



WashingtonApple Health

ਲੇਪਾਲਕ ਸੰਭਾਲ ਵਿਚਲੇ ਬੱਚਿਆਂ

ਜਾਂ ਬੱਚਾ ਗੇਮ ਲੈਣ ਵਿਚ ਸਹਾਇਤਾ ਜਾਂ ਸਾਬਕਾ ਲੇਪਾਲਕ ਸੰਭਾਲ ਵਾਲੇ ਨੌਜੁਆਨ ਲਈ



[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 အခမဲ့ရရှိနိုင်ပါသည်။ 1-800-562-3022 (TRS: 711) ကိုဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။

[Cambodian] សេវាជំនួយភាសា រួមមានទាំងអ្នកបកប្រែផ្ទាល់មាត់ និង ការបកប្រែឯកសារបោះពុម្ព គឺអាចរកបានដោយឥតគិតថ្លៃ។ ហៅទូរស័ព្ទទេវៈលេខ 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, ລວມທັງມາຍແປພາສາ ແລະ ການແປເອກສານຕີພິມ, ມີໄວ້ໃຫ້ຟຣີໂດຍບໍລິເວນ. ໂທຫາເລກ 1-800-562-3022 (TRS: 711).

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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



ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਪੁਸਤਿਕਾ ਵਿਚ ਕੀ ਮਿਲੇਗਾ।

Washington Apple Health ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡਾ ਸੁਆਗਤ ਹੈ	5
ਐੱਪਲ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ	5
ਤੁਹਾਡਾ ਸੇਵਾ ਕਾਰਡ	6
ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ (ਮੁਢਲੀ ਦੇਖਭਾਲ)	7
ਵਿਹਾਰ ਸਬੰਧੀ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ	8
ਅਮਰੀਕਨ ਇੰਡੀਅਨ ਅਤੇ ਅਲਾਸਕਾ ਮੂਲ ਦੇ ਲੋਕ	11
ਵਿਹਾਰ ਸਬੰਧੀ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ	13
ਸੇਵਾਵਾਂ, ਜਿਹਨਾਂ ਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਲਈ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ	14
ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਕ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ	15
ਸਾਡੇ/ਸਰੋਤ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ	16

ਲੇਪਾਲਕ ਸੰਭਾਲ ਅਤੇ ਬੱਚਾ ਗੇਟ ਲੈਣ ਵਿਚ ਸਹਾਇਤਾ (FCAS)

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਸੁਆਲ ਹਨ, ਤਾਂ ਇਸ ਪੁਸਤਿਕਾ ਵਿੱਚੋਂ ਜਵਾਬ ਨਹੀਂ ਮਿਲਣੇ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਲੇਪਾਲਕ ਸੰਭਾਲ ਅਤੇ ਬੱਚਾ ਗੇਟ ਲੈਣ ਵਿਚ ਸਹਾਇਤਾ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ।

1-800-562-3022 ਡਾਇਲ ਕਰਕੇ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ

ਰਿਕਾਰਡ ਕੀਤੇ ਹੋਏ ਸੁਨੇਹੇ ਵਿਚ ਕਿਹਾ ਜਾਏਗਾ, "This call may be monitored or recorded for quality purposes Thank you for calling the Health Care Authority Washington's Apple Health Medicaid..."

1 ਦੱਬੋ

ਅਗਲੇ ਰਿਕਾਰਡ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸੁਨੇਹੇ ਵਿਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਵਾਜ਼ ਆਏਗੀ, "If you have an extension number, press 1 now..."

1 ਦੱਬੋ

ਐਕਸਟੈਂਸ਼ਨ ਨੰਬਰ 15480 ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਵਾਜ਼ ਆਏਗੀ, "Your call is being transferred to an agent, please hold."

ਇਸ ਪੁਸਤਿਕਾ ਬਾਰੇ ਦਾਅਵਾ-ਤਿਆਗ:

ਇਹ ਪੁਸਤਿਕਾ ਤੁਹਾਨੂੰ, ਤੁਹਾਡੇ ਲਾਭਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਕਾਂ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਰਾਹੀਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਿਵੇਂ ਬਾਰੇ ਵੇਰਵਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਧਿਆਨ ਦਿਓ ਕਿ ਇਹ ਪੁਸਤਿਕਾ ਕੋਈ ਕਾਨੂੰਨੀ ਹੱਕ ਜਾਂ ਹੱਕਦਾਰੀਆਂ ਨਹੀਂ ਬਣਾਉਂਦੀ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਪੁਸਤਿਕਾ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਨਹੀਂ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ Apple Health Foster Care (AHFC) ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਾ ਤੁਹਾਡਾ ਇਕੋ-ਇੱਕ ਸ੍ਰੋਤ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਅਥਾਰਿਟੀ ਦੀ ਵੈਬਸਾਈਟ hca.wa.gov/about-hca/rulemaking 'ਤੇ ਕਾਨੂੰਨ ਅਤੇ ਨੇਮਾਂ ਬਾਰੇ ਪੰਨੇ ਵੇਖਕੇ AHFC ਬਾਰੇ ਵੇਰਵੇ ਵਾਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।

Washington Apple Health ਵਿਚ ਸੁਆਗਤ ਹੈ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਪੁਸਤਿਕਾ ਮਿਲ ਰਹੀ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਸੀਂ ਹੁਣੇ ਜਿਹੇ Apple Health Foster Care (AHFC) ਵਿਚ ਨਾਂ ਦਰਜ ਕਰਾਇਆ ਹੈ, ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਕਵਰੇਜ ਉਪਲਬਧ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਲੇਪਾਲਕ ਸੰਭਾਲ ਵਿਚ ਹਨ ਜਾਂ ਬੱਚਾ ਗੇਟ ਲੈਣ ਸਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਬਕਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀ (ਸਾਬਕਾ ਲੇਪਾਲਕ ਸੰਭਾਲ ਯੂਥ) ਹੈ।*

ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ ਸਟੇਟ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਅਥਾਰਟੀ (HCA) Apple Health ਨੂੰ ਚਲਾਉਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਵਿਚ AHFC ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਵਰੇਜ ਦੇਣ ਲਈ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਨਾਲ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਤੁਹਾਨੂੰ, ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਤੋਂ ਇੱਕ ਮੈਡੀਕਲ ਲਾਭ ਹੱਥ-ਪੁਸਤਿਕਾ ਮਿਲੇਗੀ। ਇਹ ਘੇਰੇ ਹੇਠ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਾਭਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਵੇਰਵੇ ਦਏਗੀ।

ਬਿਹਤਰ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਸਾਡੀ ਵਚਨਬੱਧਤਾ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ, ਐਪਲ ਹੈਲਥ ਫੋਸਟਰ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਵਿਹਾਰ ਸੰਬੰਧੀ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸਨੂੰ ਪ੍ਰਬੰਧਿਤ ਦੇਖਭਾਲ ਵਜੋਂ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪ੍ਰਬੰਧਿਤ ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਨਾਲ, ਇੱਕ ਪ੍ਰਬੰਧਿਤ ਦੇਖਭਾਲ ਯੋਜਨਾ ਤੁਹਾਡੀ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਵਿਹਾਰ ਸੰਬੰਧੀ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇਣ ਲਈ ਤਾਲਮੇਲ ਅਤੇ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਿਚ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸਬੰਧੀ ਵਿਗਾੜ ਦੀਆਂ ਇਲਾਜ ਬਾਰੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਐੱਪਲ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ

ਇੱਥੇ ਕੁਝ ਉਪਲਬਧ ਸੇਵਾਵਾਂ ਹਨ:

- ਜ਼ਰੂਰੀ ਸੰਭਾਲ ਲਈ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਨਾਲ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨਾ, ਇਸ ਵਿਚ ਰੋਗ-ਨਿਵਾਰਕ ਅਤੇ ਨਿਰੋਗ ਰਹਿਣ ਸਬੰਧੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣਾ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੈ
- ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਚ ਮੈਡੀਕਲ ਸੰਭਾਲ
- ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਸਬੰਧੀ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਮੂੰਹ ਅਤੇ ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੈ
- ਲੈਬੋਰੇਟਰੀ ਸੇਵਾਵਾਂ
- ਦਵਾਈਆਂ ਲਿਖਕੇ ਦੇਣੀਆਂ
- ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਚ ਭਰਤੀ ਹੋਣਾ
- ਮਰੀਜ਼ ਦੀਆਂ ਤੁਰਣ-ਫਿਰਣ ਸਬੰਧੀ ਸੇਵਾਵਾਂ
- ਮੁੜ-ਵਸਾਉਣ ਅਤੇ ਵਸਾਉਣ** ਸਬੰਧੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਉਪਕਰਣ
- ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ
- ਜੱਚਾ-ਬੱਚਾ ਅਤੇ ਨਵੇਂ ਜੰਮੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸੰਭਾਲ

ਪਿਆਰ ਦਿਓ: ਇਹ ਸੂਚੀ ਸਿਰਫ਼ ਆਮ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਗਾਰੰਟੀ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੀ ਕਿ AHFC ਸੇਵਾ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰੇਗੀ।

ਘੇਰੇ ਹੇਠਲੇ ਵਾਧੂ ਲਾਭਾਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਦੀ ਮੈਂਬਰ ਦੀ ਹੱਥ-ਪੁਸਤਿਕਾ ਵੇਖੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜੀਂਦੀ ਸੇਵਾ, ਇਸ ਸੂਚੀ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਤੋਂ ਪਤਾ ਕਰੋ।

ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ

ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਅਥਾਰਟੀ (HCA) ਨੇ ਤੁਹਾਡੀ ਕਵਰੇਜ ਉਪਲਬਧ ਕਰਾਉਣ ਲਈ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਨਾਲ ਇਕਰਾਰਨਾਮਾ ਕੀਤਾ ਹੈ:

