

Barnaamijka Health Home (Guriga Caafimaadka) wuxuu bixinayaa:

- Maareynta daryeel dhammeystiran.
- Abaabulid caafimaad iyo iskuduwid daryeel.
- Qorshayn kumeel gaar ah.
- Taageero qoys iyo mid shakhsi ahaaneed.
- U diridda adeegyada taageero ee bulshada iyo beesha ku habboon.

Health Home (Guriga Caafimaadka)

Iskuduwideeda daryeelka
si loo wanaajiyo
caafimaadkaaga.



Iskuduwida
daryeelka
si loo helo
caafimaad
wanaagsan

Barnaamijka Health Home (Guriga Caafimaadka)

*... loogu talagalay
nolol wanaagsan!*



Isticmaal adeegaha Health Home
(Guriga Caafimaadka) si aad isugu
xagaajisid adeegahaaga caafimaadka
iyo bulshada una wanaajisid noloshada.



“Waxaa ii wanaagsan in aan helo rabitaan si aan u qaato doorashooyin wanaagsan.”

– Macamiilka Health Home (Guriga Caafimaadka)

Waa maxay Health Home (Guriga Caafimaadka)?

Health Home (Guriga Caafimaadka) ma ahan goob. Waa koox adeegyo ah oo ku taageeraya haddii aad qabtid xaalad aad u daran iyo in ka badan hal baahi caafimaad ama adeeg bulsho.

Adeegyada Health Home (Guriga Caafimaadka) waxay ka dhigi karaan in waxyaabaha ay u socdaan si habsami ah oo u dhaxeeya taageeradaada adeegga bulshada iyo caafimaadka. Tani waxay caawimaad ka geysan kartaa yareynta booqashooyinka isbitaalada iyo qolalka xaaladaha degdega ah iyo in ay taageerto caafimaadkaaga, ladnaantaada guud, iyo is-daryeelidda.

Sidee ayay adeegyada u shaqeeyaan?

- Adeegyada Health Home (Guriga Caafimaadka) waxaa la maareeyaa ayadoo loo marayo hay'ad isku dubaridda daryeelka.
- Isku duwaha daryeelka ayaa adiga kula kulmaya si uu kuugu caawiyo iyo aad sameysid qorshaha tallaabadaada caafimaadka.
- Isku duwaha daryeelka adiga ayuu kula soo xiriirayaa iyo hay'adaha ku taageera si ay waxyaabaha u socdaan.
- Haddii aad tagtid ama aad ka baxdid isbitaalka, isku duwaha daryeelka wuxuu kugu caawinayaa qorshaynta marxaladaada kala guurka.
- Haddii aad dhibaato ku qabtid helidda taageerada aad u baahan tahay, isku duwaha daryeelka wuxuu kugu caawin karaa la shaqeynta bixiyeyaashaada iyo hay'adaha kiimiko ku tiirsanaanta iyo caafimaadka dhimirka si aad u heshid daryeel.

Adeegyadan ma adiga ayaa laguugu talogalay?

Waxaa dhici karta in aad u qalantid haddii aad:

- Tahay macamiil Caawimaada caafimaadka ah;
- Qabtid xaalad cudur daba dheeraad ah; iyo
- Aad halis ugu jirtid mid labaad.

Tani qiimaheeda waa imisaa?

Waxna — waa adeeg lacag la'aan ah.

Tani maxay kuu sameyn doontaa?

- In ay ku siiso taageero kugu caawinaysa in aad maareysid baahiyada bulshada iyo caafimaadka ee dhibka badan.
- In ay ku siiso caawimaad ah in aad raadsatid oo aad heshid adeegyada mustaqbalka-fog ee bulshadaada ah.

Sideed u bilaabaysaa?

- Marka isku duwaha daryeelka uu kula soo xariiro, u sheeg in aad doonaysid in aad ka qaybqaadatid.
- Kadibna, la shaqee isku duwaha daryeelka, samee Qorshe Talaabo Caafimaad, kadibna bilaaw!

Tani miyay bedelaysaa dadka aad hadda la shaqeysid?

Waxaad wadi kartaa in aad la shaqeysid isla dadkii—barnaamijka wuxuu kaliya ku soo darayaa qof kugu caawinaya in aad sameysid oo aadna la socotid Qorshahaaga Talaabada Caafimaad. Waxaad sii-wadi kartaa in aad la shaqeysid:

- Daryeel bixiyeyaashaada ee lacagta la siiyo.
- Dadka kale ee aad la shaqeysid (tusaale ahaan, dhakhtarada, kalkaaliyeyaasha, daaweyeyaasha jireed, la taliyeyaasha caafimaadka dhimirka, iyo shaqaalaha kiimiko ku tiirsanaanta).
- Hay'adda Degaankaaga ee qaabilsan Waayeelada iyo maamuleyaasha kale ee dacwadda.

Waa maxay saameynta ay kugu leedahay?

Adeegyada Health Home (Guriga Caafimaadka) waxay kugu caawinayaan safarkaaga caafimaadka. Ka qaybgalkaaga waa mid iskaada ah. Ma saameynayso u-qalmitaankaaga ee adeegyada kale ama xuquuqahaaga cabashada iyo rafcaanka.

Wac lambarkan 1-800-562-3022 si aad u heshid macluumaad dheeri ah

Washington State
Health Care Authority



Transforming lives