እንቋዕ ብደሓን መጻእኹም

ን Washington Apple Health

ብዘይ ማነጅድ ኬር ትልሚ ሽፋን።

Washington State Health Care Authority

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

[Cambodian] សេវាជំនួយភាសា រួមមានទាំងអ្នកបកប្រែផ្ទាល់មាត់ និងការបកប្រែឯកសារបោះពុម្ព 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.با 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] ການບໍຣິການດ້ານພາສາ, ລວມທັງນາຍແປພາສາ ແລະ ການແປເອກສານພິມ, ມີໄວ້ໃຫ້ຟຣີໂດຍບໍ່ຄິດຄ່າ. ໂທຫາເລກ 1-800-562-3022 (TRS: 711).

[Pashto] په انګليسي ژبه باندي دپوهيدلو، په شمول د ژباړونکي او د چاپ شوي موادو ژباړه کولو د مرستي خدمتونه، پرته له تاديي په ورېا توګه شتون لري. دی خدمت ته لاسرسي موندلو لپاره دی شمېری 1-800-562-3022 ته زنګ ووهئ (د اوريدلو يا خبرو کولو معلوليت لرونکي خلکو د زنګ وهلو 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—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] ተርጎምትን 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).

HCA ንማዕሪ ተበፃሕነት ውፉይ እዩ፡፡ መንበሪ ወይ መረዳእታ ብኻልእ ቋንቋ ወይ ቅዲ እንተድኣ ደሊኹም፣ ብኽብረትኩም ናብ 1-800-562-3022 (TRS: 711) ደውሉ፡፡

ሳንዱቕ ትሕዝቶ

ናብ Washington Apple Health/Apple Health
ኣገልግሎትእንቋዕ ብደሓን መፃእኹም [3]

ናይ ኣገልግሎታትካ ካርዲ [3]

መባእታዊ ክንክን [5]

ናይ ካውንትልሚ [6]

ናይ ሓደጋ ኣገልግሎት [8]

ባህርያዊ ናይ ጥዕና ትካል ኣድራሻታት [9]

ሓበሬታ ንኣሜሪካን ኢንድያንስን ኣላስኮን ዝመበቆሎም [10]

ንስኻ ክትደልዮም እትኽእል ናይ ጥዕና ክንክን
ተበጻሕነት ኣገልግሎታት [11]

መሰልካን ግቡኣኻን [12]

ኣድራሻታት/ሃብታት [13]

እዚ ማንዋል ብዛዕባ ዘየካትቶም፡

እዚ ማንዋል ዘለውኩም ጥቕምታት የፍልጠኩምን መሰልኩምን ግቡእኹምን ከምኡ ድማ ብናይ ጥዕና ትልምኹም ኣቢልኩም ብኸመይ ኣገልግሎት ከም እትረኽቡ ይዝርዝር። ብኽብረትኩም እዚ ማንዋል ዝኾነ ሕጋ መሰል ኣይህብን። ብዛዕባ Apple Health ናብዮት (Medicaid) መረዳእታ ንምርካብ ኣብዚ ማንዋል ጥራሕ ኣይትደረኹ። ብዛዕባ Apple Health ዝርዝር መረዳእታ ንምርካብ ናብ ሕግታትን ደንብታትንናይ ሰበስልጣን ክንክን ጥዕና ገፅ **hca.wa.gov/about-hca/rulemaking**ክዱ።

ናብ Washington Apple Health ቡክሌታት እንቋዕ ብደሓን መፃእኹም

እዚ ማንዋል ዝወሃበካ ዘሎ ንስኻ ሕጂ ኣብቲ ብዋሺንግተን ስቴት ናይ ጥዕና ክንክን በዓል ስልጣን(HCA) ዝመሓደር Washington Apple Health (Medicaid)) ስለ ዝተመዝገብካ እዩ። እዚ ማንዋል ካብ ምሑዱር ክንክን ትልሚ (managed care plan) ወጻኢ ብዛዕባ Apple Health ኣገልግሎታት ምርካብ ሓበሬታ ኣለዎ።

Apple Health ኣገልግሎታት

Apple Health ብዘይ ማነጅድ ኬር ትልሚ ነዞም ዝስዕቡ ኣገልግሎታት ብቐዕ ይገብረኩም።

- ምክልኻልን ጥዕና ኣገልግሎትን ብዘርኢ ዝመፁ ሕማማት ምሕካም ሓዊሱ ንዘድልዩ ክንክናት ምስ ሓኪም ቆፆሮ ምሓዝ።
- ኣብ ሐደጋ እዋን ሕክምና
- ናይ ምርኣይን ኦራል ክንክን ሓዊሱ ናይ ህፃናት ሕክምና ኣገልግሎት
- ናይ ላብራቶሪ ኣገልግሎታት
- መድሓኒት ምእዛዝ
- ደቂስካ ምሕካም
- ተመላላሲ ሕክምና ኣገልግት
- ዳግመ ሕውየት ሕውየትን* ኣገልግሎትን መሳርሕታትን
- ናይ ኣእምሮ ጥዕና ኣገልግሎታት
- ናይ ኣዴታትን ዝውለዱ ህፃናት ክንክን
- ንህፃናት ናይ መነፀርን ናይ ምልካእ ኣገልግሎት (ትሕቲ 21 ዕድመ)
- ናይ ነዊሕ እዋን ናይ ክንክን ኣገልግሎት
- ናይ ዕብየት ስንክልና ንዘለዎም ውልቀ ሰባት ኣገልግሎት
- ናይ ስኒ ሕክምና ኣገልግሎታት

** ብ Apple Health መደብ ኣቢሉ ዝወሃብ። ንዝበለጸ ሓበሬታ ብ1-800-562-3022 ደውል።*

መዘካከሪ፡ እዚ ዝርዝር ንሓፈሻዊ ሓበሬታ ጥራሕ ኮይኑ Apple Health

> እቶን ኣገልግሎታት ከምዝሸፍኖም ውሕስና ኣይህብን። ገለ ሕጋዊ መደባት ምስ ገደባቶም ነዞም ኣገልግሎታት ሕጋዊ እዮም። ናይ ዋሺንግተን ምምሕዳራዊ ኮድ ርእ(WAC) 182-501-0060.

