ្រួសារ ឬមិត្តភក្តិដើម្បីបកប្រែឱ្យអ្នក។ អ្នកបកប្រែត្រូវបានបណ្តុះបណ្តាលឱ្យយល់ដឹងពីលក្ខខណ្ឌថែទាំសុខភាព។ ពួកគេនឹងជួយអ្នក និងអ្នកផ្តល់សេវារបស់អ្នកយល់ដឹងពីគ្នា។ ស្វែងយល់បន្ថែមនៅ [hca.wa.gov/interpreter-services](http://hca.wa.gov/interpreter-services).

## អ្នកអាចទទួលបានជំនួយផ្នែកការដឹកជញ្ជូន

អ្នកអាចមានសិទ្ធិសម្រាប់ជំនួយជាមួយការដឹកជញ្ជូនទៅកាន់ការណាត់ជួបការថែទាំសុខភាពរបស់អ្នកដោយមិនគិតថ្លៃ។ ការណាត់ជួបត្រូវតែជាសេវាដែលគ្របដណ្តប់ដោយ Apple Health. ប្រភេទការដឹកជញ្ជូនទូទៅភាគច្រើនអាចរកបាន រួមមាន៖ រថយន្តក្រុងសាធារណៈ បំណុលសាំង សំណង់ចំណាយដល់អតិថិជន និងអ្នកស្ម័គ្រចិត្ត តាក់ស៊ី ស្ម័គ្រចិត្ត តាក់ស៊ី ឡានរទេះ រុញ រថយន្តដែលអាចដឹកបាន និងរថយន្តក្រុងពាណិជ្ជកម្ម និងខ្យល់។ បញ្ជីល្អប្រសើរណាមួយអាចរកបាននៅ [hca.wa.gov/transportation-help](http://hca.wa.gov/transportation-help).



# ព័ត៌មានសម្រាប់ជនជាតិឥណ្ឌាអាមេរិកាំង និងជនជាតិដើមអាឡាស្កា

ប្រសិនបើអ្នកជាជនជាតិឥណ្ឌាអាមេរិកាំង ឬជនជាតិដើមអាឡាស្កា អ្នកអាចទទួលបានសេវាថែទាំសុខភាពតាមរយៈ **បរិក្ខារសេវាសុខភាពឥណ្ឌា កម្មវិធីថែទាំសុខភាពកុមារសម្ព័ន្ធ ឬកម្មវិធីសុខភាពឥណ្ឌានៅក្រុង (UIHP)** ដូចជា ក្រុមប្រឹក្សាសុខភាពឥណ្ឌាស៊ិចស និងកម្មវិធីជនជាតិដើម Spokane។ អ្នកផ្តល់សេវានៅមណ្ឌលទាំងនេះដឹងពីរបៀប មតិយោបល់ និងតម្រូវការថែទាំសុខភាពរបស់អ្នក។

ពួកគេនឹងជួយអ្នករក្សាទុកថែទាំដែលអ្នកត្រូវការ ឬបញ្ជូនអ្នកទៅកាន់អ្នកឯកទេសផ្សេងៗ។ ពួកគេក៏អាចជួយអ្នកជាមួយការសេចក្តីចិត្តនានាដែលអ្នកត្រូវការធ្វើដំណើរត្រឡប់មកវិញសម្រាប់ថែទាំដែលមានការគ្រប់គ្រង (ដែលអាចជាផែនការសេវាសុខភាពខាងអាកប្បកិរិយាប៉ុណ្ណោះ [BHSO]) ឬការធានារ៉ាប់រង Apple Health ដែលគ្មានការថែទាំមានការគ្រប់គ្រង (ថ្លៃសម្រាប់សេវា Apple Health)។ បើអ្នកមានសំណួរផ្សេងៗអំពីការថែទាំសុខភាពរបស់អ្នក ឬធានារ៉ាប់រងថែទាំសុខភាពរបស់អ្នក ឬក្តីលក់កុលសម្ព័ន្ធ ឬ UIHP របស់អ្នកប្រហែលជាអាចជួយអ្នកបាន។



