Washington Apple Health

ናይ Washington Apple Health መምርሒ ንፈለምቲ

ክፍሊ 2: ፈላማይ ቆጸራ ክንክን ጥዕናኻ ምግባር

ስጉምቲ 1: ናይ መጀመርታ ውሃቢ ክንክን ርኸብ

ኣብ ናይ ጥዕና ትልሚ ምስኣተኻ ሓልሓሊፉ PCP ዝበሃል ቀንዲ ውሃቢ ክንክን ክትመርጽ ኣሎካ። ቀንዲ ወሃቢ ክንክንካ እቲ ንመብዛሕትኡ ክንክን ጥዕናኻ እትርእዮ ሓኪም፣ ነርስ፣በዓል ሞያ ክንክን ጥዕና ወይ ክሊኒክ እዩ።

ቀዳማይ ደረጃ ተኸናኻኒ ንምንታይ ኣገዳሲ ኮይኑ

ቀኒ ውሃቢ ክንክንካ ክትሓምም ከለኻ ወይ መከላኸሊ ክንክን እትረኽቦ ቀንዲ ናይ ጥዕና ክንክን በዓል ሞያ እዩ። እቲ ቀንዲ ናይ ክንክን ውሃኻ ክህቦ ዘይኽእል ፍሉይ ክንክን ምስእትደሊ ናብ ስፔሻሊስት ክውከሹኻ እዮም።

ዋላ እውን ኣብዚ ሕጂ እዋን ኣይትሕመም ቀንዲ ውሃቢ ክንክን ክትመርጽን ፈላማይ ቆጸራኻ ክትሕዝ ኣገዳሲ እዩ። ቀንዲ ውሃቢ ክንክንካ ኣብ ቀጻሊ ከጋጥሙ ዝኽእሉ ጸገማት ጥዕና ኣብ ምክልኻልን ንገለ ሕማማት ድማ ቀጻልነት ዘለዎ ምርመራ ክገበርልካን እዩ።

ቀንዲ ውሃቢ ክንክንካ ከመይ ትመርጽ?

ቀንዲ ውሃቢ ክንክንካ እንተድኣይመሪጽካ ናይ ጥዕና ትልምኻ ሓደ ክመርጸልካ እዩ።

ኣብ ናይ ጥዕና ትልምኻ ኔትዎርክ ክሳብ ዘሎ ንቋንቋኻ ዝዛረብ፣ ኣብ ስንክልናኻ ክእለት ዘማዕለ ወይ ንባህልኻ ዝግንዘብ PCP ክትመርጽ ትኽእል። ን PCP እትመርጾ ጾታ ምስዝህልወካ ክተልጥ ትኽእል ኢኻ።

እቲ እትደልዮ ውሃቢ ክንክን ኣብ ናይ ጥዕና ትልሚ ኔትዎርክኻ እንተድኣዘይሃልዩ ነቲ ወሃቢ ኣገልግሎት ኣየናይ ኔትዎርክኻ ጥዕና ከም ዝሰርሑ ሕተቶ። እቲ ካልእ ናይ ጥዕና ትልሚ ኣብ እትነብረሉ እንተድኣሃልዩ ናብቲ ናይ ጥዕና ትልሚ ክትቅይር ትኽእል። **(ክፍሊ 1 ናይ ፈለምቲ መምርሒ Washington Apple Health (Medicaid)** ርአ tናይ ጥዕና ትልምኻ ከመይ ከምዝቕየር ንምርኣይ)

እቲ ቀንዲ ውሃቢ ክንክካ ክምቸወካ ዝገብር ሰብ ክኸውን ኣለዎ። ብዝኾነ ምኽንያት እንተኣዘይተሓጊስካ ካልእ ውሃቢ ክንክን ክትመርጽ ትኽእል። ካልእ ቀንዲ ውሃቢ ክንክን ከመይ ክተመርጽ ከምእትኽእል ንምፍላጥ ናይ ጥዕና ትልምኻ ኣዛርብ።

እንተድኣ ብዘይምዕሩይ ክንክን ትልሚ Apple Health ሸፋን ኣለካ ናትካ ProviderOne services card ብምጥቃም Apple Health ዝቕበል ካልእ ውሃቢ ክንክን ክትደሊ ኣለካ። ውዕል ዝኣሰረ ውሃቢ ኣብ **https://fortress.wa.gov/hca/p1findaprovider/** ርአ

