



COMMUNITY HEALTH PLAN
of Washington™

The power of community



WASHINGTON APPLE HEALTH

Buuggaaga Caafimaadka iyo Dheefta Habdhaqanka Caafimaadka **2024**





You have the right to get this information in a different format, such as audio, Braille, or large font due to special needs or in your language, at no additional cost.

ATTENTION: If you speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call 1-800-440-1561 (TTY: 711).

Español (Spanish) ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-800-440-1561 (TTY: 711).

Tiếng Việt (Vietnamese) CHÚ Ý: Nếu bạn nói Tiếng Việt, có các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí dành cho bạn. Gọi số 1-800-440-1561 (TTY: 711).

繁體中文 (Chinese) 注意：如果您使用繁體中文，您可以免費獲得語言援助服務。請致電 1-800-440-1561 (TTY: 711)。

Af Soomaali (Somali) DIGTOONI: Haddii aad ku hadasho Af Soomaali, adeegyada caawimada luqadda, oo lacag la'aan ah, ayaa lagu heli karaa adiga. Wac 1-800-440-1561. (TTY: 711).

Русский (Russian) ВНИМАНИЕ: Если вы говорите на русском языке, то вам доступны бесплатные услуги перевода. Звоните 1-800-440-1561 (телетайп: 711).

(Arabic) العربية ملحوظة: إذا كنت تتحدث اذكر اللغة، فإن خدمات المساعدة اللغوية تتوافر لك بالمجان. اتصل برقم 1-800-440-1561 (711).

አማርኛ (Amharic) ማሰታወሻ: የሚናገሩት ቋንቋ አማርኛ ከሆነ የትርጉም እርዳታ ድርጅቶች፣ በነጻ ሊያግዝዎት ተዘጋጅተዋል፡ ወደ ሚከተለው ቁጥር ይደውሉ 1-800-440-1561 (መስማት ለተሳናቸው፡ 711)።

توجه برای دری (Dari) اگر به زبان دری صحبت می کنید، خدمات مساعدت زبان، طور رایگان برای شما موجود می باشد. با شماره 1-800-440-1561 (TTY: 711) تماس بگیرید.

ትግርኛ (Tigrinya) ምልክታ: ትግርኛ ትዛረብ ተኸይንካ ኣገልግሎት ኣገዝ ቋንቋ ንዓኽ ብናጻ ይርከብ። ደውል 1-800-440-1561 (TTY: 711)።

မြန်မာစာ (Burmese) သတိပို့ရန် - အကယု၍ သတ္တု ဖုမန္တစကား ကို ဝေပုဟပါက၊ ဘာသာစကား အကူအညီ၊ အခမဲ့၊ သင့်အကြံစီစဉ်ဆွဲဆွဲကွေးပေးပါမည်။ ဖုန်းနံပါတ် 1-800-440-1561 (TTY: 711) သို့မဟုတ် ဝေခေဆီပါ။

ਪੰਜਾਬੀ (Panjabi) ਧਿਆਨ ਦਿਓ: ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪੰਜਾਬੀ ਬੋਲਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਮੁਫਤ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। 1-800-440-1561 (TTY: 711) 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

한국어 (Korean) 주의: 한국어를 사용하시는 경우, 언어 지원 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다. 1-800-440-1561 (TTY: 711) 번으로 전화해 주십시오.

(Farsi) فارسی توجه: اگر به زبان فارسی گفتگو می کنید، تسهیلات زبانی بصورت رایگان برای تماس بگیرید. 1-800-440-1561 (TTY: 711) شما فراهم می باشد. با

Українська (Ukrainian) УВАГА! Якщо ви розмовляєте українською мовою, ви можете звернутися до безкоштовної служби мовної підтримки. Телефонуйте за номером 1-800-440-1561 (телетайп: 711).

ភាសាខ្មែរ (Khmer) កត់ចំណាំ: ប្រសិនបើអ្នកនិយាយភាសាខ្មែរ សេវាជំនួយភាសាមិនគិតថ្លៃមានសម្រាប់អ្នក។ សូមទូរស័ព្ទមកលេខ 1-800-440-1561 (TTY: 711)។

Tusmada buugga

Kusoo dhowoow Community Health Plan of Washington iyo Washington Apple Health	5
Macluumaadka xiriirka muhiimka ah	6
Bixiyeyaasha Daryeelka Caafimaadkayga	7
Sida loo isticmaalo buug yarahan	8
Bilaabidda.....	10
1. Kaadhkaaga Aqoonsiga xubininada Community Health Plan of Washington	10
2. Kaarkaaga Adeegyada ee ProviderOne	11
Haddii aad u baahan tahay karaka Adeegyada cusub ee ProviderOne ah.....	12
Bedelidda qorshooyinka caafimaadka.....	13
Adeegsiga caymiskaaga gaarka ah iyo Community Health Plan of Washington ee ceymiska	13
Sida loo helo daryeel caafimaad	15
Sida loo doorto Bixiyahaaga daryeelka aasaasiga ah (PCP)	15
Dejinta ballanta ugu horaysa ee (PCP).....	15
Sida loo helo daryeel takhasus ah iyo tixraacyo	16
Adeegyada aad heli karto gudbin la'aan	16
Telefoonka Caafimaadka/Telefoonka Dawada.....	17
Waa in aad aadaa dhaqtarka, Farmasiyada, adeeg bixiyaasha hab-dhaqanka caafimad amaiyo isbitaalada ee Community Health Plan of Washington	18
Bixinta adeegyada daryeelka caafimaadka	18
Barnaamijyada Hormarinta Tayada.....	19
Barnaamijyada Maamulka Adeegsiga	19
Sida aanu u qiimayno teknoolajiga cusub	19
Macluumaad loogu talagalay Hindida Mareykanka iyo Dhaladka Alaska	20
Helitaanka daryeel xaalad deg-deg ah ama markaad guriga ka maqantahay	21
Xaalad degdeg ah.....	21
Haddii aad u baahan tahay daryeel degdeg ah.....	21
Haddii aad u baahan tahay daryeel saacadaha shaqada ka dib.....	21
Lambarada khadka taleefannada ee dhibaataada xaafadda	23
Filashooyinka ah goorta adeeg bixiyaha daryeelka qorshaha caafimaadka ku arki doono.....	24

Dheefaha uu daboolay Community Health Plan of Washington.....	24
Adeegyada Guud iyo Daryeelka Degdegga ah	25
Farmashiyaha ama Rijeetooyinka	26
Adeegyada daryeelka caafimaadka ee carruurta.....	26
Daaweyn	32
Takhasus	33
Maqalka iyo Aragtida	35
Qorshaynta Qoyska / Caafimaadka Taranka	36
Daboolida Uurka Ka dib (APC).....	36
Qalabka caafimaadka iyo saadadka.....	37
Shaybaarka iyo raajada.....	37
Caafimaadka Haweenka iyo Hooyada	38
Adeegyada dheeraadka ah ee aan bixinno.....	38
Iskuduwidda Daryeelka.....	40
Adeegyada Maareynta Kiisaska Adag.	40
Adeegyada Isuduwidda Daryeelka Dheeraadka ah ee Aan Bixin Karno.....	41
Adeegyada ilka soo ridka.....	43
Adeegyada Laga Reebay (ee Aan la daboolin)	50
Helida macluumaadkaaga caafimaadka Haddii aanad ku faraxanayn adeeg bixiyahaaga, qorshaha caafimaadka, ama qayb kale oo daryeelka ah.....	52
U doo daha Caafimaadka Dhaqanka (hore loogu yeedhi jiray U doodaha Dadka)	52
Macluumaad muhiim ah oo ku saabsan diidmooyinka, rafcaannada, iyo dhageysiga maaraynta	54
Dardaaranada horudhaca ah.....	60
Waa maxay hagitaanka horudhaca ah??.....	60
Dardaaranka Hore ee Caafimaadka Maskaxda	61
Waa maxay dardaaranka caafimaadka maskaxda?	61
Kahortaga Qashinka iyo Xadgudubka	61
Waxaan ilaalinaa arimahaaga gaarka ah.....	62

Kusoo dhowoow Community Health Plan of Washington iyo Washington Apple Health

Soo dhawoow!

Waad ku mahadsan tgahay iska diiwana gelinta Washington Apple Health), qorshahaaga caafimaadka. La shaqee Apple Health si ay u bixiso daboolidaada. Buug-yarahani wuxuu bixin doonaa faahfaahin dheeraad ah oo ku saabsan dheefahaaga la daboolay iyo sida loo helo adeegyada.

Badanka macaamiisha Apple Health waxay ka diiwaan gashan yihiin daryeelka la maareeyo. Tan macnaheedu waxa weeye Apple Health waxay bixisaa qorshahaaga caafimaadka qadarka bilaha ah ee daboolidaada. Daboolidaada waxaa ku jira adeegyada caafimaadka jidhka iyo dhaqanka sida ka hortagga, koowaad, daryeelka takhasuska, telemedicine, iyo adeegyada caafimaadka ee kale. Waa inaad aragto adeeg bixiyayaasha ku jira shabakada Community Health Plan of Washington. Adeegyada badan ee laga helay meel ka baxsan aaga adeegayaga lama dabooli doonaa iyaddoo hore loo sii oggolaado moyaane. La shaqee adeeg bixiyahaaga daryeelka koowaad (PCP) si aad u hesho oggolaanshaha daryeelka ka baxsan shabakadayada. Waxaanu dabooli doonaa adeegyada gurmada haddii aad qabto gurmada dibada ka ah aaga adeega.

Community Health Plan of Washington ayaa kula soo xiriiri doona toddobaadyada soo socda. Waxaad na waydiin kartaa su'aalo kastaa oo hel caawimada qabsashada ballamaha. Haddii aad qabto su'aalo ka hor inta aanaan kula soo xidhiidhin, laymankayaga telefoonka way u furan yihiin su'aalo kasta oo aad qabto. Naga soo wac 1-800-440-1561 (TTY 711), 8 Subaxnimo ilaa 5 galabnimo, Isniin ilaa Jimce.

Haddii ingiriisigu aanu ahayn luqadaad doorbidayso ama aad dhego la da'hay. ama aad indho iyo dhageba la' dahay, ama maqalku kugu adag yahay, waanu ku caawin karnaa. Waxaan rabnaa inaad awood u yeelatid inaad hesho faa'iidooyinka daryeelka caafimaad. Haddii aad u baahan tahay wax warbiixin ah oo ku baxa luqad aan Ingiriisiga ahayn, naga soo wac 1-800-440-1561 (TTY: 711), 8 Subaxnimo ilaa 5 galabnimo, Isniin ilaa Jimce. Waxaan ku siin doonaa caawimaad xagga luqadda ah oo aan adiga lacag la'aan ah. Waxaan sidoo kale ku siin karnaa adeeg bixiye ku hadla luqaddaada

Waxa aad xaq u leedahay helitaanka adeegyo luqadda ah markii aad ku timaaddo ballanta daryeelka caafimaadka ee ay daboolay Apple Health. Adeegbixiyahaaga waxaa looga baahan yahay inuu qabto ballanta turjubaanka ballamahaaga. Fadlan ogaysii bixiyaha xanaanada caafimaadkaaga in aad ubaahantahay turjumaan markaad qabsato ballantaada.

Turjubaanada luqaddaha lagu hadlo waxay tagi karaan xafiiska adeeg bixiyaha, si ay ugu jiraan telefoonka, ama fiidyaha muddada ballantaada. Turjubaanada luqadda ishaarada lagu hadlo waxay tagi karaan xafiiska adeeg bixiyaha, si ay ugu jiraan fiidyaha muddada ballanta.

Haddii aad wax su'aalo ah ka qabtid barnaamijka adeegyada turjubaanka, fadlan booqo websaydka chpw.org/contact-us/language-assistance. Waxaad booqan kartaa Masuuliyiinta Daryeelka Caafimaadka (HCA) Adeegyada Tujrumaada bogga hca.wa.gov/interpreter-services ama iimaylka HCA Adeegyada Turjumaada bogga interpretersvcs@hca.wa.gov.

Na soo wax haddii aad caawimo uga baahan tahay fahanka macluumaadka ama haddii aad u baahan tahay qaabab kale. Haddii aad naafo tahay, indhoole tahay ama araggaagu yar yahay, dhagoole ama maqalku ku adag yahay, ama aadan fahmin buuggan ama hababka kale, naga soo wac 1-800-440-1561 (TTY 711). Waxaan kuu soo bandhigi karnaa habab qaab kale ah ama kaaliyaal caawiyayaal ah, sida Braille afka qoraalka indhoolaha, oo aan lacag la'aan ku ah adiga. Waxaan kuu sheegi karnaa haddii xafiiska daryeel bixiyaha uu heli karo kursiga curyaamiinta ama uu leeyahay qalab isgaarsiineed oo gaar ah ama qalabyo kale oo gaar ah. Waxaan sidoo kale bixinaa.

- Khadka TTY (Lambarka taleefanka ee TTY waa 711).
- Macluumaad ballaaran oo daabacan.
- Caawinta samaynta ballamaha ama diyaarinta gaadiidka ballamaha.
- Magacyada iyo ciwaannada bixiyeyaasha ku takhasusay baahiyaha daryeelka gaarka ah.

Macluumaadka xiriirka muhiimka ah

Ururka:	Macmiilka saacadaha adeega	Adeegga Macaamiisha lambarada Taleefanka	Cinwaanka Websaydh-ka
Community Health Plan of Washington	Isniin – Jimca 8 subaxnimo ilaa 5 galabnimo	1-800-440-1561 (TTY 711)	chpw.org
Health Care Authority (HCA) Apple Health Macmiilka Adeega	Isniin - Jimca 7 subaxnimo ilaa 5 fiidnimo.	1-800-562-3022 TRS 711	hca.wa.gov/apple-health
Washington Healthplanfinder	Isniin-Jimca 8 subaxnimo ilaa 6 fiidnimo.	1-855-923-4633 TTY: \$1-855-627-9604	wahealthplanfinder.org

Bixiyeyaasha Daryeelka Caafimaadkayga

Waxaan kuu soo jeedinaynaa inaad qorto magaca iyo lambarka taleefanka ee adeeg bixiyayaashaada si dhaqso loogu helo. Waxaan ku hayn doonnaa macluumaadka ku yaal websayd-keena ee tusaha adeeg bixiyahayaga oo ah chpw.org/find-a-doctor. Sidoo kale waad na soo wici kartaa waanan ku caawin doonaa.

Adeeg Bixiyeyaasha Daryeelka
Caafimaadkayga

Magaca

Lambarka
Telefoonka

Bixiyaha adeega daryeelkayga caafimaad:

Bixiyaha adeegayga hab-dhaqankayga
caafimaad:

Bixiyaha adeegayga ilkaha:

Bixiyaha Daryeelkayga Gaarka ah:

Farmasiiga Adeeg bixiyahayga:

Buug-gacmeedkani ma abuurayo wax xuquuq sharci ah ama mudnaasho xuquuqeed. Waa in aadan ku tiirsanayn buug-gacmeedkan inuu yahay isha keliya ee aad ka helayso macluumaadka ku saabsan Apple Health. Buug-gacmeedkan waxaa loogu talagalay inuu bixiyo macluumaad kooban oo ku saabsan dheefahaaga caafimaad. Waxaad ka heli kartaa macluumaad faahfaahsan oo ku saabsan barnaamijka Apple Health adiga oo fiirinaya shuruucda iyo xeerarka Hay'adda Daryeelka Caafimaadka ee bogga internetka: hca.wa.changinggov/about-hca/rulemaking.