## ការគ្រប់គ្រងសំណុំរឿងថែទាំបឋម

មណ្ឌល HIS, កម្មវិធីថែទាំសុខភាពកុលសម្ព័ន្ធ និង UIHPs មួយចំនួនផ្តល់ជូនការគ្រប់គ្រងសំណុំរឿងថែទាំបឋម (PCCM) ប្រសិនបើអ្នកជ្រើសរើសការគ្រប់គ្រង Apple Health ដោយគ្មានផែនការថែទាំដែលមានការគ្រប់គ្រង។ PCCM គឺជាកម្មវិធី Apple Health ដែលគាំទ្រការគ្រប់គ្រង និងការសម្របសម្រួលនៃការថែទាំសុខភាពរបស់អ្នក រួមទាំងការបញ្ជូនអ្នកទៅអ្នកឯកទេស និងការចែករំលែកព័ត៌មានរវាងស្ថាប័ន និងសុខភាពជាមួយអ្នកឯកទេសនៅពេលចាំបាច់ សម្រាប់ការវាយតម្លៃ និងការព្យាបាល។ ប្រសិនបើអ្នកចាប់

អារម្មណ៍ក្នុងកម្មវិធី PCCM, អ្នកអាចស្នើសុំមណ្ឌលិះសិ របស់អ្នក កម្មវិធីសុខភាពកុលសម្ព័ន្ធ ឬ UIHP ប្រសិនបើពួកគេចូលរួមក្នុងកម្មវិធី PCCM និងប្រសិនបើអ្នកចុះឈ្មោះ។ អ្នកអាចចុះឈ្មោះ ឬលែងចុះឈ្មោះពីកម្មវិធី PCCM នៅពេលណាក៏បាន ប៉ុន្តែការចុះឈ្មោះ និងការលែងចុះឈ្មោះរបស់អ្នកនឹងមិនមានប្រសិទ្ធភាព រហូតដល់ខែបន្ទាប់ដែលអាចរកបាន។

## វិធីផ្សេងៗក្នុងការទទួលបានការថែទាំសុខភាព

HCA ផ្តល់ឱ្យជនជាតិឥណ្ឌាអាមេរិកាំង និងជនជាតិដើមអាឡាស្កានៅក្នុងរ៉ាស៊ីនគោរពនូវជម្រើសរវាងការថែទាំមានការគ្រប់គ្រង Apple Health និងធានារ៉ាប់រង Apple Health ដោយគ្មានការថែទាំមានការគ្រប់គ្រង។ HCA ធ្វើការនេះដើម្បីអនុវត្តតាមវិធានសហព័ន្ធ ក្នុងការស្តារលំនាំស្ថិតស្ថេរនៃប្រព័ន្ធផ្តល់ជូនការថែទាំសុខភាពជនជាតិឥណ្ឌា និងដើម្បីជួយធានាថា អ្នកមានការចូលប្រើទៅកាន់ការថែទាំសុខភាពសមស្របខាងវប្បធម៌។

- ក្នុងការធានារ៉ាប់រង Apple Health ដោយគ្មានផែនការថែទាំដែលបានគ្រប់គ្រង អ្នកអាចជ្រើសរើសអ្នកផ្តល់សេវាដែលចូលរួមក្នុងកម្មវិធីថែទាំក្នុងសេវាកម្ម Apple Health និងបច្ចុប្បន្នទទួលយកអ្នកជំងឺ។ អ្នកផ្តល់សេវាទាំងនេះត្រូវតែបំពេញតម្រូវការទាំងអស់នៃអាជ្ញាប័ណ្ណដែលចេញដោយរដ្ឋរបស់ពួកគេ ចូលទៅ <https://fortress.wa.gov/hca/p1findaprovider>.

