



# خوش آمدید

به Washington Apple Health

فقط خدمات سلامت رفتاری



[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 የሰነድ-ችን 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 ဘာသာစကားအထောက်အကူပေးဆောင်ရွက်မှုများကို 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, ມີໄວ້ໃຫ້ຟຣີໂດຍບໍ່ຄິດຄ່າ. ໂທຫາເລກ 1-800-562-3022 (TRS: 711).

[Pashto] په انګلیسي ژبه باندې دپوهیدلو، په شمول د ژباړونکي او د چاپ شوي موادو ژباړه کولو د مرستې خدمتونه، پرته له تادیبي په وړیا 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—ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਅਤੇ ਪ੍ਰਿੰਟ ਕੀਤੀ ਹੋਈ ਸਮੱਗਰੀ ਦੇ ਅੰਨੁਵਾਦ ਸਮੇਤ—ਮੁਫਤ 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 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).

HCA متعهد به ارائه دسترسی برابر به خدمات ما است. در صورت نیاز به امکانات یا نیاز به مدارک به فرمت یا زبانی دیگر، لطفاً با شماره 1-800-562-3022 (TRS: 711) تماس بگیرید.

- [3] Washington Apple Health به  
Apple Health services / خوش آمدید
- [3] کارت خدمات شما
- [5] مراقبت اولیه
- [6] طرح سلامت رفتاری از طریق شهرستان
- [8] خدمات شرایط بحرانی
- [9] راه‌های ارتباطی سلامت رفتاری
- [10] اطلاعاتی برای سرخپوست‌های آمریکایی و بومیان آلاسکا
- [11] خدماتی که ممکن است برای دسترسی  
به مراقبت بهداشتی به آن‌ها نیاز داشته باشید
- [12] حقوق و وظایف شما
- [13] تماس با ما/منابع

### رفع مسئولیت مربوط به این کتابچه

مزایای شما در این کتابچه معرفی می‌شود و توضیحی در مورد حقوق و وظایف شما و نحوه دسترسی به خدمات ارائه می‌گردد. لطفاً توجه داشته باشید که این کتابچه باعث ایجاد هیچگونه حقوق و تعهد قانونی نخواهد شد. شما نباید بر روی این کتابچه به عنوان تنها منبع اطلاعات خود در مورد Apple Health (Medicaid) اتکا کنید. شما می‌توانید با مراجعه به وبسایت مرجع مراقبت بهداشتی در صفحه قوانین و مقررات ، [hca.wa.gov/about-hca/rulemaking](https://hca.wa.gov/about-hca/rulemaking) اطلاعات بیشتری در مورد Apple Health کسب کنید.

# به Washington Apple Health خوش آمدید

شما به این دلیل این کتابچه را دریافت می‌کنید که اخیراً واجد شرایط *Washington Apple Health* (Medicaid) ارائه شده توسط مرجع مراقبت بهداشتی (HCA) ایالت واشنگتن شده‌اید. در این کتابچه اطلاعاتی در مورد دریافت خدمات *Apple Health* بدون طرح مراقبت مدیریت شده ارائه شده است.



## خدمات Apple Health

مشتریان *Apple Health* بدون طرح مراقبت مدیریت شده واجد شرایط این خدمات هستند:

- قرار ملاقات با پزشک یا متخصص مراقبت بهداشتی برای دریافت مراقبت ضروری شامل خدمات پیشگیرانه و تندرستی
- مراقبت پزشکی اورژانسی
- مراقبت از مادر و نوزاد تازه متولد شده
- خدمات پزشکی کودکان، شامل مراقبت دهان و بینایی
- خدمات آزمایشگاهی
- تجویز دارو
- بستری در بیمارستان
- خدمات سرپایی بیمار
- خدمات و دستگاه‌های توانبخشی و کمک‌کننده\*
- خدمات سلامت روان
- عینک و خدمات متناسب‌سازی برای کودکان (زیر 21 سال)
- خدمات مراقبت بلند مدت
- خدمات برای اشخاص دارای ناتوانی‌های رشدی
- خدمات دندانپزشکی

\*تنها برای برنامه بزرگسالان در *Apple Health* در دسترس است. جهت کسب اطلاعات بیشتر از طریق شماره 1-800-562-3022 با ما تماس بگیرید.

## کارت خدمات شما

شما کارت خدمات *Apple Health* را از طریق پست دریافت خواهید کرد.

پس از دو هفته از زمان واجد شرایط شدن شما برای دریافت خدمات *Apple Health* از طریق [Washington Healthplanfinder](http://WashingtonHealthplanfinder.org) یا [Washington Connection](http://WashingtonConnection.org) (که کارت *ProviderOne* نیز نامیده می‌شود) مشابه عکس دریافت خواهید کرد. در حفظ این کارت کوشا باشید. این کارت بیانگر این است که شما واجد شرایط پوشش *Apple Health* هستید. این موارد در کارت خدمات شما درج شده است:

- شماره شناسه *ProviderOne*
- تاریخ صدور
- وبسایت *ProviderOne*
- اطلاعات تماس خدمات مشتریان

نیازی به فعال‌سازی *services card* جدیدتان ندارید. *HCA* پیش از ارسال آن از طریق پست به شما، آن را فعال می‌کند. هر شخص یک شماره مشتری منحصر به فرد و مادام‌العمر دارد.