ናይ ኣገልግሎት ካርድኻ

ብኣድራሽኦም Apple Health ኣገልግሎት ካርድታት ክበፅሓኩም እዩ።

ኣብ Apple Health ምስ ተመዝገብካ Washington Healthplanfinder **wahealthplanfinder.org** ፣ ወይ Washington Connection **washingtonconnection.org** ፣ ከምቲ ኣብሪ ምስሊ ዘሎ ሰማያዊ ናይ Apple Health ኣገልግሎት ካርድ (ብተወሳኺ ProviderOne ካርድ ተባሂሉ ይፅወዋዕ) ክበፅሓካ እዩ። እዚ ካርድ ኣቐምጥዎ። እዚ ንApple Health ብቑዕ ከም ዝኾንካ የመላኽት።

ናይ ኣገልግሎት ካርድኹም ዘካትቶ፡

- ProviderOne መለለይ ቁፅሪ
- ዝኣተወሉ ዕለት
- ProviderOne መርበብ ባይታ
- ዓማውል ኣገልግሎት መራኸቢ መረዳእታ

እቲ ሓድሽ ናይ ኣገልግሎት ካርድኹም ክተንጥፍዎ ኣየድልየኩምን። HCA ቅድሚ ናባኻ ምልኣኹ ከብርሆ እዩ። ሕድሕድ ሰብ ክሳዕ ዕለተ ሞቱ ምስኡ ዝፀንሕ ዝተፈላለየ ናይ ProviderOne ዓሚል ቁፅሪ ኣለዎ።

ናይ ኣገልግሎት ካርድ እንተዘይረኺብካ ወይ እንተድኣ ጠፊእካ

ንApple Health ሕጋዊ ምስኮንካ ናይ ኣገልግሎት ካርድኻ ኣብ ውሽጢ ክልተ ሰሙናት እንተድኣዘይረኺብካ ን Apple Health ናይ ዓሚላት ኣገልግሎት ብምድዋል መተካእታ ካርድ ሕተት። ን24/7 ኣብ **https://fortress.wa.gov/hca/p1contactus** ኦንላይን ምርኣይ ትኽእል ወይ ኣብ ናይ ስራሕ ሰዓታት ብ 1-800-562-3022 (ናጻ መስመር ምድዋል ትኽእል)።

ናይ ኣገልግሎት ካርድኻ ምስዝጠፍእ ኣብ 24/7 በዞም ዝስዕቡ ኣማራጺታት ብምጥቃም ምሕታት ትኽእል።

- **ናይ ዓርስኻ ኣገልግሎት ቴሌፎን።** ናብ 1-800-562-3022 (ብናፃ) ብምድዋል ናይ ውልቀ ሰባት ኣገልግሎት ንምርካብ 1 ጠውቕ ብምቕፃል ኣገልግሎት ካርድ 1 ምረፅ።
- **ብኮምፒተር ናይ ዓማውል ፖርታል ብምጥቃም።** ናይ ዓማውል ፖርታል ኣብዚ ዝስዕብ ይርከብ **https://www.waproviderone.org/client.**

ኣብ ናይ ኣገልግሎት ካርድኹም "ProviderOne" ዝብል ክትረኡ ኢኹም ProviderOne ናይ HCA ስርዓት ኮይኑ ኣገዳሲ ሓበሬታ ንምልኣኽ ይሕግዘና። ኣብቲ ካርድ ዘሎ ቁፅሪ ናይ ProviderOne ናይ ዓሚል ቁፅርኹም እዩ።

ብተወሳኺ ድማ ናይ ጥዕና ክንክን ኣቕረብቲ ተሓከምቲ ኣብ Apple Health ከም ዝተመዝገቡ ንምርግጋፅ ProviderOne ክጥቀሙ ይኽእሉ፡ ፡ ከም ናይ ኣድራሻ ለውጢ ኣብ Washington Healthplanfinder ወይ Washington Connection ክትገብር እንከለኻ ሪፖርት ምግባርካ ርግጸኛ ኩን።

ሕድሕድ ኣባላት ስድራ ናይ ዓርሱ Apple Health ኣገልግሎት ካርድ ክረክብ ብቑዕ እዩ። ሕድሕድ ሰብ ክሳዕ ዕለተ ሞቱ ምስኡ ዝፀንሕ ዝተፈላለየ ናይ ProviderOne ዓሚል ቁፅሪ ኣለዎ።

ናይ Apple Health ሽፋን እንተድኣ ነይርኩም ሓድሽ ካርድ ኣይንልእኽልኩም ኢና። ዋላኳ ብተኸታታሊ ሽፋን ተዘይረኺብኩም እቲ ዝፀንሐ ካርድኹም ሕጂ እውን ቅቡል እዩ። ናይ ዓሚል ቁፅርኹም ሕጂ እውን ተመሳሳሊ ኮይኑ ይፀንሕ።

ናብ ሓኪም፣ ፋርማሲ ወይ ካልእ ናይ ጥዕና ክንክን ኣቕረብቲ ክትከዱ ከለኹም ክልቲኡ ናይ ኣገልግሎት ካርድን ናይ ጥዕና ትልምኹምን ሒዝኩም ክዱ። ብተወሳኺ እውን ናይ መለለይ መንነት ፎቶ ከድልየኩም እዩ።