Apple Health Core Connections \[ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਿਡ ਕੇਅਰ ਆੱਫ਼ ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ ਵਲੋਂ ਚਲਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ] 1-844-354-9876 ਜਾਂ ਵੈਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਆਨਲਾਈਨ:
coordinatedcarehealth.com/members/foster-care.html

- ਕੁਝ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿਚ, ਤੁਸੀਂ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਵਿਚ ਨਾਂ ਲਿਖਵਾਏ ਬਿਨਾ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ 'ਤੇ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿਚੋਂ ਇੱਕ ਜਾਂ ਵੱਧ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਫ਼ੀਰਨ ਸਾਡੀਲੇਪਾਲਕ ਸੰਭਾਲ ਅਤੇ ਬੱਚਾ ਗੇਟ ਲੈਣ ਵਿਚ ਸਹਾਇਤਾ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਸਾਡੇ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਲਈ 1-800-562-3022, ਐਕਸਟੈਂਸ਼ਨ 15480 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।
- ਤੁਹਾਡਾ** Apple Health ਤੋਂ ਅਲਾਵਾ **ਸਿਹਤ ਬੀਮਾ** ਹੈ ਜਾਂ Medicare ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ ਗਏ ਹੋ।
- ਤੁਸੀਂ ਬੇਘਰ ਹੋ**, ਪਨਾਹਗਾਹ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਆਰਜ਼ੀ ਪਤਾ ਹੈ।
- ਤੁਸੀਂ ਅਮਰੀਕਨ ਇੰਡੀਅਨ ਜਾਂ ਅਲਾਸਕਾ ਮੂਲ ਦੇ ਹੋ**। ਤੁਸੀਂ ਸਿਹਤ ਤੁਸੀਂ ਪ੍ਰਬੰਧ ਹੇਠਲੀ ਸੰਭਾਲ ਦੇ ਪਲਾਨ ਰਾਹੀਂ ਕਵਰੇਜ ਦੀ ਬਜਾਇ ਇੱਕ ਵਿਕਲਪ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਤੁਹਾਡੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕੀਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਮੈਡੀਕਲ ਹਾਲਤ ਹੈ** ਅਤੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਬਦਲਣ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜ ਵਿਚ ਵਿਘਨ ਪਏਗਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਵਿਚ ਪਾਉਂਦੀ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਨੰਬਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ, ਜਦੋਂ:

- ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਨਾਲ ਸਮੱਸਿਆ ਹੋਵੇ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੁਢਲੀ ਸੰਭਾਲ ਬਾਰੇ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਲੱਭਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਲੱਭਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।
- ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਮੁਢਲਾ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ (PCP) ਬਦਲਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ।
- ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਆਈਡੀ ਕਾਰਡ ਗੁਆਚ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਦੂਜਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ (ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ) ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

* ਅਸੀਂ, ਇਹ ਲਾਭ ਲੈ ਰਹੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਲਈ ਇਸ ਪੂਰੀ ਪੁਸਤਿਕਾ ਵਿਚ "ਤੁਸੀਂ" ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਸਮਝਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਬਹੁਤਾ ਸਮਾਂ ਲਾਭ ਲੈ ਰਹੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਬਾਲਗ਼ ਅਸਲ ਵਿਚ ਇਹ ਪੁਸਤਿਕਾ ਪੜ੍ਹੇਗਾ।

** ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਯੋਗ ਹੋ, ਤਾਂ ਆਪਣਾ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਵੇਖਣ ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।



ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡਾ ਕਾਰਡ



ਬਹੁਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਡਾਕ ਵਿਚ ਦੋ ਕਾਰਡ ਮਿਲਣਗੇ। ਪਹਿਲਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡਾ ਕਾਰਡ ਹੈ, ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਕਰਕੇ ਮਿਲ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਹਾਡੀ Washington Apple Health ਕਵਰੇਜ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣਾ ਨਵਾਂ ਕਾਰਡ ਐਕਟੀਵੇਟ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਪੈਣਾ। ਇਸ ਨੂੰ ਡਾਕ ਵਿਚ ਭੇਜਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ HCA

ਤੁਹਾਡਾ ਕਾਰਡ ਐਕਟੀਵੇਟ ਕਰੇਗਾ। ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਇੱਕ ਵੱਖਰਾ ProviderOne ਕਲਾਇੰਟ ਨੰਬਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਉਮਰ ਭਰ ਲਈ ਉਸਦਾ ਨੰਬਰ ਬਣਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

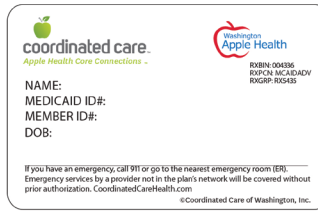
ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕਾਰਡ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ProviderOne ਆਈਡੀ ਨੰਬਰ
- ਜਾਰੀ ਕਰਨ ਦੀ ਮਿਤੀ
- ProviderOne ਵੈਬਸਾਈਟ
- ਗਾਹਕ ਸੇਵਾ ਸੰਪਰਕ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੋ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡਾ ਕਾਰਡ ਨਹੀਂ ਮਿਲਿਆ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਕਾਰਡ ਗੁਆਚ ਗਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਲੇਪਾਲਕ ਸੰਭਾਲ ਅਤੇ ਬੱਚਾ ਗੇਟ ਲੈਣ ਵਿਚ ਸਹਾਇਤਾ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਸਾਡੇ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਲਈ 1-800-562-3022, ਐਕਸਟੈਂਸ਼ਨ 15480 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

ਦੂਜਾ ਕਾਰਡ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਤੋਂ ਆਏਗਾ, ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਸੰਭਾਲ ਦਾ ਕਰੇਗਾ। ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਦਾ ਹਰ ਇੱਕ ਮੈਂਬਰ, ਜੋ AHFC ਲਈ ਯੋਗ ਹੈ, ਨੂੰ ਉਸਦਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣਾ ਕਾਰਡ ਮਿਲੇਗਾ। ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਇੱਕ ਵੱਖਰਾ ProviderOne ਗਾਹਕ ਨੰਬਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਉਮਰ ਭਰ ਲਈ ਉਸਦਾ ਨੰਬਰ ਬਣਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡਾ AHFC (Apple Health ਲੇਪਾਲਕ ਸੰਭਾਲ) ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਕਾਰਡ



Apple Health ਵਿਚ ਤੁਹਾਡਾ ਨਾਂ ਲਿਖਣ ਦੇ ਕੁਝ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਆਈਡੀ ਕਾਰਡ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਮੁਢਲੀ ਸੰਭਾਲ ਬਾਰੇ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ (PCP) ਦੀ ਚੋਣ ਕਿਵੇਂ ਕਰੋ, ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮਿਲੇਗੀ। ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਆਈਡੀ ਕਾਰਡ, ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਕਾਰਡਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਵਰਗਾ ਨਜ਼ਰ

ਆਏਗਾ। ਇਹ ਕਾਰਡ ਵੀ ਰੱਖੋ! ਡਾਕਟਰ, ਫਾਰਮੇਸੀ ਜਾਂ ਦੂਜੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਕੋਲ ਜਾਣ ਵੇਲੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣਾ ਕਾਰਡ ਅਤੇ ਆਪਣਾ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਕਾਰਡ ਦੋਵੇਂ ਆਪਣੇ ਕੋਲ ਰੱਖੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਫੋਟੋ ਆਈਡੀ ਦੀ ਲੋੜ ਵੀ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ProviderOne

ਤੁਸੀਂ ਵੇਖੋਗੇ ਕਿ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕਾਰਡ 'ਤੇ "ProviderOne" ਲਿਖਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ProviderOne ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਿਸਟਮ ਹੈ, ਜੋ ਸਾਡੇ ਲਈ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨਾਂ ਦਾ ਤਾਲਮੇਲ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਵੱਖ ਵੱਖ ਸਮਿਆਂ 'ਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਭੇਜਣ ਵਿਚ HCA ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਕਾਰਡ 'ਤੇ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਨੰਬਰ ਤੁਹਾਡਾ ProviderOne ਗਾਹਕ ਨੰਬਰ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੇ ਕਾਰਡ ਪਹੁੰਚਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਪਰਚੀ 'ਤੇ ਦਵਾਈ ਲਿਖਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ

ਮੁਢਲੀ ਸੰਭਾਲ ਬਾਰੇ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ (PCP) **ਚੁਣਨਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ PCP ਨਹੀਂ ਚੁਣਦੇ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇੱਕ ਚੁਣੇਗਾ।** ਤੁਹਾਡਾ PCP ਮੁੱਖ ਸਿਹਤ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਮਿਲਦੇ ਹੋ। ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਇਤਿਹਾਸ, ਮੌਜੂਦਾ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੋ ਜਾਏਗਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਪੈਸ਼ਲਿਸਟਾਂ ਨੂੰ ਰੈਫਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਸਮਰਪਿਤ PCP ਹੋਣ ਨਾਲ, ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣ ਨੂੰ ਆਸਾਨ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡਾ ਕਾਰਡ ਪਹੁੰਚਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਜਾਣ ਜਾਂ ਪਰਚੀ 'ਤੇ ਦਵਾਈਆਂ ਲਿਖਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ (ਇਸਦੇ ਨੈਟਵਰਕ) ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਡਾਕਟਰ, ਸਿਹਤ ਕਲਿਨਿਕ ਜਾਂ ਫਾਰਮੇਸੀ ਵਿਚ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਮਦਦ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਭਾਵੇਂ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡਾ ਕਾਰਡ ਜਾਂ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਆਈਡੀ ਕਾਰਡ ਨਹੀਂ ਮਿਲਿਆ। ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿਚ ਮੁਢਲੀ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨਵਾਲੇ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਨਾਲ ਜੁੜਣ ਲਈ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਮੁਢਲੀ ਸੰਭਾਲ ਬਾਰੇ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਚੁਣਨਾ

ਮੁਢਲੀ ਸੰਭਾਲ ਬਾਰੇ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ (PCP) ਚੁਣਨ ਲਈ, ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਵਲੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਭੇਜੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਫੋਨ ਨੰਬਰ 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਦੀ ਵੈਬਸਾਈਟ ਰਾਹੀਂ ਵੀ PCP ਚੁਣ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਆਪਣੀ ਪਸੰਦ ਦਾ PCP ਵੇਖ ਰਹੇ ਹੋ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਬਾਰੇ ਸੁਣਿਆ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਪਰ, ਤੁਹਾਡਾ PCP ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਦੇ ਨੈਟਵਰਕ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ

ਨੇਮ ਵਾਲੀ ਸੰਭਾਲ	ਮੁਢਲੀ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ (PCP) ਨਾਲ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦਾ ਸਮਾਂ ਲਓ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ PCP ਜਾਂ ਦੂਜੇ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਕੋਲ 10 ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਉਸਦੇ ਦਫਤਰ ਵਿਚ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
ਰੋਗ-ਨਿਵਾਰਕ ਸੰਭਾਲ	ਆਪਣੇ PCP ਜਾਂ ਦੂਜੇ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਨਾਲ ਮੁਲਾਕਾਤ ਕਰਨ ਦਾ ਸਮਾਂ ਲਓ। ਤੁਹਾਨੂੰ 30 ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦਾ ਸਮਾਂ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
ਦਫਤਰ ਦੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੀ ਸੰਭਾਲ	ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਦੀ ਨਰਸ ਐਡਵਾਈਜ਼ ਲਾਈਨ ਨੂੰ ਦਿਨ ਵਿਚ 24 ਘੰਟੇ, ਹਰ ਹਫ਼ਤੇ 7 ਦਿਨ ਕਾਲ ਕਰੋ।
ਫ਼ੈਰੀ ਸੰਭਾਲ ਲਈ	ਫ਼ੈਰੀ ਸੰਭਾਲ ਕੇਂਦਰ ਵਿਚ ਜਾਓ, ਜਿਸਦਾ ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਨਾਲ ਇਕਰਾਰ ਹੋਇਆ ਹੈ ਜਾਂ ਆਪਣੇ PCP ਜਾਂ ਨਰਸ ਐਡਵਾਈਜ਼ ਲਾਈਨ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਆਪਣੇ PCP ਜਾਂ ਦੂਜੇ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਕੋਲ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸੰਭਾਲ ਲਈ	911 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ ਸਭ ਤੋਂ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਜਾਓ, ਜਿਥੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜਿੰਨੀ ਛੇਤੀ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ, ਤੁਸੀਂ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਜਾਣਕਾਰ ਤੁਹਾਡੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਬਾਰੇ ਦੱਸਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ PCP ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।
ਘਰ ਤੋਂ ਦੂਰ ਸੰਭਾਲ ਲਈ	ਜੇ ਕੋਈ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ PCP ਜਾਂ ਨਰਸ ਐਡਵਾਈਜ਼ ਲਾਈਨ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ।

ਤੁਸੀਂ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਆਪਣੇ PCP ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸ ਸ਼ਖ਼ਸ (ਔਰਤ/ਮਰਦ) ਨੂੰ ਤਰਜੀਹ ਦਿਓਗੇ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਮਾਂ-ਬੋਲੀ ਬੋਲਣ ਵਾਲੇ, ਤੁਹਾਡੀ ਅਪੰਗਤਾ ਸਬੰਧੀ ਮਾਹਿਰ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਭਿਆਚਾਰ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਲਈ ਵੀ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਤੁਹਾਡਾ PCP ਕੋਈ ਅਜਿਹਾ ਸ਼ਖ਼ਸ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਸੁਖਾਵਾਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੋ। ਕਿਸੇ ਵੀ ਕਾਰਣ ਕਰਕੇ, ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ PCP ਤੋਂ ਨਾਖੁਸ਼ ਹੋ, ਤਾਂ ਦੂਜਾ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਬਦਲਣ ਲਈ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵੇਲੇ ਆਪਣੇ ਪਲਾਨ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਫੋਨ ਲਾਈਨ 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

ਮੁਲਾਕਾਤ ਦਾ ਸਮਾਂ ਕਿਵੇਂ ਲਓ

ਤੁਹਾਡੇ ਵਲੋਂ PCP ਚੁਣਦਿਆਂ ਹੀ, ਮੁਲਾਕਾਤ ਦਾ ਸਮਾਂ ਤੈਅ ਕਰਨ ਲਈ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦਾ ਸਮਾਂ ਜ਼ਰੂਰ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਫ਼ੈਰੀ ਸਿਹਤ-ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਜਾਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਆਪਣੇ PCP ਨੂੰ ਮਿਲਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਘਰੋਂ ਬਾਹਰ ਪਲੇਸਮੈਂਟ ਵਿਚਲੇ ਹਰ ਬੱਚੇ/ਨੌਜਵਾਨ ਦੀ ਲੈਪਾਲਕ ਸੰਭਾਲ, ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ ਜਾਂ ਢੁਕਵੀਂ ਪਲੇਸਮੈਂਟ ਰਾਹੀਂ ਸੰਭਾਲ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੋਣ ਦੇ 30 ਦਿਨਾਂ ਅੰਦਰ **EPSDT ਮੁਆਇਨਾ** ਕਰਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। EPSDT ਦਾ ਮਤਲਬ, ਮੁਢਲੀ ਅਤੇ ਮਿਆਦੀ ਜਾਂਚ, ਰੋਗ-ਲੱਛਣ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਮੁਆਇਨਾ ਹੈ।

ਵਿਹਾਰ ਸਬੰਧੀ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਨਾਂ Apple Health Foster Care ਵਿਚ ਦਰਜ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸਬੰਧੀ ਵਿਗਾੜ ਦੀਆਂ ਇਲਾਜ ਬਾਰੇ ਸੇਵਾਵਾਂ (ਇਕੱਠਿਆਂ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵਿਹਾਰ ਸਬੰਧੀ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਜੋਂ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਰੁੰਦੀ ਹੈ। ਵਿਹਾਰ ਸਬੰਧੀ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਪ੍ਰਬੰਧਿਤ ਦੇਖਭਾਲ ਯੋਜਨਾ ਲਾਭ ਪੈਕੇਜ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਿਰਫ ਤਬਦੀਲੀ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਪ੍ਰਬੰਧਿਤ ਦੇਖਭਾਲ ਯੋਜਨਾ (ਐਪਲ ਹੈਲਥ ਕੋਰ ਕੁਨੈਕਸ਼ਨਜ਼ (ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ ਦੇ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਡ ਕੇਅਰ) ਖੇਤਰੀ ਵਿਹਾਰ ਸਬੰਧੀ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਸੰਗਠਨ (BHO) ਦੀ ਬਜਾਏ ਇਹਨਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰੇਗੀ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸੰਭਾਲ ਵਿਚ ਤਾਲਮੇਲ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਜਾਂ ਮੁਢਲੀ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਵਿਹਾਰ ਸਬੰਧੀ ਵਾਧੂ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਲਈ:

- 1-866-789-1511 (TTY 1-206-461-3219) 'ਤੇ 24-ਘੰਟੇ ਦੀ ਮੁਫਤ ਅਤੇ ਗੁਪਤ ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ ਰਿਕਵਰੀ ਹੈਲਪ ਲਾਈਨ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ
- waRecoveryHelpline.org 'ਤੇ ਜਾਓ।
ਧਿਆਨ ਦਿਓ hca.wa.gov/mental-health-benefits. 'ਤੇ ਵਿਹਾਰ ਸਬੰਧੀ ਸਿਹਤ ਲਾਭ ਪੁਸਤਿਕਾ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

HCA ਵਲੋਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਰਕਮਾਂ ਨਾਲ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਵਿਹਾਰ ਸਬੰਧੀ ਸਿਹਤ ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ hca.wa.gov/mental-health-and-addiction-services 'ਤੇ ਜਾਓ।



ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸਬੰਧੀ ਵਿਗਾੜ ਦੀਆਂ ਇਲਾਜ ਬਾਰੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ:

ਮੁਲਾਂਕਣ — ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਾ ਨਿਰਣਾ ਕਰਨ ਲਈ ਸਿਹਤ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਵਲੋਂ "ਇੰਟਰਵਿਊ"।

ਸੰਖੇਪ ਸਾਲਸੀ ਸਬੰਧੀ ਇਲਾਜ — ਸਮੱਸਿਆ ਘੱਟ ਕਰਨ ਲਈ ਸੀਮਤ ਸਮਾਂ ਲਾਉਣਾ। ਇਸ ਸੇਵਾ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਾਹਰੀ ਮਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਭਰਤੀ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਸਬੰਧੀ ਮੁਲਾਂਕਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਸ਼ਰਾਬ ਅਤੇ ਨਸ਼ੀਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰੇ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨਾ (ਡੀਟੋਕਸੀਫਿਕੇਸ਼ਨ) — ਉਸ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਤੁਹਾਡੀ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣ ਜਾਂ ਨਸ਼ੀਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਣ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਘਟਾਉਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਨਾ, ਜਦ ਤੱਕ ਇਸਦੀ ਵਰਤੋਂ ਰੋਕਣੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੋਵੇ। (MCO ਵਲੋਂ ਹਸਪਤਾਲ ਅਧਾਰਤ ਇਲਾਜ ਦੇ ਘੇਰੇ ਹੇਠ ਆਉਂਦਾ ਹੈ)। ਇਸ ਸੇਵਾ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਾਹਰੀ ਮਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਭਰਤੀ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਸਬੰਧੀ ਮੁਲਾਂਕਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਬਾਹਰੀ ਮਰੀਜ਼ ਦਾ ਇਲਾਜ — ਤੁਹਾਡੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿਚ ਨਿਜੀ ਅਤੇ ਸਮੂਹ ਦੇ ਸਲਾਹਕਾਰੀ ਸੈਸ਼ਨ।