## در صورت عدم دریافت *services card* یا گم کردن آن

اگر *services card* را ظرف دو هفته از احراز واجد شرایط بودن *Apple Health* دریافت نکردید، جهت درخواست کارت جایگزین با خدمات مشتریان *Apple Health* تماس بگیرید. همچنین می‌توانید در 24 ساعت شبانه‌روز و 7 روز هفته به <https://fortress.wa.gov/hca/p1contactus> مراجعه نمایید یا در طول ساعات کاری با شماره 1-800-562-3022 (رایگان) تماس بگیرید.

در صورت گم کردن *services card* می‌توانید از طریق یکی از این گزینه‌ها، کارت جایگزین را در به صورت شبانه‌روزی و همه‌روزه درخواست دهید:

- تلفن خودکار. تماس با شماره 1-800-562-3022 (رایگان) و انتخاب گزینه 1 برای خدمات مشتری، سپس گزینه 1 برای *services card*.
- به وسیله کامپیوتر و استفاده از پورتال مشتری. پورتال مشتری از طریق این لینک قابل دسترسی است: <https://www.waproviderone.org/client>

**توجه:** تنها اطلاعات کلی در این لیست ارائه شده و تضمین نمی‌شود *Apple Health* آن خدمات را پوشش دهد. بعضی از افراد برنامه‌های واجد شرایط بودن به صورت محدود واجد شرایط دریافت این خدمات هستند. آیین نامه اداری واشنگتن 182-501-0060 (WAC) را مشاهده نمایید.



## ProviderOne

اگر در گذشته از پوشش Apple Health استفاده می‌کرده‌اید، ما کارت جدیدی برایتان ارسال نخواهیم کرد. کارت قبلی شما حتی در صورت وقفه در پوشش همچنان معتبر است. شماره مشتری ProviderOne شما نیز ثابت خواهد بود.

در زمان مراجعه به پزشک، داروخانه یا سایر ارائه‌دهندگان مراقبت بهداشتی، services card خود را همراه داشته باشید. احتمالاً به یک کارت شناسایی عکس‌دار هم نیاز خواهید داشت.

عبارت «ProviderOne» بر روی services card قابل مشاهده است. ProviderOne سیستم HCA است که به ما کمک می‌کند اطلاعات مهم را برای شما ارسال کنیم. شماره درج‌شده بر روی کارت، شماره مشتری ProviderOne شما است.

ارائه‌دهندگان مراقبت بهداشتی نیز می‌توانند جهت اطمینان از اینکه بیماران آنها واجد شرایط Apple Health هستند از ProviderOne استفاده کنند. حتماً تغییر اطلاعات خانوار خود نظیر تغییر آدرس را در Washington Connection یا Washington Healthplanfinder گزارش کنید.

هر کدام از اعضای خانواده شما که واجد شرایط Apple Health باشند، services card مخصوص به خود را دریافت می‌کنند. هر شخص یک شماره مشتری منحصر به فرد و مادام‌العمر دارد.

# مراقبت اولیه

## دلیل اهمیت ارائه‌دهنده مراقبت اولیه چیست

ارائه‌دهنده خدمات اولیه شما (PCP) نخستین متخصص مراقبت بهداشتی است که با آن روبرو می‌شوید. خدمات مراقبت اولیه را به شما و خانواده شما ارائه می‌دهد و با سایر ارائه‌دهندگان همکاری می‌کند. PCP شما با سوابق سلامت شما و مشکلات سلامت فعلی شما آشنا شده و در مدیریت سلامت به شما کمک می‌کند.

PCP ممکن است پزشک باشد، مانند:

- پرستار متخصص دارای پروانه کار
- پزشک خانواده
- پزشک طبیعی درمان
- متخصص زایمان/متخصص زنان
- پزشک اطفال
- دستیار پزشک

## انتخاب ارائه‌دهنده مراقبت اولیه

PCP شما باید فردی باشد که با وی احساس راحتی کنید. می‌توانید مشخص کنید که ترجیحاً جنسیت PCP شما چه باشد. می‌توانید PCP انتخاب کنید که به زبان شما صحبت کند، در زمینه ناتوانی شما تخصص داشته باشد یا فرهنگ شما را درک کند.

اگر PCP موردنظر خود را دارید یا ارائه‌دهنده‌ای مدنظر دارید، از ارائه‌دهنده بپرسید آیا پرداخت به ازای خدمات Apple Health را قبول می‌کند. در صورت پذیرفتن، می‌توانید همچنان به آن ارائه‌دهنده خدمات مراجعه کنید. اگر وی پرداخت به ازای خدمات Apple Health را نپذیرد، لازم است PCP دیگری پیدا کنید. می‌توانید ارائه‌دهندگانی که Apple Health services card را می‌پذیرند، مشاهده نمایید.