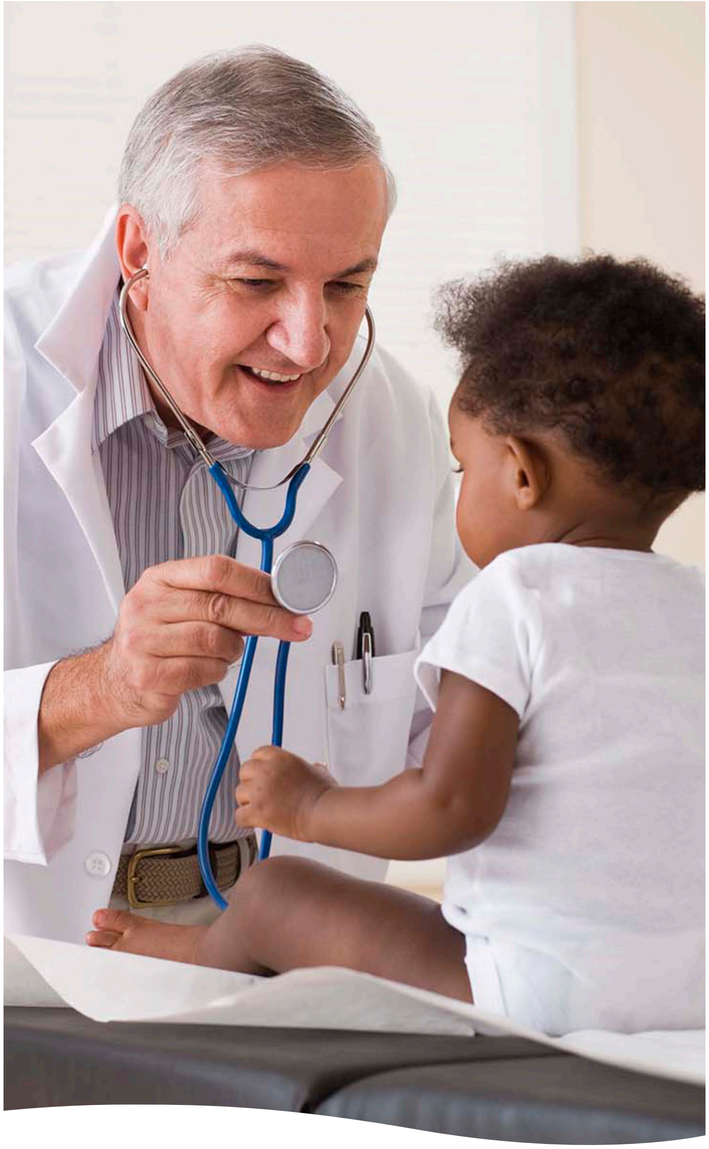
መባእታዊ ክንክን

ቀዳማይ ደረጃ ተሸናኻኒ ንምንታይ ኣገዳሲ ኮይኑ

ቀዳማይ ደረጃ ኣቕራቢኻ (PCP) እትረኽቦ ቀንዲ ናይ ጥዕና ክንክን በዓል ሞያ እዩ። PCP መባእታዊ ክንክን ኣገልግሎታት ንዓኻን ንስድራኻን ዝህብ ኮይኑ ምስ ካልኦት ኣቕረብቲ እውን ይተሓባበር። PCP ብዛዕባ ናይ ጥዕና ታሪኽኻን ሕጂ ዘለካ ኩነታት ጥዕና ኣፍልጦ ዝህልዎ ኮይኑ ጥዕናኻ ንምሕላው እውን ይሕግዘካ።

PCP ዶክተር ክኸውን ይኽእል እዩ፤ ከም፡

- ዝማዕበ ዝተመዝገበ ነርስ
- ናይ ስድራ ሓኪም
- ኑዮርፓቲክ ዶክተር
- ኦብስቲሽያን/ጂኖኮሎጂስት
- ናይ ህጻናት ሓኪም
- ናይ ሓኪም ሓጋዚ



ቀዳማይ ደረጃ ናይ ክንክን ኣቕራቢ ምምራፅ

PCP ምኾት ዝህበካ ክኸውን ይግባእ። ናትካ PCP ክኸውን ትመርጾ ጾታ፣ ናይካ ቋንቋ ዝዛረብ ኣቕራቢ፣ ኣብ ናይካ ስንክልና ስፔሻላይዝድ ዝገበረ ወይ ባህልኻ ዝርዳእ ኣቕራቢ ንምርካብ ክትሓትት ትኽእል ኢኻ።

እትፈትዎ PCP እንተድኣሃሊይካ ወይ ብዛዕባ ክትፍትኖ እትደሊ ኣቕራቢ እንተድኣሰሚዕካ እቲ ኣቕራቢ ናይ Apple Health ናጻ ኣገልግሎት ዝቕበሎ እንተድኣኮይኖም ሕተቶም። ዝቕበሉ እመንተድኣኮይኖም እቲ ኣቕራቢ ንምርካብ ክትቅጽ ኣለካ። ናጻ Apple Health ኣገልግሎት ዘይቕበሉ እንተድኣኮይኖም ካልእ PCP ክትደሊ ኣለካ። ካልአ ዝኾነ ናይ Apple Health ኣገልግሎት ካርድ ዝቕበል ክትደሊ ትኽእል።

ንፍሉያት ኣገልግሎታት ሪፈር ምባል

ሓልሓሊፉ ንልብኻ ከም ካርዲሎጂስት ወይ ንእግርኻ ፖዲያትሪስት ከድለይየካ ይኽእል። እቲ ናትካ PCP ነዞም ኣገልግሎታት ሪፈር ክብለካ እዩ።

መዘካከሪ፡ ገለ ፍሉያት ኣገልግሎታት ቅድሚ ኣገልግሎት ምርካብካ ቀዲሙ ካብ HCA ፍቓድ የድልዮም እዮ። እቲ ኣገልግሎት ክትረክብ ምእንታ ኣቕራቢኻ ኣቐዲሙ መረጋገጺ ክሓትት ኣለዎ።

ቆፆሮ ብኸመይ ትሕዝ

PCP ድሕሪ ምምራፅኩም ቆፆሮ ንምሓዝ ደውሉ። ኣቕራቢ ንምርካብ ቆፆሮ ክትሕዙ ይግባእ። ህፁፅ ሕቶ ወይ ድልየት እንተድኣ ኣለኩም ኣብ ውሑድ መዓልትታት PCP ክትረኽብዎ ይግባእ። ዋላኳ ህፁፅ ናይ ሕክምና ፀገም እንተዘይሃልዩካ፣ ንኣጠቓላሊ ምርመራ (ናይ ጥዕና ምርመራ ተባሂሉ ይፅዋዕ) ቆፆሮ ሓዝ። ኣጠቓላሊ ምርመራ ንምግባር ነዊሕ ግዘ ይወስድ እንተኾነ ግና ኣይተቋርፅ። ናይ ድሕነት ምርመራ ምግባር ኣገዳሲ እዩ፤ ምኽንያቲ እቶም ኣቐዲሞም ዝርከቡ ጸገማት ካብ ሕማም ከድሕኑኻ ይኽእሉ እዮም።

ክንክን እንተድኣ ደሊኻ

ኩሉ ጊዜ ናይ ተደጋጋሚ ወይ መከላኸሊ ክንክን ንምርካብ ናብ PCP ምኻድ ተመራጺ እዩ። ህጹጽ ናይ ጥዕና ክንክን ምስዘድልየካ እሞ ናብ PCP ቆጸራ ክትጸንሕ ምስዘይትኽእል ናብ ናይ ህጹጽ ክንክን ማእኸል ከይድካ ን PCP ኣዛርብ።

ናብ 911 ደውሉ ወይ ናይ ሓደጋ እዋን ኣቕረብቲ ክሕግዝኹም ናብ ዝኽእልሉ ኣብ ቀራባኹም ናብ ዝርከብ ከባቢ ክዱ። ኣብነታት ናይ ህጹጽ ሕማማት፡ ናይ ልቢ ሕማም፣ ምስባር ዓጽሚ ወይ ከቢድ ኣለርጂክ።

ባህርያዊ ጥዕና

ናይ ኣገልግሎት ካርድ እንተድኣ ኣለካ ንናይ ኣእምሮ ጥዕናን መድሓኒት ብዝግባእ ናይ ዘይምጥቃም ፀገም ሕክምና ኣገልግሎት (ብሓባር ናይ ባህሪ ጥዕና ኣገልግሎት ተባሂሉ ይፅዋዕ) ክትረክብ ትኽእል። ናይ ባህርይ ጥዕና ኣገልግሎቶች በዞም ዝስዕቡ ኣገባባት ክትረክብ ትኽእል፡፡

- ንባህርያዊ ጥዕና ኣገልግሎት ጥራሕ (BHSO) ማነጅድ ክንክን ትልሚ ንካውንቲ ርኸብ። ገፅ 9 ረኣይ፡፡
- ናብ Apple Health ዓማውል ኣገልግሎት ማእኸል ብ 1-800-562-3022 ደውል፡፡