ስጉምቲ 2: ቆፆሮ ምሓዝ

ኣቕራቢ ንምርካብ ቆፆሮ ክትሕዙ ይግባእ።

ፈላማይ ቆጸራኻ ከመይ ከምትሕዝ ንምርኣይ ዝተልኣኸልካ ናይ ጥዕና ትልምኻ ሓበሬታ ርአ። ኣብ ናይ ጥዕና ትልሚ መርበብ ሓበሬተታ ናይ ውሃቢ ክንክንካ ኣድራሻ ሓበሬታ ክትረክብ ኢኻ። ወይ ናብ ናይ ጥዕና ትልምኻ ኣገልግሎት ዓሚል ብምድዋል ቆጸራ ንምትሕዝ ዘገልግል ቁጽሪ ቴሌፎን ምሕታት ትኽእል።

ቅልጡፍ ናይ ጥዕና ስክፍታታት ወይ ድልየታት እንተድኣለካ ኣብ ውሽጢ ሒደት መዓልታት ናብ ቀንዲ ውሃቢ ክንክካ ክትከይድ ኣለካ።

ዋላኳ ህፁፅ ናይ ሕክምና ፀገም እንተዘይሃልዩካ፣ ንኣጠቓላሊ ምርመራ (ናይ ጥዕና ምርመራ ተባሂሉ ይፅዋዕ) ቆፆሮ ሓዝ። ንሓፈሻዊ ምርመራ ቆጸራ ክትሕዝ ንውሕ ዝበለ ግዜ ስለ ዝወስድ ኣይተንዋሓወዮ።

ተርጓሚ ምስእትሊ

እንግሊዝኛ ቋንቋ እትመርጾ ቋንቋ ምስዘይኀውን ወይ ጸማም፣ ጸማምን ዕውርን ምእትኸውን ወይ ከቢድ ናይ ምስማዕ ጸገም ምስዝህልወካ ዝበለጸ **hca.wa.gov/interpreter-services** ርአ፤ ናይ ምልክት ቋንቋ ሓዊሱ ብብዙሓት ቋንቋታት ብቑዓት ተርጎምቲ ካብ ክፍሊት ብናጻ ድልዋት ኮይኖም ኣለው። ቆፆሮ ክትሕዝ ከለኻ፣ ንታ ጋሻ ተቐባሊት መተርጎሚ ከም እትደሊ ኣፍልጣ። እቲ ተርጓሚ ኣብ እዋን ቆጸራኻ ብኣካል ብቴሌፎን ክቐርብ ይኽእል።

ኣባል ስራ ወይ መሓዛ ክትርጉመልካ ካብ ምምጻእ በቑዕ ተርጓሚ ክትርጉመልካ ምግባር ዝበለጸ እዩ። ብቑዓት ተርጎምቲ ናይ ጥዕና ክንክን ኣምራት ንክግንዘቡ ስልጠናታት ዝወሰዱን ንስኻን ውሃቢ ክንክንካን ሕድሕድኩም ክትራድኡን ዝሕግዙን እዮም።

Washington State Health Care Authority
ናይ ጥዕና ክንክን ሰበስልጣን ኣማሓደርቲ
Washington Apple Health (Medicaid)

ስንክልና ምስዝህልካ
እንተድኣ ናይ ምዝራብ ወይ ናይ ምስማዕ ጸገም፣ ጸገም ኮሚዩኒኬቲንግ፣ ወይ ናይ ምንቅስቓስ ጸገም ኣለካ፣ ቆጸራ ክትሕዝ ከለኻ ነቲ ተቐባሊ ኣጋይሽ ብዛዕባኡ ምሕባርካ ኣረጋግጽ። ተቐባሊት ጋሻ ኣገደስቲ ዝኾነ ምትዕርራያት ንኽትገብር ክትሕግዘካ እያ።

ናይ መጓዓዝያ ሓገዝ ምርካብ
ናብ ናይ ጥዕና ክብክብ ቆጸራኻ ክትከይድ ሓገዝ መጓዓዝያ ንምርካብ ብቑዕ ክትከውን ትኽእል። ብበዓል መዚ ክንክን ጥዕና ውዕል ዝተኣተወ ዞባዊ ብሮከር ንዓኻ ዝምጥን መጓዓዝያ ከዳልወልካ እዩ።