## دریافت ارجاع جهت خدمات تخصصی

گاهی اوقات نیاز است برای قلب خود به متخصص قلب یا برای پاهای خود به متخصص پا مراجعه کنید. PCP شما را جهت دریافت این خدمات تخصصی به این متخصصین ارجاع می‌دهد.

توجه: بعضی از خدمات تخصصی نیازمند تأییدیه قبلی از HCA پیش از دریافت آن خدمات است. ارائه‌دهنده شما این تأییدیه قبلی را درخواست می‌کند تا بتوانید این خدمات را دریافت کنید.

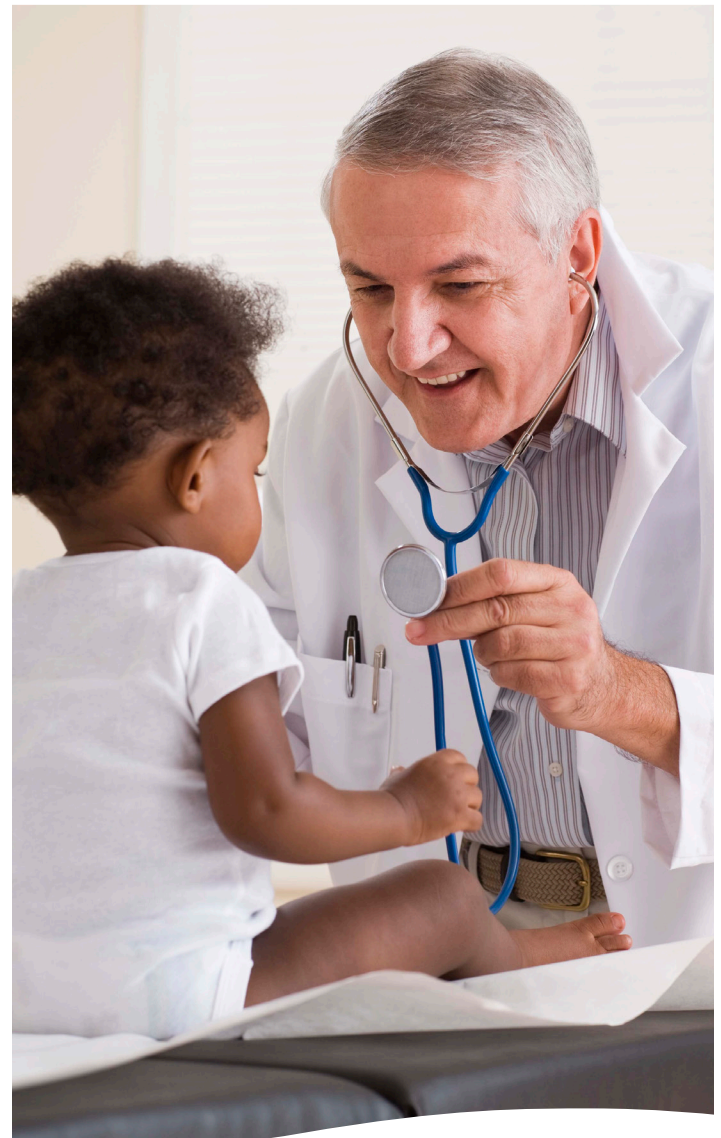
## نحوه اخذ وقت قبلی

پس از انتخاب PCP خود، جهت اخذ نوبت تماس بگیرید. برای اکثر خدمات، باید جهت ویزیت شدن توسط ارائه‌دهنده، نوبت بگیرید. اگر نیاز یا نگرانی اضطراری در مورد سلامت خود دارید، باید بتوانید ظرف چند روز PCP خود را ملاقات کنید. حتی اگر نگرانی اضطراری در مورد سلامت خود نداشته باشید، جهت چک‌آپ کلی (که بررسی سلامت نیز نامیده می‌شود) وقت قبلی بگیرید. دریافت نوبت برای چک‌آپ کلی معمولاً زمان بیشتری می‌برد، پس آن را به تعویق نیندازید. بررسی سلامت مهم است، زیرا یافتن زود هنگام مشکلات می‌تواند از بیمار شدن شما جلوگیری کند.

## در صورت نیاز به مراقبت

بهترین کار مراجعه به PCP خود برای مراقبت دوره‌ای یا پیشگیرانه است. در صورتی که نیاز مراقبت بهداشتی اضطراری دارید و نمی‌توانید منتظر وقت ملاقات با PCP خود بمانید، برای دریافت مراقبت به مرکز مراقبت بهداشتی اضطراری بروید و مراقبت را با PCP ادامه دهید.

برای مراقبت اورژانسی - با 911 تماس بگیرید یا به نزدیک‌ترین مکانی که ارائه‌دهنده مراقبت اورژانسی می‌تواند کمک کند، مراجعه کنید. نمونه‌هایی از موارد اورژانسی: حمله قلبی، شکستگی استخوان یا واکنش حساسیتی شدید.