Sida loo isticmaalo buug yarahan

Buug-gacmeedkani waa hagahaaga ee adeegyada. Isticmaal jadwalka hoose si aad u ogaato sida loola xidhiidho su'aalaha




Haddii aad qabtid wax su'aalo ah oo ku saabsan...	La xiriir
<ul style="list-style-type: none"> • Beddelidda ama ka saarista qorshahaaga daryeelka caafimaad ee la maareeyay ee Apple Health - Bogga 12 • Sida loo helo adeegyada caymiska Apple Health ee aan ku jirin qorshahaaga - Bogga 11 • Adeegyadaada ProviderOne kaadhka – bogga 10 	<p>HCA:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ProviderOne Mareegrta Macmiilka: www.waproviderone.org/client • fortress.wa.gov/hca/p1contactus/ <p>Haddii aad weli su'aalo qabtid ama aad u baahan tahay caawimaad dheeraad ah, wac 1-800-562-3022.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Doorashada ama beddelka bixiyeyaashaada - Bogga 14 • Adeegyada ama daawooyinka la caymiyey – Bogga 22 • Samaynta cabasho - Bogga 51 • Racfaan ka qaadashada go'aanka qorshahaaga caafimaad kaa ee saameynaya dheefahaaga - Bogga 53 	<p>Community Health Plan of Washington ee 1-800-440-1561 (TTY: 711) ama ka booqo chpw.org.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Daryeelkaaga caafimaad - Bogga 14 • Tixraaxyada Takhasuslayaasha - Bogga 15 	<p>Adeeg bixiyahaaga daryeelka caafimaadka. (Haddii aad u baahan tahay caawimaad si aad u doorato adeeg bixiyaha daryeel asaasi ah, naga soo wac 1-800-440-1561 (TTY 711) ama gal khadka chpw.org.</p> <p>Khadka Talo bixinta Kalkaaliyaha waxaa laga heli karaa 1-866-418-2920 (TTY: 711)</p>

Haddii aad qabtid wax su'aalo ah oo ku saabsan...	La xiriir
<ul style="list-style-type: none"> • Isbedellada koontadaada sida: <ul style="list-style-type: none"> • Isbedellada cinwaanka • Isbedelka dakhliga • Xaaladda guurka • Uurka, iyo • Dhalasho ama korsasho 	<p>Washington Healthplanfinder 1-855-WAFINDER (1-855-923-4633) ama onlaynkat: wahealthplanfinder.org.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Sida looga warbixiyo khiyaamada, khasaaraha, iyo xad gudubka. 	<p>Washington State Masuuliyiinta Daryeelka Caafimaadka</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ka warbixinta khiyaamada u qalmdida Washington Apple Health WAHEligibilityFraud@hca.wa.gov 1-360-725-0934 • Ka warbixinta adeeg bixiyayaasha Medicaid hottips@hca.wa.gov 1-833-794-2345 <p>Booqo boggayaga macluumaadka faahfaahsan: hca.wa.gov/about-hca/other-administrative-activities/fraud-prevention.</p>

Bilaabidda

Waxaad u baahan doontaa laba kaar si aad u hesho adeegyada, kaarkaaga qorshaha Community Health Plan of Washington iyo kaarkaaga Adeegyada ProviderOne.

1. Kaadhkaaga Aqoonsiga xubininada Community Health Plan of Washington

 <p>COMMUNITY HEALTH PLAN of Washington The power of community</p> <p>Name John Sample Member ID 12345678 Group IMC Apple Health – Family Region King County Clinic (PCP) Clinic XYZ Clinic Phone 555-555-5555 Copay OV \$0 / ER \$0 RX \$0 RXBin 003858 PCN A4 RXGroup CHWA State ID 2000000000WA</p>  	<p>CUSTOMER SERVICE 1-800-440-1561 TTY Relay: 711. Member chpw.org</p> <p>LIFE-THREATENING EMERGENCY Call 911 or go to the nearest emergency care facility. Contact your PCP or call CHPW customer service at 1-800-440-1561 within 24 hours. NURSE ADVICE LINE (NAL) 1-866-418-2920 or TTY Relay: 711. URGENT CARE Call your clinic (PCP). After hours, call the NAL. CRISIS LINE 1-866-427-4747 PHARMACY COVERAGE DETERMINATIONS 1-800-753-2851 VISION SERVICE PLAN (VSP): 1-800-877-7195 (adults 21+)</p> <p>Provider mychpw.chpw.org/en/provider</p> <p>HOSPITAL ADMISSIONS Hospitals must notify customer service within one business day of hospital admissions. SUBMIT CLAIMS Community Health Plan of Washington Claims, PO Box 269002 Plano, TX 75026-9002. SUBMIT RX CLAIMS Express Scripts ATTN: Commercial Claims, P.O. Box 14711, Lexington, KY 40512-4711.</p>
---	--

Kaadhkaaga Aqoonsiga xubinta waa inuu yimaadaa 30 maalmood gudahooda ka dib isku diiwaaninta daboolida. Your Lambarka Xubinta Aqoonsiga waxay noqon doontaa kaadhkaaga Aqoonsiga xubinta. Toos noo soow ac haddii wax macluumaad ah oo ku qoran kaadhkaagu aanu sax ahayn, ama aanad helin iyadda 30 maalmood gudahood. Qaado kaarkaaga Aqoonsiga markasta oo tus markasta oo aad daryeel hesho. Uma baahnid inaad sugto kaadhkaaga in la keeno si aad ugu tagto adeeg bixiyaha ama loo buuxiyo dawo qorida. Nagala soo xidhiidh 1-800-440-1561 (TTY: 711) ama customercare@chpw.org haddii aad u baahan tahay daryeelka ka hor inta aanu iman kaadhkaagu. Adeeg bixiyayaagu sidoo kale wuu nala soo xiriiri karaa si uu u hubiyo u-qalmitaanka.

2. Kaarkaaga Adeegyada ee ProviderOne

Waxaad sidoo kale boostada ku heli doontaa Kaarka Adeegyada ee ProviderOne.



Kaadhkaaha adeegyadaada ProviderOne boosta ayaa laguugu soo diri doonaa todoba ilaa 10 maalmood ka dib marka la ogaado inaad u qalanto daboolida Apple Health. Waa kaadhka Aqoonsiga caaga ah waxay u eeg yihiinsida kaadhahka caymiska caafimaadka kale. Hayso kaadhkan oo ilaali macluumaadkaaga.

Kaadhkaaga adeegyada waxaa ku jiri kara:

- Lambarka telefoonka adeeg bixiyahahaKow
- Taariikhda la soo saaray
- Websaydka ProviderOne
- Adeegga Macaamiisha information

HCA si toos ah waxay kuugu soo diri doonaan adiga mid cusub haddii aad heshay mid wakhtigii hore. Waxaad codsan kartaa kaadh cusub, haddii loo baahdo. Qof kastaa wuxuu leeyahay nambarkooda macamiilka ee ProviderOne. U soo qaado kaadhkan ballamaha dhakhtarkaaga. Adeeg bixiyayaashu waxay isticmaalaan kaadhkan si ay u habsadaan adeegyadaada in la daboolay.

Adeegsiga Kaarka Adeegyada ee ProviderOne

Waxaad ku arki kartaa koobiga dhijitaalka ah ee kaadhkaaga adeegyadaada ProviderOne dhexda abka moobilka WAPlanfinder. Ka baro wax badan oo ku saabsan abkan bogga wahbexchange.org/mobile/. Looma baahna in la dalbado beddel marka aad had iyo jeer haysato koobo dhijitaal ah!

Lambarkaaga macmiilka ProviderOne waxa uu ku yaalaa xaga dambe ee kaadhkaaga. Markasta waxa ay ahaan doontaa sagaal lambar oo dheer kuna dhammanaya "WA". Ka xaqiiji daboolidaada bilaabantay ama u wareeji qorshahaaga caafimaadka dhexda ProviderOne Mareegta Macmiilka bogga <https://www.waproviderone.org/client>.

Adeeg bixiyayaasha daryeelka caafimaadku sidoo kale waxay adeegsadaan ProviderOne si ay u arkaan inaad ka diiwaan gashan tahay Apple Health.

Haddii aad u baahan tahay karaka Adeegyada cusub ee ProviderOne ah

Waxaad codsan kartaa kaadhka cusub ee adeegyada ProviderOne haddii aanad helin kaadhkaaha, macluumaadku ay khalad yihiin, ama aad waydo kaadhkaaga. Waxaad codsan kartaa beddelka dhowr qaab ah:

- Booqo websaytka xiriirka macaamiisha ee ProviderOne: www.waproviderone.org/client.
- Soo wac laynka IVR ee wicitaanka bilaashka ah lambarka 1-800-562-3022, raac tilmaamaha.
- Coodso beddelka onlaynka ah: www.fortress.wa.gov/hca/p1contactus/.
 - Dooro "Client" (Macmiilka).
 - Isticmaal liiska hoos u soo dhaca ee mowduuca liiska ah si aad u doorato "Services Card" (Kaadhka Adeegyada).

Kaadh cusub wax lacag ah lagaama qaadayo. Waxay qaadataa toddobo ilaa 10 maalmood in kaadhka cusub laguugu soo diro boostada.

Adeegyada Apple Health ayaa la daboolay iyada oo aan la helin qorshe daryeel la maareeyey (oo sidoo kale loo yaqaan Fee-For-Service)

HCA ayaa si toos ah u bixisa dheefaha iyo adeegyada qaarkood xitaa haddii aad ka diiwaangashan tahay qorshe caafimaad. Dheefahan waxaa ka mid ah:

- Adeegyada ilkaha ee xirfad yaqaanka ilkaha
- Muraayadaha/Ookiyaalaha indhaha ee carruurta (ee da'da 20 jir iyo ka yar)
- Adeegyada Daryeelka Muddada-dheer iyo Caawimaadda
- Adeegyada First Steps ee Hooyada (MSS), First Steps Maaraynta Kiiska Ilmaha (ICM) waxbarashadda dhalashada ilmaha, la talinta hidda sidaha dhalmada ka hor, iyo joojinta uurka iyo
- Adeegyada Dadka Naafada Koriimada ah

Waxaad u baahan doontaa oo keliya kaadhka adeegyada ee ProviderOne si aad u hesho dheefahaas. PCP-gaaga ama Community Health Plan of Washington ayaa kaa caawin doona inaad hesho adeegyadan isla markaana ay isku dubbarido daryeelkaaga. Ka eeg bogga 22 wixii faahfaahin dheeri ah ee ku saabsan dheefaha la daboolay. Haddii aad wax su'aalo ah ka qabtid dheefta ama adeeg halkan ku qoran, na soo wac.

Bedelidda qorshooyinka caafimaadka

Waxa aad xaq u leedahay inaad beddesho qorshahaaga caafimaadka markasta. Isbeddelka qorshahaaga waxa uu dhici karaa sida ugu dhakhsaha badan sid abisha ka dib markaas isbeddelkaaga samayso. Hubso qorshahaaga isbeddelka inuu dhaco ka hor inta aanad arag adeeg bixiyayaasha ku jira shabakadaada qorshaha ee cusub.

Waxaa jira dhowr waddo oo lagu baddelo qorshahaaga:

- Ka beddel qorshahaaga websaydka Washington Healthplanfinder: wahealthplanfinder.org.
- Booqo ProviderOne mareegta macmiilka: www.waproviderone.org/client.
- Coodso beddelka onlaynka ah: www.fortress.wa.gov/hca/p1contactus/home/client
 - Dooro mowduuca "Enroll/Change Health Plans" (Is diiwaangeli/Beddel Qorshayaasha).
- Wac HCA: 1-800-562-3022 (TRS: 711).

Haddii aad go'aan ku gaadho inaad beddesho qorshayaasha caafimaadka, waxaanu ku shaqayn doonaa qorshahaaga cusub si loogu wareego daryeelka caafimaad ahaan lama huraanka ah markaas waxaad sii wadi kartaa helida adeegyada aad u baahan tahay. **OGSONOW:** Dadka ka diiwaangashan barnaamijka Dib u Eegista Bukaanka iyo Iskuduwidda waa in aad kusii jirtaa hal sano isla qorshahaaga caafimaadka. Nalaso Xadhiidh haddii aad guurto.

Adeegsiga caymiskaaga gaarka ah iyo Community Health Plan of Washington ee ceymiska

Dadka ka diiwana gashan qaarkood waxay leeyihiin caymiska caafimaadka gaarka ah. Waxaan la shaqayn karnaa caymiska kale si aan kaaga caawino daboolida qaar ka mid ah waxka-bixinta, inta lagaa jari karo iyo adeegyada caymiska caafimaad ee gaarka ah uusan daboolin.

Hubso adeeg bixiyahaaga daryeelka caafimaadku inay ku jiraan adeeg bixiyaha shabakada ku jira ee Community Health Plan of Washington ama u diyaar yihiin inay biilka noo soo diraan wixi ah kharashka la wada bixiyo, jarjarida, ama hadhaaga caymiskaaga gaarka ah aanu daboolin. Tani waxay kaa caawin doontaa inaad iskailaalisoo kharashyada jeebka ka baxsan.

Tus dhammaan kaadhahka markaad u tagto dhakhtarka ama adeeg bixiyaha caafimaadka kale. Tan waxaa kama mid ah:

- Kaararka caymiska gaarka loo leeyahay
- Kaarka Adeegyada ProviderOne
- Kaadhkaaga Aqoonsiga xubininada Community Health Plan of Washington

La xiriir Community Health Plan of Washington isla markiiba haddii:

- Daboolidda Caymiska caafimaadka gaarka ah uu dhammaado.
- Daboolidda Caymiska caafimaadka gaarka ah uu isbedelo.
- Aad qabto wax su'aalo ah oo ku saabsan isticmaalka Apple Health ee caymiskaaga caafimaad gaarka ah.

Sida loo helo daryeel caafimaad

Sida loo doorto Bixiyahaaga daryeelka aasaasiga ah (PCP)

Waa muhiim in la doorto adeeg bixiyaha daryeelka kowaaad (PCP). Waxaad ka heli kartaa macluumaadka PCP gaaga kaadhkaaga Aqoonsiga xubinta. Waxaanu adiga kuu doori doonaa PCP haddii aanad mid dooran. Waxaad codsan kartaa adeeg bixiye haddii aad hadda ka hor aragtay PCP ama aad maqashay wax ku saabsan adeeg bixiye aad doonayso inaad isku daydo. Waxaanu kaa caawin kartaa inaad hesho PCP cusub haddii adeeg bixiyahu uu jeclaan lahaa inuu arko wax aan ku jirin shabakadayada. Waxaad leedahay xaqa aad ku beddesho qorshayaasha caafimaadka adoon faragelin daryeelka. Tani waa Xeerka Daryeelka Kala guurka saxda ah ee ku jira HCA.

Xubin kasta oo qoyska ka mid ah ayaa yeelan kara PCP u gaar ah, ama waxaad dooran kartaa hal PCP si loo daryeelo dhammaan xubnaha qoyska ee leh caymiska Daryeelka Maareynta Apple Health. Waxaad u dooran kartaa PCP cusub naftaada ama qoyskaaga wakhti kasta www.chpw.org/member-center/ ama soo wac 1-800-440-1561 (TTY: 711).

Dejinta ballanta ugu horaysa ee PCP

Bixiyahaaga Daryeelka Aasaasiga ah (PCP) ayaa daryeeli doona inta badan baahiyahaaga daryeelka caafimaad. Adeegyada aad heli karto waxaa ka mid ah baaritaanno joogto ah, tallaalada (tallaallo), iyo daaweyn kale.