ជម្រើសនេះអាចមានន័យ បើការថែទាំរបស់អ្នកគឺកំពុងត្រូវបានគ្រប់គ្រងរួចហើយ ដូចជាដោយកម្មវិធីសុខភាពកុលសម្ព័ន្ធ ឬ UIHP។

- ជាមួយការថែទាំដែលមានការគ្រប់គ្រង Apple Health ការថែទាំសុខភាពរបស់អ្នកក៏ត្រូវបានគ្រប់គ្រងដោយ អង្គការថែទាំដែលបានគ្រប់គ្រងមួយ (MCO)។ នេះមានន័យថា MCO បម្រើជាចំនុចទំនាក់ទំនងទោលរបស់អ្នក ដើម្បីទទួលសេវាកម្មនានា និងជួយសម្របសម្រួលការថែទាំរបស់អ្នក។

ជម្រើសនេះអាចមានន័យ បើអ្នកមិនមានធនាគារកំពុងគ្រប់គ្រងការថែទាំរបស់អ្នក។

អ្នកអាចផ្លាស់ប្តូរការជ្រើសរើស(នានា)របស់អ្នកនៅពេលណាក៏បាន ប៉ុន្តែការផ្លាស់ប្តូរនោះនឹងមិនមានប្រសិទ្ធភាព រហូតទាល់ខែដែលមានបន្ទាប់។ បើអ្នកត្រូវបានភ្ជាប់ទំនាក់ទំនង ឬធ្វើជាដៃគូជាមួយជំនួយការកុលសម្ព័ន្ធ តាមរយៈបរិក្ខារ IHS កម្មវិធីសុខភាព ឬ UIHP ពួកគេអាចជួយអ្នកធ្វើការសម្រេចចិត្តរបស់អ្នកបាន។ អ្នកក៏អាចទាក់ទងអាជ្ញាធរថែទាំសុខភាពបានផងដែរតាមលេខ 1-800-562-3022 ដើម្បីពួកយើងដឹងពីជម្រើស(នានា)របស់អ្នក រួមទាំងការផ្លាស់ប្តូរទាំងឡាយដែលអ្នកចង់ធ្វើ និងដើម្បីសួរសំណួរនានា។

# សិទ្ធិ និងទំនួលខុសត្រូវរបស់អ្នក

តាមច្បាប់ អ្នកមានសិទ្ធិនានាពាក់ព័ន្ធនឹងសេវាថែទាំសុខភាព ដែលអ្នកទទួលបាន ហើយអ្នកក៏មានទំនួលខុសត្រូវមួយចំនួនក្នុង ការជួយថែរក្សា និងធ្វើសុខភាពរបស់អ្នកមានភាពប្រសើរឡើង និងជៀសវាងសោហ៊ុយដែលមិនចាំបាច់ផងដែរ។