## سلامت رفتاری

اگر services card داشته باشید، به خدمات سلامت روان و درمان استفاده از مواد (که مجموعاً به نام «خدمات سلامت رفتاری» شناخته می‌شود) دسترسی خواهید داشت. می‌توانید به روش‌های زیر به خدمات سلامت رفتاری دسترسی پیدا کنید:

- با طرح مراقبت مدیریت شده فقط خدمات بهداشت رفتاری (BHSO) مربوط به کانتی خود تماس بگیرید. به صفحه 9 مراجعه کنید.
  - با مرکز خدمات مشتریان Apple Health به شماره 1-800-562-3022 تماس بگیرید.
- حتماً تغییر مکان خود را به اطلاع متخصص سلامت رفتاری خود برسانید.

یادآوری: در صورت مراجعه به ارائه‌دهنده‌ای که خارج از قرارداد شما با Apple Health است، باید هزینه خدمات دریافتی را پرداخت نمایید.

با مراجعه به [hca.wa.gov/mental-health-and-addiction-services](https://hca.wa.gov/mental-health-and-addiction-services)، در مورد درمان سلامت رفتاری و خدمات تحت حمایت HCA اطلاعات بیشتری کسب کنید.

### سایر منابع:

- در خصوص نکات مربوط به جلوگیری از استفاده از الکل و ماریجوانا در افراد زیر سن قانونی: [StartTalkingNow.org](https://www.starttalkingnow.org).
- کمک به نوجوانان (خط کمک‌رسانی همراه با پاسخگویی توسط یک نوجوان): [866teenlink.org](https://www.866teenlink.org) یا 1-866-833-6546.





ارزیابی - «مصاحبه» توسط ارائه‌دهنده مراقبت جهت تصمیم‌گیری در مورد خدمات موردنیاز شما.

درمان مداخله کوتاه - زمان محدود، جهت کاهش مشکلات مصرف، قبل از این خدمت، به ارزیابی سرپایی اختلال سوءمصرف مواد نیاز ندارد. مدیریت ترک (سم‌زدایی) - کمک به کاهش مصرف الکل یا سایر مواد در طول زمان، تا زمانی که توقف مصرف خطری برای فرد نداشته باشد. قبل از این خدمت، به ارزیابی سرپایی اختلال سوءمصرف مواد نیاز ندارد. این خدمات شامل درمان در بیمارستان نمی‌شود.

درمان سرپایی - جلسات مشاوره فردی و گروهی در جامعه شما.  
درمان سرپایی فشرده - جلسات فشرده مشاوره فردی و گروهی.

درمان همراه با بستری - برنامه‌ای جامع در زمینه مشاوره فردی، مشاوره گروهی و آموزش که در مؤسسه تحت نظارت 24 ساعته ارائه می‌شود.

خدمات درمان جایگزین کردن مواد دارای مورفین - ارزیابی و درمان سرپایی برای افراد معتاد به مورفین ارائه می‌شود. شامل تجویز دارو و مشاوره تأیید شده است.

مدیریت موردی - کمک به یافتن خدمات پزشکی، اجتماعی، آموزشی و سایر خدمات.

ارزیابی سرپایی سلامت روان - نیازها و اهداف شما را مشخص کرده و به ارائه‌دهنده مراقبت سلامت روان شما کمک می‌کند سایر خدمات و درمان طرح را به شما توصیه کند.

خدمات درمان فردی - مشاوره و/یا سایر فعالیت‌های طراحی شده جهت دستیابی به اهداف شما در طرح خدمات خود.

مدیریت تجویز دارو - کارمندان مجاز برای شما دارو تجویز می‌کنند و عوارض جانبی آنها را به شما گوشزد می‌کنند.

نظارت بر دارو - خدماتی جهت بررسی نحوه عملکرد داروها بر روی شما و کمک به مصرف صحیح آنها.

خدمات درمان گروهی - مشاوره با سایر افرادی که چالش‌های مشابهی دارند.

پشتیبانی همتا - کمک به سیستم سلامت روان و دستیابی به اهداف بهبود خود که توسط فردی آموزش‌دیده که در حال بهبود از بیماری روانی است، ارائه می‌شود.

مداخله و درمان کوتاه‌مدت - مشاوره کوتاه‌مدتی که تمرکز آن بر مشکل خاصی است.

درمان خانوادگی - مشاوره با محوریت خانواده جهت کمک به ایجاد روابط قوی‌تر و حل مشکلات.

درمان بسیار فشرده - خدمات ارائه‌شده توسط گروهی از ارائه‌دهندگان خدمات سلامت روان جهت کمک به دستیابی به اهدافتان در طرح فردی خود.

آموزش روانی درمانی - آموزش مربوط به بیماری روانی، گزینه‌های درمان سلامت روان، داروها و بهبودی شامل پشتیبانی و/یا خدمات حمایتی.

پشتیبانی روزانه - برنامه فشرده جهت فراگیری یا کمک با توانایی‌های زندگی مستقل.

ارزیابی و درمان/بستری شدن در بیمارستان - مراقبت بحرانی سرپایی دارای ضرورت پزشکی شامل بستری در طول شب یا بستری طولانی‌تر در بیمارستان، یا موقعیت‌های دیگر برای ارائه مراقبت ویژه برای درمان رفتاری. قبل از این خدمت، به ارزیابی سرپایی سلامت رفتاری نیاز ندارید.