Samee ballan sida ugu dhakhsaha badan markaad doorato PCP si aad u noqoto bukaan iyaga la jooga. Waxay kaa caawin doonaan inaad daryeel u hesho marka aad u baahato.

Waxa ay caawinaysaa PCP-gaagu inuu wax badan ka ogaado taariikhdaada caafimaad ee jir ahaaneed iyo dhaqanba sida suuragalka ah. Xusuusnow inaad keento kaarkaaga Adeegyada ProviderOne, Community Health Plan of Washington card kaadhka Aqoonsiga xubinta, iyo kaararka kale ee ceymisyada ah. Qor taariikhdaada caafimaadeed Samee liis kasta ee:

- Dabeecadaha caafimaad ama hab-dhaqan ee aad qabto,
- Daawooyinka aad qaadata.
- Su'aalaha aad rabto inaad weydiiso (PCP) gaaga.

PCP gaaga ogaysii sida ugu dhakhsaha badan ee suuragalka ah haddii aad u baahan tahay inaad baajiso ballanta.

Sida loo helo daryeel takhasus ah iyo tixraacyo

PCP gaaga waxa uu kuu gudbin doonaa khabiirka haddii aad u baahato daryeelka aanay bixin karin. PCP gaagu waxa uu sharaxi karaa sida gudbintu u shaqayso. La hadal PCP gaaga haddii aad u malaynayso khabiirku inaanu buuxin baahiyahaaga. Tani waxay kaa caawin kartaa inaad aragto khabiir ka duwan.

PCP gaagu waa inuu na waydiistaa oggolaanshaha hore ama oggolaanshe wakhti hore ah ka hor inta aanaan ku siin qayb daawaynta ah iyo adeegyada. PCP-gaaga ayaa kuu sheegi kara adeegyada u baahan oggolaansho hore, ama waad na soo wici kartaa si aad u weydiiso.

Waxaanu kuu heli doonaa daryeelka aad uga baahan tahay khabiirka dibada ka ah shabakadayada haddii aanaan ku haysan mid shabakada. Waxaan u baahanahay inaan horay u ansixino booqasho kasta oo ka baxsan shabakadeena. Tan kala hadal takhtarkaaga PCP.

PCP gaagu wuxuu naga codsan doonaa oggolaansho hor-udhac ah oo leh macluumaad caafimaad si uu noo tuso sababta aad ugu baahan tahay daryeelkan. Waa inaan uga jawaabnaa PCP-gaaga shan maalmood gudahood marka la codsado. Waxaan kugu soo wargelin doonaa go'aankayaga ugu dambayn 14 maalmood.

Waxaad xaq u leedahay inaad rafcaan ka qaadato hadii aanu diidno codsigan oo aad khilaafto go'aankayaga. Tan macnaheedu waxa waaye waxaad na weydiisan kartaa in qof kale uu dib u eego codsiga. Ka eeg bogga 51 wixii macluumaad dheeraad ah. Waxaad ka masuul tahay kharashyo kasta haddii PCP gaaga ama Community Health Plan of Washington ay kuu gudbiso khabiir caafimaad oo ka baxsan shabakadayada oo aanu bixino oggolaanshe hore.

Adeegyada aad heli karto gudbin la'aan

Uma baahnid gudbin PCP-gaaga ah si aad ugu aragto bixiyaha shabakadeena haddii aad u baahan tahay:

- Caafimaadka dhaqanka adeegyada ka jawaabida dhibta ay ku jiraan:
 - Farogelinta Dhibaatooyinka
 - Adeegyada Qiimeynta iyo Daaweynta
- Adeegyada qorsheynta qoyska
- Baaritaanka HIV ama AIDS
- Tallaallada
- Adeegyada caafimaadka dhaqanka bukaan socodka
- Daaweynta cudurada galmada lagu kala qaado iyo daryeelka la socoshada.
- Baaritaanka qaaxada iyo daryeelka la socoshada
- Adeegyada caafimaadka haweenka oo isugu jira:
 - Adeegyada dhalmada oo ay ku jiraan adeegyada umulisada, iyo
 - Baaritaanka naasaha ama miskaha

Telefoonka Caafimaadka/Telefoonka Dawada

Haddii uu ku taageer adeeg bixiyahaagu. waxaad ku booqan kartaa adeeg bixiyahaaga telefoonka ama kombuyuutarka beddelka ballanta qof ahaaneed. Tan waxaa loo yaqaanaa sida telemedicine. Telemedicine (sidoo kale loo tixraaca telemedicine) waa inay gaar ahaadaan, is dhexgal lahaadaan, iyo maqalka wakhtiga runta ah ama maqalka iyo wada xidhiidhka fiidyaha. Daryeelka degdega ah ee onlaynka ah sidoo kale waa doroashada sidii qayb daboolidaada Apple Health, macluumaadka dheeraadka ah waxaa laga heli karaa bogga 20.

Bukaanadu waxay wadaagi karaan macluumaadka adeeg bixiyahooda oo waxay helaan cudur baadhida iyo daawaynta wakhtiga dhabta ah iyagoon joogin meel isku mid ah.

Community Health Plan of Washington waxa uu daboolayaa adeegyada fogaan-daaweynta ah ee loo ogolaaday adeegyada jidhka. Si aad u hesho daryeel bixiye Fogaan-daaweye ah, booqo chpw.org/virtualcare ama weydii daryeel bixiyahaaga. Waxaad sidoo kale soo wici kartaa Laynkayaga Kalkaaliska 24-saac lambarka 1-866-418-2920 (TTY: 711) talada bilaashka ah ee ku saabsan nooca daryeelka aad u baahan karto. Haddii aad qabtid su'aalo ama aad u baahan tahay macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan CHPW Virtual Care, fadlan wac adeegga macaamiisha 1-800-440-1561 (TTY: 711) ama iimayl noogu soo dir customercare@chpw.org

Waa in aad aadaa dhaqtarka, Farmasiiyada, adeeg bixiyaasha hab-dhaqanka caafimad amaiyo isbitaalada ee Community Health Plan of Washington

Waa inaad isticmaashaa adege bixiyayaasha baadhida jidhka iyo caafimaadka dhaqanka oo la shaqeeya Community Health Plan of Washington. Sidoo kale waxaanu haysaa cusbitaalo iyo farmasiyo sid aad adigu u isticmaasho. Waxaad codsan kartaa diiwaanka macluumaadka ku saabsan adeeg bixiyayaashayada, farmasiiyada, iyo cusbitaalada. Diiwaanada waxaa ka mid ah:

- Cusbitaalada iyo Xarumaha Caafimaadka.
- Magaca adeeg bixiyaha, goobta, iyo lambarka taleefanka.
- Takhasuska, shahaadooyinka aqoonsiga, iyo shahaadada caafimaadka.
- Iskuulka caafimaad ee la dhigtay, Dhameystirka Tababarka jaamacadda kadib, iyo Xaaladda Shahaadada Gudigu bixiyaan.
- Luqadaha ay ku hadlaan bixiyayaashaas.
- Xaddidad kasta oo ku saabsan nooca bukaannada (dadka waaweyn, carruurta, iwm.) ee uu bixiyuhu arko.
- Aqoonsashada PCP-yadee qaabilaya bukaanada cusub.

Si loo helo liska diiwaanka, soo wac adeegyadayada xubinta laynka ah 1-800-440-1561 (TTY: 711) ama booqo websaydkayaga chpw.org.

Bixinta adeegyada daryeelka caafimaadka

Adiga ahaan oo macmiil u ah Apple Health, ma haysatid kharashka la wada bixiyo ama jarjarida wixii adeegyo ah ee la daboolay. Waxaa laga yaabaa inaad bixiso adeegyadaada haddii:

- Waxaad heshaa adeega Apple Health aanay daboolin, sida qaliinka qurxinta wejiga.
- Waxaad heleysaa adeeg aan caafimaad ahaan daruuri ahayn.
- Ma garanaysid magaca qorshahaaga caafimaad, adeeg bixiye aad aragtana ma garanayo cidda biil loo dirayo.
 - Waa muhiim inaad u qaadatokaarkaaga Adeegyada ee ProviderOne iyo kaarkaaga qorshaha caafimaadka markasta oo aad u baahan tahay adeegyo.
- Waxaad daryeel ka heleysaa adeeg bixiye aan ka tirsaneyn shabakadeena oo aanay ahayn gurmada ama qorshahaaga caafimaadka hore loo sii oggolaaday.
- Ma raacaysid sharciyadayada si aad daryeel uga hesho takhasusle.

Bixiyeyaashu waa inaysan ku weydiinin inaad iska bixiso kharashka adeegyada la daboolay. Naga soo wac 1-800-440-1561 (TTY: 711) haddii aad hesho biilka. Waxaan la shaqeyn doonaa daryeel bixiyahaaga si aan u hubino inay kugu soo dalacaan sida ugu habboon.

Barnaamijyada Hormarinta Tayada

Ujeedada Community Health Plan of Washington ee Barnaamijka Hagaajinta Tayada waa in la wanaajiyo tayada daryeelkaaga iyo waayo aragnimadaada. Waxaan la soconaa barnaamijyada caafimaadka ee kala duwan waxaanna ka warbixinnaa sid aan nahay. Waxaan u isticmaalnaa macluumaadkan si aan u ogaanno sida ugu wanaagsan ee aan wax uga qaban karno si aan u hubinno in qof kastaa helo daryeelka iyo caawimaada uu u baahan yahay.

Waqtii ka waqtii, waxaan kugula soo xiriiri doonaa emayl, boosto ama taleefan si aan kuugu sheegno barnaamijyada ama adeegyada aan u maleyno inay ku caawin karaan, waxaan ku xasuusin doonaan adeegyada caafimaadka ee muhiimka ah, ama kaliya inaan waxbadan kaaga ogaano si aan u sii wadno hagaajinta. Haddii aad qabtid su'aalo ama aad u baahan tahay macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan Barnaamijka Hormarinta Tayada, fadlan wac Adeega Macaamiisha 1-800-440-1561 (TTY: 711) ama iimayl noogu so dir customer@chpw.org.

Barnaamijyada Maamulka Adeegsiga

Community Health Plan of Washington waxuu rabaa inaad hesho daryeel adiga kugu habboon, adigooon helaynin daryeel aadan u baahnayn. Waxaan kaa caawineynaa inaan hubino inaad heshid daryeelka saxda ah adoo gaadhaya go'aano ku saleysan baahidaada caafimaad lama huraanka ah, ku habboonaanta, iyo dheefaha la daboolo.

Abaal marin ma siino dhaqaalaha gaadha go'aamadan iyagoo maya leh. Tani waxay hubsataa go'aamadayada inay xaq yihiin. Haddii aad qabto su'aalo ku saabsan sida go'aamadan loo gaadho, soo wac 1-800-440-1561 (TTY: 711), Isniinta ilaa Jimcaha, 8 subaxnimo ilaa 5 galabnimo.

Sida aanu u qiimayno teknoolajiga cusub

Waxaan qiimaynaa qalabka cusub, dawooyinka iyo nidaamyada si loo go'aamiyo haddii la daboolayo iyadoo ku salaysan baahida caafimaadka. Qalabyada qaarkood, dawooyinka, nidaamyada weli waa la baadhayaa si loo arko haddii ay run ahaan caawin karaan. Haddii weli la baadhayo, waxaa loogu yeedhaa tijaabo ama baadhitaan. Adeegyadan waxaa la daboolaa ka dib cilmi baadhida Community Health Plan of Washington waxa uu go'aamiyaa inay ka caawimo badan yihiin waxyeelada badan. Naga soo wac 1-800-440-1561 (TTY: 711) Isniinta ilaa Jimcaha, 8 subaxnimo ilaa 5 galabnimo.

Macluumaad loogu talagalay Hindida Mareykanka iyo Dhaladka Alaska

HCA waxay siineysaa Hindida Mareykanka iyo Dhaladka Alaska ee ku nool Washington kala doorashada u dhaxeysa daryeelka Apple Health ee la maareeyay ama qorshaha caymiska Apple Health ee aan la maarayn (sidoo kale loogu yeedho adeega kharashka ah). HCA waxay tan u samaynaysaa si ay ugu hogaansanto qawaaniinta federaalka, iyada oo la aqoonsaynahay nidaamka bixinta daryeelka caafimaadka ee Hindida, iyo inay kaa caawiso inaad hubiso inaad heshid daryeel caafimaad oo dhaqan ahaan haboon. Waxaad kartaa la xidhiidh HCA lambarka 1-800-562-3022 wixii su'aalo ah ama si aad u beddesho diiwaan gelintaada. Waxaad beddeli kartaa xulashada(ooyinka) wakhti kasta, laakiin isbeddelku ma dhaqan geli doono ilaa bisha soo socoda ee la heli karo.

Haddii aad tahay Hindida Mareykanka ama Dhaladka Alaska, waxaad awoodi kartaa inaad ka hesho adeegyo daryeel caafimaad iyada oo loo marayo xarunta adeegga Caafimaadka Hindida, barnaamijka daryeelka caafimaadka qabaa'ilka ama Barnaamijka Caafimaadka Magaalada Urban (UIHP) sida Guddiga Caafimaadka ee Hindida Seattle ama NATIVE Project ee Spokane. Bixiyeyaasha rugahan caafimaad waa kuwa wax garanaya oo fahmaya dhaqankaaga, bulshadaada, iyo baahiyahaaga daryeelka caafimaadka. Haddii aad ku xidhan tahay ama shuraako la tahay Kaaliyaha Qabiil dhexda xarunta IHS, barnaamijka caafimaadka Qabiilka ama UIHP, waxay kaa caawin karaa adiga inaad go'aan gaadho.

Waxay ku siin doonaan daryeelka aad u baahan tahay ama waxay kuu gudbin doonaan takhasusle takhasus leh. Waxay kaa caawin doonaan inaad go'aan ka gaadgo haddii aad dooranayso qorshaha daryeelka la maareeyo ama daboolida Apple Health oo aan lahayn qorshaha daryeelka la maareeyo. Haddii aad qabtid su'aalo ku saabsan daryeelkaaga caafimaad ama caymiskaaga daryeelka caafimaadka, shaqaalaha qabiilkaaga ama UIHP ah ayaa ku caawin kara.

Helitaanka daryeel xaalad deg-deg ah ama markaad guriga ka maqantahay

Xaalad degdeg ah

Soo wac 911 ama aad xarunta gurmada ee kuugu dhow haddii aad qabtid dhibaato caafimaad oo lama filaan ah ama daran oo aad u maleyneyso inay tahay xaalad degdeg ah.

Sida ugu dhakhsaha badan ee suurtoogalka ah ka dib intaas, na soo wac oo noo soo sheeg inaad ku jirto xaalad degdeg ah iyo halka aad ka heshay daryeelka. Uma baahnid oggolaansho hore-dhac ah si aad u raadsato daryeel xaalad degdeg ah. Waad isticmaali kartaa isbitaal kasta ama xarun deg-deg ah haddii aad ku sugan tahay xaalad degdeg ah.

Kaliya aad qolka deg-degga ah ee isbitaal haddii ay tahay xaalad degdeg ah. Ha aadin qolka gargaarka degdegga ah ee daryeelka caadiga ah.