## អ្នកមានសិទ្ធិ៖

- ជួយធ្វើការសម្រេចចិត្តអំពីការថែទាំសុខភាពរបស់អ្នក ដែលរួម បញ្ចូលទាំងការបដិសេធចំពោះការព្យាបាលផងដែរ។
- ទទួលបានព័ត៌មានស្តីពីរាល់ជម្រើសនៃការព្យាបាលដែលអាច ស្វែងរកបានទាំងអស់ ដោយមិនគិតពីសោហ៊ុយ។
- ទទួលបានគំនិតទិញពីអ្នកផ្តល់ការថែទាំម្នាក់ផ្សេងទៀតដែលស្ថិត នៅក្នុងដែនការសុខភាពរបស់អ្នក។
- ទទួលបានសេវានានាដោយមិនចាំបាច់រង់ចាំយូរ។
- ត្រូវបានគេប្រព្រឹត្តិចំពោះអ្នកដោយសេចក្តីគោរព និងសេចក្តី ថ្លៃថ្នូរ។ ការរើសអើងមិនត្រូវបានអនុញ្ញាតទេកើតឡើងឡើយ។ ពុំ មានអ្នកណាម្នាក់អាចត្រូវបានគេប្រព្រឹត្តិចំពោះខ្លួនខុសពីអ្នកដទៃ ឬដោយមិនស្មើភាពគ្នា ដោយសារជាតិសាសន៍ ពណ៌សម្បុរ សញ្ជាតិ យេនឌ័រ សេចក្តីពេញចិត្តផ្នែកផ្លូវភេទ អាយុ សាសនា ជំនឿ ឬពិការភាពនោះទេ។
- និយាយដោយសេរីអំពីការថែទាំសុខភាពរបស់អ្នក និងកង្វល់ នានាដោយពុំមានលទ្ធផល អាក្រក់ណាមួយឡើយ។
- ទទួលបានការការពារឯកជនភាពរបស់អ្នក ហើយព័ត៌មានអំពី ការថែទាំរបស់អ្នកត្រូវបានរក្សាការសម្ងាត់។
- ស្នើសុំ និងទទួលបានសំណើចម្លងនៃកំណត់ត្រាជំងឺរបស់អ្នក។
- ស្នើសុំ និងទទួលបានការកែតម្រូវនានាចំពោះកំណត់ត្រាជំងឺ របស់អ្នកនៅពេលដែលត្រូវការ។
- ស្នើសុំ និងទទួលបានព័ត៌មានស្តីពី ៖
  - » ការថែទាំសុខភាពរបស់អ្នក និងសេវានានាដែលទទួលបានការធានារ៉ាប់រង។
  - » វេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នក និងរបៀបបញ្ជូនអ្នកជំងឺទៅកាន់អ្នកជំនាញ និងអ្នកផ្តល់ការថែទាំផ្សេងទៀត។
  - » របៀបដែលដែនការសុខភាពទូទាត់ប្រាក់ជូនអ្នកផ្តល់ការថែទាំ របស់អ្នកសម្រាប់ការថែទាំជំងឺរបស់អ្នក។
  - » រាល់ជម្រើសទាំងអស់សម្រាប់ការថែទាំ និងមូលហេតុដែលអ្នក កំពុងទទួលបានការថែទាំក្នុងប្រភេទមួយចំនួន។
  - » របៀបទទួលបានជំនួយក្នុងការដាក់បណ្តឹងសារទុក្ខ ឬ ពាក្យបណ្តឹងអំពីការថែទាំរបស់អ្នក។
  - » រចនាសម្ព័ន្ធគ្រប់គ្រងដែនការសុខភាពរបស់អ្នក ដែលរួមបញ្ចូល ទាំងគោលនយោបាយ និងនីតិវិធីនានា គោលការណ៍ណែនាំ អំពីការអនុវត្ត និងរបៀបណែនាំអំពីការផ្លាស់ប្តូរនានា។
- ទទួលបានសិទ្ធិ និងទំនួលខុសត្រូវរបស់សមាជិកជាលាយលក្ខណ៍អក្សរយ៉ាងហោចណាស់ ជាម្តងរាល់ឆ្នាំ។ សិទ្ធិរបស់អ្នក រួមមានសេវាសុខភាពខ្លួនរក្សាល និងសេវាព្យាបាលការប្រើប្រាស់ ថ្នាំ និងការសេវាសុខភាពផ្សេងៗ។
- ទទួលបានបញ្ជីលេខទូរស័ព្ទសម្រាប់ហៅចេញនៅពេលមានវិបត្តិ។
- ទទួលបានជំនួយក្នុងការចំពេញទម្រង់បែបបទណែនាំជាមុនអំពី សុខភាពខ្លួនរក្សាល ឬការព្យាបាលជំងឺ។