خدمات تثبیت - در منزل یا شرایطی شبیه منزل ارائه می‌شود تا از بستری در بیمارستان جلوگیری شود. پیش از این سرویس به ارزیابی پذیرش نیاز نخواهید داشت.

مدیریت موردی توانبخشی - هماهنگی و همکاری بین خدمات سلامت روان بستری و سرپایی. این مورد باید بخشی از ارزیابی پذیرش شما باشد. خدمات سلامت روان ارائه‌شده در محل زندگی - در صورت زندگی به صورت گروهی، خدمات در محل زندگی شما ارائه می‌شود.

ارزیابی جمعیت ویژه - کمک به برنامه‌ریزی درمان از طرف متخصصی که در زمینه کودکان فعالیت می‌کند، افراد بزرگسال و افراد دارای پیش‌زمینه چند فرهنگی.

ارزیابی روانشناختی - آزمایش‌هایی که به برنامه‌ریزی برای تشخیص، ارزیابی و درمان کمک می‌کند.







## خدمات شرایط بحرانی

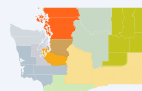
- خط راهنمای بهبود: [waRecoveryHelpline.org](http://waRecoveryHelpline.org) در صورت نیاز به درمان، با خط 24 ساعته، رایگان و محرمانه (TTY 1-206-461-3219) تماس بگیرید.
- خط 24 ساعته، رایگان و محرمانه (TTY 1-206-461-3219) تماس بگیرید.
- خط راهنمای بهبود: به شماره 988 پیام بفرستید یا با آن تماس بگیرید یا با 1-800-273-8255 (کاربران TTY 1-800-799-4889) تماس بگیرید.
- خدمات شرایط بحرانی به خدمات 24 ساعته‌ای گفته می‌شود که هدف از آن پایدار کردن وضعیت شما در وضعیت بحرانی است و در بهترین مکان جهت دستیابی به نیازهای شما ارائه می‌شود. برای این خدمات نیازی به ارزیابی سرپایی سلامت رفتاری نخواهید داشت.
- جهت دریافت کمک فوری، با 911 تماس بگیرید یا به بخش اورژانس نزدیک‌ترین بیمارستان مراجعه نمایید.
- برای استفاده از خدمات اورژانسی سلامت روان با شماره 988 تماس بگیرید. برای خدمات شرایط بحرانی نیازی به تأییدیه نخواهید داشت.
- برای دسترسی به لیست خطوط بحران از این پیوند بازدید نمایید: [hca.wa.gov/mental-health-crisis-lines](http://hca.wa.gov/mental-health-crisis-lines).

## فقط راه های ارتباطی خدمات بهداشت رفتاری

وبسایت	تلفن اصلی	طرح‌های فقط خدمات بهداشت رفتاری
<a href="http://chpw.org">chpw.org</a>	1-800-440-1561	Community Health Plan of Washington (CHPW)
<a href="http://coordinatedcarehealth.com">coordinatedcarehealth.com</a>	1-877-644-4613	Coordinated Care (CC)
<a href="http://molinahealthcare.com">molinahealthcare.com</a>	1-800-869-7165	Molina Healthcare of Washington (MHW)
<a href="http://uhcommunityplan.com">uhcommunityplan.com</a>	1-877-542-8997	UnitedHealthcare Community Plan (UHC)
<a href="http://wellpoint.com/wa/medicaid">wellpoint.com/wa/medicaid</a>	1-833-731-2167	Wellpoint Washington (WLP)

راه‌های سازمان‌های مراقبت مدیریت‌شده (برای مزایای فقط خدمات سلامت رفتاری)

کانتی	Community Health Plan of Washington	Coordinated Care	Molina Healthcare of Washington	United Healthcare of Washington	Wellpoint Washington (Amerigroup سابق)
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
Foster Care (statewide)		X			



توجه: مراقبت سرپرستی Apple Health برنامه‌های مربوط به کل ایالت است که از طریق Apple Health Core Connections (مراقبت هماهنگ شده واشنگتن) ارائه میشود.

## اطلاعاتی برای سرخپوستان آمریکایی و بومیان آلاسکا

اگر سرخپوست آمریکایی یا بومی آلاسکا هستید، ممکن است بتوانید خدمات مراقبت‌های بهداشتی را از طریق یک مرکز خدمات بهداشتی سرخپوستان، برنامه مراقبت بهداشتی قبیله‌ای یا برنامه بهداشت سرخپوستان شهری نظیر هیئت بهداشت سرخپوستان سیاتل یا پروژه NATIVE اسپوکین دریافت کنید. ارائه‌دهندگان خدمات در این مراکز با فرهنگ، جامعه و نیازهای سلامت محور شما آشنا هستند.

