

လွှမ်းခြုံမှုအား ကျွန်ုပ် မည်မျှကြာ ရရှိပါမည်နည်း။

သင်၏မိသားစု စီမံကိန်း သာလျှင် လွှမ်းခြုံမှုသည် အစီအစဉ်အတွက် သင့်အား အတည်ပြုပေးသည့်အချိန်မှစပြီး တစ်နှစ်ကြာ လွှမ်းခြုံမှု ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်ုပ်၏ လွှမ်းခြုံမှု ကုန်ဆုံးသွားသည့်အခါ ကျွန်ုပ် ဘာလုပ်သင့်မည်နည်း။

သင်၏ လွှမ်းခြုံမှု ကုန်ဆုံးသွားကြောင်း စာတိုက်ဖြင့် အသိပေး ခံရသည့်နောက် မိသားစု စီမံကိန်း သာလျှင် လွှမ်းခြုံမှုအတွက် သင် ပြန်လည် လျှောက်ထား နိုင်သည်။ အကယ်၍ သင်၏ ဝင်ငွေ သို့မဟုတ် အိမ်ထောင်စု အရွယ်အစား တွင် ပြောင်းလဲမှု တစ်ခုခုရှိခဲ့ပါက Apple Health လွှမ်းခြုံမှု အတွက် အခမဲ့ သို့မဟုတ် လျော့စျေး ဖြင့် သင် အရည်အချင်းပြည့်မီနိုင်သည်။

Apple Health (Medicaid) လွှမ်းခြုံမှုတွင် မိသားစု စီမံကိန်း ဝန်ဆောင်မှုများ ပါဝင်ပါသလား။

ပါဝင်ပါသည်။ Apple Health လွှမ်းခြုံမှုတွင် အပိုဆောင်း အကျိုး ခံစားခွင့်များကို ပြည့်စုံစွာ ပံ့ပိုးပေးပါသည်။ နောက်ထပ်သော အချက်အလက်များအတွက် hca.wa.gov/apple-healthတွင် လည်ပတ်ကြည့်ရှုနိုင်သည်။

မိသားစု စီမံကိန်း သာလျှင် လွှမ်းခြုံမှုကို ကျွန်ုပ် ရရှိနေစဉ် Apple Health အတွက် ကျွန်ုပ်လျှောက်ထား နိုင်ပါသလား။

လျှောက်ထားနိုင်ပါသည်။ ပြည့်စုံသော Apple Health လွှမ်းခြုံမှုကို အချိန်မရွေး သင် လျှောက်ထားနိုင်ပါသည်။

Apple Health ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်း လွှမ်းခြုံမှုကို ကျွန်ုပ် ရရှိထားပြီး FPO လွှမ်းခြုံမှု အတွက် ကျွန်ုပ်လျှောက်ထားလိုလျှင် ရနိုင်ပါသလား။

အကယ်၍ Apple Health ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်း လွှမ်းခြုံမှုကို သင်ရရှိထားပြီး အရွယ်ရောက်လူကြီးအတွက် Apple Health လွှမ်းခြုံမှုတွင် သင် အရည်အချင်း မပြည့်မီပါက မိသားစု စီမံကိန်း သာလျှင် လွှမ်းခြုံမှုတွင် ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်း ကုန်ဆုံးသွားသည့်နောက် 2 လ မှစတင်ပြီး သင် အလိုအလျောက် 10 လ စာရင်းသွင်းပြီးသားဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်ုပ်အား အတည်ပြုပေးကြောင်း နှင့် လွှမ်းခြုံမှု မည်သည့် အခါ၌ စတင်သည်ကို ကျွန်ုပ် မည်ကဲ့သို့ သိရှိနိုင်ပါမည်နည်း။

အတည်ပြုချက် သို့မဟုတ် ငြင်းပယ်ခြင်း စာကို ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု အာဏာပိုင် (HCA) ထံမှ စာတိုက်ဖြင့် လက်ခံရရှိပါမည်။ သင့်အား အတည်ပြု ပေးခဲ့ပါက သင့် လွှမ်းခြုံမှုသည် သင် လျှောက်ထားသည့် ပထမဆုံးနေ့ရက်မှ စတင်ပါသည်။



နောက်ထပ်သော အချက်အလက်များကို မည်သည့်နေရာ၌ ကျွန်ုပ် ရရှိနိုင်ပါသနည်း။

- အွန်လိုင်း - hca.wa.gov/family-planning
- အီးမေးလ် - hcafamilyplanning@hca.wa.gov
- ဖုန်း - 1-800-562-3022