## បំណុលសេវារបស់អ្នក

- ជួយធ្វើការសម្រេចចិត្តអំពីការថែទាំសុខភាពខ្លួនរក្សាល និងសេវាព្យាបាលការប្រើប្រាស់ថ្នាំ និងការសេវាសុខភាពផ្សេងៗ របស់អ្នក ដែលរួមបញ្ចូលទាំងការបដិសេធចំពោះ ការព្យាបាលផងដែរ។
- បន្តធ្វើការណាត់ជួបនានា និងគោរពពេលវេលា។ ហៅទូរស័ព្ទ ទៅកាន់ការិយាល័យអ្នកផ្តល់ការថែទាំរបស់អ្នក ប្រសិនបើអ្នកនឹងមានភាពយឺតយ៉ាវ ឬប្រសិនបើអ្នកត្រូវលុបចោលការណាត់។
- ផ្តល់ជូនអ្នកផ្តល់ការថែទាំរបស់អ្នកនូវព័ត៌មានដែលពួកគេត្រូវការ ដើម្បីទទួលបានការទូទាត់ប្រាក់សម្រាប់ការផ្តល់សេវាជូនអ្នក។
- បង្ហាញសេចក្តីគោរពចំពោះអ្នកផ្តល់ការថែទាំរបស់អ្នកដូចគ្នានឹង សេចក្តីគោរពដែលអ្នកចង់បានពីពួកគេដែរ។
- នាំយកបំណុលសេវា និងបំណុលសម្គាល់ដែនការសុខភាពរបស់អ្នក ទៅជាមួយអ្នកនៅរៀងរាល់ពេលនៃការណាត់ជួបរបស់អ្នក។
- រៀនសូត្រអំពីដែនការសុខភាពរបស់អ្នក និងសេវាអ្វីខ្លះដែល ទទួលបានការធានារ៉ាប់រង។
- ប្រើប្រាស់សេវាថែទាំសុខភាពនានានៅពេលដែលអ្នកត្រូវការ សេវាទាំងនោះ។
- ដឹងអំពីបញ្ហាសុខភាពរបស់អ្នក និងចូលរួមនៅក្នុងការបង្កើត គោលដៅនៃការព្យាបាលដែលបានព្រមព្រៀងគ្នាបានច្រើនបំផុតតាមដែលអាចធ្វើបាន។
- ផ្តល់ជូនអ្នកផ្តល់ការថែទាំ និងដែនការសុខភាពរបស់អ្នកនូវ ព័ត៌មានពេញលេញអំពីសុខភាពរបស់អ្នក ធ្វើដូច្នោះអ្នកអាចទទួលបានការថែទាំដែលអ្នកត្រូវការ។
- អនុវត្តតាមសេចក្តីណែនាំរបស់អ្នកផ្តល់ការថែទាំរបស់អ្នកចំពោះការថែទាំដែលអ្នកបានយល់ព្រម។
- ប្រើប្រាស់សេវាថែទាំសុខភាពបានសមស្រប។
- ជូនដំណឹងដល់យើងខ្ញុំភ្លាមៗ ប្រសិនបើទីបំបៅនៃគ្រួសាររបស់អ្នក មានការប្រែប្រួល (ដូចជាការមានផ្ទៃពោះ ការចាប់កំណើត ការទទួលបានចិញ្ចឹមនានា) ឬកាលៈទេសៈរបស់អ្នកមានការប្រែប្រួល (ដូចជាអាសយដ្ឋានថ្មី ការប្រែប្រួលនៃប្រាក់ចំណូល ឬការងារ មានសិទ្ធិទទួលបាន Medicare ឬធានារ៉ាប់រងផ្សេងទៀត។
- បន្តសុពលភាពនៃការធានារ៉ាប់រងរបស់អ្នកជារៀងរាល់ឆ្នាំ ដោយប្រើប្រាស់វេបសាយគំរូរបស់ Healthplanfinder តាមរយៈ [wahealthplanfinder.org](http://wahealthplanfinder.org)។ អ្នកក៏អាច ប្រើប្រាស់វេបសាយគំរូនេះដើម្បីរាយការណ៍អំពីការកែប្រែគណនី របស់អ្នកផងដែរ។ប្រសិនបើអ្នកប្រើប្រាស់ ការិយាល័យសេវា សហគមន៍ (CSO) ចូរចងចាំថាអ្នកត្រូវចំពេញពាក្យស្នើសុំសិទ្ធិ ប្រើប្រាស់តាមសំបុត្រ ឬតាមប្រព័ន្ធអ៊ីនធឺណិតតាមរយៈ Washington Connection [washingtonconnection.org](http://washingtonconnection.org)។