እንተደኣተንቀሳቒስካ ናይ ባህርያዊ ጥዕና በዓል ሞያ ምርካብካ ርግጸኛ ኩን፡፡

ዘኪር: ናብ ምስ ናይ Apple Health ዓሙላት ውዕል ዘይብሉ ኣቕራቡ ምስእትኸይድ ክትከፍል ትኽእል፡፡

ብዛዕባ ሕክምና ባህርያዊ ጥዕናን ብ HCA ዝምወሉ ናይ ባህርያዊ ሕክምናን ኣገልግሎት ተወሳኺ መረዳእታ ንምርካብ ናብ **hca.wa.gov/mental-health-and-addiction-services** ክድ፡፡

ካልኦት ፍልፍላት፡

- ትሕቲ ዕድመ ዝኾነ ህፃናት ኣልኮልን ማሪዋን ካብ ምጥቃም ንምክልኻል: **StartTalkingNow.org**፡፡
- ንኣባጽሓት(ናይ ኣባጽሕ- መልሲ ሓገዝ መስመር): **866teenlink.org** ወይ 1-866-833-6546 ደውል።

ብዘይግቡዕ ምጥቃም መድሓኒት ንዘምጾ ሕማም ዝወሃቡ ኣገልግሎታት እዞም ዝስዕቡ ከካትት ይኽእል፡

ገምጋም—-ናይ ጥዕና ኣቕረብቲ ዘድልዮም ኣገልግሎት ንምውሳን ‹‹ቃለ መሕተት›› ከካየድ እዩ፡፡

ሓፂር ናይ ኢንተርቬንሽን ሕክምና — ፀገም ንምንካይ፣ ናይ ግዘ ደረት፡፡ ቅድሚ እቲ ኣገልግሎት ናይ ተመላላሲ ተሓካሚ መድሓኒት ብዘይኣገባብ ምጥቃም ገምጋም ኣየድልየኩምን፡፡

ናይ ምልቃቕ ምምሕዳር (ምእላይ መርዚ) —ብከይዲ ግዘ ምጥቃም ደው ንምባል ድሕንነቱ ዝተሓለወ ክሳዕ ዝኸውን ኣጠቓቕማ ኣልኮል መድሓኒት ኣብ ምንካይ ሓገዝ፡፡ ቅድሚ እቲ ኣገልግሎት ናይ ተመላላሲ ተሓካሚ መድሓኒት ብዘይኣገባብ ምጥቃም ገምጋም ኣየድልየኩምን፡፡ እቲ ኣገልግሎት ሆስፒታል መሰረት ዝገበሩ ሕክምናታት ኣየካትትን፡፡

ተመላላሲ ተሓካሚ ሕክምና — ኣብ ኮምና ውልቃውን ናይ ጉጅለ ምምኻር፡፡

ፅዑቕ ናይ ተመላላሲ ተሓካሚ ሕክምና — ተኻታታሊ ውልቃውን ናይ ጉጅለ ምምኻር፡፡

ዓራት ሒዙ ዝሕከም ሕክምና — ሰፊሕ ዝኾነ ናይ ውልቀን ጉጅለን ምምኻርን ትምህርትም 24 ሰዓት ክትትል ኣብ ዘለዎ ትካል፡፡

ናይ ኦፓይት መዐወኒ ሕክምና ኣገልግሎት — ኣብ ኦፓይት ወልፊ ንዘለዎም ናይ ተመላላሲ ገምጋምን ሕክምና፡፡ ተቀባልነት ዘለዎ ሕክምናን ምምኻርን የካትት፡፡

ምምሕዳር ጉዳይ — ሕክምና፣ ማሕበራዊ፣ ትምህርትን ካልኦት ኣገልግሎታት ኣብ ምርካብ ሓገዝ፡፡

ናይ ኣእምሮ ጥዕና ኣገልግሎት እዞም ዝስዕቡ ከካትት ይኽእል:

ተመላላሲ ናይ ኣእምሮ ጥዕና ገምጋም —ድልየትኩምን ሽቶኹምን ምልላይን ናይ ኣእምሮ ጥዕና ክንክን መቕረቢኹም ካልኦት ናይ ሕክምና ኣገልግሎታትን ትልምታት ንምምኻር ይሕግዝ፡፡

ውልቃዊ ሕክምና ኣገልግሎት – ኣብ ኣገልግሎትካ ዘለው ሽቶታት ንምምላእ ዲዛይን ዝተገበሩ ምምኻርን ካልኦት ምንቅስቓሳት፡፡

ናይ መድሐኒት ምምሕዳር — ሊቸንሳ ዘለዎም ሰራሕተኛታት መድሓኒት ይእዝዙን ብዛዕባ ሳዕቤን የምህሩ፡፡

ናይ መድሓኒት ክትትል— ሕክምናኻ ከም ዝሰርሕ ዘሎን ብትኽክል ንኽትወስዶ ንምሕጋዝ ናይ ክትትል ኣገልግሎት፡፡

ናይ ጉጅለ ሕክምና ኣገልግሎት — ተመሳሳሊ ለውጢ ምስ ዘለዎም ሰባት ምምኻር፡፡

ናይ መሰታ ሓገዝ – ናይ ኣእምሮ ጥዕና ስርዓት ኣብ ምምራሕን ናይ ዳግመ ሕውየት ሽቶ ምስኻዕን፣ ኣብ ኣእምሮ ጥዕና ብዝሰልጠነ ውልቀ ሰብ ሓገዝ ይቀርበልካ፡፡

ሓፂር ኢንተርቬንሽንን ሕክምና — ኣብ ገለገለ ፀገማት ትኹረት ዝገበረ ሓጺር እዋን ምምኻር፡፡

ናይ ስድራ ሕክምና — ስጡም ዝኾነ ርክብ ንምፍጣርን ፀገም ንምፍታሕ ስድራ ማእኸል ዝገበረ ምምኻር፡፡

ፅዑቕ ዝኾነ ሕክምና — ኣብ ኣገልግሎት ትልምኻ ዘሎ ውልቃዊ ትልሚ ሽቶ ንምምላእ ናይ ኣእምሮ ጥዕና ጉጅለ ሓገዝ የቕርቡ፡፡

ቴራፒቲክ ስነ ኣእምሯዊ ትምህርቲ — ሓገዝን ናይ ሓገዝ ኣገልግሎት ሓዊሱ ብዛዕባ ሕማም ኣእምሮ፣ ናይ ኣእምሮ ጥዕና ሕክምና መማረፂ፣ ሕክምናን ምድሓንን፡፡