ህጹጽ ዘይኮነ ናይ ሕክምና መጓዓዝ ከመይ ከምዝርከብ ዝለጸ ሓበሬታ ንምርካብ ኣብ **hca.wa.gov/transportation-help** ርአ።

ቆጸራታት ምልዋጥ
እንተድኣ ቆጸራ ክትቅይር ወይ ክትስር ኣድልዩካ ብዝተኻእለ መጠን ቀልጢፍካ ናብ ወሃቢ ቀዳማይ ክንክንካ ደውል።

እንተድኣ ናብ ቆጸራኻ ዘይከይድካን ዘይደዊልካን ካልእ ተሓካማይ ክጥቀመሉ ዝኽእል ክቡር ናይ ቆጸራ ግዜ ይባኽን።

ስጉምቲ 3: ንቆጸራኻ ተዳሎ
ምስ ቀንዲ ውሃቢ ክንክንካ ክትራረበሎም እትደሊ ነገራት ዝርዝር ሓዝ። ኣብ ፈላማይ ምብጻሕኻ ውሃቢ ክንክንካ እቶም ኣዝዮም ኣገደስቲ ጉዳያት ክርኢ እዩ። ኣብ መወዳእታ እዚ መምርሒ ክትጥቀመሉ እትኽእል ቼክሊስት ኣሎ።

ቪታሚናት፣ መመላእታታት ዕጸዋትን ካልኦት ብዘይ ዶክተር ዝሸየጡ መድሃኒታትን፣ ኣስፕሪን ሓዊሱ ዝርዝር ናይ ኩሎም ብሓኪም ዝተኣዘዙኻ መድሃኒታት ዝርዝር ሓዝ።

ዝኾነ ኣለርጂ ኣብ መድሓኒታት፣ መግብታት ወይ ከም ፖለን ዝበሉ ከባብያዊ ኣለርጂ ዘስዕቡ ነገራት ጽሓፍ።

ናይ ክታበት ወይ ኢሙናይዜሽን ሪከርድታት ሓወሲ ቅድሚ ሕጂ ዝነበረ ሕክምናዊ ሪከርድታት እንተሃልዩካ ሒዝካ ምጻእ።

4 ስጉምቲ ናብ ቆጸራኻ ኪድ
ምሳኻ ዝኾነ ሰብ ሒዝካ ምጻእ
ኣበል ስድራ ወይ መሓዛ ሒዝካ ንምምጻእ ናጻ ኩን። እቲ ሰብ እቲ መንገዲ ንምርካብ ክሕግዘካ ይኽእል ወይ ድማ ዝያዳ ምቹእነት ንኽስምዓካ ጥራይ ክሕግዘካ ይኽእል። ሓደ ሓደ እቲ ቀንዲ ወሃቢ ክንክንካ ዝነግረካ ግዜ ካልእ ሰብ ክሰምዕ ጽቡቕ'ዩ።

ህጹጽ ዘይኮነ ኣገልግሎት መጓዓዝያ ትጥቀም እንተኾንካ ምሳኻ ሰብ ሒዝካ ክትመጽእ ኣይትኽእልን ትኸውን። **ዝበለጸ ንምርካብ ንናይ መጓዓዝያ ብሮከርካ ኣዛርብ**

ናይ ህጻናት ቆጸራታት
ወለዲ ኣብ እዋን እቲ ምርመራ መስ ወለዶም ክጸንሑ ይፍቀደሎም እዩ። ኣብ ቅድሚ ዕድመ ንእስነትን ዕድመ ንእስነትን ዘለዉ ህጻናት ወላዲ ከይተረኽበ ነቲ ቀንዲ ወሃቢ ክንክን ክረኽቡ ይኽእሉ እዮም። ምስቶም ህጻናትን ቀንዲ ውሃቢ ክንክንን ኣብዚ ጉዳይ ተመያየጥ።