HCA သည် သက်ဆိုင်သော ဖယ်ဒရယ် နှင့် Washington ပြည်နယ် ပြည်သူ့ အခွင့်အရေးများ ဥပဒေများကို လိုက်နာပြီး ကျွန်ုပ်တို့၏ ဝန်ဆောင်မှုများကို တန်းတူ ညီမျှသော အခွင့်အလမ်းဖြင့် ရရှိစေရန် ပံ့ပိုးပေးသည်။ ညှိနှိုင်းပြေလည်မှု သို့မဟုတ် စာရွက်စာတမ်းများကို အခြား ပုံစံ သို့မဟုတ် ဘာသာစကားဖြင့် သင် လိုအပ်ခဲ့ပါက ကျေးဇူးပြု၍ 1-800-562-3022 (TRS: 711) သို့ ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။



မိသားစု စီမံကိန်း သာလျှင် (FPO) လွှမ်းခြုံမှု

မိသားစု စီမံကိန်း ဝန်ဆောင်မှုများ ကို မည်ကဲ့သို့ ရယူနိုင်သနည်း။



မိသားစု စီမံကိန်း သာလျှင် (FPO) အတွက် ကျွန်ုပ် အဘယ်ကြောင့် လျှောက်ထား သင့်ပါသနည်း။

သင်သည် -

- သင့်တွင် အာမခံ မရှိဖြစ်နေပြီး မိသားစု စီမံကိန်း ဝန်ဆောင်မှုများ (သန္ဓေတား ခြင်း စောင့်ရှောက်မှု/သားဆက်ခြားခြင်း နည်းလမ်း) အတွက် သင် လိုအပ်မှုရှိခြင်း၊ သို့မဟုတ်
- သင့်တွင် အာမခံရှိပြီး အိမ်တွင်းအကြမ်းဖက်မှုခံရသူ သို့မဟုတ် အသက် 18 နှစ်အောက် အောက် ဖြစ်၍ လျှို့ဝှက်သော မိသားစု စီမံကိန်း ဝန်ဆောင်မှုများကို ရယူရှာဖွေသူ ဖြစ်ပါက လျှောက်ထားသင့်ပါသည်။

မည်သည့် ဝန်ဆောင်မှုများကို လွှဲပြောင်းပေးပါသနည်း။

- မိသားစု စီမံကိန်း ပညာပေးခြင်း နှင့် အန္တရာယ်လျော့ချရေး အခြေပြုချက်များ
- FDA မှ အတည်ပြုပေးသည့် သားဆက်ခြားခြင်း နည်းလမ်း များအားလုံးတွင် ပါဝင်သည်များမှာ - ဆေးလုံး၊ ပတ်ချ်အပြား၊ အကွင်း၊ ထိုးဆေး၊ IUDs ၊ အိမ်စိုက်ခြင်း၊ ရော်ဘာပလတ်စတစ်ပစ္စည်း၊ သားအိမ်ခေါင်း အစွပ်၊ ကွန်ဒုံး၊ နှင့် သုက်သတ်ဆေး (အမြှုပ်၊ ကရိမ် နှင့် ဂျဲလ်လိမ်းဆေး) များ နှင့် အရေးပေါ် သန္ဓေတားဆေး
- ပညာပေးခြင်း နှင့် သဘာဝ မိသားစု စီမံကိန်း အတွက် ထောက်ပံ့ပစ္စည်းများ နှင့် အစားအသောက်အပျော်အပါး လိုက်စားမှု ရှောင်ခြင်း
- အမြဲတမ်း သားဆက်ခြားခြင်း နည်းလမ်းများ - ပြန်ရွတ်စည်း ထားခြင်း ("ပြန်စည်းထားခြင်း")၊ သားကြောဖြတ်ခြင်း နှင့် ယောကျ်ား သားကြောဖြတ်ခြင်း
- လိင်မှတစ်ဆင့် ကူးစက်သော ရောဂါများ (STI) အတွက် ကန့်သတ် စစ်ဆေးပေးခြင်း နှင့် ကုသခြင်း
- သားအိမ်ခေါင်း ကင်ဆာရောဂါအတွက် စစ်ဆေးခြင်းနှင့် ကျန်းမာသော အမျိုးသမီးတစ်ဦး၏ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ စစ်ဆေးမှု
- ဆေးကုသမှုဆိုင်ရာ လိုအပ်သည့်အခါ မိသားစု စီမံကိန်း ပြဿနာ နှင့် ဆက်စပ်ပြီး ရုံးခန်းသို့ တိုက်ရိုက် သွားရောက် လည်ပတ်မှုများ