መዓልታዊ ሓገዝ — ዓርስኻ ኣብ ምኽኣል ፅዑቕ ናይ ምምሃር መደብ፡፡

ኮማዊ ሕክምና ገምጋምን ሕክምናን — ብሕክምናዊ ኣገባብ ኣድላዪ ዝኾነ ናይ ቅልውላው ሕሙማት ኣብ ሆስፒታል ንሓደ ለይቲ ወይ ካብኡ ንላዕሊ ምጽናሕ ሓዊሱ፣ ወይ ካልእ ንባህርያዊ ሕክምና ጽዑቕ ክንክን ንምሃብ ዝሕግዝ ምድላው። ቅድሚ እዚ ኣገልግሎት እዚ ናይ ደገ ሕሙማት ባህርያዊ ጥዕና ገምጋም ኣየድልየካን እዩ።

ናይ ምርግጋዕ ኣገልግሎት — ሆስፒታል ንኽይትኣትው ኣብ ገዛ ወይ ገዛ ኣብ ዝመስል ከባቢ ምቕራብ፡፡ ቅደሚ እዚ ኣገልግሎት ናይ መእተዊ ገምጋም ክትወስድ ኣይግበኣካን፡፡

ናይ ዳግመ ሕውየት ጉዳይ ኣማሓዳሪ — ደቂስቃ ምሕካምን ተመላላሲ ምሕካም ናይ ኣእምሮ ጥዕና ምውህሃድ፡፡ እዚ ናይ መእተዊ ገምጋም ኣካል ክኸውን ይኽእል እዩ፡፡

ኣብ መንበሪ ዝቐርብ ናይ ኣእምሮ ጥዕና ኣገልግሎት —ኣብ ጉጅላኣዊ ኩነታት ትነብር እንተድኣ ኮይንካ ዝቐርብ ኣገልግሎት፡፡

ፍሉይ ናይ ህዝቢ ገምጋም — ከም ህፃናት፣ ዓበይቲ ቆልዑ ወይ ካብ ካልእ ባህሊ ምስ ዝመፁ ውልቀ ሰባት ዝኣመሰሉ ካብ በዓል ሞያታት ናይ ሕክምና ትልሚ ደገፍ፡፡

ስነ ኣእምራዊ ገምጋም – ናይ ሕክማና ትልሚ ገምጋም ሕክምና ትልሚ ሓገዝ፡፡

ናይ ሓደጋ ኣገልግሎት

ናይ ሓደጋ እዋን ኣገልግሎት ኣብ እዋን ፀገምካ ንምርግጋፅን ድልየትካ ንምምላእ ዘድሊ ከባቢ ዘቕርብ 24 ሰዓት ኣገልግሎት እዩ። ቅድሚ እዚ ኣገልግሎት ተመላላሲ ናይ ኣእምሮ ጥዕና ገምጋም ኣየድልየካን።

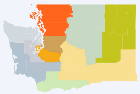
- ህፁፅ ሓገዝ ንምርካብ ናብ 911 ደውል ወይ ኣብ ከባቢኻ ናብ ዝርከብ ሆስፒታል ከድ።
- ንኣእምሮ ጥዕና ህፁፅ ሓገዝ ናብ 988 ደውል። ንናይ ሓደጋ ኣገልግሎት ፈቓድኣየድልየካን።
- ንናይ ስቴት ክራይስስ መስመራት እዚ ዝስዕብ ርአ: **hca.wa.gov/mental-health-crisis-lines** ።
- ንምሕዋይ ሓገዝ ላይን: **waRecoveryHelpLine.org** ሕክምና እንተድኣ ደሊኻ ናብቲ ናፃን 24 ሰዓት ዝሰርሕ ምሽጥራዊ መስመር ብ-1-866-789-1511 (TTY 1-206-461-3219 ደውል)።
- ንሀገራዊ ዓርስኻ ምጥፋእ ምክልኻል መስመር: ደውል ወይ ናይ ፅሑፍ መልእኽቲ 988 ለኣኽ 1-800-273-8255 (TTY ተጠቀምቲ 1-800-799-4889) ደውሉ።

ባህርያዊ ጥዕና ትካላት ኣድራሻ

ትካል	ቁጽሪ ተሌፎን	መርበብ ሓበሬታ
Community Health Plan of Washington (CHPW)	1-800-440-1561	**chpw.org**
Coordinated Care (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	**uhccommunityplan.com**
Wellpoint Washington (WLP)	1-833-731-2167	**wellpoint.com/wa/medicaid**

ናይ ምሕዱር ክንክን ትካላት (ንባህርያዊ ናይ ጥዕና ኣገልግሎት ጥቕምታት ጥራሕ)

County	Community Health Plan of Washington	Coordinated Care	Molina Healthcare of Washington	United Healthcare of Washington	Wellpoint Washington (ቅድሚ ሕጂ 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
ፎስተር ኬር (ኣብ መላእ ስቴት)		X			



ማስታወሻ: Apple Health ፎስተር ኬር ኣብ መላእ ሀገር ብ Apple Health ቀንዲ መራኸቢ (ዝተዋደደ ናይ ዋሽንግተን ክንክን) ኣቢሉ ዝዋብ መደብ እዩ።

መረዳእታ ንህንዲ ኣሜሪካውያን ንናይ ኣላስካ መበቆል ዘለዎምን

መቦቀልካ ኣሜሪካን ኢንድያን ወይ ኣላስካ እንተድኣኮይኑ ናይ ጥዕና ክንክን ኣግልግሎታት ብ ኢንድያን ኣግልግሎት ቀረብ፣ **ትሪባል ጥዕና ክንክን መደብ ወይ ናይ ከተማ ኢንድያን ናይ ጥዕና መደብ (UIHP)** ከም ናይ ሲያትል ኢንድያን ጥዕና ቦርድ ን ስፖካኔ ፕሮጀክት መቦቀልክተረክብ ትኽእ:: እቶም ኣብዞም ትካላት ዘለዉ ኣቕረብቲ ባህልኻ፣ ማሕበረሰብካ፣ ከምኡድማ ናይ ጥዕና ክንክን ድልየታትካ ይፈልጡ እዮም።

እቲ እትደልዮ ክንክን ከቕርቡልካ ወይ ናብ በዓል ሞያ ክሰዱኻ ይኽእሉ እዮም፡ ፡ ምሕዱር ክንክን ትልሚ(ናይ ባህርያዊ ጥዕና ኣግልግሎት ጥራሕ [BHSO] ትልሚ ክኸውን ይኽእል እዩ) ወይ Apple Health ሽፋን ብዘይ ምሕዱር ክንክን(እዚ Apple Health ጥዕና ናጻ ኣገልግሎት እውን ይበሃል እዩ) ክትመርጽ እንተድኣኣለካ ንክትውስን ክሕግዙኻ ይኽእሉ እዮም:: ብዛዕባ ናይ ጥዕና ክንክን ወይ ናይ ጥዕና ክንክን ሽፋን ሕቶታት እንተድኣኣለካ ናትካ ትሪባል ወይ ናይ UIHP ሰራሕተኛ ክሕግዙካ ይኽእል እዩ::.