## ប្រសិនបើអ្នកមិនសប្បាយចិត្តចំពោះផែនការសុខភាពរបស់អ្នក

អ្នក ឬគំណាងមានការអនុញ្ញាតរបស់អ្នកមានសិទ្ធិដាក់បណ្តឹង សារទុក្ខ។ បណ្តឹងសារទុក្ខ គឺជាពាក្យបណ្តឹងដោយពាក្យសម្តី ឬ ជាលាយលក្ខណ៍អក្សរដែលពាក់ព័ន្ធនឹងគុណភាពនៃ ការថែទាំ របស់អ្នក ឬរបៀបដែលវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នក ឬផែនការសុខភាព របស់អ្នក ប្រព្រឹត្តិចំពោះអ្នក។ នៅពេលដែលបណ្តឹងសារទុក្ខត្រូវបានដាក់ ៖

- ផែនការសុខភាពរបស់អ្នកត្រូវតែជូនដំណឹងដល់អ្នកតាមរយៈ ទូរស័ព្ទ ឬលិខិតក្នុងរយៈ ពេលពីរថ្ងៃអាជីវកម្មថា ផែនការសុខភាព នោះបានទទួលបណ្តឹងសារទុក្ខរបស់អ្នក។
- កង្វល់របស់អ្នកត្រូវតែបានដោះស្រាយយ៉ាងឆាប់រហ័សបំផុតតាម ដែលអាចធ្វើទៅបាន និងមិនលើសពី 45 ថ្ងៃតាមប្រតិទិនឡើយ។

ផែនការសុខភាពរបស់អ្នកត្រូវតែជួយអ្នកក្នុងការដាក់បណ្តឹងសារទុក្ខ។

## ប្រសិនបើអ្នកមិនរីករាយចំពោះសេចក្តីសម្រេចណាមួយ ដែល ត្រូវបានធ្វើឡើងដោយផែនការសុខភាពរបស់អ្នក

អ្នក ឬគំណាងមានការអនុញ្ញាតរបស់អ្នកមានសិទ្ធិដាក់បណ្តឹងតវ៉ា ដោយផ្ទាល់មាត់ ឬជាលាយ លក្ខណ៍អក្សរ ក្នុងពេលហុកសិប (60) ថ្ងៃតាមប្រតិទិន។ បណ្តឹងតវ៉ា គឺជាពាក្យបណ្តឹងមួយប្រេ ភទដែលអ្នកធ្វើឡើងនៅ ពេលដែលអ្នកមានចំណង់ផែនការសុខភាពរបស់អ្នកត្រូវបានធ្វើឡើង ឡើងវិញលើសេចក្តីសម្រេចណាមួយដែលពួកគេបានធ្វើឡើង ចំពោះការធានារ៉ាប់រង ឬ ការទូទាត់ប្រាក់សម្រាប់សេវាដែល ទទួលបានធានារ៉ាប់រងណាមួយ ៖

- ផែនការរបស់អ្នកនឹងជូនដំណឹងដល់អ្នកជាលាយលក្ខណ៍អក្សរអំពីសេចក្តីសម្រេចរបស់ពួកគេ។ ប្រសិនបើអ្នកមានចំណង់ដាក់ បណ្តឹងតវ៉ាចំពោះសេចក្តីសម្រេចរបស់ពួកគេ ផែនការសុខភាព នឹងរួមបញ្ចូលឯកសារនានាស្តីពីរបៀបដាក់បណ្តឹងតវ៉ា។
- ផែនការសុខភាពរបស់អ្នកត្រូវតែជូនដំណឹងដល់អ្នកជាលាយ លក្ខណ៍អក្សរក្នុងរយៈ ពេល 5 ថ្ងៃ តាមប្រតិទិន ថាផែនការសុខភាពនោះ បានទទួលបណ្តឹងតវ៉ារបស់អ្នក។
- កង្វល់របស់អ្នកត្រូវតែបានដោះស្រាយយ៉ាងឆាប់រហ័សបំផុតតាម ដែលអាចធ្វើទៅបាន និងមិនលើសពី 28 ថ្ងៃប្រតិទិនឡើយ។