Haddii aad u baahan tahay daryeel degdeg ah

Waxaa laga yaabaa inaad qabto dhaawac ama jirro aan degdeg ahayn laakiin u baahan daryeel degdeg ah. Nala soo xidhiidh 1-800-440-1561 (TTY: 711) si aad uga hesho fududayn daryeel deg-deg ah ee shabakadeena ama booqo websitekeena ee chpw.org. Haddii aad qabto su'aalo ku saabsan inaad si degdeg ah ku tagto daryeelka degdega ah soo wac laynkayaga 24 saac ee kalkaaliska lambarka 1-866-418-2920 (Gudbinta Fariinta TTY: (TTY: 711)). Laynkan waxa uu furan yahay 7 maalmood todobaadkii.

Haddii aad u baahan tahay daryeel saacadaha shaqada ka dib

Waxaad sidoo kale soo wacdaa laynkayaga kalkaaliska 24 saac oo dalbo caawimo: 1-866-418-2920 (TTY: 711). Waxaad sidoo kale la soo xidhiidhi kartaa qorshahaaga caafimaadka adeegooda daryeelka onlaynka ah telefoon ahaan, telefoonka casriga ah, taableedka, ama kombuyuutarka 1-855-994-6777 ama chpwvirtualcare.org.

Wac bixiyahaaga daryeelka aasaasiga ah si aad u ogaato haddii ay bixiyaan daryeel saacadaha shaqada kadib.

Dhibaataada Habdhaqanka Caafimaadka:

Tusaalooyinka gurmada caafimaadka dhaqameed/daryeelka dhibta waxaa ka mid ah, marka qofku:

- Ku hanjabo ama ka hadlo waxyeelaynta ama dilida nafhooda.
- Dareemo rajo beel.
- Dareema cadho ama cadho aan la xakamayn.
- Dareemo inuu xaniban yahay, sida inaanay jirin meel uu ka baxaa.
- Ka qayb qaato feejignaan la'aanta dhaqamada.
- Dareemo werwer, cadho, ama aanu seexan karin.
- Ka fogaado saaxibada iyo qoyska.
- La kulma isbeddelada dareemada macquulka ah.
- Aanu arkin sabab uu ku noolaado.
- Kordhiya khamriga ama isticmaalka maandooriyaha.

Soo wac laynka dhibta degmadaada hoose haddii adiga ama qof aad garanaysaa uu la kulmayo dhibta caafimaadka maskaxda.

- **Caawimada degdega ah:** soo wac 911 gurmada nolol khatar gelayso ama 988 wixii ah gurmada caafimaadka maskaxda.
- **Caawimada Degdega ah ee Dhibta Caafimaadka Maskaxda ama Fikrada Isdilka:** La xidhiidh [Khadka Nolol ee Ka horagga Is khaarajinta ee Qaranka](#) 1-800-273-8255 (TRS: 1-800-799-4889 ama wac ama qoraal u dir 988. The line is bilaash, qarsoodi, and available 24/7/365. Sidoo kale waxaad garaaci kartaa 988 haddii aad ka walaacsan tahay wax ku saabsan qof ehelka ah oo u baahan kara taageerada dhibta.

Khadka Caawinta Bogsashada ee Washington waa khad 24-saac ee arrimaha faragelinta dhibta iyo laynka soo gudbinta kuwa la tacaalaya arrimaha la xiriira caafimaadka dhimirka, adeegyada daawaynta cudurada ay keenaan mukhaadaraadka, iyo dhibaatooyinka khamaarka. Wac ama qoraal ku dir 1-866-789-1511 ama 1-206-461-3219 (TTY), limayl recovery@crisisclinic.org ama booqo warecoveryhelpline.org. Kuraydu waxay la xidhiidhi karaan dhalinyaro inta lagu jiro saacadaha gaarka ah: 1-866-833-6546, teenlink@crisisclinic.org, ama 866teenlink.org.

Lambarada khadka taleefannada ee dhibaataada xaafadda

Waad soo wici kartaa khadka dhibaataada ee deegaankaaga si aad uga codsato caawimaad adiga ama saaxiib ama xubin qoyskaaga ah. Hoos ka eeg lambarka dhibaataada gobolka:

Gobolka	Gobollada	Khadadka Qalalaasaha/Dhibaataada
Great Rivers	Cowlitz, Grays Harbor, Lewis, Pacific, Wahkiakum	\$1-800-803-8833
Greater Columbia	Asotin, Benton, Columbia, Franklin, Garfield, Kittitas, Walla Walla, Whitman, Yakima	1-888-544-9986
King	King	1-866-427-4747
North Central	Chelan, Douglas, Grant, Okanogan	1-800-852-2923
North Sound	Island, San Juan, Skagit, Snohomish, Whatcom	1-800-584-3578
Pierce	Pierce	1-800-576-7764
Salish	Clallam, Jefferson, Kitsap	1-888-910-0416
Spokane	Adams, Ferry, Lincoln, Pend Oreille, Spokane, Stevens	1-877- 266-1818
Southwest	Clark, Klickitat, Skamania	1-800-626-8137
Thurston-Mason	Mason, Thurston	1-800-270-0041

Filashooyinka ah goorta adeeg bixiyaha daryeelka qorshaha caafimaadka ku arki doono

Wakhtiyada sugida si loo arko adeeg bixiyaha ku xidhan baahiyaha daryeelkaaga. Arag wakhtiyada sugida si aad u aragto adeeg bixiye hoos.

- **Daryeelka degdega ah:** Waxaa la heli karaa 24-ka saac maalintii, toddobo maalmood usbuucii.
- **Daryeelka dhakhsaha ah:** Booqashooyinka xafiiska ee PCP-gaaga, Bixiyaha Habdhaqanka Caafimaadka, Rugta Daryeelka Degdegga ah, ama bixiye kale ee 24 saac gudahood.
- **Daryeelka joogtada ah:** Booqashooyinka xafiiska ee PCP-gaaga, Bixiyaha Habdhaqanka Caafimaadka, ama bixiye kale 10 maalmood gudahood. Daryeelka joogtada ah waa la qorsheeyay oo waxaa ku jira booqashooyinka bixiyaha joogtada ah ee dhibaatooyinka caafimaad ee aan ahayn kuwa degdeg ah ama kuwa dhakhsaha ah.
- **Daryeelka kahortaga:** Booqashooyinka xafiiska ee PCP-gaaga, ama bixiye kale 30 maalmood gudahood. Tusaalooyinka daryeelka ka hortagga ah waxaa ku jira:
 - Baadhitaanka sanadlaha ah ee jidhka (sidoo kale loogu yeedho baadhitaano)
 - Booqashada ilma fayo qaba
 - Daryeelka Caafimaadka Haweenka sanadlaha ah
 - Tallaalada (Tallaalo)

Nala soo xidhiidh haddii ay qaadato wakhti ka dheer wakhtiyada sare si loo arko adeeg bixiyaha.

Dheefaha uu daboolay Community Health Plan of Washington

Qaybtani waxay sharraxaysaa howlaha La ceymiyay ee Community Health Plan of Washington. Ma aha liistada dhammeystiran ee adeegyada la daboolay. Ka hubi adeeg bixiyahaaga ama nala soo xiriir haddii adeegga aad u baahan tahay uusan ku qorneyn. Waxaad ku arki kartaa dheefahayaga iyo adeegyada bogga chpw.org/member-center.

Qaar ka mid ah adeegyada daryeelka caafimaadka ee la daboolay waxay u baahan karaan oggolaansho hor u dhac ah. Dhammaan adeegyada aan la daboolin waxay u baahan yihiin oggolaanshaha hore. Adeegyada aan la daboolin dhexda Apple Health oo aan lahayn qorshaha daryeelka la maareeyo waxay u baahan yihiin oggolaanshaha hore ee ka yimid HCA.

Adeegyada qaarkood waxay ku xadidan yihiin tiro booqashooyin ah. Adeeg bixiyahaagu waxa uu codsan karaa Xadidka Kordhinta (LE) haddii aad u baahan tahay booqashooyin badan. Haddii aad u baahan tahay adeegyada aan la daboolin, adeeg bixiyahaagu ha codsado ka reebida sharciga (ETR).

Waxaad u baahan kartaa inaad ka hesho tixraac PCP-gaaga iyo / ama horay-oggolaansho Community Health Plan of Washingtonka hor intaadan helin adeegyada qaarkood. Haddii aanad haysan gubdinta ama oggolaanshaha hore, waxaa dhici karta inaanaan bixin adeegyada. La shaqee PCP gaaga si loo habsado inay jirto oggolaanshaha hore meesha ka hor inta aanad helin adeega.

Adeegyada Guud iyo Daryeelka Degdegga ah

Adeega	Xog dheeraad ah
Adeegyada Degdegga ah	Waxaa laga heli karaa 24 saacadood maalintii, 7 maalmood usbuucii meel kasta oo Mareykanka ka mid ah.
Isbitaalka, Bukaankii-jiifka iyo Adeegyada Bukaankii-socodka	Waa inaan innaga u oggolaano dhammaan daryeelka aan degdegga ahayn.
Daryeelka Degdegga ah	Adeegso daryeel deg-deg ah markaad dhibaato caafimaad qabtid oo ubaahan daryeel isla mar ahaantaaba, laakiin noloshadu aysan ku jirin khatar.
Daryeelka Kahortagga	Ka eeg bogga 22.
Baxnaaninta Bukaankii-jiifka Isbitaalka (daawo jirka ah)	Waa inaan ansixinaa.
Tallaalada/ tallaalada	<p>Xubnahayagu waxay xaq u leeyihiin tallaalada bixiyahooda daryeelka aasaasiga ah, farmashiyahooda ama waaxda caafimaadka xaafadooda. Ka hubi adeeg bixiyahaaga ama la xidhiidh Adeega Macmiilka wixii macluumaad dheeraad ah ee ku saabsan jadwalka taxanahaaga tallaalka.</p> <p>Waxaad sidoo kale booqan kartaa Waaxda Caafimaadka doh.wa.gov/youandyourfamily/immunization si aad u hesho macluumaad dheeraad ah.</p>
Xarun Kalkaalin oo Xirfadaysan (SNF)	La daboolo xili gaaban, adeegyada caafimaad ahaan lama huraanka ah. Adeegyo dheeraad ah ayaa la heli karaa. Naga soo wac lambarkan 1-800-440-1561 (TTY: 711).

Farmashiyaha ama Rijeetooyinka

Waxaanu isticmaalnaa dawooyinka la daboolay ee loogu yeedho Apple Health Liiska Dawada La door bidayo (PDL). PDL waa liiska dawooyinka ay daboosho Community Health Plan of Washington. Adeeg bixiyahaagu waa inuu qoro dawooyinka waa inuu kuu qoraa daawooyin ku jira PDL. Waad na soo wici kartaa oo weydiisan kartaa:

- Koobiga PDL.
- Macluumaad ku saabsan kooxda adeeg bixiyeyaasha iyo farmashiistayaasha sameeyay PDL.
- Nuqul ka mid ah siyaasadda ku saabsan sida aan u go'aansano daawooyinka la daboolayo.
- Sida loo waydiisto oggolaanshaha dawada aan ku jirin PDL.

Qaar ka mid ah xubin ku beeriada waxaa daboosha Apple Health iyaddoon lahayn qorshaha daryeelka la maareeyo. Naga soo wac lambarkan 1-800-440-1561 (TTY: 711) wixii su'aalo ah ama si aad wax badan ka barato.

Waa inaad daawooyinkaaga ka heshaa farmashiyga shabakadeena ee adeeg bixiyaha. Tani waxay hubsataa in dawooyinkaaga la dabooli doona. Nagu soo wac caawimada helida farmasiiga adiga kuu dhow.

Adeega	Xog dheeraad ah
Adeegyada Farmashiga	Xubnahu waa inay isticmaalaan farmashiyada kaqeyb galaya. Waxaan u adeegsannaa Apple Health PDL. Naga soo wac 1-800-440-1561 (TTY: 711) si aad u hesho liiska farmashiyada.

Adeegyada daryeelka caafimaadka ee carruurta

Carruurta iyo dhalinyarada da'doodu ka yar tahay 21 sano waxay leeyihiin faa'iido daryeel caafimaad oo loo yaqaan Baaritaanka Hore iyo Xilliga, Baarista, iyo Daaweynta (EPSDT). EPSDT waxaa ku jira adeegyo badan oo baaritaan, ogaanshaha cudurka, iyo adeegyo daaweyn ah. Baaritaanadu waxay gacan ka gaysan karaan aqoonsiga jir ahaaneed, caafimaadka habdhaqanka ama baahiyaha daryeelka caafimaadka korniinka ee uu baahan karo baaritaan dheeraad ah iyo daaweyn.

EPSDT waxaa ka mid ah baaritaan kasta oo lagu ogaanayo cudurka iyo daaweynta caafimaad ee lagama maarmaanka u baahan si loo saxo ama loo hagaajiyo xaalada caafimaadka jidka ama dhaqanka. Tan waxaa ka mid ah adeegyada dheeraadka ah loo baahan yahay in la taageero ilmaha ee qaba daahida koriinka.

Adeegyadan waxay tahay ujeedadeeda in xaaladaha lagaga ilaaliyo inay ka sii daraan oo ay yareeyaan dhibaataada daryeelka caafimaadka ilmaha. EPSDT waxay goor hore dhiirigalinaysaa sii wadida helitaanka daryeelka caafimaadka ee carruurta iyo dhalinyarada.

Baaritaanka 'EPSDT' waxaa mararka qaarkood loo yaqaan ilmo caafimaad qaba ama baaritaan-daryeel oo wanaagsan. Carruurta ka yar da'da 3 ee u qalma baadhitaanada ilmaha fayada qaba ee jadwalka Bright Futures EPSDT, iyo da'da ah 3-20 waxay u qalmaan baadhitaanka ilmaha fayao qabka ah jadwalka taariikhda sanad kasta. Baadhitaanka ilmaha fayaha qaba waa inay ku jiraan kuwa soo socda:

- Taariikh caafimaad iyo koritaanka oo dhamaystiran
- Baaritaan buuxa oo jirka ah
- Waxbarashada caafimaadka iyo la-talinta oo ku saleysan da'da iyo taariikhda caafimaadka
- Tijaabinta aragga
- Tijaabada maqalka
- Tijaabooyinka shaybaarka
- Baadhitaanka kibriidka
- Dib u eeg cunnada ama dhibaatooyinka hurdada
- Baadhitaanka caafimaadka afka iyo adeegyada caafimaadka ee Helida Ilkaha ee Ilmaha yar iyo Ilmaha (ABCD) PCP takhasuska leh
- Tallaalada (Tallaalo)
- Baaritaanka caafimaadka Dhimirka
- Cudurka isticmaalida daroogada Baadhitaanka

Marka xaalad caafimaad uu ogaado dhakhtarka ilmaha bixiya, bixiyeyaha(yaashu) waxa ay:

- Daawee ilmaha haddii uu ku jiro inta uu le'eg yahay waxqabadka adeeg bixiyaha; ama
- U dir cunuga khabiirka ku habboon ee daaweynta, oo ay ku jiri karaan baaritaan dheeri ah ama qiimeyn takhasusle ah, sida:
 - Qiimaynta korriimada
 - Caafimaadka maskaxda oo dhameystiran
 - Qiimaynta khalkhalka isticmaalka maandooriyaha
 - La talinta nafaqada
- Adeeg bixiyaasha daaweynta waxa ay kula xiriiraan natiijooyinka adeegyadooda tixraaca bixiyaha (yada) EPSDT ee loo gudbiyey. Dhammaan adeegyada, ay ku jiraan kuwa aan la daboolin, ee carruurta da'aha 20 iyo ka yar waa in dib loo eegaa wixii caafimaad ahaan lama huraan ah.