ኣብኡ ቀልጢፍካ ተረኸብ
ኣብቲ ቤት ጽሕፈት ውሃቢ ክንክን ቅድሚ ቆጸራኻ 15 ደቒቕ ቀዲምካ ተረኸብ። ናብቲ መቐበሊ ኣጋይሽ ብምእታው ዝኾነ ዝተዋህበካ ቅጥዕታት ምልኣዮ። ናይ ProviderOne servicesን ናይ ጥዕና ትልሚ መፍለይ ካርድን ክተርኢ ኣለካ። ከም ፍቓድ መዘወሪ መኪና ዝበሉ ፎቶ ዘለዎ መለለይ መንነት ክተርኢ ክትሕተት ኢኻ።

ቀንዲ ውሃቢ ክንክንካ ርኸብ።
ቀንዲ ወሃቢ ክንክን ጥዕናኻ ሓፈሻዊ ጥዕናኻ ክምርምርን ብዛዕባ ዝኾነ ምስ ጥዕና ዝተኣሳሰር ጸገማት ክዛረበካን እዩ።

ኣብ እዋን ምብጻሕካ ኣብ ዝተዘተየሉ ዝኾነ ይኹን ኣርእስቲ ጥዕና ብጽሑፍ መምርሒታት ንክህበካ ንወሃቢ ኣገልግሎትካ ሕተቶ። ዝኾነ ዘይበርሃልካ ነገር ውሃቢ ክንክንካ ንክደግመልካ ምሕታት ጸገም የብሉን።

ብዛዕባ መድሓኒታትካ ሕተት።
እቶም ናይ ሕጂ መድሓኒታትካ ብጥዕና ትልምኻ ዝተሸፈኑ እንተድኣኮይኖም ሕተት። እንተዘይኮይኖም ወሃቢ ኣገልግሎትካ ዝተሸፈነ መድሓኒት ክመርጽ ይኽእል ይኸውን።

ብዛዕባ ዝኾነ ምስ meHowdications ክህልወካ ዝኽእል ጸገማት ንወሃቢ ቀንዲ ክንክን ጥዕናኻ ንገሮ ከምኡ እውን ቅድሚ ካብ ቤት ጽሕፈት ምውጻእካ ሕቶታት ሕተት።

ናይ ላብራቶሪ መርመራታት ምርካብ
ቀንዲ ውሃቢ ክንክንካ ናይ ላብራቶሪ መርመራታት ክእዝዝ ይኽእል። መብዛሕትኡ ግዜ ውጽኢቱ ንምርካብ ውሑዳት መዓልታት ይወስድ። ክንደይ ግዜ ከም ዝወስድ ሕተት እሞ እቲ ወሃቢ ኣገልግሎትካ ብኸመይ ኣገባብ ከም ዝረኽበካ ከም ዝፈልጥ ኣረጋግጽ።

መርመራ ንምግባር ናብ ካልእ ክፍሊ ወይ ካልእ ህንጻ ክትከይድ ትኸውን። ቀንዲ ወሃቢ ክንክንካ ወይ ሓጋዚኻ ክትፈልጦ ዘለካ ክነግረካ ኣለዎ። ርግጸኛ እንተድኣዘይኮይንካ ኣንፈት ሕተት።

ኣብ ፍሉይ ቅጥዕታት ምክታም
ቀንዲ ውሃቢ ክንክንካ ፍሉይ ቅጥዕታት ክመልኣልካን ክፍርመልካን እንተድኣ ኣድልዩካ ንዕኡ ተወሳኺ ግዜ ፍቐደሉ። ነቲ ቅጥዒ ቅድሚ ንወሃቢ ኣገልግሎት ምሃብካ ከም ስምን ኣድራሻን ዝበሉ እትፈልጦ ሓበሬታ ምምላእ ሓጋዚ እዩ። እዚ ውሃቢ ክንክንካ እቲ ቅጥዒ ብዝበለጸ ብፍጥነት ንምምላእ ይሕግዝ።