ផែនការសុខភាពរបស់អ្នកត្រូវតែផ្តល់ជូនអ្នកនូវសេចក្តីជូនដំណឹង ជាលាយលក្ខណ៍ អក្សរអំពីសេចក្តីសម្រេចរបស់ពួកគេ និងជួយអ្នកក្នុងការដាក់បណ្តឹងតវ៉ា។

## កំណត់សម្គាល់អំពីឯកជនភាព

ប័ណ្ណសេវារបស់អ្នកមិនមានផ្ទុកព័ត៌មានផ្ទាល់ខ្លួនណាមួយនោះ ទេ លើកលែងតែឈ្មោះ របស់អ្នក, លេខ ProviderOne របស់ អ្នក និងកាលបរិច្ឆេទចេញ។ ប័ណ្ណនេះនឹងថែរក្សា ឯកជនភាព របស់អ្នក ប្រសិនបើប័ណ្ណនេះបានបាត់ ឬត្រូវបានគេលួចយក ទេ។ អាជ្ញាធរថែទាំ សុខភាព (HCA), អ្នកគ្រប់គ្រង Apple Health និងផែនការសុខភាពរបស់អ្នក និងមិន ទាក់ទងអ្នក ដោយផ្ទាល់ដើម្បីស្នើសុំព័ត៌មានផ្ទាល់ខ្លួនរបស់អ្នក ដើម្បីទទួល បាន ឬផ្លាស់ប្តូរ ប័ណ្ណសេវាថ្មីមួយឡើយ។ ចូរកុំផ្តល់ព័ត៌មាន ផ្ទាល់ខ្លួនរបស់អ្នក ដូចជាលេខសន្តិសុខសង្គម ជាដើម ទៅឲ្យ អ្នកណាម្នាក់ដែលហៅទូរស័ព្ទ ឬផ្ញើអ៊ីមែលទៅកាន់អ្នកដើម្បី ស្នើសុំវាឡើយ។



រាល់ផែនការសុខភាពទាំងអស់ត្រូវបានតម្រូវដោយច្បាប់ថា ការពារព័ត៌មានសុខភាពរបស់អ្នក។ ផែនការសុខភាពនានា និង HCA ប្រើប្រាស់ និងចែករំលែកព័ត៌មានសុខភាពដែលត្រូវបាន ការពារអំពីអ្នក ដើម្បីផ្តល់ជូននូវផលប្រយោជន៍សុខភាព អាចប្តូរការិយាល័យរបស់អ្នក ដើម្បីធ្វើការ ព្យាបាល ធ្វើការទូទាត់ប្រាក់ និងធ្វើប្រតិបត្តិការថែទាំសុខភាព និងដើម្បីមូលហេតុផ្សេងទៀត ដែលត្រូវបានអនុញ្ញាត និងត្រូវបានតម្រូវដោយច្បាប់។ ផែនការ សុខភាព និង HCA មានភារកិច្ចរក្សាឯកជនភាពនៃព័ត៌មានអំពី សុខភាពរបស់អ្នក។