آنها مراقبت مورد نیاز را در اختیارتان قرار داده یا شما را به یک متخصص ارجاع می‌دهند. ممکن است به شما کمک کنند تصمیمات مورد نیاز برای انتخاب یک طرح مراقبت مدیریت شده (که می‌تواند طرح فقط خدمات بهداشت رفتاری [BHSO] باشد)، یا پوشش Apple Health فاقد طرح مراقبت مدیریت شده (که به آن هزینه به ازای خدمات Apple Health گفته می‌شود) را انتخاب کنید. اگر درباره مراقبت‌های بهداشتی یا پوشش مراقبت‌های بهداشتی خود سؤالی دارید، ممکن است کارکنان قبیله یا UIHP بتوانند به شما کمک کنند.



## مدیریت پرونده مراقبت اصلی

برخی از مراکز IHS، برنامه‌های خدمات درمانی قومی و UIHP ها در صورت انتخاب پوشش Apple Health بدون طرح مراقبت مدیریت شده، به شما مدیریت پرونده مراقبت اصلی (PCCM) ارائه می‌دهند. PCCM یک برنامه Apple Health است که خدمات درمانی شما را مدیریت کرده و می‌گرداند، از

جمله ارجاع به پزشک متخصص و در اختیار قرار دادن اطلاعات پزشکی و سلامت شما با متخصصان در صورت لزوم، جهت ارزیابی و درمان. در صورت علاقه به برنامه PCCM، می‌توانید از مرکز IHS، برنامه سلامت قومی یا UIHP خود درباره شرکت کردن آن‌ها در برنامه PCCM و امکان ثبت‌نام خود در این برنامه سؤال کنید. شما می‌توانید هر وقت بخواهید در برنامه PCCM ثبت‌نام کنید یا از آن انصراف دهید، اما ثبت‌نام یا انصراف شما تا ماه آزاد بعدی ترتیب اثر داده نخواهد شد.

## روش‌هایی برای دریافت مراقبت‌های بهداشتی

HCA به سرخپوستان آمریکایی یا بومیان آلاسکا در واشنگتن این امکان را می‌دهد که طرح مراقبت مدیریت شده Apple Health یا پوشش Apple Health بدون طرح مراقبت مدیریت شده را انتخاب کنند. HCA این کار را به منظور رعایت قوانین فدرال و با در نظر گرفتن پیچیدگی سیستم ارائه مراقبت‌های بهداشتی سرخپوستان و جهت کسب اطمینان از این مسئله انجام می‌دهد که به مراقبت‌های بهداشتی متناسب با فرهنگتان دسترسی داشته باشید.

- در پوشش Apple Health بدون طرح مراقبت مدیریت شده، می‌توانید هر ارائه‌دهنده‌ای را انتخاب کنید که در برنامه هزینه به ازای خدمات Apple Health مشارکت داشته و در حال حاضر بیماران را می‌پذیرد. این ارائه‌دهندگان باید تمام الزامات مجوزهای صادر شده توسط ایالت خود را برآورده سازند. برای پیدا کردن یک ارائه‌دهنده مراقبت‌های بهداشتی هزینه به ازای خدمات Apple Health به این آدرس مراجعه کنید:  
<https://fortress.wa.gov/hca/p1findaprovider>.

این گزینه در صورتی منطقی است که پیش از این مراقبتتان مثلاً توسط یک برنامه مدیریت شده باشد UIHP بهداشتی قبیله‌ای یا

- با استفاده از مراقبت مدیریت شده Apple Health، مراقبت‌های بهداشتی شما توسط یک سازمان مراقبت مدیریت شده (MCO) مدیریت خواهد شد. این بدان معناست که MCO به‌عنوان نقطه تماس واحد شما برای دریافت خدمات و کمک به هماهنگی مراقبتتان عمل می‌کند.

این گزینه در صورتی منطقی است که کسی را برای مدیریت مراقبت خود نداشته باشید.

شما می‌توانید انتخاب(های) خود را در هر زمان تغییر دهید، اما چنین تغییری را تا ماه در دسترس بعدی اعمال نخواهد شد. اگر از طریق یک مرکز IHS، برنامه بهداشت قبیله‌ای یا UIHP با یک دستیار قبیله‌ای ارتباط یا همکاری دارید، این فرد می‌تواند جهت تصمیم‌گیری به شما کمک کند. همچنین می‌توانید با شماره 1-800-562-3022 داخلی 15480 با مقام مراقبت‌های بهداشتی تماس بگیرید و انتخاب خود و هرگونه تغییری که مایل هستید انجام دهید را اطلاع داده و سؤالات خود را بپرسید.

## خدماتی که ممکن است برای دسترسی به خدمات درمانی به آن‌ها نیاز داشته باشید

### در صورت ناتوانی

در صورت مشکل در صحبت کردن یا شنوایی یا مشکل حرکتی، باید این موضوع را در زمان اخذ نوبت به متصدی پذیرش اطلاع دهید. متصدی پذیرش در فراهم آوردن مقدمات ضروری به شما کمک خواهد کرد.