ነቲ ተቐባሊ ኣጋይሽ ወይ ነቲ ተሓጋጋዚ ብዛዕባ ቅጥዕታትካ ንምምላእ እቲ ዝበለጸ ኣገባብን ክንደይ ግዜ ከም ዝወስድን ሕተቶ።

5 ስጉምቲ ካልእ ጠቓሚ ሓበሬታ

ፕሪስክሪፕሽናት ክምልኡ ምግባር
ብናይ ጥዕ ትልምኻ ዝተሸፈኑ ፕሪስክሪፕሽናት ክትከፍል የብልካን።

ፋርማሲ ንምርካብን ፕሪስክሪፕሽናት ንምምላእን ሓገዝ ንምርካብ ንትልሚ ጥዕናኻ ኣዛረብ።

መድሓኒታት ምውሳድ
መድሃኒታት ክትወስድ ከለኻ መምርሒታት ቀንዲ ወሃቢ ክንክን ምኽታልካ ኣረጋግጽ። ትኽክለኛ መጠን ኣብ ትኽክለኛ ግዜን ብቑኑዕ ኣገባብን ምውሳድ ኣገዳሲ'ዩ። መድሓኒታት ብግቡእ እንተዘይወሲድካዮም- ጽቡቕ ኣይሰርሑን'ዮም-ንዓኻ'ውን ክጎድኡኻ ይኽእሉ'ዮም።

መምረሕታት እንዘይበሪሁልካ እቲ ቀንዲ ውሃቢ ክንክንካ ንከብረሃልካ ሕተቶ።

መድሓኒታት ክትወስድ እንከለኻ ናብቲ ፋርማሲስት እቶም ፕሪስክሪፕሽናት ከምዝሓዝካ ርግጸኛ ኩን።።

ብስፔሻሊስት ምርኣይ
ምስ ወሃቢ ቀንዲ ውሃቢ ክንክን ጥዕናኻ ወይ ትልሚ ጥዕናኻ ክሳብ ዘይተዘራረብካ ምስ ክኢላ ቆጸራ ኣይትሓዝ።

ስፔሻሊስት ንምርካብ ካብ ቀንዲ ውሃቢ ክንክን "ኣቐዲሙ ዝጸደቐ" ወይ "ሪፈራል" ክትረከብ ኣለካ።

ናይ ጥዕና ትልሚ መመርሒ ምኽታል ይግኡ።
እንተድኣ ኣቐዲሙ ዘይጸደቐ ንበይንኻ ክኢላ እንተርኢኻ፣ ነቲ ቆጸራ ባዕልኻ ክትከፍሎ ክትግደድ ኢኻ።

ኣገልግሎት ሕክምና ማህጸንን ጆይነኮሎጂካልን
ናይ ማህጸን ወይ ጆይነኮሎጂካል (OB/ GYN) ክንክን ኣብ ናይ ጥዕና ትልምኺ ኔትዎርክ ስለዘሎ ክትርኣይ ብቀንዲ ውሃቢ ክንክን ኣቐዲኪ ምጽዳቕ ኣይደልን።

ናይ OB/GYNኪ ስሩዕ ክትትል ከምኡ እውን ዝኾነ ዘድሊ ክትትል ዘድልዮ ክንክን ሽፋን ኣለዎም። ንነፍሰጾራት ውልቀሰባት፣ ኣብ እዋን ጥንሲ ስሩዕ ክንክን ዝተሸፈነ እዩ።

ናይ ኣእምሮ ሕክምና ምርካብ
ሕክምና ናይ ኣእምሮኣዊ ጥዕና ጸገማት ከም ጭንቀት፣ ሻቕሎትን ድሕሪ ስንባደ ዝመጽእ ጸቕጢ (PTSD) ብትልሚ ጥዕናኻ ዝተሸፈነ እዩ።

ቀንዲ ውሃቢ ክንክንካ ዝኾነ ዘድልየካ ክንክን ጥዕና ኣእምሮ ምስ ወሃቢ ጥዕና ኣእምሮ ንምውህሃድ ክሕግዘካ እዩ። ናይ ኣእምሮ ጥዕና ኔትዎርክ ውሃቢ እቶም ኣብ ከይዲ ዘለው ኣገልግሎታት ኣበይ ከምእትረክብ ክውስን እዩ። ናብ ናይ ኣእመሮ ጥዕና ወሃቢ ተመላሊስካ ንምሕካም ናብ ትልሚ ጥዕናኻ ደውል። እንተድኣ ከቢድ ኩታት ጥዕና ኣእምሮ ሃልዩካ ኣብ ማሕበረሰባዊ ትካል ጥዕና ኣእምሮ ምሕካም ከድልየካ ይኽእል እዩ።