ដើម្បីអានគោលនយោបាយស្តីពីឯកជនភាពរបស់ HCA សូម ចូលទៅកាន់ [hca.wa.gov](http://hca.wa.gov) និងចុចលើ ឯកជនភាព នៅផ្នែកខាងក្រោមនៃទំព័រ នោះ។ ប្រសិនបើអ្នកចង់អានគោលនយោបាយស្តីពីឯកជនភាព នៃផែនការសុខភាព របស់អ្នក សូមហៅទូរស័ព្ទទៅកាន់សេវាសមាជិកនៃផែនការសុខភាពរបស់អ្នក ឬចូលទៅកាន់ វេបសាយគំរប់ផែនការនោះ។



## កន្លែងទទួលបានចម្លើយចំពោះសំណួរនានារបស់អ្នក

ប្រសិនបើអ្នកមានសំណួរណាមួយអំពី	ធនធាន
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ធានារ៉ាប់រង Washington Apple Health (Medicaid) របស់អ្នក</li> </ul>	អនឡាញ៖ <a href="https://hca.wa.gov/apple-health">hca.wa.gov/apple-health</a>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ផ្ទាល់ប្តូរផែនការសុខភាព</li> <li>• សិទ្ធិទទួលបានសេវាសុខភាពអាកប្បកិរិយា</li> <li>• ប័ណ្ណសេវា</li> <li>• របៀបទទួលបានសេវាប្រសិនបើអ្នកផ្ទាល់ប្តូរទីលំនៅទៅកាន់ខោនធីមួយផ្សេងទៀត</li> </ul>	សេវាអតិថិជនរបស់ Apple Health តាមរយៈលេខ 1-800-562-3022 ឬផ្ញើសំណួររបស់អ្នកទៅកាន់ <a href="https://fortress.wa.gov/hca/p1contactus/">https://fortress.wa.gov/hca/p1contactus/</a>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ធ្វើសវីសអ្នកផ្តល់សេវាសុខភាពអាកប្បកិរិយា</li> <li>• សេវាដែលទទួលបានការធានារ៉ាប់រង</li> <li>• យោងដល់សេវាសុខភាពអាកប្បកិរិយា</li> <li>• កាតកម្រោងសុខភាព</li> </ul>	ផែនការសុខភាពអាកប្បកិរិយារបស់អ្នក លេខទូរស័ព្ទផែនការសុខភាពរបស់អ្នកត្រូវបានរៀបរាប់នៅខាងក្រោម “ផែនការសុខភាពរបស់អ្នក” នៅទំព័រទី 7។
ការកែប្រែចំពោះគណនីរបស់អ្នក ដូចជា ៖ ប្រាក់ចំណូល ស្ថានភាពគ្រួសារ ការមានផ្ទៃពោះ ការចាប់កំណើត ឬការទទួលបានចិញ្ចឹមនានា។	ធានារ៉ាប់រងសម្រាប់កុមារ មនុស្សពេញវ័យ ស្ត្រីមានផ្ទៃពោះ ឪពុកម្តាយ/អ្នកថែទាំ៖ <a href="https://wahealthplanfinder.org">wahealthplanfinder.org</a> ឬទូរស័ព្ទទៅលេខ 1-855-923-4633  (TRS: 711) ធានារ៉ាប់រងសម្រាប់មនុស្សចាស់ ខ្វាក់ ពិការភាព ឬត្រូវការសេវា និងការគាំទ្ររយៈពេលវែង៖ <a href="https://washingtonconnection.org">washingtonconnection.org</a> ឬទូរស័ព្ទទៅលេខ 1-877-501-2233 (TRS: 711)

HCA ប្តេជ្ញាចិត្តផ្តល់ការទទួលបានសេវារបស់យើងស្មើគ្នា។ ប្រសិនបើអ្នកត្រូវការទិន្នន័យស្នាក់នៅ ឬត្រូវការឯកសារនានា នៅក្នុងទម្រង់ ឬភាសាណាមួយផ្សេងទៀត សូមហៅទូរស័ព្ទទៅកាន់លេខ 1-800-562-3022 (TRS: 711)។

Washington State  
Health Care Authority

P.O. Box 42719  
Olympia, WA 98504-2719  
HCA 19-049 CA (12/24) Cambodian