ဝန်ဆောင်မှုများကို မည်သည့်နေရာ၌ ကျွန်ုပ် ရရှိနိုင်ပါသနည်း။

မိသားစု စီမံကိန်း ဝန်ဆောင်မှုများကို အရည်အချင်းပြည့်မီသည့် Apple Health ပံ့ပိုးသူထံမှန်သမျှ၌ ရရှိနိုင်ပါသည်။
 ကွန်ဒုံး နှင့် သုက်သတ်ဆေး (အမြှုပ်၊ ကရိမ် နှင့် ဂျဲလ်လိမ်းဆေး) များကို ဆေးညွှန်း မပါဘဲ ဆေးဆိုင်များ၌ ရရှိနိုင်ပါသည်။
 အရေးပေါ် သန္ဓေတားဆေးမှုများကို အရည်အချင်းပြည့်မီသည့် Apple Health ပံ့ပိုးသူ ထံမှန်သမျှ၌ သို့မဟုတ် ဆေးညွှန်းကို သင် လိုအပ်သည်ဖြစ်ပါကလည်း ဆေးဖော်ရောင်းသူထံမှ တိုက်ရိုက် ရရှိနိုင်ပါသည်။

မိသားစု စီမံကိန်း ဝန်ဆောင်မှုများ ကမ်းလှမ်းပေးသည့် ပံ့ပိုးပေးသူအား မည်သည့်နေရာ၌ ကျွန်ုပ် ရှာဖွေနိုင်ပါသနည်း။

အကျိုးခံစားခွင့်များအတွက် ဖုန်း သို့မဟုတ် လူကိုယ်တိုင် ဖြင့် လျှောက် ထားရန် Apple Health ပံ့ပိုးသူများ၏ စာရင်းကို <https://fortress.wa.gov/hca/p1findaprovider/> ၌ သင် ရှာဖွေတွေ့ရှိနိုင်ပါသည်။

ကျွန်ုပ် အရည်အချင်း ပြည့်မီပါသလား။

ဝင်ငွေ သတ်မှတ်ချက်များနှင့် သင် ကိုက်ညီမှု ရှိမည်ဖြစ်ပြီး -

- သင့်တွင် အာမခံ မရှိဖြစ်ပြီး Apple Health (Medicaid) လွှဲပြောင်းပေးမှု အတွက် အရည်အချင်း မပြည့်မီခြင်း သို့မဟုတ်
- သင့်တွင် အာမခံရှိပြီး လျှို့ဝှက်သော မိသားစု စီမံကိန်း ဝန်ဆောင်မှု များကို ရယူရှာဖွေပါက

လွှဲပြောင်းပေးမှုအတွက် ကျွန်ုပ် မည်ကဲ့သို့ လျှောက်ထားနိုင်ပါသနည်း။

မိသားစု စီမံကိန်း သာလျှင် လွှဲပြောင်းပေးမှု အတွက် လျှောက်ထားရန် လျှောက်လွှာကို hca.wa.gov/family-planning ၌ ဒေါင်းလုတ်ယူပါ။
 သင့် လျှောက်လွှာအား ပေးပို့နိုင်သည့် နည်းလမ်းများ -

- ဖက်စ်- 1-866-841-2267
- အီးမေးလ် - apple@hca.wa.gov
- စာတိုက် HCA MEDS
 PO Box 45531
 Olympia, WA 98504-5531

ဖုန်းမှတစ်ဆင့်လည်း 1-800-562-3022 ၌ သင် လျှောက်ထားနိုင်ပါသည်။
 လျှို့ဝှက်သော ဝန်ဆောင်မှုများသည် ဆယ်ကျော်သက်အရွယ်များ နှင့် အိမ်တွင်း အကြမ်းဖက်မှုခံရသူများ အတွက် ရရှိနိုင်ပါသည်။
 လျှို့ဝှက်သော ဝန်ဆောင်မှုများကို သင် လိုအပ်ခဲ့ပါက အကျိုးခံစားခွင့်များအတွက် ဖုန်း သို့မဟုတ် လူကိုယ်တိုင် ဖြင့် လျှောက်ထားရန် သင်၏ Apple Health ပံ့ပိုးသူထံသို့ ဆက်သွယ်ပါ။

2022 မိသားစုစီမံကိန်း မိသားစုစီမံကိန်း

တစ်ဦးတည်းသမား	လူ 2-ဦး အိမ်ထောင်စု	လူ 3-ဦး အိမ်ထောင်စု	လူ 4-ဦး အိမ်ထောင်စု
\$3,002 လစဉ်	\$4,044 လစဉ်	\$5,086 လစဉ်	\$6,129 လစဉ်
လူ 5-ဦး အိမ်ထောင်စု	လူ 6-ဦး အိမ်ထောင်စု	လူ 7-ဦး အိမ်ထောင်စု	လူ 8-ဦး အိမ်ထောင်စု
\$7,171 လစဉ်	\$8,213 လစဉ်	\$9,256 လစဉ်	\$10,298 လစဉ်

ဝင်ငွေ ပမာဏ အကျိုးသက်ရောက်သည့် နေ့မှာ ဧပြီလ 1 ရက်၊ 2022 ခုနှစ်မှ မတ်လ 31 ရက်၊ 2023 ခုနှစ် အထိ ဖြစ်သည်။