ናይ ሰብስታንስ ምጥቃም ምዝባዕ ክንክን ኣገልገሎታት ምርካብ
ኣቐዲምካ ፍቓድ ወይ ካብ ትልሚ ጥዕናኻ ሪፈራል ኣየድልየካን እዩ። ኣብ Apple Health እንተድኣቲኻ ብቀጥታ ንናይ ክንክን ኤጀሲ ኣዛርብ።

ኣብ ጥቓኻ ዝርከብ ናይ ሕክምና ትካል ንምርካብ ኣብ ክፍሊ ጥዕና ናይ ባህሪ ጥዕና ትካላት ዝርዝር ርአ፤ **doh.wa.gov/sites/default/files/2022-02/606019-BHADirectory.pdf**

ናብ ዋሺንግተን ምሕዋይ ሓገዝ መስመር ብ1-866-789-1511 ደውል ወይ ኣብ **warecoveryhelpline.org**። ርአ

ብሄራዊ ላይፍላይን ምክልኻል ዓርሰ ቅትለት
ኣብ ከባቢኻ ዝርከብ ማእኸለው ቅልውላው ኣብ ዝኾነ እዋን ምስ ብቑዕ ዝሰልጠነ ኣማኻሪ ንምትእሳሳር ብ988 ደውል ወይ መለእኽቲ ጸሓፍ ናብ 1-800-273-8255 (TTY ተገልገልቲ 1-800-799-4889) ደውል።

ኣብ ድሕሪ ሰዓታት ክንክን እንተደሊኻ
ድሕሪ ሰዓታት ክንክን ይህቡ ድዮም ኣይህቡን ንምርኣይ ናብ ቀንዲ ወሃቢ ክንክንካ ደውል።

ተወሳኺ ናብቲ ናይ 24 ሰዓታት ናይ ነርስ ሓገዝ መስመር ትልሚ ጥዕናኻ ደዊልካ ንነርስ እንታይ ክትገብር ከም ዘለካ ክትሓትት ትኽእል ኢኻ። እቲ ቁጽሪ ቴሌፎን ኣብ **ክፍሊ 1** ቀሪቡ ኣሎ፡

ህጹጽ ክንክን ምስእትደሊ
ህጹጽ ዘይኮነ ግን ድማ ቅልጡፍ ክንክን ዘድልዮ መጉዳእቲ ወይ ሕማም ክህልወካ ይኽእል እዩ። ኣብ መርበብ ትልምኻ ህጹጽ ክንክን ቀረባት ንምርካብ ንውጥንካ ኣዛርብ። ምኽሪ ንምርካብ ናብቲ ናይ ትልምኹም ናይ 24 ሰዓታት ናይ ነርስ ሓገዝ መስመር ክትድውል ትኽእል ኢኻ።

ኣብ ህጹጽ ኩነታት
ህጹጽ ሕክምና ዘደልዮ ሃንደበታዊ ወይ ከቢድ ናይ ጥዕና ጸገም እንተድኣጋጢሙካ ናብ 911 ደውል ወይ ናብቲ ኣብ ቀረባኻ ዘሎ ክፍሊ ህጹጽ ረድኤት ኪድ።

ብዝተኽኣለኩም ፍጥነት ብድሕርዚ ናብ ናይ ጥዕና ትልምኹም ደዊልኩም ኢመርጀንሲ ከም ዘጋጠመኩምን ኣበይ ከም ዝተሓከምኩም ኣፍልጡ።።

ናብ ክፍሊ ህጹጽ ረድኤት ሆስፒታል ህጹጽ ሕክምና ከድልየካ እንከሎ ጥራሕ ኪድ። ንስሩዕ ክንክን ናብ ህጹጽ ክፍሊ ኣይትኺድ። እቲ ናይ ህጹጽ ክፍሊ ንከቢድ ህጹጽ ሕክም ጥራሕ ዝተዳለወ ዩ።