Adeegyada dheeraadka ah waxaa ka mid ah:

Adeega	Xog dheeraad ah
Baaritaanka Ootismka	Waxaa loo heli karaa dhammaan carruurta 18 bilood iyo 24 bilood.
Toosinta daryeelka laf dhabarka	Loogu talo galay carruurta jirta 20 sano iyo wixii ka yar ee laga soo gudbiyay PCP.
Baaritaanka Korriimada	Baaritaannada ayaa loo heli karaa dhammaan carruurta 9 bilood, 18 bilood, iyo inta u dhexeysa 24 iyo 30 bilood.
Kalkaalinta Caafimaadka ee Waajibka ah (PDN) ama Barnaamijka Caafimaadka Carruurta ee Uruursan (MICP)	Lagu daboolo carruurta da'doodu tahay 17 iyo ka yar. Waa in aan ansixinaa. Dhallinyarada da'doodu tahay 18 illaa 20, tan waxaa daboolo Maamulka Gabowga iyo Caawimaada Muddada-dheer (ALTSA). Ka eeg bogga 46 macluumaadka laga helo ee la xiriira.

Habdhaqanka Caafimaadka

Adeegyada caafimaadka dhaqanka waxaa ka mid ah caafimaadka maskaxda adeegyada daawaynta isticmaalka maandooriyaha. Waxaanu kaa caawin karnaa helida adeeg bixiyaha haddii aad u baahan tahay la talinta, baadhitaanka, ama taageerada caafimaadka dhaqanka. Si aad u hesho adeegyadan, nagala soo xiriir 1-800-440-1561 (TTY: 711) ama ka xulo daryeel bixiye daliilka daryeel bixiyaha.

Adeega	Xog dheeraad ah
Taxliilinta Habdhaqanka la Adeegsaday (ABA)	Waxay ka caawisaa shaskhiyaadka qaba ootismka iyo naafonimada kale ee korriimada horumarinta wada xidhiidhka, xirfadaha habdhaqanka iyo bulshada.

Adeega	Xog dheeraad ah
Isticmaalka maandooriyaha (SUD) adeegyada daawaynta	<p>Adeegyada daaweynta SUD waxaa ka mid ahaan kara:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qiimaynta • Faragelin gaaban iyo ugudbinta daaweynta • Shaljsi qoys, iyo kooxda daawaynta • Bukaani socod, hoy, iyo bukaan jiid • Adeegyada daaweynta beddelidda Opiate (Afiyoonka) • Maareeyanta kiiska • Caawimaada dadka isku faca ah • Dhibaatooyinka Adeegyada • Maareynta kala noqoshada (ka saaridda sunta)
Daawaynta Caafimaadka Maskaxda	<p>Adeegyada caafimaadka maskaxda waa la daboolayaa marka ay bixiyaan dhakhtarka dhimirka, cilmi nafsiga, la taliyaha caafimaadka dhimirka ee rukhsada haysta, shaqaale bulsheed oo rukhsa leh, ama guur rukhsadaysan iyo dhaqtarka qoyska oo rukhsad leh.</p> <p>Adeegyada caafimaadka dhimirku waxay isugu jiraan.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qiimaynta Qaadashada, qiimaynta, iyo baadhitaanka • Caawimaada dadka isku faca ah • Daawaynta wax ka qabadka caafimaadka maskaxda sida <ul style="list-style-type: none"> ○ Shaljsi qoys, iyo kooxda daawaynta ○ Bukaani socod, hoy, iyo bukaan jiid ○ Qaababka daawaynta xoogan oo kooban • Dhibaatooyinka Adeegyada • Maamulka iyo la socodka daawada • Iskuduwidda daryeelka and bulshada integration
Dawooyinka Isticmaalka Obiyeedhka (MOUD)	<p>Hore loogu tixraacay sida Dawaynta Dawo ahaan La kaalmeeyo (MAT). Dawooyinka loo isticmaalo in lagu daaweeyo cudurada isticmaalka maandooriyaha. Naga soo wac 1-800-440-1561 (TTY: 711) wixii faahfaahin gaar ah.</p>
Wax ka qabadka Daawaynta Dhibaatooyinka Khamaarka	<p>Adeega la daboolo waxaa ku jira:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qiimaynta • Daawaynta shakhsiga, qoyska iyo/ama adeegyada kooxda

Washington Nidaamka Qoyska ee Dhalin yarada Gobolka Shuraakda Miisaska Wareegsan (FYSPRT) waxay bixisaa madasha qoyska, dhalin yarada, nidaamyada, iyo bulshooyinka si loo xoojiyo ilaha waara ee bixinta hababka bulshadda ku salaysan si wax looga qabto baahiyaha caafimaadka dhaqanka ee carruurta, dhalin yarada, iyo qoysaska.

Booqo HCA [boggayaga](https://hca.wa.gov/about-hca/programs-and-initiatives/behavioral-health-and-recovery/family-youth-system-partner-round-table-fysprt) macluumaadka dheeraadka ah: hca.wa.gov/about-hca/programs-and-initiatives/behavioral-health-and-recovery/family-youth-system-partner-round-table-fysprt.

Maaliyada Guud ee Gobolka (GFS) waa maaliyada gobolka ee Ururada Daryeelka La maareeyay (MCO) si loo caawiyo inay bixiyaan adeegyada aanu daboolin Apple Health. Tusaale ahaan, qolka iyo meesha hoyga caafimaadka dhaqanka (BH) daawaynta waxaa daboolaa Apple Health oo waxaa madhaba GFS.

Adeegyada ay maalgeliso GFS way ku kala duwan yihiin gobollada. Badanaa waxay kuxiranyihiin adeegyada kale ee habdhaqanka caafimaadka si loogu helo maaliyad dheeri ah.

Nafaqada

Adeega	Xog dheeraad ah
Daawaynta nafaqada caafimaadka	<p>Waxaa la daboolay macaamiisha da'doodu tahay labaatan (20) iyo ka yar markay caafimaad ahaan lagama maarmaan tahay oo uu soo gudbiyo adeeg bixiyahu ka dib baadhitaanka EPSDT.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Waxaa ku jira daawaynta nafaqada, qiimaynta nafaqada, iyo la talinta xaaladaha ku jira qaybta rugta ee khabiirka cuntada diiwaanka gashan (RD) si oo qiimeeyo oo loo daweeyo.
Nafaqada tuumbada afka laga qaato & meel kale oo aan afka ahayn laga qaato.	<p>Kaabayaasha nafaqada ee waalidka iyo alaabaha dhammaan dadka isqoray.</p> <p>Badeecada nafaqada mindhicirrada iyo alaabaha ee dhamman da' kasta ee dadka isqoray ee lagu quudiyo tubada. Alaabta nafaqa ka qaadashada afka ee macaamiishka 20 jirka ah iyo ka yar ee wakhtiga xadidan si wax looga qabto jirada daran.</p>

Baahiyaha daryeelka caafimaad ee gaarka ah ama xanuunka daba dheeraad.

Waxaad u qalmi kartaa adeegyada dheeraad ah iyada oo loo marayo barnaamijkeena Caafimaadka Guriga, ama isuduwidada daryeelka haddii aad qabto baahiyaha daryeelka caafimaadka gaarka ah ama jirada xiliga dheer. Kuwan waxaa ka mid ahaan kara helida tooska ah ee khabiirada. Xaaladaha qaarkood, waxaad awoodi kartaa inaad u adeegsato takhasuslahaaga sida PCP-gaaga. Na soo wac si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan isku xirka iyo maaraynta daryeelka.

Daaweyn

Adeega	Xog dheeraad ah
<p>Baxnaaninta bukaan socodka (Daaweynta shaqo ahaaneed, Jirka, iyo Hadalka)</p>	<p>Tani waa dheef xadidan. Naga soo wac 1-800-440-1561 (TTY: 711) wixii faahfaahin gaar ah. Xaddidaaduhu waxay khuseeyaan haddii lagu fuliyay mid ka mid ah goobaha soo socda:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rugta bunaak socodka • Isbitaalka bukaan socodka • Wakaaladda caafimaadka guriga ee ay aqoonsatahay Medicare <p>Markii la siiyo carruurta jirta da'da 20 iyo ka yar xarunta la aqoonsan yahay ee horumarinta neerfaha. Arag: doh.wa.gov/Portals/1/Documents/Pubs/970-199-NDCList.pdf</p>
<p>Adeegyada Baxnaaninta</p>	<p>Adeegyada daryeelka caafimaadka ee kaa caawinaya inaad sii haysato, ogaato, ama aad anaajiso xirfadaha iyo u shaqeynta nolol maalmeedka aan lagu helin sababo la xiriira dhalasho, hidde, ama xaaladaha caafimaad ee hore. Tani waa dheef xadidan. Naga soo wac lambarkan Naga soo wac 1-800-440-1561 (TTY: 711) wixii faahfaahin gaar ah.</p> <p>Xaddidaaduhu waxay khuseeyaan haddii lagu fuliyay mid ka mid ah goobaha soo socda:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rugta bunaak socodka • Isbitaalka bukaan socodka • Guriga wakaalada faleedaba guriga ee Medicare ahaan la ansixiyay <p>Markii la siiyo carruurta jirta da'da 20 iyo ka yar xarunta la aqoonsan yahay ee horumarinta neerfaha. Arag: doh.wa.gov/Portals/1/Documents/Pubs/970-199-NDCList.pdf</p>

Takhasus

Adeega	Xog dheeraad ah
Kahortga xasaasiyadda (Dareere Xasaasiyadda)	Tallaalada xasaasiyadda.
Qalliinka Buurnida	Oggolaansho hor udhac ayaa looga baahan yahay qalliinka Buurnida. Kaliya waxaa laga heli karaa Xarumaha Heerka Sare ee HCA-ogolaatay (COE).
Habka Daaweynta dib ushaqaynta jirka	Ku kooban dalabaadka qorshaha
Dawaynta kimikalka	Adeegyada qaarkood waxay u baahan karaan ogolaansho hore.
Qalliinka jir Qurxinta	Kaliya marka qalliinka iyo adeegyada la xiriira iyo sahayda la bixiyo si loo saxo cilladaha jir ahaaneed ee dhalashada, jirrada, dhaawacyada jirka, ama dib-u-dhiska naaska ee daaweynta kansarka ka dib.
Qalabka xanuunka Sokorta (Macaanka).	Qalab kooban oo la heli karo iyada oo aan hore loo oggolaan. Qalabaat dheeri ah ayaa lagu heli karaa oggolaansho hore
Sifaynta kelyaha	Adeegyadan waxay u baahan karaan oggolaansho hore
Daawaynta Cagaarshowga C	<p>Adeeg bixiye kasta oo ruqsad haysta si loo qoro dawooyinka tooska wax uga qabanaya fayraska ku lidka ah waxaa loo baahan yahay in la baadho oo la dawooyo xubnaha Apple Health. Kuwan waxaa ku jira adeeg bixiyaasha daryeelka koowaaad, jirada isticmaalka xarumaha walxaha macmnuuca ah, iyo kuwa kale.</p> <p>Dawooyinka daawaynta Cagaarshowga C qaarkood ayaa daboolaa Adeegyada Apple Health waa La ceymiyay iyadoon la helin qorshe daryeel ee la maareeyay Naga soo wac lambarkan 1-800-440-1561 (TTY: 711) si aad wax badan ka barato.</p>
Beerista Xubnaha	Qaar ka mid ah xubin ku beeriada waxaa daboosha Apple Health iyaddoon lahayn qorshaha daryeelka la maareeyo. Naga soo wac 1-800-440-1561 (TTY: 711) wixii faahfaahin gaar ah.

Adeega	Xog dheeraad ah
Adeeyada Oksijiinka iyo Neef mareenka	Ogsajiinta caafimaad ahaan lama huraanka ah iyo/ama qalabka daawaynta neefsashada, saadka, iyo adeegyada kuwa diiwaanka gashan ee u qalma.
Daaweynta lugaha	Tani waa dheef xadidan. Naga soo wac 1-800-440-1561 (TTY: 711) wixii faahfaahin gaar ah.
Sigaar Joojinta	Waxaa loo daboolay dhammaan macaamiisha haysta soo gudbinta PCP ama ogolaansho hore. Wac Community Health Plan of Washington ee 1-800-440-1561 (TTY: 711) wixii macluumaad dheeraad ah ama booqo boggooda internetka oo ah chpw.org/quit-for-life/ .
Adeegyada Caafimaadka Dadka sinjiga Beddela	Adeegyada la xidhiidha caafimaadka qofka sinjigiisa beddela iyo daawaynta cuduraka ka yimaada walbahaarka beddelka sinjiga waxaa ka mid ah daawaynta beddelka hormoonada, daawaynta cadaadinta qaan gaahida, iyo adeegyada caafimaadka maskaxda. Adeegyadan waxay u baahan karaan oggolaansho hore.
Baaritaanka Qaaxada (TB) iyo La-Socodka Daaweynta daawaynta la socodka ah	Waxaad ikhtiyaar u leedahay inaad u tagto PCP gaaga ama waaxda caafimaadka deegaankaaga.

Maqalka iyo Aragtida

Adeega	Xog dheeraad ah
Tijaabooyinka Maqalka	Baadhitaanka maqalka
Qalabyadaa lagu Rakibo lafta dhagta ee Caawiya Maqlka (BAHA)	<p>Ku beerida Qalabka gudaha Dhegta ee labbada waxaa ku jira, qalab gelinta, qaybaha, qalabyada, baytariyada, jaarjarada, iyo sib u samaynta waa dheefta la daboolo dadka oo dhan.</p> <p>BAHA, ay ku jirto qalabyada BAHA (labbadaba qaliin ahaan la geliyo iyo sameecadaha jilicsan ee madaxa lagu xidho), beddelka qaybaha, iyo baytariyada waa dheefta carruurta 20 sano jirka iyo ka yar.</p>
Baadhitaanka indhaha & ookiyaalaha	<p>Waa inaad isticmaashaa shabakadeena adeeg bixiyaha. Naga soo wac si aad u hesho macluumaad kusaabsan dheeta.</p> <p>Carruurta 20 sanadood jirka ah iyo ka yar, muraayadaha indhaha iyo qalabka lagu beddelo waa la daboolaa. Waxaad ka heli kartaa qaybiyayaasha muraayada bogga: fortress.wa.gov/hca/p1findaprovider/.</p> <p>Dadka waa wayn ee u baahan muraayadaha indhaha kharashka la yareeyay waxaad ka iibsanaa kartaa fareemada muraayadaha iyo muraayada wiilka lagu dhegjiyo dhexda adeeg bixiyayaasha ka qayb agalaya ee indhaha. Hel liiska adeeg bixiyayaasha ka qayb galaya: hca.wa.gov/assets/free-or-low-cost/optical_providers_adult_medicaid.pdf.</p> <p>Sidii qayb ka mid ah Dheeftayada Qiimaha Lagu daro, dhammaan xubnaha jira 21 iyo ka wayn waxay heli karaan muraayadaha indhaha bilaashka ah dhexda VSP.</p> <p>Macluumaadka dheeraadka ah ee ku saabsan dheeftan, arag websaydkayaga: chpw.org/vision.</p>

Adeega	Xog dheeraad ah
Tijaabada Maqalka iyo Qalabka Gargaarka Maqalka	<p>Baadhitaanada waa dheefaha la daboolo ee dhammaan shakhsiyaadka</p> <p>Qalabka kaalmada maqalka waa loo heli karaa:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Carruurta 20 ama ka yar • Dadka waa wayn ee buuxiya heerka qiimaynta <p>Kaalmada maqalka hal dheg ah waxaa ku jira:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leekaysiinta • La socodka • Baytariyada

Qorshaynta Qoyska / Caafimaadka Taranka

Adeega	Xog dheeraad ah
Adeega Qorshaynta Qoyska ay ku jiraan dawo qorida iyo kiniinka xakamaynta la iibsado, kiniinka ka hortagga uurka, iyo ka hortagga uurka degdega ah (Qorshaha B)	Waxaad adeegsan kartaa shabakadeena adeeg bixiyaasha, ama waxaad aadi kartaa waaxdaada caafimaadka ama rugta qorshaynta qoyska.
Baaritaanka HIV / AIDS	Waxaad ikhtiyaar u leedahay inaad u tagto rugta qorshaynta qoyska, waaxda caafimaadka deegaanka, ama PCP-gaaga si loo baaro.
Daboolida Uurka Ka dib (APC)	Haddii aad ka diiwaan gashan tahay daboolida Apple Health oo aad uur leedahay, waxaad heli kartaa ilaa 12 bilood oo daboolida dhalmada ka dib marka uurkaagu dhammaado. Wax badan ka baro www.hca.wa.gov/free-or-low-cost-health-care/i-need-medical-dental-or-vision-care/after-pregnancy-coverage .