ናይ ቀዳማይ ደረጃ ክንክን ኬዝ ምሕደራ

ብዘይ ዝተማሕደረ ናይ ክንክን መደብ ዝወሃብ ናይ Apple Health ሽፋን እንድሕር መሪጽካ ገለ ናይ IHS ትካላት፣ ታራ ናይ ጥዕና ክንክን ፕሮግራማት፣ ከምኡድማ UIHP ናይ ቀዳማይ ደረጃ ክንክን ኬዝ ምሕደራ (PCCM) የቕርቡ እዮም። PCCM ንዓኻ ናብ ስፔሻሊስት ሪፈር ምባልን ናትካ ናይ ሕክምናን ጥዕናን ሓበሬታ ንመርመራን ሕክምናን ኣድላዪ ክኸውን እንከሎ ንስፔሻሊስታት ምሃብ ሓዊሱ ኣብ ናይ ጥዕናኻ ክንክን ምሕደራን ምውህሃድን ዝሕግዝ ናይ Apple Health ፕሮግራም እዩ። ኣብቲ ናይ PCCM ፕሮግራም ክትሳተፍ እንድሕር ትደሊ፡ ንናይ IHS ትካልካ፡ ከባብያዊ ናይ ጥዕና ፕሮግራምካ፡ ወይድማ UIHP ኣብቲ ናይ PCCM ፕሮግራም ዝሳተፉ እንተኾይኖምን ንስኻ እውን ክትሳተፍ ትኽእል እንተኺንካን ሕተቶም። ኣብቲ ናይ PCCM ፕሮግራም ኣብ ዝደለኻዮ ግዜ ክትሳተፍን ተሳትፎኻ ከተቋርጽን ትኽእል ኢኻ፡ እንተኾነ ተሳትፎኻ ይኹን ካብ ተሳትፎ ምውጻእካ ከሳብ እቲ ዝቕጽል ወርሒ ግብራዊ ኣይኸውንን።

ናይ ጥዕና ክንክን ዝርከበሉ መንገድታት

HCA ንኣሜሪካን ኢንድያንስን ኣልኣስካን መበቆሎም ዝኾኑን ኣብ ዋሺንግተን ዝርከቡን ምሕዱር ክንክን Apple Health ን ሽፋን ካብ ምሕዱር ክንክን ወጻኢ ዝኾነ ናይ Apple Health ሽፋንን ንከመርጹ ኣማራጺ ይህብ:: HCA ብምኽንያት ናይ ኢንድያን ትዕና ክንክን ምቕራብ ስርዓት ዝተሓላለኸ ምኽንን ንባህሊ ግቡእ ዝኾነ ናይ ጥዕና ክንክን ንምሃብን ብናይ ፌደራል ሕግታት ኣይመሓደረን::

- ኣብ ናይ Apple Health ሽፋን ብዘይ ምሕዱር ክንክን ዝኾነ ኣብ Apple Health ናጻ ኣግልግሎት መደብ ዝሳተፍን ካብ ምሕዱር ክንክን ትካል(MCO) ወይ ባህርያዊ ጥዕና ትካል ናትካ ክንክን ዝከታተል ዘሎ ወጻኢ ተሓከምቲ ዝቕበል ዘሎ ዝኾነ ኣቕራቢ ክትመርጽ ትኽእል ኢኻ፡ ፡ ናይ ጥዕና ክንክን ኣገልግሎታት ወይ ክንክንካ ንምምሕዳር ናይ MCO ኣይህልወካን:: እቶም ኣቕረብቲ ብስቴት ዝተውሃበ ፍቓድ ኩሎም መለከዒታቶም ከማልኡ እዮም:: ናይ Apple Health ናጻ ኣግልግሎት ናይ ጥዕና ኣቕራቢ ንምርካብ ኣብ **https://fortress.wa.gov/hca/p1findaprovider** ርኣ::

እዚ ምርጫ እንተድኣተመሓዲርካ ትርጉም ይህልዎ፣ ብከም ትሪባል ጥዕና መደብ ወይ UIHP::

- ምስ ናይ Apple Health ምሕዱር ክንክን ናይ ጥዕና ክንክን ብ ማነጅድ ኬር ትካል MCO ን/ይመሓደር:: እዚ ማለት MCO ኣገልግሎታት ንምርካብን ክንክን ንምምሕዳር ንምሕፋዝን ከም ሓደ ናይ ርክብ ናቑጣ ኮይኖም

እዚ ውሳነ ትርጉም ይህልዎ፣ እንተድኣ ዝኾነ ኣካል ክንክን ዘይመሓድሮ ኮይኑ::

ኣብ ዝኾነ እዋን ምርጫኻ ክትቕይር ትኽእል ፣ እቲ ለውጢ ክሳብ እቲ ቀጻሊ ወርሒ ተግባራዊ ኣይኸውንን:: ምስ ትሪባል ኣሲስተር ብ IHS ቀረብ ትሪባል ጥዕና መደብ ወይ UIHP እንተዛሳሲርካ ወይ እንተደኣተሸሪኽካ ንክትውስን ክሕግዙኻ ይኽእሉ እዮም:: ክትገብሮ እትደሊ ለውጢን ሕቶታት ንምሕታትን ሓዊሱ ውሳነኻ ክተፍልጠና ንናይ ጥዕና ክንክን በዓል ስልጣን ብ1-800-562-3022 ምድዋል ትኽእል::

ናይ ጥዕና ክንክን ኣገልግሎት ክትረክብ ትኽእል

ስንክልና እንተድኣ ኣለኩም

ናይ ምዝራብ ወይ ምስማዕ ወይ ናይ ምንቅስቓስ ስንክልና እንተድኣ ኣለኩም ቆፆሮ መዓዝ ከም ትሕዙ ንተቐባሊት ጋሻ ክትሕብር ይግባእ። ተቐባሊት ጋሻ ኣገደስቲ ዝኾነ ምትዕርራያት ንኽትገብር ክትሕግዘካ እያ።

መተርጎሚ ክድልየካ ይኽእል

ኢንግሊዝኛ ትመርፆ ቋንቋ እንተዘይኮይኑ ወይ ምስማዕ ዝተስኣኖ፣ ምስማዕን ዓይንን ዝተስኣኖን ምስማዕ ዝፅገም ምስዘይትኽእል፣ ናይ ምልክት ቋንቋ ሓዊሱ ብኩሉ ቋንቋታት ናይ ትርጉም በዓል ሙያታት ንዓኻ ተዳልዮም ኣለው። ናይ ጥዕና ክንክን ቆፆሮ ክትሕዝ ከለኻ፣ ንታ ተቐባሊት ጋሻ መተርጎሚ ከም እትደሊ ሓብር። እቲ ናይቲ ዝዝረብ ቋንቋ መተርጎሚ ኣብ እዋን እቲ ቆፆሮ ናብቲ ኣቕራቢ ቤት ፅሕፈት ክኸድ ወይ ብስልኪ ክርከብ ይኽእል። ናይ ምልክት ቋንቋ መተርጎሚ ኣብ እዋን እቲ ቆፆሮ ናብቲ ኣቕራቢ ቤት ፅሕፈት ክኸድ ወይ ብቪድዮ ክርከብ ይኽእል።