ናይ ጥዕና ክንክን ኣምራት

ይግባይ
ንትልሚ ጥዕናኻ ንዝተኸልከለ ኣገልግሎት ወይ ክፍሊት ዳግማይ ክረአ ንምግባር እትወስዶ ስጉምቲ።

መርመራ
ስሩዕ ሓፈሻዊ መርመራ ጥዕና ኣካላዊ መርመራ፣ናይ ድሕነት መርመራ ወይ ዓመታዊ መርመራ ተባሂሉ'ውን ይጽዋዕ።

ሽፋን
እቲ ትልምኻ ዝኸፍሎ ኣገልግሎታትን ጥቕምታትን።

ክሕደት ወይ ተግባር
ትልምኻ ንሓደ ኣገልግሎት ኣብ ዘይጸድቐሉ ወይ ኣብ ዘይከፍለሉ እዋን።

ፎርሙላሪ
ዝርዝር ናይቶም ትልሚ ጥዕናኻ ዝሸፍኖም ፕሪስክሪፕሽናት። ናይ መድሓኒት ዝርዝርት እውን ይበሃሉ።

ትልሚ ጥዕና
ገለ ካብዞም ምስ ግዝኣት ዋሽንግተን ውዕል ብምግባር ክንክን ጥዕናኹም ዝሸፍን ኩባንያታት፤ Community Health Plan of Washington፣ Coordinated Care፣ Molina Healthcare፣ UnitedHealthcare Community Plan፣ እና Wellpoint Washington.

ናይ ሕክምና ታሪኽ፡
ናይ ክታበት ሪከርድታት፤ ዓበይቲ ጸገማት ጥዕና፤ ሕክምና ከምኡ'ውን ከቢድ ጸገማት ጥዕና ዝነበሮም ኣባላት ስድራቤት።

ናቹሮፓዝ
ኩለንተናዊ ኣገባብን ዘይተተዛመቲ ሕክምናታትን ዝጥቀም ወሃቢ ክንክናት። ናቹሮፓዝ መጥባሕትን መድሓኒታትን ንምንካይ ጻዕሪ ይገብር።

ኔትዎርክ
እቶም ትልሚ ጥዕናኻ ውዕል ዝገብረሎም መሳለጥያታት፣ ወሃብቲ ኣገልግሎትን ኣቕረብትን።

ነርሲ ፕራክትሽነር
ካብ ምዝጉብ ነርስ (RN) ዝድለ ንላዕሊ ምዕቡል ስራሕ ኮርስን ክሊኒካዊ ትምህርትን ዝዛመ ምዕቡል ምዝጉብ ነርስ ፕራክቲሻን።

ናይ ሓኪም ሓጋዚ
ከም ኣካል ናይ ሓደ ጉጅለ ኣብ ትሕቲ መሪሕነት ሓኪም ሕክምና ክሰርሕ ፍቓድ ዘለዎ በዓል ሞያ ክንክን ጥዕና እዩ።

ናይ ምክልኻል ክንክን ጥዕና
ሕማማት፣ ሕማማትን ካልእ ጸገማት ጥዕናን ንምክልኻል ወይ ሕማም ብኣጋኡ ንምፍላጥ መርመራታት፣ ክትትልን ምኽሪ ተሓክምትን ዘጠቓልል ስሩዕ ክንክን ጥዕና። እዚ ድሕነት ህጻናት፤ ህጻናትን መንእሰያትን መርመራ፤ ከምኡ'ውን ናይ ዓበይቲ ምክልኻል ክንክን የጠቓልል፤ ከም መርመራ መንሽሮ ጡብ፣ ፕሮስቴትን መዓንጣን (ማሞግራም፣ መርመራ ፕሮስቴትን ኮሎኖስኮፒን) ዝበሉ።

ቀዳማይ ደረጃ ኣቕራቢ
እቲ ቀንዲ ወሃቢ ክንክን ጥዕናኻ ዝኾነ ሓኪም፣ ሓጋዚ ሓኪም፣ ነርስ ፕራክቲሻን፣ ናቱሮፓት ወይ ክሊኒክ።

ኣቐዲምካ ምፍቃድ
ትልሚ ጥዕናኻ ብሕክምናዊ መዳይ ኣድላዪ ዝኾነ ኣገልግሎት ሕክምና፣ ትእዛዝ ሓኪም ወይ ቀጻሊ ሕክምናዊ መሳርሒ ምስ ዘጽድቕ። ሪፈራል ወይ ናይ ፍቓድ ሕቶ እውን ይበሃል እዩ።

ኣቕራቢ
ሓኪኪ፣ ሓኪም ስኒ፣ ሓኪም መጥባሕቲ፣ ሓጋዚ ሓኪም፣ ነርስ ፕራክቲሻን፣ ናቱሮፓዝ፣ ካልእ በዓል ሞያ ክንክን ጥዕና፣ ወይ ክንክን ጥዕና ዝህብ ክሊኒክ።