Qalabka caafimaadka iyo saadadka

Waxaan daboolnaa qalabka caafimaadka ama sahayda markii ay caafimaad ahaan lagama maarmaan yihiin oo uu noo qoro bixiyahaaga daryeelka caafimaad. Waa inaan horey u ansixino inta badan qalabka iyo agabyada intaan bixin qarashkooda. Naga soo wac si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan qalabka caafimaadka iyo sahayda.

Adeega	Xog dheeraad ah
Qalab Caafimaadka	Qalabka badankood waa inay helaan oggolaansho hore. Naga soo wac lambarkan Naga soo wac 1-800-440-1561 (TTY: 711) wixii faahfaahin gaar ah.
Agab Caafimaadka	Agabka badankood waa inay helaan oggolaansho hore. Naga soo wac lambarkan Naga soo wac 1-800-440-1561 (TTY: 711) wixii faahfaahin gaar ah.

Shaybaarka iyo raajada

Adeega	Xog dheeraad ah
Raajo iyo Adeegyada Sawirka Caafimaadka	Adeegyada qaarkood waxay u baahan karaan oggolaansho hore.
Adeegyada Shaybaarka iyo raajada	<p>Adeegyada qaarkood waxay u baahan karaan oggolaansho hore.</p> <p>Xadidnaanta hoos lagu muujiyay waxaa loogu talo galay adeegyada cudur baadhita bukaan socodka oo keliya:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Shaashadaha dawada marka caafimaad ahaan ay lama huraan tahay iyo: <ul style="list-style-type: none"> • Uu dalbaday dhakhtarku sidii qayb qiimaynta caafimaadka. • Shaashada isticmaalka maandooriyaha loo baahan yahay si loo qiimeeyo ku habbhoonaanta baadhitaanada caafimaadka iyo daawaynta. <p>Adeegyada raajada la qaadi karo ee la dhigay gudaha guriga qofka is diiwaan gelinaya ama xarunta kalkaaliska waxay ku xadidan yihiin filimada aay ku lug lahayn isticmaalka waxyaabaha jidhka raajada loo mariyo.</p>

Caafimaadka Haweenka iyo Hooyada

Adeega	Xog dheeraad ah
Qalabka lagu liso Naasaha	Noocyada qaarkood waxay u baahan karaan oggolaansho hore.
Adeegyada Dhalmada ee Haweenka	<ul style="list-style-type: none"> • Daryeelak dhalmada ka hor: booqashooyinka caadiga ah ee xafiiska la xidhiidha adeegyada ka yimid adeeg bixiyaha doorashadaada ah. • Ku umulida cusbitaalka, xarunta ka dhalinta, ama dhalashada guriga. La hadal adeeg bixiyahaaga dhalmada si uu u go'aamiyo doorashada kuugu habboon adiga. • Umulinta ay bixiso ummulisada ruqsada haysata, kalkaalisa ummulisada ah ama dhakhtar. • 12 bilood daryeelka dhalmada ka dib ee dhammayska tiran ee daryeelka dhalmada. • Hal sano daryeelka caafimaadka dhallaanka. • Quudinta xabadka -La talinta naasnuujinta.
Daryeelka Caafimaadka Haweenka	Adeegyada daryeelka caafimaadka caadiga ah iyo kahortaga, sida daryeelka hooyada iyo daryeelka dhalmada ka hor, raajada naasaha, caafimaadka taranka, baaritaanka guud, adeegyada kahortaga uurka, baaritaanka iyo daaweynta cudurada galmada lagu kala qaado, iyo naas nuujinta.

Adeegyada dheeraadka ah ee aan bixinno

Xaga CHPW, daboolida Apple Health wadiga ayay kugu dhisan tahay Waxaan ubixinaa adeegyada dheeraadka iyo dheefaha aan kharashk kugu taagnayn oo waxaanu kaa caawinaa adiga iyo qoyskaaga inaad ku noolaato nolol ka caafimaad badan.

Daryeelka Onlaynka ah iyo Laynka Talada Kalkaaliska Ku nooqo dhakhtarka telefoon ama fiidyow wakhti kasta, maalin habeen. Wixii macluumaad dheera ah, booqo chpw.org/virtualcare. Ama soo wac Laylka Kalkaaliska 24-saac 1-866-418-2920 (TTY: 711) si aad ula hadasho kalkaaliso diiwaan gashan.

First Steps (daryeelka hooyada iyo dhallaanka). Barnaamijkan waxaa lagu bixiyaa dhexda Masuuliyada Daryeelka Washington State Health. Waxay dabooshaa adeegyo kala duwan haweenka uurka leh ee dakhliga hoose leh iyo carruurtooda. Wixii macluumaad dheera ah, booqo www.hca.wa.gov/free-or-low-cost-health-care/i-need-medical-dental-or-vision-care/first-steps-maternity-and-infant-care.

Taleefan Bilaash ah. Waxaad u qalmi kartaa taleefan gacmeed bilaash ah iyo daqiiqado wicitaan bilaash ah iyo fariimo qoraal ah. Wixii macluumaad dheera ah, booqo chpw.org/free-cellphone/.

90-maalmood buuxinta dawo qorida ah. Haddii aad qaadanayso daawooyinka qaarkood ee muddada-dheer ee xaaladaha daba-dheeraada (caafimaadka maskaxda, sonkorowga, dhiig-karka, cudurka halbowlayaasha wadnaha, ama wadnaha oo xumaada) waxay heli karaan daawo qorid 90 maalmood ah.

Taageerada caafimaadka dhaqanka. Dad badan, dadka waaweyn iyo carruurta si isku mid ah, waxay la kulmaan caafimaadka dhimirka ah ama xaaladaha isticmaalka maandooriyaha wakhti ka mid ah noloshooda. Websaydkayaha waxa uu hayaa macluumaadka dhammaan da'aha ee aqoonshada iyo maaraynta caafimaadka maskaxda ama xaalada isticmaalka maandooriyaha. Macluumaadka dheeraadka ah xagan chpw.org/behavioral-health.

Lacag dhimista Amazon Prime. Xubnaha u qalma Apple Health waxay heli karaan lacag dhimis ka badan 50% xubinimada Prime. Enjoy labbaa maalmood oo diritaan ah malaayiin shay oo lagu daray filimaan bilaash ah, muusig, iyo buugta internetka laga akhristo. Wax badan xaga chpw.org/amazon-prime/.

Dheefaha Qiimaha Lagu daro (VAB)

Dheefta qiimaha lagu daro VABs waxaa bixiya Community Health Plan of Washington oo waxaa lagud araa dheefahaaga Apple Health. Kuwan waxay ku siin karaa doorashooyin badan ee daryeelka iyo asbaabaha cinwaanka bulshadda ee caafimaadka. VABs khasab maaha oo wax kharash ah adiga kuguma joogto.

Muraayadaha indhaha oo bilaash ah ee dadka waa wayn. CHPW waxay siisaa muraayadaha indhaha bilaashka ah (fareemada iyo muraayada wiilka lagu dhejiyo oo caadi ah) xubnaha da'da 21 iyo ka wayn. Waxaanu sidoo kale daboolnaa baadhitaanada indhaha caadiga ah 24 biloodh. (Muraayadaha indhaha ee carruurta ka yar 21 waxaa ku daboolo Apple Health dhexda Health Care Authority). Arag chpw.org/vision wixii faahfaahin ah.

Daawaynta Beddelka ah Xubnaha CHPW waxay heli karaan wadarta la isku daray ilaa 20 akubanjari, duugitaan, iyo booqashooyinka daawaynta sanadkiiba, Ma jiraan gudbin ama oggolaanshe hore oo loo baahan yahay. Faahfaahin badan bogga chpw.org/alternative-treatments/.

ChildrenFirst™. Waxay ku siisaa adiga iyo carruurtaada sidii bilowga caafimaad fiican. Barnaamijkaayaga ChildrenFirst™ waxa uu abaal mariyaa xubnaha uuraka leh iyo carruurta kaadhadhka hadiyadaha dhalimada ka hor, dhalimada ka dib, iyo baadhitaanka ilmaha fayao qaba. Macluumaadka dheeraadka ah xaga chpw.org/childrenfirst.

Xubinimada Boys & Girls Club. Xubinta CHPW, ilmahaaga (da'aha 6 ilaa 18) waxay helaan gaadhida bilaashka ah ee dugsiya ka dib si ay uga qayb galaan naadiyada. Xiiseeyaan caawimada la'yiska guriga, hawlaha jidh dhisnaanta, cuntooyin fudud oo bilaash ah, iyo qaar kaloo badan. Arag chpw.org/boys-and-girls-club/.

Ciyaaraha jidhka ee Carruurta. Carruurtaada (da'aha 6-18) waxay ka heli karaan dhakhtarkooda baadhitaanka jimicsiga jidhka sanad kasta oo lacag la'aan. Tani waa marka lagu daro baadhitaanka ilmahaaga sanadlaha ah. Faahfaahinta bogga chpw.org/sportsphysical.

Gudniin. CHPW waxay dabooshaa ilaa \$200 dhanka gudniinka ilmaha. Ilma kasta oo ka yar 18 labka loo magacaabay xaga dhalashada ayaa u qalma. Faahfaahinta bogga chpw.org/circumcision.

Iskuduwidda Daryeelka

Adeegyada Maareynta Kiisaska Adag.

Maareynta kiisaska isku dhafan waa adeeg ka caawiya xubnaha leh baahiyo caafimaad oo isku dhafan ama baahiyo daryeel caafimaad ee badan si ay u helaan daryeel iyo adeegyo. Maareeyayaasha kiiska waxay gacan ka geystaan isku dubaridka daryeelkaaga, iyadoo ujeedadaada maskaxda lagu hayo. Wakiilka Qorshaha wuxuu kuu soo jeedin karaa maaraynta kiiska oo ku saleysan su'aalaha looga jawaabayoo baaritaankaaga caafimaad ee ugu horeeya (qiimeynta caafimaadka) marka la qoro

Waad weydiisan kartaa adigu adeegyada maareynta kiiska naf ahaantaada ama xubin qoyskaaga ah markasta. Adeeg bixiyayaasha daryeelka caafimaadka, qorsheeyayaasha soo bixidda, daryeel bixiyayaasha iyo barnaamijyada maaraynta caafimaadka ayaa waliba kuu gudbin karaa maaraynta kiiska. Waa inaad ogolaata adeegyada maareeynta kiiska. Wixii su'aal ah wac lambarkan 1-800-440-1561 (TTY 711).

Adeegyada Isuduwidda Daryeelka Dheeraadka ah ee Aan Bixin Karno

Si aad u daryeesho caafimaadkaaga, waa inaad marka hore daryeesho baahiyahaaga aasaasiga ah. Community Health Plan of Washington kooxda Barnaamijyada Bulshadda ayaa kugu xiraya ilaha deegaanka ee baahiyahan qaarkood. Waan garan karnaa ilaha caawimaadda, waxaan sameyn karnaa gudbin, waxaanna isku xiri karnaa bixiyeyaashaada. Adeegyada Taageerada bulshada ayaa kugu xiri kara ilaha iyo barnaamijyada bulshadaada, sida: guriyeynta, gaadiidka iyo cuntada. Waad weydiisan kartaa adigu Barnaamijyada adeegyada Bulshada ama xubin qoyskaaga ka mid ah ayaa adiga ku weydiin karta. Kuwa kale, sida bixiyeyaashaada daryeelka caafimaadka, qorsheeyayaasha kabixitaanka isbitaalka, daryeel bixiyeyaasha iyo howlwadeenadeena maaraynta kiisaska, waxay sidoo kale kuu gudbin karaan Barnaamijyada Bulshada si aad u gaarto adeegyada. Waxaan ubaahanahay ogolaanshahaaga kahor intaadan helin adeegyada Barnaamijyada Bulshada. Wixii macluumaad dheeraad ah wac 1-866-418-7006.

Waxaan sidoo kale kaa caawin karnaa inaan kugu xirno daaweyn ama adeegyo aad u baahan karto sida: Kalkaalinta Waajibaadka Shaqada Gaarka ah, ABA (Taxliilinta Habdhaqanka La adeegsado), WISE (Adeegyada Uruursan ee Isku hareeraysan), PACT (Barnaamijka Adkaysiga ee Barnaamijka Bulshada) iyo CLIP (Daaweynta Caruurta Bukaana-jiiifka ah ee Muddada Dheer). Mid kastoo ka mid ah shaqaalaheena ayaa kaa caawin kara inuu kugu hago adeegyadaas. Wixii ah su'aalaha gudbinta, soo wac 1-800-440-1561 (TTY: 711).

Taageerooyinka Bulshada. Taageerooyinka Bulshada waxay helaan daryeelka caafimaadka dhaafsiisan. Waxay kaa caawineysaa dhinacyada kale ee nolashaada taa oo saameysa caafimaadkaaga. Adeegyada Taageerada bulshada ayaa kaa caawin kara inaad hesho guri deggan, kaa oo kaa caawiya inaad gaarto haqab beelka cuntada, hubiya in aad haysato gaadiid aad u raaceyso ama aad uga soo laabaneysa ballamahaaga caafimaad, waxayna kugu xiri doontaa ilaha kale ee deegaanka.

Maaraynta Kiiska Maareynta arrimo caafimaad oo badan ama arrimo caafimaad oo daba-dheeraaday way adkaan kartaa. Kooxdayada Maareynta Kiiska ayaa halkan u jooga in ay ku caawiyaan. Maamulaha kiiskaaga shaqsiyeed ayaa kaa caawin doona in aad aqoonsato oo aad sameyso qorshe aad ku gaarto yoolalkaaga caafimaad. Waxay sidoo kale halkaas u joogi doonaan inay isku duba ridaan adeegyada caafimaadka iyo barnaamijyada kala duwan ee aad u baahan tahay inaad sida ugu fiican u dareento.