ንዓኻ ንምትርጓም ስድራ ወይ መሓዙት ካብ ምጥቃም ሞያ ዘለዎም መተርጎምቲ ምጥቃም ይሓይሽ። እቶም መተርጎምቲ ናይ ጥዕና ክንክን ቃላት ንኽርድኡ ዝሰልጠኑ እዮም። ንዓኻን መቕረቢኻን ንኽትረዳድኡ የኽእሉኻ እዮም። ዝበለጸ ኣብዚ ዝስዕብ ርአ **hca.wa.gov/interpreter-services**።

ኣብ መጎዓዓዝያ ሓገዝ ክትረክብ ትኽእል ኢኻ

ናይ ጥዕና ክንክን ቆፆሮ ክትሕዙ እንተዘይክኢልኩም ፣ መጎዓዓዝያ ሓገዝ ንምርካብ ብቑዕ ኢኻ። እቲ ቆጸራ ብ Apple Health ንዝሽፈኑ ኣገልግታት ክኸውን ኣለዎ። እቶ ዝተለመዱ ዓይነታት መጎዓዓዝያ እዚኦም የካትቱ: ናይ ህዝቢ ኣውቶቡስ፣ ናይ ነዳዲ ኩፖን፣ ናይ ዓማውልን ወለንተኛታት ናይ ነዳዲ ካሕሳ፣ ብወለንታ መኪና ምግናሕ፣ ታክሲ፣ ዊልቼር ቫን ወይ ቀሊል ተንቀሳቓሲን ናይ ንግዲ ኣውቶቡስን ኣየር። ናይ ደለልቲ ዝርዝር ኣብ **hca.wa.gov/transportation-help** መጎዓዓዝያ ሓገዝ ዝርዝር ትረኽቡ ኢኹም።

መሰልካን ግቡእኻን

ብመሰረት ሕጊ ብዛዕባ እቲ እትረኽቦ ናይ ጥዕና ክንክን ኣገልግሎት መሰል ኣለካን ከምኡ ድማ ዘየድልዩ ወፃእታት ንምንካይን ጥዕናኻ ንምሕላውን ንምምሕያሽ ግቡእ ኣለካ፡፡ ናይ ኣቕራቢኻ ቆጸራታት ምስዘይትሕሉን ምስ መባእተዊ ክንክን ኣቕራቢኻ ምስዘይትትሓባባር ኣቕራቢኻ ንዓኻ ብምርካብ ክነጽግ ይኽእል፡፡ ብኽብረትካ ተወሳኺ መረዳእታ እንተድኣ ደሊኻ ርኸበና፡፡

እዞም ዝስዕቡ መሰላት ኣለካ፡

- ሕክምና ምቅዋም ሓዊሱ ናይ ጥዕና ክንክን ውሳነ ኣብ ምውሳን ምሕጋዝ፡፡
- እቲ ወፃኢ ብዘየገድስ ብዛዕባ እቶም ዘለው ናይ ሕክምና መማረፅታት ሓበሬታ ምርካብ፡፡
- ነዊሕ ከይተፀበኻ ኣገልግሎት ምርካብ፡፡
- በኽብር ምትእንጋድ፡፡ ኣድልዎ ኣይፍቀድን እዩ፡፡ ዝኾነ ሰብ ብመሰረት ዘርኢ፣ ሕብሪ፣ መበቆል ሀገር፣ ፆታ፣ ፆታዊ ድልየት፣ ዕድመ፣ ሃይማኖት፣ ዓሌት ወይ ሰንክልና ብፍሉይ ወይ ብዘይግባእ መንገዲ ክረኣይ የብሉን፡፡
- ዝኾነ ዓይነት ሳዕቤን እንተይበፅሓካ፣ ብናፅነት ብዛዕባ ናይ ጥዕና ክንክንካን ሕቶታትካን ምዝራብ፡፡
- ክንክንካ ዝምልከቱ መረዳእታታት ብምሽጥር ክተሓዙን ክሕለውን፡፡
- ናይ ሕክምና መረዳእታ ቅዳሕ ምሕታትን ምርካብን፡፡
- ኣድላይ ክኸውን ከሎ ኣብ ናይ ሕክምና መረዳእታኻ ዝተገበሩ ምትዕርራያት ምሕታትን ምርካብ፡፡
- ብዛዕባ እዞም ዝስዕቡ መረዳእታ ምሕታትን ምርካብን፡
  - » ናይ ጥዕና ሽፋንካን ሽፋን ዘለዎም ኣገልግሎታት፡፡
  - » ኣቕራቢኻን ንስፔሻሊስትን ካልኦት ኣቕረብቲ ብኸመይ ሪፈር ይግበር፡፡
  - » ኩሎም ናይ ክንክን መማረፅታትን ንምንታይ ገለገለ ዓይነት ክንክን ትረክብ፡፡
  - » ኣብ ሕጋዊነት ወይ ናይ ሽፋን ውሳነ ምስዘይትስማዕማዕ ከመይ ትሓትት፡፡
- ናይ ኣእምሮ ጥዕናን ጭቡጥ ዘይምርግዕ ኣገልግሎታት ርኸብ
- ናይ ሓደጋ እዋን ዝርዝር ቁፅሪ ተሌፎናት ምርካብ፡፡
- ናይ ኣእምሮ ወይ ኣቐዲሙ ዝወሃብ ናይ ሕክምና መምርሒ ቅጥዒ ኣብ ምምላእ ሓገዝ ምርካብ፡፡