ProviderOne
እቲ ናብ ዓማዊል ናይ ኣገልግሎት ካርድ ዝልእኽን ንሕክምናኻ ዝኸውን ሕሳብ ዘመሓድርን ስርዓተ ኮምፒተር።

ሪፌራላት
ወሃቢ መባእታዊ ክንክን ወይ ትልሚ ጥዕና ናብ ክኢላ ምስ ዝሰደደካ። ኣቐዲምካ ምጽዳቕ እውን ይበሃል።

ናይ ኣገልግሎት ካርድ
ካብ Apple Health እትረኽቦ ካርድ ሽፋን ከምዘለካ ዘርኢ። ProviderOne card እውን ይበሃል። ካብ ትልሚ ጥዕናኻ ፍሉይ ናይ ኣባል መለለዪ ካርድ እውን ክትረክብ ኢኻ።

በዓል ሞያ
ከም ኦንኮሎጂስት (ሓኪም መንሽሮ) ሓኪም ማህጸን (ንነፍሰጾራት ውልቀሰባት ዝከናኸን ሓኪም) ወይ ኦርቶፐዲስት (ዝተሰብረ ኣዕጽምቲ ወይ ቃንዛ ሕቖ) ዝበሉ ፍሉያት ዓይነታት ኩነታት ወይ ሕማማት ዝሕክም ሓኪም ወይ በዓል ሞያ ክንክን ጥዕና።

ናይ ድሕነት መርመራ
ሓፈሻዊ ናይ ጥዕናኻ መርመራ። መርመራ፣ ኣካላዊ መርመራ ወይ ዓመታዊ መርመራ ተባሂሉ'ውን ይጽዋዕ እዩ።

ዝርዝር መፈተሺ ቆጸራ ወሃቢ መባእታዊ ክንክን

ቅድሚን ኣብእዋንን ምስ ወሃቢ ኣገልግሎት ዝህልወካ ቆጸራኻ ኩሉ ክትዝክር ዝሕግዘካ ቼክሊስት ኣብዚ ኣሎ።

- [ ] ሽም ኣላዪ ______________________________
- [ ] ናይ ውሃቢ ክንክን ቁጽሪ ቴሌፎን ______________________________
  ደንጉዩ እንተኾይኑ ክትጥቀመሉ፣ appt ወዘተ ምቕያር)
- [ ] ዕለት ቆጸራ ______________________________
- [ ] ሰዓት ቆጸራ ______________________________
- [ ] ኣድራሻ______________________________
- [ ] ቁጽሪ ሱት ______________________________
- [ ] ናይ ቆጸራ ምኽንያ ______________________________
- [ ] ንናይ ምንቅስቓስ፣ ምዝራብ ወይ ናይ ምስማዕ ጸገም ተርጓሚ ወይ ፍሉይ ቀረብ እንተድኣ ኣድልዩካ ምስ ናይ ወሃቢ ተቐባሊ ጋሻ ተመያየጥ
- [ ] ናብ ቆጸራ እትወስዶም ነገራት
  - [ ] ዝርዝር መድሓኒታት
  - [ ] ዝርዝር ኣለረጂታት
  - [ ] ናይ ሕክምና ታሪኽ ወይ ሪከርድታት
  - [ ] ኣገልግሎታት ካርዲ (ProviderOne card እውን ይበሃል)
  - [ ] ትልሚ ጥዕና መለለይ ካርዲ
  - [ ] ፎቶ ዘለዎ መለለይ መንነት
  - [ ] ናይ ህጹጽ እዋን ሽምን ኣድራሻ ሓበሬታን
  - [ ] ኣባል ስድራ ወይ መሓዛ
  - [ ] መጓዓዝያ ምድላው
  - [ ] ምድላው ክንክ ህጻን
  - [ ] ቀንዲ ውሃቢ ክንክንካ እትሓቶ ወይ እትዛረቦ ጉዳት
  - [ ] 1.
  - [ ] 2.
  - [ ] 3.
- [ ] ንቀንዲ ውሃቢ ክንክንካ እትሓቶ ሕቶታት
  - [ ] 1. ______________________________
  - [ ] 2. ______________________________
  - [ ] 3. ______________________________