Kala Guurka Daryeelka. Ka dib markaad ka soo baxdid cisbitaalka, waxaad weli u baahan tahay caawimaad si aad u hubiso inaad si buuxda u bogsatay. Kooxda Ku Meelgaarka ah ee Daryeelka ee CHPW waxay kala shaqeeynayaan isbitaalkaaga si loo hubiyo in kabixitaankaagu siihayntu ay sahal tahay Waxay kugu soo hubin doonaan wicitaan taleefan kadib markaad isbitaalka ka baxdo. Waxay hubin doonaan inaad awoodid inaad tagto ballamahaaga dabagalka ah iyo inaad soo qaadata daawada aad u baahan tahay.

Waa iskaga tegi kartaa. Waan caawin karnaa. Jooji sigaar cabista adigoo la kaashanayo caawimada tababarka, taageerada shabakada, iyto ilaha kale ee barnaamijka Quit for Life®. Wax badan ka baro xaga chpw.org/quit-for-life/.

Health Homes. Baro sida barnaamijka Health Homes u fududeyn karo maaraynta daryeelkaaga. Xubnaha uqalma waxay heli karaan caawimaad kusaabsan daryeelka ku meelgaarka ah, iskuduwidda daryeelka, waxbarashada caafimaadka, maaraynta daryeelka, iyo waxyaabo kaloo badan. Waxaad macluumaad dheeraad ah ka heli kartaa chpw.org/health-homes.

Maamul caafimaadkaaga Dhimirka. Barnaamijka Isdhaxgalka Caafimaadka Dhimirka wuxuu ku siinayaa inaad si fudud u hesho bixiyeyaasha caafimaadka dhimirka ee rugtaada daryeelka aasaasiga ah, iyada oo aan lagaa qaadin lacag dheeraad ah. Isku-duwayaasha daryeelka waxay la tashan karaan takhasusleyaasha waxayna kuu sameyn karaan tixraacyo xagga caafimaadka maskaxda ah, haddii loo baahdo. La hadal Community Health Plan of Washington wakiilka lambarka 1-800-440-1561 (TTY: 711) si aad wax badan ka barato.

Taageerada uurka. Taageerada mid ilaa mid ah muddada iyo ka dib uurka. Faa'iidooyinka sidoo kale waxaa ku jira bamka naaska ee bilaashka ah iyo helida goobaha maxaliga ah. Wax badan bogga chpw.org/chpw-benefits-plus/healthy-you-healthy-baby

Caawimaadda Adeegyada Habdhaqanka Caafimaadka ee Dhalinyarada. CHPW waxay leedahay adeegyo ku saleysan guri, iskuul iyo bulshada si looga caawiyo carruurta baahiyaha habdhaqanka. Marka dabeecadda ilmuhu carqaladeyso nolosha qoyska, dugsigu ama asxaabta, waxay ka faa'iideysan karaan caawimaadda habdhaqanka caafimaadka. Caawimaadda waxaa ka mid ah: iskuxirka daryeelka uruursan iyo adeegyada caafimaadka ee dhimirka ah ee uruursan oo lagu bixiyo guriga. Haddii uu ilmahaagu u baahan yahay Baadhitaanka dhaqanka la dabaqo (ABA), fadlan soo wac laynkayaga u diyaarka ah laymanka telefoonka ABA - Lambarada telefoonka ABA: 1-866-418-7004 ama 1-866-418-7005 (D-SNP). Waxaa sidoo kale lagala soo xidhiidhi karaa: caremgmtReferrals@chpw.org

Adeegyada Apple Health waa La ceymiyay iyadoon la helin qorshe daryeel ee la maareeyay

Apple Health waxay dabooshaa qayb adeegyada kale ah oo aan lagu daboolin hoosta qorshaha daryeelka la maareeyo (sidoo kale loo yaqaano sida kharashka adeega). Barnaamijyada kale ee bulshadda ku salaysan waxay daboolaan dheefaha soo socda iyo adeegyada ku qoran hoos xataa marka aad ka diiwaan gashan tahay anaga. Waxaanu isku xidhi doonaa PCP si lagaaga caawiyo helida adeegyadan iyo isku xidhka daryeelkaaga. Waxaad u baahan doontaa inaad u isticmaasho kaadhkaaga adeegyada ProviderOne dhammaan adeegyada.

Na soo wac wixii ah su'aalaha waxtarka ama adeegga aan halkan ku taxnayn. Arag daboolida Apple Health oo aan lahayn qorshaha daryeelka la maareeyo buug yaraha wixii ah liiska dhammayska tiran ee adeegyada: hca.wa.gov/assets/free-or-low-cost/19-065.pdf.

Adeega	Xog dheeraad ah
Adeegyada ilka soo ridka	<p>Adeegyada kharashka ah ee Apple Health waxay daboolaan:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dawada ilma soo ridka, sidoo kale loo yaqaano kiniinka ilma soo ridka. • Qaliinka ilma soo ridka, sidoo kale loogu yeedho ilma soo ridka gudaha rugta. <p>Macaamiishaka ka diiwaan gashan ururka daryeelka la maareeyo ee Apple Health (MCO) waxay nafahooda u tixraacaan dibada MCO wixii ah adeegyada MCO.</p> <p>Waxaa ku jira la socodka daryeelka ee cudur ka sii dar ah oo kasta.</p>
Adeegyada Ambalaaska (Cirka)	<p>Dhammaan adeegyada gaadiidka ambalaaska waxaa la siiyaa macaamiisha Apple Health, oo ay ku jiraan kuwa ku qoran urur daryeel la maareeyey (MCO).</p>
Adeegyada Ambalaaska (Dhulka)	<p>Dhammaan adeegyada gaadiidka ambalaaska dhulka, xaaladaha degdegga ah iyo kuwa aan degdegga ahayn, waxaa la siiyaa macaamiisha Apple Health, oo ay ku jiraan kuwa ku qoran urur daryeel la maareeyey (MCO).</p>
Dhibaatooyinka Adeegyada	<p>Adeegyada dhibaatooyinka ayaa la heli karaa si ay kuu caawiyaan, iyadoo lagu saleynayo halka aad ku nooshahay. Soo wac 911 gurmada nolosha khatar gelayso ama 988 wixii ah gurmada caafimaadka maskaxda. Ka eeg bogga 21 lambarrada aaggaaga.</p> <p>Ka qaranka ee Suicide Prevention Lifeline: Wac or text 988 or wac: 1-800-273-8255, TTY Isticmaalayaasha 1-206-461-3219</p> <p>Caafimaadka dhimirka ama dhibaatooyinka khalkhalka isticmaalka mukhaadaraadka, fadlan wac hay'adaha Adeegyada Maamulka Hbdhaqanka Caafimaadka (BH-ASO). BH-ASO waxay taageeraan adeegyada dhinta ee dadka degen Washington iyaddoon loo eegin u qalmida Apple Health. Nambarada taleefannada waxaa laga heli karaa bogga 20 ee kore, ama: hca.wa.gov/mental-health-crisis-lines.</p>

Adeega	Xog dheeraad ah
Adeegyada Ilkaha	<p>Adeegyada la qandaraaska waxaa ka mid ah:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dawo qorida uu qoro dhakhtarka ilkahu. • Adeegyada ABCD ay bixiyaan adeeg bixiyaha la ansixiyay ee ABCD. • Adeega caafimaadka/qaliinka uu bixiyo dhakhtarka ilkahu. • Qaliinka Cusbitaalka/Goobta Wareegta Goobta Xarunta kharashka ku dalacda. <p>Dhammaan adeegyada ilkaha waxaa daboolaa Apple Health iyaddoon lahayn qorshaha daryeelka la maareeyo.</p> <p>Waa inaad aragtaa adeeg bixiyaha ilkaha kaas aqbalay inuu biilka u diro Apple Health iyaddoon lahayn qorshaha daryeelka la maareeyo iyadoo la isticmaalayo kaadhka adeegyada ProviderOne.</p> <p>Wax badan ka ogow:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Onlayn ah bogga hca.wa.gov/dental-services, ama • Wac Ee HCA 1-800-562-3022. <p>Si aad u hesho daryeel bixiye aqbala Washington Apple Health online-ka:</p> <ul style="list-style-type: none"> • DentistLink.org • fortress.wa.gov/hca/p1findaprovider/

Adeega	Xog dheeraad ah
<p>Muraayadaha indhaha iyo Adeegyada ku habboon</p>	<p>Carruurta 20 sano jirka iyo dhaliyarada - fareemada muraayadaha indhaha, baliisha, Baliisha indha lagu dhagsado, iyo adeegyada ku habboon waxaa daboolaya caymiska Apple Health iyada oo aan la helin qorshe daryeel ee la maareeyey.</p> <p>Dadka waaweyn 21 iyo wixii ka weyn – faree, ada muraayadaha indhaha iyo baliisha indhaha ma daboolaan Apple Health, laakiin haddii aad rabto inaad iibsato, waad ku dalban kartaa iyaga oo u maraya bixiyeyaasha indhaha ee kaqeyb gala qiimaha la dhimay. Booqo: hca.wa.gov/assets/free-or-low-cost/optical_providers_adult_medicaid.pdf</p>
<p>Adeegyada Taakulaynta Hooyada ee First Steps (MSS) iyo Maareynta Kiiska Dhallaanka (ICM), iyo Waxbarashadda Dhalashada ilmaha (CBE)</p>	<p>MSS waxay u fidisaa macaamiisha uurka leh iyo umusha adeegyada caafimaadka ee kahortagga iyo adeegyada waxbarashada ee guriga ama xafiiska si looga caawiyo uur caafimaad qaba iyo ilmo caafimaad qaba.</p> <p>ICM waxay ka caawisaa qoysaska leh carruurta ilaa hal sano ah inay wax ka ogaadaan, sida loo isticmaalo, baahiyaha caafimaad, ee bulsho, waxbarasho, iyo ilaha kale ee bulshada si ilmaha iyo qoysku u kobcaan.</p> <p>CBE waxa uu siiyaa shakhsiyaadka uurka leh iyo qofka(dadka) kale ee taageeradood aah fasalada kooxdaha halka ay dhigaa adeegy bixiyaha HCA CBE. Mowduucyada waxaa ka mid ah calaamadaha uurka, nafaqada, naas nuujinta, qorshaha ilma dhalida, waxa laga filayo muddada foosha iyo ummulida, iyo badbaadada ilmaha dhashada.</p> <p>Adeeg bixiyayaasha aaga, booqo hca.wa.gov/health-care-services-supports/apple-health-medicaid-coverage/first-steps-maternity-and-infant-care.</p>
<p>Daryeelka Bukaankii jifka Dhimirka ee Carruurta (Barnaamijka Bukaankii jifka Xiliga dheer ee Carruurta [CLIP] ee da'aha 5 ilaa 17 sano jirka)</p>	<p>Waa in ay bixiyaan hay'adaha la aqoonsayhay ee Waaxda Caafimaadka (DOH). Nala soo wac si aan kaaga caawino helitaanka adeegyadan.</p>

Adeega	Xog dheeraad ah
Adeegyada Daryeelka Muddada-dheer iyo Caawimaadda (LTSS)	Eeg bogga 46 ee buug-yarahaan.
Ka xidhida dhalmarta, da'da 20 iyo wixii ka yar	Waa inuu buuxiyo foomka madhalays ka dhigidda 30 maalmood kahor ama buuxiyo shuruudaha ka dhaafidda. Dib u soo celinta aan la daboolin.
Adeegyada Caafimaadka Dadka sinjiga Beddela	Adeegyada waxaa ku jira nidaamyada qaliinka, waxteelda timaada qaliinka ka dib, iyo baabiinta jirada timaha ama ku jirada laysar timaha si loogu diyaariyo qaliinka xubinta taranka. Oggolaanshaha hore ayaa loo baahan yahay. Oggolaanshaha hore soo wac 1-800-562-3022 ama iimayl u dir transhealth@hca.wa.gov . Wax badan ka baro hca.wa.gov/transhealth .
Maadada Isticmaalka Dadka Uurka leh (SUPP) Barnaamijka	Barnaamijka SUPP waa barnaamijka cusbitaalka ah oo bulaan jiiifka ah ee shakhsiyaadka uurka leh ee qaba baahida caafimaadka iyo taariikhda isticmaalka maandooriyaha. Ujeedada barnaamijku waa in la yareeyo waxyeelada waalidka dhalaya iyo carruurtooda aan weli dhalan iyaddoo lagu siinayo maaraynta dib u gurista iyo degenaanshaha caafimaadka iyo daawaynta gudaha goobta cusbitaalka. Macluumaadka dheeraadka iyo liiska adeeg bixiyayaasha la ansixiya, booqo www.hca.wa.gov/supp-program
Gaadiidka loogu talagalay ballamaha caafimaadka aan degdegga ahayn	Apple Health waxay bixisaa adeegyada howlaha gaadiidka ee tegiida iyo imaanshaha ee ballamaha loobaahanyahay ee dareyeelka caafimaad ee aan deg-degga ahayn. Wac bixiyaha gaadiidka (dillaal-ka) aaggaaga si aad wax uga ogaato adeegyada iyo xaddidaadaha. Dilaalkaaga gobolkaaga ayaa kuu diyaarina doona gaadiidka kuugu habboon, uguna kharash yar. Liiska dulaaliinta waxaa laga heli karaa hca.wa.gov/transportation-help .

Adeegyada muddada-dheer iyo kaalmooyinka (LTSS)

Maamulka Gabowga iyo Caawimaadda Muddada Dheer (ALTSA) - Adeegyada Guriga iyo Bulshada (HCS) waxay siisaa dadka waaweyn adeegyo daryeel muddo-dheer iyo shakhsiyaadka naafada ah ee guryahooda ku nool, oo ay ku jiraan daryeel-bixiye guri-dhexdiisa ah, ama goobaha la deggan yahay ee bulshada. HCS waxay kaloo bixisaa adeegyo ka caawiya dadka ka gudbida guryaha xanaanada iyo caawinta daryeelayaasha qoyska. Adeegyadan ma bixiyaan qorshahaaga caafimaad. Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan adeegyada daryeelka muddada-dheer, wac xafiiskaaga HCS ee deegaankaaga.

LTSS Adeegyada Guriga iyo Bulshada ee ALTSA waa inay ansixiyaan adeegyadan. Wac xafiiskaaga HCS ee deegaankaaga wixii macluumaad dheeraad ah:

GOBOL 1 – Adams, Asotin, Benton, Chelan, Columbia, Douglas, Ferry, Franklin, Garfield, Grant, Kittitas, Klickitat, Lincoln, Okanogan, Pend Oreille, Spokane, Stevens, Walla Walla, Whitman, Yakima –
1-509-568-3767 ama 1-866-323-9409

GOBOL 2N – Island, San Juan, Skagit, Snohomish, iyo Whatcom –
1-800-780-7094; Nursing Facility Intake

GOBOLKA 2S – King – 1-206-341-7750

GOBOL 3 – Clallam, Clark, Cowlitz, Grays Harbor, Jefferson, Kitsap, Lewis, Mason, Pacific, Pierce, Thurston, Skamania, Wahkiakum –
1-800-786-3799

Maamulka Naafada Korriimada (DDA) waxay ujeedadeedu tahay inay ka caawiso carruurta iyo dadka waaweyn ee naafonimada korriinka leh iyo qoysaskooda inay helaan adeegyo iyo caadimaado ku saleysan baahida iyo xulashada bulshada ay rabaan. Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan adeegyada iyo taageerooyinka, fadlan booqo dshs.wa.gov/dda/ ama wac xafiiska DDA ee deegaankaaga hoos ku taxan.

Adeegyada Maamulka Naafada Korriimada (DDA) waa inuu ogolaadaa adeegyadan.