ਬਾਹਰੀ ਮਰੀਜ਼ ਦਾ ਇੰਟੈਸਿਵ ਇਲਾਜ — ਨਿਜੀ ਅਤੇ ਸਮੂਹ ਦੇ ਅਕਸਰ ਹੋਰ ਸਲਾਹਕਾਰੀ ਸੈਸ਼ਨ।

ਭਰਤੀ ਮਰੀਜ਼ ਦਾ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਇਲਾਜ — ਦਿਨ ਵਿਚ 24 ਘੰਟੇ ਨਿਗਰਾਨੀ ਵਾਲੀ ਸਹੂਲਤ ਵਿਚ ਨਿਜੀ ਸਲਾਹਕਾਰੀ, ਸਮੂਹ ਦੀ ਸਲਾਹਕਾਰੀ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਪਲਬਧ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਵਿਆਪਕ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ।

ਅਫ਼ੀਮ ਦੇ ਬਦਲਵੇਂ ਇਲਾਜ ਬਾਰੇ ਸੇਵਾਵਾਂ — ਅਫ਼ੀਮ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰਤਾ ਲਈ ਬਾਹਰੀ ਮਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਮੁਲਾਂਕਣ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਉਪਲਬਧ ਕਰਨਾ। ਇਹਨਾਂ ਵਿਚ ਪ੍ਰਵਾਣਿਤ ਦਵਾਈਆਂ ਅਤੇ ਸਲਾਹਕਾਰੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੈ।

ਕੇਸ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨਾ — ਮੈਡੀਕਲ, ਸਮਾਜਕ, ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੱਭਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਨਾ।





ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ:

ਭਰਤੀ ਕਰਨ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ— ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਅਤੇ ਟੀਚਿਆਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਾਉਣਾ ਅਤੇ ਹੋਰਨਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਪਲਾਨ ਸਬੰਧੀ ਇਲਾਜ ਦਾ ਸੁਝਾਅ ਦੇਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨਾ।

ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਇਲਾਜ ਬਾਰੇ ਸੇਵਾਵਾਂ – ਤੁਹਾਡੇ ਸੇਵਾ ਪਲਾਨ ਵਿਚਲੇ ਟੀਚੇਪੂਰੇ ਕਰਨ ਲਈ ਸਲਾਹਕਾਰੀ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਹੋਰ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ।

ਦਵਾਈਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨਾ – ਲਾਇਸੈਂਸਸ਼ੁਦਾ ਸਟਾਫ ਵਲੋਂ ਦਵਾਈਆਂ ਲਿਖਕੇ ਦੇਣਾ ਅਤੇ ਮਾੜੇ-ਅਸਰਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨਾ।

ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ – ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਹਨ, ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਠੀਕ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਲੈਣ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਸੇਵਾਵਾਂ।

ਸਮੂਹ ਇਲਾਜ ਸੇਵਾਵਾਂ – ਹੋਰਨਾਂ ਨਾਲ ਸਲਾਹਕਾਰੀ ਕਰਨਾ, ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਅਜਿਹੀਆਂ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਦਰਪੇਸ਼ ਹਨ।

ਹਮਉਮਰ ਮਰੀਜ਼ ਤੋਂ ਸਹਾਇਤਾ – ਸਿਖਲਾਈਪ੍ਰਾਪਤ ਵਿਅਕਤੀ, ਜਿਸ ਦੀਆਂ ਅਜਿਹੀਆਂ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਹਨ, ਵਲੋਂ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸਿਸਟਮ ਬਾਰੇ ਸੇਧ ਦੇਣ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਮੁੜ-ਸਿਹਤਯਾਬ ਹੋਣ ਦੇ ਟੀਚੇ ਹਾਸਿਲ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਨਾ।

ਸੰਖੇਪ ਸਾਲਸੀ ਅਤੇ ਇਲਾਜ – ਥੋੜ੍ਹੀ-ਮਿਆਦ ਦੀ ਸਲਾਹਕਾਰੀ, ਜੋ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਮੱਸਿਆ 'ਤੇ ਧਿਆਨ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।

ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਇਲਾਜ – ਮਜ਼ਬੂਤ ਰਿਸ਼ਤੇ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹੱਲ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਲਈ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿਚ ਰੱਖਕੇ ਕੀਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਸਲਾਹਕਾਰੀ।

ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੰਭਾਲ ਵਾਲਾ ਇਲਾਜ – ਤੁਹਾਡੇ ਨਿਜੀ ਪਲਾਨ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੇ ਟੀਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਵਾਸਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰਾਂ ਦੀ ਟੀਮ ਵਲੋਂ ਉਪਲਬਧ ਕਰਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ।

ਥੈਰੇਪਿਊਟਿਕ ਸਾਈਕੋ ਜਾਣਕਾਰੀ – ਮਾਨਸਿਕ ਬਿਮਾਰੀ, ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਇਲਾਜ ਦੀਆਂ ਚੋਣਾਂ, ਦਵਾਈਆਂ ਅਤੇ ਮੁੜ-ਸਿਹਤਯਾਬ ਹੋਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਸਬੰਧੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ।

ਦਿਨ ਵੇਲੇ ਸਹਾਇਤਾ – ਖੁਦਮੁਖਤਾਰ ਰਹਿਣ-ਸਹਿਣ ਦੀਆਂ ਮੁਹਾਰਤਾਂ ਸਿੱਖਣ ਜਾਂ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਇੰਟੈਂਸਿਵ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ।

ਮੁਲਾਂਕਣ ਅਤੇ ਇਲਾਜ/ਭਾਈਚਾਰਕ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਚ ਦਾਖਲ ਹੋਣਾ – ਮੈਡੀਕਲੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਭਰਤੀ ਹੋਏ ਮਰੀਜ਼ ਦੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸੰਭਾਲ। ਇਸ ਸੇਵਾ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਾਹਰੀ ਮਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਭਰਤੀ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਸਬੰਧੀ ਮੁਲਾਂਕਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਸਾਵਾਂ ਕਰਨ ਸਬੰਧੀ ਸੇਵਾਵਾਂ – ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਚ ਠਹਿਰਣ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਮਦਦ ਵਾਸਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਵਿਚ ਜਾਂ ਘਰ ਵਰਗੀ ਸੈਟਿੰਗ ਵਿਚ ਰੱਖਣ ਦਾ ਇੰਤਜ਼ਾਮ ਕਰਨਾ। ਇਸ ਸੇਵਾ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਾਹਰੀ ਮਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਭਰਤੀ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਸਬੰਧੀ ਮੁਲਾਂਕਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਮੁੜ-ਵਸੇਬੇ ਦੇ ਕੇਸ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨਾ – ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਚ ਭਰਤੀ ਤੁਹਾਡੇ ਮਰੀਜ਼ ਅਤੇ ਬਾਹਰੀ ਮਰੀਜ਼ ਦੀਆਂ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਤਾਲਮੇਲ ਕਰਨਾ। ਇਸ ਸੇਵਾ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਾਹਰੀ ਮਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਭਰਤੀ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਸਬੰਧੀ ਮੁਲਾਂਕਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਸੈਟਿੰਗਾਂ ਵਿਚ ਉਪਲਬਧ ਕਰਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ – ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸਮੂਹ ਦੀ ਸੈਟਿੰਗ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ, ਜਿੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ, ਉਥੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਉਪਲਬਧ ਕਰਨਾ।

ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਅਬਾਦੀ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ – ਬੱਚਿਆਂ, ਵੱਡੇ-ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਜਾਂ ਹੋਰ-ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਪਿਛੋਕੜਾਂ ਵਰਗੀਆਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਅਬਾਦੀਆਂ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸਪੈਸ਼ਲਿਸਟ ਤੋਂ ਇਲਾਜ ਦੀ ਵਿਉਂਤ ਬਣਾਉਣ ਵਿਚ ਸਹਾਇਤਾ ਲੈਣਾ।

ਮਨੋ-ਚਿਕਿਤਸਾ ਸਬੰਧੀ ਮੁਲਾਂਕਣ – ਟੈਸਟਿੰਗ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਰੋਗ-ਨਿਦਾਨ, ਮੁਲਾਂਕਣ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਦੀ ਵਿਉਂਤ ਬਣਾਉਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਵਾਲੇ ਸਪੈਸ਼ਲਿਸਟ ਤੋਂ ਇਲਾਜ ਦੀ ਵਿਉਂਤ ਬਣਾਉਣ ਵਿਚ ਸਹਾਇਤਾ ਲੈਣਾ।



ਸੰਕਟ ਸਮੇਂ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸੰਕਟ ਵਿਚ ਹੋ, ਤਾਂ ਸੰਕਟ ਸਮੇਂ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਾਵਾਂ ਕਰਨ ਲਈ ਅਜਿਹੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ 24-ਘੰਟੇ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਹਨ, ਜੋ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਨ ਲਈ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਢੁਕਵੀਆਂ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਭਰਤੀ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਸਬੰਧੀ ਮੁਲਾਂਕਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ।