ውልቀ ሓላፊነቶምን፡

- ሕክምና ምቅዋም ሓዊሱ ናይ ጥዕና ክንክን ውሳነ ኣብ ምውሳን ምሕጋዝ፡፡
- ቆፀሮ ምኽባርን ሰዓት ምኽባር፡፡ ቆፆሮ እንተድኣ ሰሪዝካ ወይ ክትዝንግዕ እንተድኣ ኮይንካ ናብ ናይ ኣቕራቢኻ ፅሕፈት ቤት ደውል፡፡
- ንዓኻ ኣገልግሎት ስለዝሃቡኻ ክፍሊት ንኽክፈሎም ንኣቕራቢኻ ግቡእ ዝኾነ መረዳእታ ምሃብ፡፡
- ንኣቕራቢኻ ልክዕ ንስኻ ከምቲ እትደልዮ ክብሪ ንዕኦም እውን ሃቦም፡፡
- ናብ ኩሎም ቆፆሮታትካ ናይ ኣገልግሎት ካርድኻን ናይ ጥዕና ትልምኻን ሒዝካ ምፃእ፡፡
- ክትደሊ ከለኻ ናይ ጥዕና ክንክን ኣገልግሎት ተጠቐም፡፡
- ናይ ጥዕና ፀገምካ ምፍላጥን ብዝተኽኣለ መጠን ስምምዕ ኣብ ዝተገበረሎም ናይ ሕክምና ሸቶታት ምስታፍ፡፡
- እቲ ዘድልየካ ክንክን ንምርካብ ንኣቕራቢኻን ንናይ ጥዕና ትልምኻ ብዛዕባ ጥዕናኻ ሙሉእ መረዳእታ ሃብ፡፡
- ኣብ ዝተሰማማዕኻሉ ክንክን ናይ ኣቕራቢኻ መምርሒ ተኸተል፡፡
- ናይ ጥዕና ኣገልግሎታት ብዝግባእ ምጥቃም፡፡ እንተዘይኮይኑ ኣብ ናይ ተሓከምቲ ገምጋምን ተዛማዲ መደብ ክትምዝገቡ ትኽእሉ ኢኹም፡፡ ኣብዚ መደብ፣ ንሓደ ቀዳማይ ደረጃ ናይ ክንክን ኣቕራቢ፣ ሓደ ፋርማሲ ንቑፅፅር ዝግበረሎም መድሓኒታት ሓደ ዝመልእን ንናይ ሓደጋ እዋን ዘይኮኑ ክንክናት ሓደ ሆስፒታል ይምደበልኩም፡፡
- መጠን ስድራኻ እንተድኣ ተለዊጡ (ከም ጥንሲ፣ ወሊድ፣ ቆልዑ ምዕባይ) ወይ ኩነታት እንተድኣ ተለዊጦም (ከም ሓድሽ ኣድራሻ፣ ኣብ እቶት ለውጢ ወይ ን Medicare ወይ ካልእ ኢንሹራንስ ብቑዕ እንተኮይንካ) ብቕልጡፍ ክተፍልጠና ይግባእ፡፡
- ሽፋንካ በብዓመቱ ናይ Washington Healthplanfinder መርበብ ሓበሬታ **wahealthplanfinder.org** ወይ ናይ Washington Connection መርበብ ሓበሬታ **washingtonconnection.org** ብምጥቃም ሓድስ፡፡ እዚ መርበብ ሓበሬታ ኣብ ሒሳብካ ለውጢ ከምዘሎ ንምሕባር ክትጥቀመሉ ይገባእ፡፡

ንሕቶታትኩም ኣበይ ምላሽ ትረኽቡ

ብዛዕባ...ዝኾነ ሕቶ እንተሃልዩካ	ፍልፍላትና
• ናይ Washington Apple Health (Medicaid) ሽፋን	ኦንላይን፡ **hca.wa.gov/apple-health**
• ንናይ ጥዕና ክንክን ኣገልግሎታት ብቐፅ ምኳን • ናይ ኣገልግሎት ካርድ • ኣቕራቢ ምምራፅ • ናይ ሽፋን ኣገልግሎት	Apple Health ናይ ዓሚል ኣግልግት ብ1-800-562-3022 ብምድዋል ኣማራጺ 3 መሪጽካ ናይ ዓሚል ኣገልግሎታት ወይ ሕቶኻ ናብዚ ዝስዕብ ልኣኽ፡፡ **https://fortress.wa.gov/hca/p1contactus** ኣብ መርበብ ሓበሬታና: **https://www.waproviderone.org/client** ርአ፡፡
• ከም ኣድራሻ፣ እቶት፣ ኩነታት ሓዳር፣ ጥንሲ፣ ልደት ወይ ምዕባይ ቆልዑ ዝኣመሰሉ ናይ ሒሳብ ለውጥታት፡፡	ንናይ ህጻናት፣ ናይ ውልቀ ዓበይቲ፣ ጥንስቲ ሰበይቲ፣ ወለዲ/ሓብሐብቲ: **wahealthplanfinder.org** ወይ ብ 1-855-923-4633 (TRS: 711) ደውል፡፡ ዕድምኦም ንዝደፍኡ፣ ዓይነ ስውራት ወይ ስንክልና ዘለዎም ወይ ናይ ነዊሕ እዋን ኣገልግሎት ወይ ሓገዝ ዝደልዩ ሰባት ሽፋን: **washingtonconnection.org** ወይ ናብ1-877-501-2233 (TRS: 711) ደውሉ፡፡

ብዛዕባ ምሽጥራውነት መዘከርታ

ናይ ኣገልግሎት ካርድኹም ብዘይካ ስምኩም ናይ ProviderOne ቁፅርን ዝተውህበሉ ዕለት ውልቃዊ መረዳእታ ኣይሕዝን፡፡ እቲ ካርድ እንተድኣ ተሰሪቑ ወይ ጠፊኡ ውልቃዊ ምሽጥርኩም ዝተሓለወ ይኸውን፡፡ ናይ ኣገልግሎት ካርድኹም ንምትካእ ሰበስልጣን ክንክን ጥዕና (HCA) ወይ ናይ ጥዕና ትልምኹም ውልቃዊ መረዳእታ ንምሕታት ወይ ናይ ኣገልግሎት ካርድኹም ንምርካእ ብቐጥታ ኣይረኽበኩምን፡፡ **ከም ማሕበራዊ ድሕንነት ቁፅሪ ዝኣመሰሉ ውልቃዊ መረዳእታታት ብስልኪ ወይ ብኢሜል ንዝሓተኩም ሰብ ኣይትሀቡ፡፡**

ናይ ጥዕና ትልምታትን HCA እቲ ዝተሓለወ ናይ ጥዕና መረዳእታኹም ዝጥቀመሉምን ንካልኦት ዘካፍሎ ንዓኹም ጥቕምታት ንምቕራብ እዩ፡ ሕክምና፣ ክፍሊት ንምክያድን ናይ ሕክምና ክንክን ከይድታት እዩ፡ ስለ ዝኾነ ድማ ብሕጊ ፍቑድ እዩ፡፡ ኮይኑ ግና HCA ኩሉ ናይ ጥዕና ሓበሬታ ብምሽር ክሕዞ ኣለዎ፡፡

ናይ HCA ምሽጥራውነት ፖሊሲ ንምንባብ ናብ **hca.wa.gov** ከዱ ብምቕፃል ኣብ ትሕቲ እዚ ገፅ «ምሽጥራውነት» (“privacy”) ዝብል ጠውቑ፡፡

Washington State Health Care Authority
P.O. Box 42719
Olympia, WA 98504-2719
HCA 19-065 TI (12/24) Tigrigna