### ممکن است نیاز به مترجم شفاهی داشته باشید

اگر انگلیسی زبان ترجیحی تان نیست یا ناشنوا، نابینا ناشنوا یا کم‌شنوا هستید، مترجمین شفاهی حرفه‌ای به صورت رایگان به زبان‌های گوناگون، شامل زبان اشاره، آماده ارائه خدمات ترجمه به شما هستند. هنگام اخذ نوبت مراقبت بهداشتی به متصدی پذیرش اطلاع دهید که آیا به مترجم شفاهی نیاز دارید یا خیر. مترجمین زبان گفتاری می‌توانند در طول نوبت شما به مطب ارائه‌دهنده مراجعه کنند یا ارتباط ویدئویی یا تلفنی برقرار کنند. مترجمین زبان اشاره می‌توانند در طول نوبت شما به مطب ارائه‌دهنده مراجعه کنند یا ارتباط ویدئویی برقرار کنند.

به جای آوردن یکی از اعضای خانواده یا دوست جهت ترجمه صحبت‌ها، بهتر است از یکی از این مترجمین شفاهی حرفه‌ای کمک بگیرید. این مترجمین آموزش‌های ضروری جهت درک واژه‌های تخصصی مراقبت بهداشتی را پشت سر گذاشته‌اند. آن‌ها به شما و ارائه‌دهنده کمک می‌کنند همدیگر را بهتر درک کنید. اطلاعات بیشتر را از طریق [hca.wa.gov/interpreter-services](https://hca.wa.gov/interpreter-services) به دست آورید.

### می‌توانید در حمل‌ونقل کمک دریافت کنید

ممکن است واجد شرایط دریافت کمک رایگان در حمل‌ونقل در زمان ملاقات مراقبت بهداشتی خود باشید. این ملاقات باید در زمینه خدمات تحت پوشش Apple Health باشد. رایج‌ترین نوع حمل‌ونقل شامل این موارد است: اتوبوس عمومی، کمک‌هزینه سوخت، تأمین هزینه مسافت مشتری و داوطلب، رانندگان داوطلب، تاکسی، ون ویلچر دارد یا خودروی قابل دسترسی و اتوبوس و سفر هوایی کم‌هزینه. فهرست کارگزاران را می‌توانید در [hca.wa.gov/transportation-help](https://hca.wa.gov/transportation-help) مشاهده نمایید.





## حقوق و وظایف شما

طبق قانون، شما از حقوقی در زمینه خدمات مراقبت بهداشتی دریافتی خود برخوردارید و همچنین مسئولیت‌هایی جهت کمک به حفظ و بهبود سلامت خود و پیشگیری از هزینه‌های غیرضروری دارید. اگر در ملاقات‌های ارائه‌دهنده خود شرکت نکنید و با ارائه‌دهنده خدمات مراقبتی اولیه خود همکاری نکنید، ممکن است ارائه‌دهنده از پذیرش شما خودداری کند. در صورت نیاز به اطلاعات بیشتر، لطفاً با ما تماس بگیرید.

### شما از این حقوق برخوردار هستید:

- کمک به تصمیم‌گیری در مورد مراقبت بهداشتی خود، شامل خودداری از درمان.
- اطلاع یافتن از گزینه‌های موجود درمان، بدون توجه به هزینه‌های آن.
- دریافت خدمات بدون انتظار کشیدن طولانی.
- برخورد توأم با عزت و احترام. تبعیض به هیچ عنوان مجاز نیست. هیچ کس نباید به دلیل نژاد، رنگ پوست، ملیت، جنسیت، هویت جنسیتی، تمایلات جنسی، سن، مذهب، عقیده یا ناتوانی مورد تبعیض یا رفتار ناعادلانه قرار گیرد.
- بدون هیچ ترسی در مورد مراقبت بهداشتی و نگرانی‌های خود صحبت کنید.
- اجازه دهید حریم خصوصی شما حفظ شده و اطلاعات مربوط به مراقبت شما محرمانه بماند.
- نسخه‌های پرونده پزشکی خود را درخواست و دریافت کنید.
- در صورت نیاز، درخواست کنید اصلاحاتی در پرونده پزشکی شما صورت گیرد.
- اطلاعاتی در این زمینه‌ها درخواست و دریافت کنید:
  - « مراقبت بهداشتی خود و خدماتی که تحت پوشش آن قرار دارید.
  - « ارائه‌دهنده شما و نحوه ارجاع به متخصص و سایر ارائه‌دهندگان.
  - « تمام گزینه‌های مراقبت و دلیل دریافت انواع خاص مراقبت.
  - « نحوه درخواست دادرسی عادلانه در صورت عدم موافقت با تصمیم اتخاذ شده در مورد واجد شرایط بودن یا پوشش خود.
- دریافت خدمات سلامت روان و اختلال استفاده از مواد.
- دریافت فهرست شماره‌تلفن‌های شرایط بحرانی.
- دریافت کمک در زمینه تکمیل فرم‌های دستور پیشرفته سلامت پزشکی یا روانی.