- ਫ਼ੋਨੀ ਮਦਦ ਲੈਣ ਲਈ 911 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ ਸਭ ਤੋਂ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਰੂਮ ਵਿਚ ਜਾਓ।
- ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਲਈ 988 ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਸੰਕਟ ਸਮੇਂ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਖ਼ਤਿਆਰ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ।
- ਸਟੇਟ ਦੀ ਸੰਕਟ ਸਮੇਂ ਦੀਆਂ ਲਾਈਨਾਂ ਦੀ ਡਾਇਰੈਕਟਰੀ ਲਈ: hca.wa.gov/mental-health-crisis-lines.
- ਸਟੇਟ ਦੀ ਸੰਕਟ ਸਮੇਂ ਦੀਆਂ ਲਾਈਨਾਂ ਦੀ ਡਾਇਰੈਕਟਰੀ ਲਈ: ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ ਰਿਕਵਰੀ ਹੈਲਪ ਲਾਈਨ 24-ਘੰਟੇ ਦੀ ਸੰਕਟ ਬਾਰੇਸਾਲਸੀ ਅਤੇ ਰੈਫਰਲ ਲਾਈਨ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ, ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥ ਦੀ ਦੁਰਵਰਤੋਂ ਅਤੇ ਜੁਏਬਾਜ਼ੀ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਸਬੰਧੀ ਮੁੱਦਿਆਂ ਨਾਲ ਜੂਝ ਰਹੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਹੈ। 1-866-789-1511 (TTY 206-461-3219) 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ; ਈਮੇਲ recovery@crisisclinic.org; ਜਾਂ [warecoveryhelpline.org](https://www.warecoveryhelpline.org) 'ਤੇ ਜਾਓ। ਕਿਸ਼ੋਰਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਮਿਆਂ ਦੌਰਾਨ ਕਿਸ਼ੋਰਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ: 1-866-833-6546 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ, ਈਮੇਲ teenlink@crisisclinic.org, ਜਾਂ [866teenlink.org](https://www.866teenlink.org) 'ਤੇ ਜਾਓ।
- ਖ਼ੁਦਕੁਸ਼ੀ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਬਾਰੇ ਕੌਮੀ ਲਾਈਫਲਾਈਨ ਲਈ: 988 ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ ਟੈਕਸਟ ਕਰੋ ਜਾਂ 1-800-273-8255 (TTY ਯੂਜ਼ਰਸ 1-800-799-4889) 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

ਬੱਚਾ ਗੋਦ ਲੈਣ ਸਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈ ਰਹੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਅਤੇ ਸਾਬਕਾ ਲੇਪਾਲਕ ਸੰਭਾਲ ਵਾਲੇ ਨੌਜੁਆਨ ਲਈ ਵਿਕਲਪ

ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਬੱਚਾ ਗੋਦ ਲੈਣ ਸਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸਾਬਕਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀ (ਸਾਬਕਾ ਲੇਪਾਲਕ ਸੰਭਾਲ ਯੂਥ) ਹੋ? ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਪਲ ਹੈਲਥ ਫੋਸਟਰ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰਬੰਧਿਤ ਦੇਖਭਾਲ ਯੋਜਨਾ ਵਿੱਚ ਪੰਜੀਕ੍ਰਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਪ੍ਰਬੰਧਿਤ ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਨਾਲ, ਇੱਕ ਪ੍ਰਬੰਧਿਤ ਦੇਖਭਾਲ ਯੋਜਨਾ ਤੁਹਾਡੀ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਵਿਹਾਰ ਸਬੰਧੀ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇਣ ਲਈ ਤਾਲਮੇਲ ਅਤੇ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸਬੰਧੀ ਵਿਗਾੜ ਦੀਆਂ ਇਲਾਜ ਬਾਰੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਐਪਲ ਹੈਲਥ ਫੋਸਟਰ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰਬੰਧਿਤ ਦੇਖਭਾਲ ਯੋਜਨਾ, ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਤਾਲਮੇਲ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਫੋਸਟਰ ਕੇਅਰ ਅਤੇ ਗੋਦ ਲੈਣ ਦੇ ਸਮਰਥਨ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਅਤੇ ਐਲੂਮਨੀ (ਸਾਬਕਾ ਫੋਸਟਰ ਕੇਅਰ ਯੂਥ) ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ 'ਤੇ ਧਿਆਨ ਦਿੰਦੀ ਹਨ।

ਪਰ, ਆਪਣੀ ਸਰੀਰਕ ਸਿਹਤ ਕਵਰੇਜ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ managed care plan (ਸੇਵਾ-ਲਈ-ਫੀਸ ਵਜੋਂ ਵੀ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ Apple Health ਕਵਰੇਜ ਬਦਲਣ ਦਾ ਵਿਕਲਪ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਇੰਜ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਆਪਣੀਆਂ ਵਿਹਾਰ ਸਬੰਧੀ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਦਲਣ ਦੀ ਚੋਣ ਹੋਵੇਗੀ। ਸਿਰਫ਼ ਵਿਹਾਰ ਸਬੰਧੀ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ (BHSCO) ਵੇਖੋ ਪਲਾਨ ਪੰਨਾ 12 'ਤੇ ਦਿੱਤੀ ਤੁਹਾਡੀ ਕਾਉਂਟੀ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।

ਇਸ ਪੁਸਤਿਕਾ ਦਾ ਜਾਇਜ਼ਾ ਲੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਜੇ ਤੁਸੀਂ managed care plan ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਐਪਲ ਹੈਲਥ ਕਵਰੇਜ ਬਦਲਣ ਦਾ ਨਿਰਣਾ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ 1-800-562-3022, ਐਕਸਟੈਂਸ਼ਨ 15480 'ਤੇ ਲੇਪਾਲਕ ਸੰਭਾਲ ਅਤੇ ਬੱਚਾ ਗੋਦ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ



ਅਮਰੀਕੀ ਇੰਡੀਅਨਸ ਅਤੇ ਅਲਾਸਕਾ ਮੂਲ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਅਮਰੀਕੀ ਇੰਡੀਅਨ ਜਾਂ ਅਲਾਸਕਾ ਮੂਲ ਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸੀਏਟਲ ਇੰਡੀਅਨ ਹੈਲਥ ਬੋਰਡ ਅਤੇ ਨੇਟਿਵ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਆਫ਼ ਸਪੇਕੇਨ ਵਰਗੀ ਇੰਡੀਅਨ ਸਿਹਤ ਸਰਵਿਸ (IHS) ਫ਼ੈਸਿਲਿਟੀ, ਕਬਾਇਲੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਜਾਂ ਸ਼ਹਿਰੀ ਇੰਡੀਅਨ ਸਿਹਤ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (UIHP)। ਇਹਨਾਂ ਸਹੂਲਤਾਂ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਸਭਿਆਚਾਰ, ਭਾਈਚਾਰੇ ਅਤੇ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਦੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਹੈ।

ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜੀਂਦੀ ਸੰਭਾਲ ਦੇਣਗੇ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਸਪੈਸ਼ਲਿਸਟ ਕੋਲ ਭੇਜਣਗੇ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ managed care plan, (ਜੋ ਵਿਹਾਰ ਸਬੰਧੀ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਓਨਲੀ [BHSO] ਪਲਾਨ) ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ managed care (ਇਸ ਨੂੰ Apple Health ਸੇਵਾ-ਲਈ ਫ਼ੀਸ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ Apple Health ਕਵਰੇਜ ਚੁਣਨ ਬਾਰੇ ਫ਼ੈਸਲੇ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਵਿਚ ਵੀ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਜਾਂ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਕਵਰੇਜ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਸੁਆਲ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਕਬਾਇਲੀ ਜਾਂ UIHP ਸਟਾਫ਼ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।



ਮੁਢਲੀ ਸੰਭਾਲ ਦੇ ਕੇਸ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨਾ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ managed care plan ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਐਪਲ ਹੈਲਥ ਕਵਰੇਜ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ IHS ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਸਹੂਲਤਾਂ, ਕਬਾਇਲੀ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਤੇ UIHPs ਮੁਢਲੀ ਸੰਭਾਲ ਦੇ ਕੇਸ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ (PCCM) ਕਰਨ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ। PCCM ਇੱਕ ਐਪਲ ਹੈਲਥ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹੈ, ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਅਤੇ ਤਾਲਮੇਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਪੈਸ਼ਲਿਸਟ ਕੋਲ ਰੈਫਰ

ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਮੁਲਾਕਾਤ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਸਪੈਸ਼ਲਿਸਟਾਂ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਮੈਡੀਕਲ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਾਂਝੀ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇ PCCM ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਦਿਲਚਸਪੀ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ IHS ਫ਼ੈਸਿਲਿਟੀ, ਕਬਾਇਲੀ ਸਿਹਤ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਜਾਂ UIHP ਨੂੰ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਉਹ PCCM ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਅਤੇ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਨਾਂ ਦਰਜ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ PCCM ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਆਪਣਾ ਨਾਂ ਦਰਜ ਕਰਾ ਜਾਂ ਕਟਾ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਪਰ ਆਪਣਾ ਨਾਂ ਦਰਜ ਕਰਾਉਣ ਜਾਂ ਨਾਂ ਕਟਾਉਣ ਦਾ ਅਮਲ ਅਗਲੇ ਉਪਲਬਧ ਮਹੀਨੇ ਤੱਕ ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗਾ।

ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਲੈਣ ਦੇ ਤਰੀਕੇ

HCA, ਵਾੱਸ਼ਿੰਗਟਨ ਵਿਚਲੇ ਅਮਰੀਕੀ ਇੰਡੀਅਨਸ ਅਤੇ ਅਲਾਸਕਾ ਮੂਲ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ Apple Health managed care ਅਤੇ managed care ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ Apple Health ਕਵਰੇਜ ਵਿਚਕਾਰ ਚੋਣ ਕਰਨ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। HCA ਇੰਡੀਅਨ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਡਿਲੀਵਰੀ ਸਿਸਟਮ ਦੀ ਜਟਿਲਤਾ ਨੂੰ ਜਾਣਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਅਤੇ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਲਈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਢੁਕਵੀਂ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਹੋਵੇ, ਲਈ ਫ਼ੈਡਰਲ ਨੇਮਾਂ ਨਾਲ ਇਸਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਦੀ ਹੈ

- ਪ੍ਰਬੰਧਿਤ ਸੰਭਾਲ ਪਲਾਨ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਐਪਲ ਹੈਲਥ ਕਵਰੇਜ ਵਿਚ, ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਵੀ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਚੁਣ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜੋ ਐਪਲ ਹੈਲਥ ਦੀ ਸੇਵਾ-ਲਈ-ਫ਼ੀਸ ਵਿਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਸਮੇਂ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਵਾਣ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰਾਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਰਾਜ ਵਲੋਂ ਜਾਰੀ ਕੀਤੇ ਗਏ ਲਾਇਸੈਂਸਾਂ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਨੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ। ਐਪਲ ਹੈਲਥ ਦੀ ਸੇਵਾ-ਲਈ-ਫ਼ੀਸ ਵਾਲੇ ਸਿਹਤ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਦਾ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਲਈ <https://fortress.wa.gov/hca/p1findaprovider/> 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸੰਭਾਲ, ਜਿਵੇਂ ਕਬਾਇਲੀ ਸਿਹਤ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਜਾਂ UIHP ਦਾ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਪ੍ਰਬੰਧ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਚੰਗਾ ਵਿਕਲਪ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

- Apple Health managed care ਨਾਲ, managed care ਜੱਥੇਬੰਦੀ ਵਲੋਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ MCO ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈਣ ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਦੀ ਤੁਹਾਡੀ ਇੱਕੋ-ਇੱਕ ਥਾਂ ਤੋਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈਣ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸੰਭਾਲ ਵਿਚ ਤਾਲਮੇਲ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।

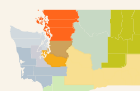
ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸੰਭਾਲ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਲਈ ਕੋਈ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਚੰਗਾ ਵਿਕਲਪ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਆਪਣੀ ਚੋਣ (ਚੋਣਾਂ) ਬਦਲ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਪਰ ਇਹ ਤਬਦੀਲੀ ਅਗਲੇ ਉਪਲਬਧ ਮਹੀਨੇ ਤੱਕ ਪ੍ਰਭਾਵੀ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗੀ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ IHS ਫ਼ੈਸਿਲਿਟੀ, ਕਬਾਇਲੀ ਸਿਹਤ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਜਾਂ UIHP ਰਾਹੀਂ ਕਬਾਇਲੀ ਅਸਿਸਟਰ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਹੋਏ ਹੋ ਜਾਂ ਭਾਈਵਾਲ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰਨ ਵਿਚ ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੀ ਚੋਣ (ਚੋਣਾਂ) ਬਾਰੇ ਸਾਨੂੰ ਦੱਸਣ ਲਈ ਤੁਸੀਂ 1-800-562-3022 'ਤੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਅਥਾਰਟੀ ਨਾਲ ਵੀ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਇਸ ਵਿਚ ਕੋਈ ਵੀ ਤਬਦੀਲੀ, ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਸੁਆਲ ਪੁੱਛਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਵਿਹਾਰ ਸਬੰਧੀ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨੀ, ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ Apple Health Core Connections (ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਿਡ ਕੇਅਰ ਆੱਫ ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ) ਰਾਹੀਂ ਸਰੀਰਕ ਸਿਹਤ ਕਵਰੇਜ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ

ਪ੍ਰਬੰਧਿਤ ਦੇਖਭਾਲ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਵਿਹਾਰ ਸਬੰਧੀ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਵਿਕਲਪ

County	Community Health Plan of Washington	Coordinated Care	Molina Healthcare of Washington	United Healthcare of Washington	Wellpoint Washington (ਪਹਲਾਂ 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
ਫੋਸਟਰ ਕੇਅਰ (ਰਾਜਵਾਰ)		X			



Note: Apple Health ਲੇਪਾਲਕ ਸੰਭਾਲ ਸਟੇਟਵਾਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹੈ, ਜੋ Apple Health ਕੋਰ ਕਨੈਕਸ਼ਨਜ਼ (ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ ਦੀ ਤਾਲਮੇਲ ਵਾਲੀ ਸੰਭਾਲ) ਰਾਹੀਂ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਜੱਥੇਬੰਦੀ	ਫੋਨ ਨੰਬਰ	ਵੈਬਸਾਈਟ
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	uhcommunityplan.com
Wellpoint Washington (ਪਹਿਲਾਂ Amerigroup)	1-833-731-2167	wellpoint.com/wa/medicaid



ਹੋਰ ਸੇਵਾ:

- ਵਿਹਾਰ ਸਬੰਧੀ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: hca.wa.gov/mental-health-and-addiction-services.
- ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਵਲੋਂ ਸ਼ਰਾਬ ਅਤੇ ਕੈਨਾਬਲਿਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਬਾਰੇ ਸੁਝਾਅ: StartTalkingNow.org.

ਅਸੰਗਠਿਤ managed care plan ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਐੱਪਲ ਹੈਲਥ ਦੇ ਘੇਰੇ ਹੇਠ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ

Managed care plan ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਐੱਪਲ ਹੈਲਥ ਕਵਰੇਜ ਦੇ ਘੇਰੇ ਹੇਠ ਕੁਝ ਲਾਭ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਡਾ ਨਾਂ Apple Health Foster Care ਰਾਹੀਂ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਵਿਚ ਦਰਜ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਕੁਝ ਲਾਭਾਂ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ:

- ਲੰਮੀ ਮਿਆਦ ਦੀਆਂ ਸੰਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ।
- ਵਿਹਾਰ ਸਬੰਧੀ ਅਪਾਹਜਪੁਣੇ (ਅਪੰਗਤਾ) ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਸੇਵਾਵਾਂ
- ਦੰਦਾਂ ਬਾਰੇ ਸੇਵਾਵਾਂ
- ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਚਸਮੇ ਅਤੇ ਫਿਟਿੰਗ ਸੇਵਾਵਾਂ (21 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ)
- ਜੱਚਾ-ਬੱਚਾ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਬੱਚੇ ਦੇ ਜਨਮ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੀ ਜੈਨੇਟਿਕ ਸਲਾਹਕਾਰੀ ਅਤੇ ਬੱਚਾ ਡੇਗਣਾ

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸੁਆਲ ਲਾਭ ਜਾਂ ਸੇਵਾ ਬਾਰੇ ਹੈ, ਜੋ ਇੱਥੇ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਗਈ, ਤਾਂ 1-800-562-3022 ਐਕਸਟੈਂਸ਼ਨ 15480 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਤੋਂ ਕਰੋ।

ਸੇਵਾਵਾਂ, ਜਿਹਨਾਂ ਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਲਈ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ

ਜੇ ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ ਤੁਹਾਡੀ ਪਸੰਦੀਦਾ ਭਾਸ਼ਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਬੋਲੇ, ਨੇਤਰਹੀਣ ਬੋਲੇ ਹੋ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਘੱਟ ਸੁਣਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਬਿਨਾ ਲਾਗਤ ਦੇ ਕਈ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿਚ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਉਪਲਬਧ ਹਨ, ਇਹਨਾਂ ਵਿਚ ਸੰਕੇਤ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦਾ ਸਮਾਂ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਰਿਸੈਪਸ਼ਨਿਸਟ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਬੋਲੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ ਵਿੱਚ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਇੰਜ ਉਹ ਵੀਡੀਓ 'ਤੇ ਜਾਂ ਆਪਣੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦੌਰਾਨ ਫੋਨ ਰਾਹੀਂ ਵੀ ਪਹੁੰਚ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਸੰਕੇਤ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ ਵਿੱਚ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਇੰਜ ਉਹ ਵੀਡੀਓ 'ਤੇ ਜਾਂ ਆਪਣੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦੌਰਾਨ ਫੋਨ ਰਾਹੀਂ ਵੀ ਪਹੁੰਚ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਇਹਨਾਂ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਦੁਭਾਸ਼ੀਆਂ ਵਿਚੋਂ ਇੱਕ ਦੀ ਮਦਦ ਲੈਣ ਦੀ ਥਾਂ ਆਪਣੇ ਲਈ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਇੱਕ ਮੈਂਬਰ ਜਾਂ ਦੋਸਤ ਨੂੰ ਲਿਆਓ। ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਲਈ ਸਿਖਲਾਈਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨਗੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਸਮਝਦਾ ਹੈ। hca.wa.gov/interpreter-services 'ਤੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਪੰਗਤਾ ਹੈ

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੋਲਣ ਜਾਂ ਸੁਣਨ ਵਿਚ ਦਿੱਕਤ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਰਣ-ਫਿਰਣ ਵਿਚ ਕੋਈ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦਾ ਸਮਾਂ ਲੈਣ ਵੇਲੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰਿਸੈਪਸ਼ਨਿਸਟ ਨੂੰ ਇਹ ਗੱਲ ਦੱਸਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਕੋਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਲਈ ਰਿਸੈਪਸ਼ਨਿਸਟ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ/ਕਰੇਗੀ।



ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬੋਲੇ, ਬੋਲੇ ਨੇਤਰਹੀਣ ਹੋ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਘੱਟ ਸੁਣਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸੰਕੇਤ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਰਿਸੈਪਸ਼ਨਿਸਟ ਨੂੰ ਦੱਸੋ। ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਬਿਨਾ ਲਾਗਤ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਦੁਭਾਸ਼ੀਆ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਟ੍ਰਾਂਸਪੋਰਟੇਸ਼ਨ ਲੈਣ ਲਈ ਮਦਦ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ

ਤੁਸੀਂ ਬਿਨਾ ਲਾਗਤ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਮੁਲਾਕਾਤ ਲਈ ਟ੍ਰਾਂਸਪੋਰਟੇਸ਼ਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਮੁਲਾਕਾਤ Apple Health ਦੇ ਘੇਰੇ ਹੇਠਲੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਾਸਤੇ ਹੀ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਉਪਲਬਧ ਟ੍ਰਾਂਸਪੋਰਟ ਦੀਆਂ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਕਿਸਮਾਂ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ: ਸਰਕਾਰੀ ਬੱਸ, ਗੈਸ ਵਾਉਚਰ, ਗਾਹਕ ਅਤੇ ਵਾਲੰਟੀਅਰ ਵਲੋਂ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕੀਤੇ ਗਏ ਮੀਲਾਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ, ਵਾਲੰਟੀਅਰ ਡ੍ਰਾਈਵਰ, ਟੈਕਸੀ, ਵੀਲੂ-ਚੇਅਰ ਵੈਨ ਜਾਂ ਪਹੁੰਚਯੋਗ ਗੱਡੀ ਅਤੇ ਕਮਰਸ਼ੀਅਲ ਬੱਸ ਅਤੇ ਹਵਾਈ ਜਹਾਜ਼। ਬੁੱਕਰਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ: hca.wa.gov/transportation-help 'ਤੇ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।

HCA ਆਪਣੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੱਕ ਬਰਾਬਰ ਪਹੁੰਚ ਉਪਲਬਧ ਕਰਾਉਣ ਲਈ ਵਚਨਬੱਧ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਰੂਪ ਜਾਂ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿਚ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ 1-800-562-3022 ਐਕਸਟੈਂਸ਼ਨ 15480 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਕ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ

ਕਾਨੂੰਨ ਅਨੁਸਾਰ, ਆਪਣੀਆਂ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈਣ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਕ ਹਨ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਅਤੇ ਸੁਧਾਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਅਤੇ ਬੇਲੋੜੀਆਂ ਲਾਗਤਾਂ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਕੁਝ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਵੀ ਹਨ। ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਖੁੰਝਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ 'ਤੇ ਨਹੀਂ ਪਹੁੰਚਦੇ, ਆਪਣੀ ਮੁਢਲੀ ਸੰਭਾਲ ਦੇ ਫਿਜ਼ੀਸ਼ੀਅਨ ਨਾਲ ਸਹਿਯੋਗ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਅਤੇ ਹੋਰ ਕਾਰਣਾਂ ਕਰਕੇ ਇੰਜ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਕਰਨ ਦਾ ਹੱਕ ਹੈ:

- ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਮਨ੍ਹਾ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ, ਬਾਰੇ ਫੈਸਲੇ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨਾ।
- ਲਾਗਤ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖੇ ਬਿਨਾਂ, ਇਲਾਜ ਦੇ ਸਾਰੇ ਉਪਲਬਧ ਵਿਕਲਪਾਂ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਹੋਣਾ।
- ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਵਿੱਚ ਦੂਜੇ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਤੋਂ ਹੋਰ ਰਾਇ ਲੈਣੀ।
- ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਉਡੀਕ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈਣਾ।
- ਸਤਿਕਾਰ ਅਤੇ ਮਾਣ ਵਾਲਾ ਵਿਹਾਰ ਕਰਨਾ। ਪੱਖਪਾਤ ਦੀ ਆਗਿਆ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਵੀ ਨਸਲ, ਰੰਗ, ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਮੂਲ, ਲਿੰਗ, ਜਿਨਸੀ ਤਰਜੀਹ, ਉਮਰ, ਧਰਮ, ਮੱਤ ਜਾਂ ਅਧਿਗਤਾ ਕਰਕੇ ਵੱਖਰਾ ਜਾਂ ਪੱਖਪਾਤੀ ਵਿਹਾਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ।
- ਕਿਸੇ ਮਾੜੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਦੀ ਪਰਵਾਹ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਅਤੇ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਗੱਲ ਕਰਨਾ।
- ਤੁਹਾਡੀ ਸੰਭਾਲ ਨੂੰ ਗੁਪਤ ਰੱਖਣ ਬਾਰੇ ਨਿੱਜਤਾ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਰਾਖੀ ਹੋਵੇ।
- ਆਪਣੇ ਮੈਡੀਕਲ ਰਿਕਾਰਡਾਂ ਦੀ ਕਾਪੀਆਂ ਲਈ ਕਹਿਣਾ ਅਤੇ ਲੈਣੀਆਂ।
- ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਮੈਡੀਕਲ ਰਿਕਾਰਡਾਂ ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹਿਣਾ ਅਤੇ ਠੀਕ ਕਰਾਉਣਾ।
- ਇਹਨਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਕਹਿਣਾ ਅਤੇ ਲੈਣੀ:
 - » ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਅਤੇ ਘੇਰੇ ਹੇਠ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ।
 - » ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਅਤੇ ਸਪੈਸ਼ਲਿਸਟਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰਾਂ ਨੂੰ ਰੈਫਰਲ ਕਿਵੇਂ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।
 - » ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ, ਤੁਹਾਡੀ ਮੈਡੀਕਲ ਸੰਭਾਲ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰਾਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।
 - » ਸੰਭਾਲ ਲਈ ਸਾਰੇ ਵਿਕਲਪ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੱਖ ਵੱਖ ਕਿਸਮ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਕਿਉਂ ਮਿਲ ਰਹੀ ਹੈ।
 - » ਆਪਣੀ ਸੰਭਾਲ ਬਾਰੇ ਆਪਣਾ ਸ਼ਿਕਵਾ ਜਾਂ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਦਰਜ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਵੇਂ ਮਦਦ ਲਓ।
 - » ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਦਾ ਜੱਥੇਬੰਦਕ ਢਾਂਚਾ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਪਾਲਿਸੀਆਂ ਅਤੇ ਅਮਲ, ਪ੍ਰੋਕਟਿਸ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦਾ ਸੁਝਾਅ ਕਿਵੇਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ, ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਸਲਾਨਾ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮੈਂਬਰ ਦੇ ਹੱਕ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ। ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਕਾਂ ਵਿੱਚ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਵਿਗਾੜ ਬਾਰੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।
- ਸਲਾਨਾ ਅਤੇ ਬੇਨਤੀ ਕਰਨ 'ਤੇ ਪ੍ਰਬੰਧ ਹੇਠਲੀ ਸੰਭਾਲ ਬਾਰੇ ਲਾਭ, ਪਾਲਿਸੀਆਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ।
- ਸੰਕਟ ਸਮੇਂ ਦੇ ਫੋਨ ਨੰਬਰਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਲੈਣਾ।
- ਮਾਨਸਿਕ ਜਾਂ ਮੈਡੀਕਲ ਸਿਹਤ ਦੇ ਅਗਾਊਂ ਹਿਦਾਇਤ ਸਬੰਧੀ ਫ਼ਾਰਮ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲੈਣਾ।



ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਇਹ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਹਨ:

- ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਮਨ੍ਹਾ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ, ਬਾਰੇ ਫੈਸਲੇ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨਾ।
- ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ 'ਤੇ ਜਾਣਾ ਅਤੇ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਪਹੁੰਚਣਾ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਦੇਰ ਨਾਲ ਪਹੁੰਚ ਰਹੇ ਹੋ ਜਾਂ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਮੁਲਾਕਾਤ ਰੱਦ ਕਰਨੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ ਵਿੱਚ ਕਾਲ ਕਰੋ।
- ਆਪਣੇ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿਓ, ਜਿਸਦੀ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇਣ ਬਦਲੇ ਭੁਗਤਾਨ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।
- ਆਪਣੇ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰਾਂ ਨੂੰ ਉਚੀ ਸਤਿਕਾਰ ਦਿਓ, ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਤੋਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ।
- ਆਪਣੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ 'ਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣਾ ਕਾਰਡ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਆਈਡੀ ਕਾਰਡ ਲਿਆਓ।
- ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਅਤੇ ਇਸਦੇ ਘੇਰੇ ਹੇਠ ਕਿਹੜੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ।
- ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ, ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।
- ਆਪਣੀਆਂ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ ਅਤੇ ਜਿੰਨਾ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਸਹਿਮਤੀ ਵਾਲੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਟੀਚੇ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲਓ।
- ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰਾਂ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਨੂੰ ਮੁਕੰਮਲ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿਓ, ਤਾਂਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜੀਂਦੀ ਸੰਭਾਲ ਮਿਲ ਸਕੇ।
- ਜਿਹੜੀ ਸੰਭਾਲ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਸਹਿਮਤ ਹੋਏ ਹੋ, ਲਈ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਦੀਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ।
- ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਢੁਕਵੇਂ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇੰਜ ਨਾ ਕੀਤਾ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਨਾਂ ਮਰੀਜ਼ ਜਾਇਜ਼ੇ ਅਤੇ ਤਾਲਮੇਲ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਲਿਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ, ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇੱਕ ਮੁਢਲੀ ਸੰਭਾਲ ਬਾਰੇ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ, ਇੱਕ ਫਾਰਮੇਸੀ, ਕੰਟਰੋਲਸ਼ੁਦਾ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਪ੍ਰੈਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨ ਅਤੇ ਆਮ ਸੰਭਾਲ ਲਈ ਇੱਕ ਹਸਪਤਾਲ ਨਿਯੁਕਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 12 ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੱਕ ਉਸੀ ਪਲਾਨ ਵਿੱਚ ਜ਼ਰੂਰ ਰਹਿਣਾ ਪੈਣਾ ਹੈ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਆਇਆ ਹੈ (ਜਿਵੇਂ ਗਰਭ, ਜਨਮ, ਗੇਟ ਲੈਣਾ) ਜਾਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ ਹੋਈ ਹੈ (ਜਿਵੇਂ ਨਵਾਂ ਪਤਾ, ਆਮਦਨ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ ਜਾਂ Medicare ਜਾਂ ਹੋਰ ਬੀਮੇ ਲਈ ਯੋਗ ਹੋਣਾ), ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਫ਼ੋਰਨ ਦੱਸੋ। ਆਪਣੇ ਖਾਤੇ ਵਿਚਲੀਆਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸਣ ਲਈ ਵੀ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਵੈਬਸਾਈਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਤੋਂ ਨਾਖੁਸ਼ ਹੋ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਅਖਤਿਆਰਪ੍ਰਾਪਤ ਨੁਮਾਇੰਦੇ ਨੂੰ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਦਾਇਰ ਕਰਨ ਦਾ ਹੱਕ ਹੈ। ਸ਼ਿਕਾਇਤ, ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਤੁਹਾਡੀ ਕੁਆਲਿਟੀ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਨੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਕਿਹੋ ਜਿਹਾ ਵਿਹਾਰ ਕੀਤਾ ਸੀ, ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੀ ਜ਼ਬਾਨੀ ਜਾਂ ਲਿਖਤੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਵਲੋਂ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਦਾਇਰ ਕਰਦਿਆਂ ਹੀ:

- ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਨੂੰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੇ ਕੰਮਕਾਜੀ ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਫੋਨ ਜਾਂ ਚਿੱਠੀ ਰਾਹੀਂ ਦੱਸਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਮਿਲ ਗਈ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਦਾ ਜਿੰਨੀ ਛੇਤੀ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਨਿਪਟਾਰਾ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਪਰ 45 ਦਿਨਾਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮਾਂ ਨਹੀਂ ਲੱਗਣਾ ਚਾਹੀਦਾ।

ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਨੂੰ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਦਾਇਰ ਕਰਨ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਜ਼ਰੂਰ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਬਣਾਏ ਗਏ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਦੇ ਮੈਡੀਕਲ ਨਿਰਣੇ ਤੋਂ ਨਾਖੁਸ਼ ਹੋ

ਤੁਹਾਡੇ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਅਖਤਿਆਰਪ੍ਰਾਪਤ ਨੁਮਾਇੰਦੇ ਨੂੰ ਅਪੀਲ ਦਾਇਰ ਕਰਨ ਦਾ ਹੱਕ ਹੈ। ਅਪੀਲ ਤੁਹਾਡੇ ਵਲੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਇੱਕ ਕਿਸਮ ਦੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਘੋਰੇ ਹੇਠਲੀ ਮੈਡੀਕਲ ਸੇਵਾ ਦੀ ਕਵਰੇਜ ਜਾਂ ਭੁਗਤਾਨ ਬਾਰੇ ਉਹਨਾਂ ਵਲੋਂ ਕੀਤੇ ਗਏ ਫੈਸਲੇ ਦਾ ਜਾਇਜ਼ਾ ਲਏ।

- ਤੁਹਾਡਾ ਪਲਾਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਫੈਸਲੇ ਬਾਰੇ ਲਿਖਤ ਵਿਚ ਦੱਸੇਗਾ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਫੈਸਲੇ 'ਤੇ ਅਪੀਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਅਪੀਲ ਕਿਵੇਂ ਦਾਇਰ ਕਰੇ, ਬਾਰੇ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੇਗਾ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਨੂੰ ਤੁਹਾਨੂੰ 5 ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦੱਸਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਅਪੀਲ ਮਿਲ ਗਈ ਹੈ।
- ਜਿੰਨੀ ਛੇਤੀ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ, ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਨਿਪਟਾਰੀਆਂ ਜਾਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਸ ਵਿਚ 28 ਕੈਲੰਡਰ ਦਿਨਾਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਨਾ ਲੱਗਣ।

ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਨੂੰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਫੈਸਲੇ ਦਾ ਲਿਖਤੀ ਨੋਟਿਸ ਉਪਲਬਧ ਕਰਾਉਣਾ ਅਤੇ ਅਪੀਲ ਦਾਇਰ ਕਰਨ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਕੀ ਇਹ ਫ਼ੈਰੀ ਹੈ ? ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਫੈਸਲੇ ਬਾਰੇ ਅਪੀਲ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਅਤੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸਰੀਰਕ ਜਾਂ ਵਿਹਾਰ ਸਬੰਧੀ ਸਿਹਤ ਸਥਿਤੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਫ਼ੈਰੀ ਜਾਇਜ਼ੇ ਜਾਂ ਸੁਣਵਾਈ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਮੈਡੀਕਲ ਸਥਿਤੀ ਅਨੁਸਾਰ ਇਸਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਤਿੰਨ ਕੈਲੰਡਰ ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਤੁਹਾਡੀ ਸੰਭਾਲ ਬਾਰੇ ਫੈਸਲਾ ਕੀਤਾ ਜਾਏਗਾ। ਇਹਨਾਂ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਵੇਰਵੇ ਵਾਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਮੈਂਬਰ ਦੀ ਆਪਣੀਹੱਥ-ਪੁਸਤਿਕਾ ਵੇਖੋ।

ਨਿੱਜਤਾ ਰਾਜ਼ਦਾਰੀ ਬਾਰੇ ਨੋਟ

ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕਾਰਡ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਂ, ਤੁਹਾਡੇ ProviderOne ਨੰਬਰ ਅਤੇ ਜਾਰੀ ਕਰਨ ਦੀ ਤਾਰੀਖ ਨੂੰ ਛੱਡਕੇ ਕੋਈ ਨਿਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਜੇ ਕਾਰਡ ਗੁੰਮ ਜਾਂ ਚੋਰੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਤੁਹਾਡੀ ਰਾਜ਼ਦਾਰੀ ਬਹਾਲ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਨਾ ਤਾਂ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਅਥਾਰਿਟੀ (HCA), ਨਾ ਹੀ Apple Health ਦਾ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਕ, ਨਾ ਹੀ ਤੁਹਾਡਾ ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ, ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਕਾਰਡ ਲੈਣ ਜਾਂ ਬਦਲਣ ਲਈ ਕਦੀ ਵੀ ਤੁਹਾਡੀ ਨਿਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪੁੱਛਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿੱਧਿਆਂ ਸੰਪਰਕ ਕਰੇਗਾ। ਕਦੀ ਵੀ ਆਪਣੀ ਨਿਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਜਿਵੇਂ ਸੋਸ਼ਲ ਸਿਕਿਓਰਿਟੀ ਨੰਬਰ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਨਾ ਦੱਸੋ, ਜੋ ਇਸ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਈਮੇਲ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਕਾਨੂੰਨ ਅਨੁਸਾਰ, ਸਾਰੇ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਰਾਖੀ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਅਤੇ HCA ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਲਾਭ ਉਪਲਬਧ ਕਰਾਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਬਾਰੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਸਿਹਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਸਾਂਝਿਆਂ ਕਰਦੀ ਹੈ; ਇਲਾਜ ਕਰਨਾ, ਭੁਗਤਾਨ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਕਾਰਵਾਈਆਂ; ਕਾਨੂੰਨ ਵਲੋਂ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਆਗਿਆ ਅਤੇ ਲੋੜੀਂਦੇ ਹੋਰਨਾਂ ਕਾਰਣਾਂ ਲਈ। ਸਿਹਤ ਪਲਾਨਾਂ ਅਤੇ HCA ਦਾ ਫ਼ਰਜ਼ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਗੁਪਤ ਰੱਖੇ।

HCA ਦੀ ਰਾਜ਼ਦਾਰੀ ਸਬੰਧੀ ਪਾਲਿਸੀ ਪੜ੍ਹਣ ਲਈ hca.wa.gov 'ਤੇ ਜਾਓ ਅਤੇ ਪੇਜ ਦੇ ਹੇਠਲੇ ਹਿੱਸੇ 'ਤੇ "ਰਾਜ਼ਦਾਰੀ" 'ਤੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਦੀ ਰਾਜ਼ਦਾਰੀ ਸਬੰਧੀ ਪਾਲਿਸੀ ਪੜ੍ਹਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ ਪਲਾਨ ਦੀ ਵੈਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਆਪਣੇ ਸੁਆਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਕਿਥੋਂ ਲਓ

ਜੇ ਇਹਨਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਸੁਆਲ ਹਨ	ਸੰਪਰਕ
<ul style="list-style-type: none">• ਤੁਹਾਡਾ Washington Apple Health (Medicaid) ਕਵਰੇਜ	ਔਨਲਾਈਨ: hca.wa.gov/apple-health
<ul style="list-style-type: none">• ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਯੋਗਤਾ• ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਕਾਰਡ• ਤੁਹਾਡੇ ਖਾਤੇ ਵਿਚਲੀਆਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ, ਜਿਵੇਂ: ਪਤਾ, ਆਮਦਨ, ਵਿਆਹੁਤਾ ਦਰਜਾ, ਗਰਭ, ਜਨਮ ਜਾਂ ਗੋਦ ਲੈਣਾ।	ਲੇਪਾਲਕ ਸੰਭਾਲ ਅਤੇ ਬੱਚਾ ਗੋਦ ਲੈਣ ਵਿਚ ਸਹਾਇਤਾ (FCAS) 1-800-562-3022 ਐਕਸਟੈਂਸ਼ਨ 15480.
<ul style="list-style-type: none">• ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਚੁਣਨਾ• ਘੋਰੇ ਹੇਠਲੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ• ਤੁਹਾਡੀ ਮੈਡੀਕਲ ਸੰਭਾਲ• ਸਪੈਸ਼ਲਿਸਟਾਂ ਨੂੰ ਰੈਫਰ ਕਰਨਾ• ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਕਾਰਡ	Apple Health Core Connections [ਦੱਤਾ/ਦੱਤੀ ਗਈ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਿਡ ਕੇਅਰ ਆਫ ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ (CC)] 1-844-354-9876.



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