### شما در رابطه با این موارد مسئولیت دارید:

- کمک به تصمیم‌گیری در مورد مراقبت بهداشتی خود، شامل خودداری از درمان.
- حضور به موقع در قرار ملاقات‌ها. تماس با دفتر ارائه‌دهنده در صورت تأخیر یا در صورت نیاز به لغو قرار ملاقات.
- ارائه اطلاعاتی مورد نیاز ارائه‌دهندگان در مواردی که باید هزینه خدمات ارائه‌شده به شما را دریافت کنند.
- همان احترامی که از ارائه‌دهندگان دارید را به آنها نشان دهید.
- **Services card** خود را در تمام قرار ملاقات‌ها به همراه داشته باشید.
- از خدمات مراقبت بهداشتی در زمان نیاز استفاده کنید.
- از مشکلات سلامت خود مطلع باشید و تا حد امکان در ایجاد اهداف درمانی که با آنها موافقت شده مشارکت کنید.
- اطلاعات کاملی در مورد سلامت خود در اختیار ارائه‌دهندگان قرار دهید تا مراقبت موردنیاز خود را دریافت نمایید.
- از دستورالعمل‌های ارائه‌دهنده برای مراقبتی که با آن موافقت کرده‌اید پیروی نمایید.
- به طور مناسب از خدمات مراقبت بهداشتی استفاده کنید. در صورت عدم انجام این کار، ممکن است نام شما در بررسی بیمار و برنامه هماهنگ‌سازی ثبت شود. در این برنامه، به یک ارائه‌دهنده مراقبت اولیه، یک داروخانه، یک تجویزکننده دارو برای مواد کنترل‌شده و یک بیمارستان برای مراقبت غیر فوری اختصاص می‌یابید.
- در صورت تغییر تعداد افراد خانواده (مانند بارداری، تولد، به فرزندی پذیرفتن) یا تغییر در شرایط (مانند آدرس جدید، تغییر در درآمد یا واجد شرایط **Medicare** یا سایر بیمه‌ها شدن) بلافاصله به ما اطلاع دهید.
- با استفاده از وبسایت **Washington Healthplanfinder** به آدرس **wahealthplanfinder.org** یا وبسایت به آدرس **washingtonconnection.org** پوشش خود را هر سال بررسی کنید. همچنین از این وبسایت‌ها برای گزارش تغییرات حساب خود استفاده نمایید.

منابع	اگر در رابطه با این موارد سؤالی دارید
آنلاین: <a href="https://hca.wa.gov/apple-health">hca.wa.gov/apple-health</a>	<ul style="list-style-type: none"> <li>پوشش Washington Apple Health شما (Medicaid)</li> </ul>
<p>خدمات مشتریان Apple Health به شماره 1-800-562-3022 و انتخاب گزینه 3 برای خدمات مشتریان یا ارسال سؤالات به <a href="https://fortress.wa.gov/hca/p1contactus">https://fortress.wa.gov/hca/p1contactus</a>. یا مشاهده این وبسایت: <a href="https://www.waproviderone.org/client">https://www.waproviderone.org/client</a>.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>واجد شرایط بودن خدمات مراقبت بهداشتی</li> <li>Services card</li> <li>انتخاب ارائه‌دهنده</li> <li>خدمات تحت پوشش</li> </ul>
<p>پوشش برای کودکان، بزرگسالان، زنان باردار، والدین/مراقبان بهداشتی: <a href="http://wahealthplanfinder.org">wahealthplanfinder.org</a> یا تماس با 1-855-923-4633 (TRS: 711)</p> <p>پوشش برای افراد مسن، نابینا، ناتوان فیزیکی یا نیازمند خدمات و پشتیبانی درازمدت: <a href="http://washingtonconnection.org">washingtonconnection.org</a> یا تماس با 1-877-501-2233 (TRS: 711)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>تغییرات در حساب شما نظیر: آدرس، درآمد، وضعیت تأهل، بارداری، تولد یا به فرزند پذیرفتن.</li> </ul>

### نکته‌ای در مورد حریم خصوصی

بر روی services card شما به غیر از نامتان، شماره ProviderOne و تاریخ صدور کارت، هیچ اطلاعات شخصی دیگری درج نشده است. به این ترتیب حریم شخصی شما در صورت گم شدن یا دزدیده شدن کارت محفوظ خواهد ماند. Health Care Authority (HCA) مستقیماً جهت پرسیدن اطلاعات شخصی شما برای دریافت یا تعویض services card با شما تماس نمی‌گیرد. اطلاعات شخصی خود نظیر شماره تأمین اجتماعی را هرگز در اختیار کسانی که آن را از طریق ایمیل یا تلفن درخواست می‌کنند، قرار ندهید.

HCA از اطلاعات سلامت محافظت شده استفاده می‌کند و جهت ارائه مزایای سلامت؛ انجام درمان، پرداخت و عملیات‌های مراقبت بهداشتی؛ و به دلایل دیگر مجاز و لازم توسط قانون آنها را در اختیار ارائه‌دهندگان مراقبت بهداشتی قرار می‌دهد. اما HCA باید اطلاعات مربوط به سلامت شما را محرمانه نگه دارد.

جهت مطالعه شرایط حریم خصوصی HCA به آدرس [hca.wa.gov](https://hca.wa.gov) مراجعه کرده و بر روی «حریم خصوصی» (Privacy) در پایین صفحه کلیک کنید.



Washington State  
Health Care Authority

P.O. Box 42719  
Olympia, WA 98504-2719  
HCA 19-065 FA (12/24) Farsi