Dadka Haddii aad u baahan tahay macluumaad ama adeegyo fadlan la xiriir

Naafada xafiiskaaga maxalliga ah ee DDA:

Korriimada ah

Gobolka 1: Asotin, Chelan, Douglas, Ferry, Lincoln, Okanogan, Pend Oreille, Spokane, Stevens, Whitman – 1-800-319-7116 ama iimayl

R1ServiceRequestA@dshs.wa.gov

Gobolka 1: Adams, Benton, Columbia, Franklin, Garfield, Grant, Kittitas, Klickitat, Walla Walla, Yakima -
1-866-715-3646 or ama iimayl R1ServiceRequestB@dshs.wa.gov

Gobolka 2N: Island, San Juan, Skagit, Snohomish, Whatcom -
1-800-567-5582 ama iimayl R2ServiceRequestA@dshs.wa.gov

Gobolka 2S: King – 1-800-974-4428 ama iimayl
R2ServiceRequestB@dshs.wa.gov

Gobolka 3: Kitsap, Pierce – 1-800-735-6740 ama iimayl
R3ServiceRequestA@dshs.wa.gov

Gobolka 3: Clallam, Clark, Cowlitz, Grays Harbor, Jefferson, Lewis, Mason, Pacific, Skamania, Thurston,
1-888-707-1202 ama iimayl R3ServiceRequestB@dshs.wa.gov

Barnaamijyada Waxbarashada Hore

Waxda Carruurta, Dhallinyarada, iyo Qoysaska (DCYF) waxay siisaa adeegyo iyo barnaamijyo carruurta da'doodu ka yar tahay 5 sano.

Barnaamijka Carruurnimada Hore iyo Barnamijka Caawinta (ECEAP) iyo Head Start

waa barnaamijyada xanaanada kahor ee Washington oo u diyaariya 3 ilaa iyo 4 sano jir ka soo jeeda qoysaska dakhligoodu hooseeyo si u guulaystan iskuulka iyo nolosha. ECEAP waxay u furantahay ilmo kasta iyo qoys kasta oo dugsiga xannaanadda ka hor ah haddii ay buuxiyaan xadka dakhliga. Wixii macaluumaad ah ee ECEAP iyo HeadStart ee booqashooyinka kahor iskuulka dcyf.wa.gov/services/earlylearning-childcare/eceap-headstart.

Adeegyada Taakulaynta Hore ee Dhallaanka iyo Caruurta yaryar (ESIT) waxaa loogu talagalay inay awood u siiso carruurta dhalashada illaa saddex ee leh dib-u-dhaca korriinka ama naafanimada inay noqdaan kuwo firfircoon oo guuleysta inta lagu jiro sannadaha hore ee carruurnimada iyo mustaqbalka meelo kala duwan, Goobaha waxaa ka mid ah guryahooda, daryeelka ilmaha, dugsiga barbaarinta ama barnaamijyada dugsiga, gudaha bulshaddooda. Macluumaadka dheeraaka ah booqo dcyf.wa.gov/services/child-development-supports/esit.

Booqashada Guriga ee Qoysasku waa ikhtiyaari, oo diiradda saaraya qoyska waxaana loo fidiyaa waalidiinta mustaqbalka iyo qoysaska leh dhallaanka cusub iyo carruurta yar si ay u taageeraan caafimaadka jir ahaaneed, bulsho, iyo dareenka caafimaad ee ilmahaaga. Macluumaad dheera ah booqo dcyf.wa.gov/services/child-development-supports/home-visiting

Adeegyada Fargelinata Caruurnimada Hore iyo Adeegyada Kahortaga (ECLIPSE) waxay u adeegtaa caruurta dhalata ilaa 5 sano jir ee halista ugu jira xadgudubka caruurta iyo dayacaad waxaana laga yaabaa inay la kulmaan arrimo caafimaad dabeecadeed sababo la xiriira in loo gaysto dhaawac culus. Adeegyada waxaa lagu bixiyaa Degmada King iyo Degmada Yakima. Macluumaad dheera ah booqo dcyf.wa.gov/services/early-learning-providers/eceap.

Nala soo xiriir annaguna waxaan kaa caawin karnaa inaan kugu xirno adeegyadan.

Adeegyada Laga Reebay (ee Aan la daboolin)

Adeegyada soo socdama daboolno anagu ama Apple Hrealthm ama Apple Health iyaddoon lahayn qorshaha daryeelka la maareeyo. Haddii aad hesho mid ka mid ah adeegyadan, waxaa laga yaabaa inaad bixiso biilka. Wac Community Health Plan of Washington (Qorshaha Caafimaadka Bulshadda ee Washington wixii su'aalaha ama arag haddii ay jirto Doorashada Dheefta Qiimaha Lagu daro ee adeega aan la daboolin. Arag hagaha Dheefahayaga Qiimaha Lagu daray wixii dheeraad ah hca.wa.gov/vab-chart.

Adeega	Xog dheeraad ah
Daawooyinka Kale	Akubanjarka, dhaqamada ku salaysan diinta, bogsashada iimaanka, daaweynta dhirta, isku daawaynta daawa dhireedka, daliiga, ama daaweynta daliiga.
Toosinta laf dhabarka ee Daryeelka Dadka weyn (21 iyo wixii ka weyn)	
Qurxinta la doorto ama Qaliinka is qurxinta	Oo ay ku jiraan foolka oo la jiido, taatuu oo la iska qaado, ama beeridda timaha.
Cilad-sheegista iyo Daaweynta Madhalaysnimada, Dareen la'aanta, iyo cilladda galmada	
La-talinta Guurka iyo Daaweynta Galmada	
Qalabka aan dawaynta ahayn	Sida jaranjarooyinka ama wax ka bedelida guriga.
Waxyaabaha raaxada qof ahaandeed	
Baaritaanka Jirka ah ee looga baahan yahay shaqada, caymiska, ama shatheynta	

Adeega	Xog dheeraad ah
Adeegyada ay ogolaadeen sharciga federaalka ama gobolka iyo dhulalkeeda iyo lahaanshaha	Maraykanka Dhulalka waxaa ku jira: <ul style="list-style-type: none"> • Boorta Riico • Guwaan • Maraykanka Virgin Islands • Jasiiradaha Waqooyiga Marian • Ameerikaan Saamow
Adeegyada laga bixiyo Dibadda Mareykanka	
Adeegyada Yaraynta iyo Xakamaynta Miisaanka	Dawooyinka miisaanka dhimista, badeecada, xubnimada jiiimka, ama qalabka dhimista miisaanka.

Helida macluumaadkaaga caafimaadka Haddii aanad ku faraxanayn adeeg bixiyahaaga, qorshaha caafimaadka, ama qayb kale oo daryeelka ah

Adiga ama wakiilkaaga haysta ogolaanshaha waxaad xaq u leedihiin inaad dacwad gudbisaan. Tan waxaa lagu magacaabaa tabasho. Waxaan kaa caawin doonaa inaad gudbiso tabasho. Si loo soo xareeyo cabasho, naga soo wac lambarkan 1-800-440-1561 (TTY: 711) ama warqad u qor:

1111 3rd Ave, Suite 400,
Seattle, WA 98101

Tabashooyinka ama cabashooyinka waxay ku saabsan yihiin:

- Dhibaato ka jirta xafiiska dhakhtarkaaga.
- Inaad biil ka hesho dhaqtarkaaga.
- In lagu diro uruurinta biil caafimaad oo aan la bixin darteed.
- Tayada daryeelkaaga ama sida laguula dhaqmay.
- Adeegan waxaa bixiyay dhakhtarada ama qorshaha caafimaadka.
- Dhibaatooyin kasta oo kale oo aad ka heli karto daryeel caafimaad.

Waa inaan kugu ogeysiinaa taleefan ama warqad inaan helnay tabashadaada ama cabashadaada laba maalmood oo shaqo gudahood. Waa inaan sida ugu dhaqsaha badan wax uga qabannaa welwelkaaga laakiin ma qaadan karno wax ka badan 45 maalmood. Waxaad ka heli kartaa nuqul bilaash ah siyaasadeena cabashada adoo na soo wacaya.

U doo daha Caafimaadka Dhaqanka (hore loogu yeedhi jiray U doodaha Dadka)

Qaraanka Caafimaadka Dhaqanku waa qof la heli karo inuu ku bixiyo caawimaad bilaash ah oo qarsoodi ah ee xalinta tabashooyinka la xiriira adeegyadaada habdhaqanka caafimaadka. Waxay kaa caawin karaan xalinta walaacyadaada haddii aad qabto cabashada dhaqanka caafimaadka, rafcaan, ama dhegaysiga xaqa ah. U doodaha Caafimaadka Dhaqanka ayaa ka madax banaan qorshahaaga caafimaadka. Waxaa bixiya qof soo qabtay adeegyo caafimaad hab dhaqan, ama qof xubin qoyskiisa ah uu soo maray adeegyo caafimaad hab dhaqan ah.

Adeegso lambarrada taleefannada ee hoose si aa ula xidhiidho Behavioral Health Advocate gudaha aagaaga.

Kala xidhiidh dhamman gobolada 1-800-366-3103. Ama iimayl u dir xafiiska Behavioral Health Advocacy bogga info@obhadvocacy.org.

Gobolka	Gobollada	Udoodaha caafimaadka Dhaqanka
Great Rivers	Cowlitz, Grays Harbor, Lewis, Pacific, Wahkiakum	360-561-2257
Greater Columbia	Asotin, Benton, Columbia, Franklin, Garfield, Kittitas, Walla Walla, Whitman, Yakima	509-808-9790
King	King	206-265-1399
North Central	Chelan, Douglas, Grant, Okanogan	509-389-4485
North Sound	Island, San Juan, Skagit, Snohomish, Whatcom	360-528-1799
Pierce	Pierce	253-304-7355
Salish	Clallam, Jefferson, Kitsap	360-481-6561
Spokane	Adams, Ferry, Lincoln, Pend Oreille, Spokane, Stevens	509-655-2839
Southwest	Clark, Klickitat, Skamania	509-434-4951
Thurston-Mason	Mason, Thurston	360-489-7505

Macluumaad muhiim ah oo ku saabsan diidmooyinka, rafcaannada, iyo dhageysiga maaraynta

Diidmadu waa marka qorshaha caafimaadka ka uusan oggolaan ama bixin kharashka adeeg adiga ama takhtarkaaga aad weydiisateen. Markii aan diidno inaan kuu qabano adeeg, waxaan kuu soo diri doonnaa warqad kuu sheegaysa sababta aan u diidnay adeegga nalaga soo codsaday. Warqadani waa ogeysiiska rasmiga ah ee go'aankeenna. Waxay kuu sheegi doontaa xuquuqdaada iyo macluumaadka ku saabsan sida loo codsado rafcaan.

Waxaad xaq u leedahay inaad weydiisato dib-u-eegista go'aanka haddii aad u malaynayso inuusan sax ahayn, dhammaan macluumaadka caafimaadka lama tixgelin, ama waxaad u maleynaysaa in go'aanka ay tahay inuu qof kale dib u eego.

Rafcaanku waa markaad na weydiiso inaan dib u eegno kiiskaaga mar labaad maxaa yeelay waad diidan tahay go'aankayaga. Waxaad rafcaan ka qaadan kartaa adeeg la diiday. Waxaad soo waci kartaa ama qori kartaa si aan noo gaysiiso, laakiin waa inaad nagu wargeliso rafcaankaaga gudaha 60 maalmood jadwalka taariikhda diidmada. Waxaan kaa caawin karnaa inaad buuxiso rafcaan. Adeeg bixiyahaag, U doodaha Caafimaadka Dhaqanka, ama qof kale ayaa rafcaan kuu qaadi kara waa adiga hadaad saxiixdo oo aad dhahdo waan ogolahay rafcaanka. Waxaad haysataa 10 maalmood oo kaliya oo aad rafcaan ku qaadan kartid waa hadaad rabto iney kuu sii socoto adeeg aad heleyso inta aan dib u eegeyno go'aankeenna. Waxaan kuugu soo jawaabi doonnaa qoraal anagoo kuu sheegeyna inaan helnay dalabkaaga rafcaanka muddo 5 maalmood gudahood. Xaaladaha badankood rafcaankaaga waxaan dib u eegi doonnaa oo aan go'aan ka gaari doonnaa 14 maalmood gudahood. Waa inaan kuu sheegno haddii aan u baahanahay waqti dheeraad ah si aan go'aan u gaarno. Go'aanka rafcaanka waa in lagu gaaro 28 maalmood gudahood.

Waxaad ka codsan kartaa rafcaan hadal ah ama qoraal. U dir codsi qoran 1111 3rd Ave, Suite 400, Seattle, WA 98101, ama Fagas (206) 652-7040 ama iimayl customercare@chpw.org. Waxaan kaa caawin karnaa inaad buuxiso rafcaankaaga. Si aad u codsato rafcaanka hadalka ah, naga soo wac 1-800-440-1561 (TTY: 711).

FIIRO: Haddii eey kuu sii socoto helitaanka adeeg inta lagu guda jiro hawsha rafcaanka oo aad lumiso rafcaanka, **waxaa laga yaabaa inaad bixiso kharashka adeegyada aad heshay.**

Haddii ay degdeg tahay. Xaaladaha caafimaad ee deg-degga ah, adiga ama dhakhtarkaagu waxaad weydiisan kartaan rafcaan (degdeg ah) adoo na soo wacaya Haddii xaaladdaada caafimaad u baahan tahay, go'aan ayaa laga gaarayaa daryeelkaaga 3 maalmood gudahood. Si aad u dalbato rafcaankaada in la dedejiyey, noo sheeg sababta aad ugu baahan tahay go'aanka degdegga ah. Haddii aan diidno codsigaaga, rafcaankaaga waxaa dib loogu eegi doonaa isla muddooyinka kor lagu soo sheegay. Waa inaan dadaal macquul galinaa si aan ku siinno ogeysiis afka ah oo deg deg ah haddii aan diidno codsigaaga rafcaanka la dedejiyey. Waad soo qoran kartaa cabasho haddii aadan jecleysan go'aankayaga aan kaga dhigeyno codsigaada rafcaanka dagdag ah mid caadi ah Waxaanu isku deyi doonaa inaan ku soo wacno haddii aanu diidno codsigaaga rafcaanka la kordhiyay markaas waxaanu sharaxi karnaa sababta oo waxaanu wayn doonaa ka jawaabida su'aalo kasta. Waa inaan ku soo dirnaa ogeysiis qoraal ah laba maalmood gudahood kadib markii go'aanka la gaaro.

Haddii aadan ku qanacin go'aanka rafcaanka, waxaad xaq u leedahay inaad codsato inaad kulan lagu dhageysanayo arintaad la yeelato maamulka. Kulanka dhageysiga aad la yeelan doonto maamulka, garsoore sharciga yaqaan ah oo an u shaqeyn ama HCA ayaa dib u eegi doona kiiskaaga.

Waxaad haysataa 120 maalmood laga bilaabo taariikhda go'aankayaga rafcaanka si aad u codsato kulanka dhageysi aa rabto inaad la yeelato maamulka. Waxaad haysataa 10 maalmood oo keliya aad u weydiisato kulanka dhageysi maamulka haddii aad rabto inaad sii wado helitaanka adeegga lagu siinayay kahor diidmadaada.

Si loo waydiisto dhegaysiga maamule ee dacadada waxaad u baahan doontaa Xafiiska Maamulka Community Health Plan of Washington ay ku lug leedahay; sababta dhageysiga; waa maxay adeeg la diiday; taariikhda la diiday; iyo taariikhda rafcaanka la diiday. Sidoo kale, hubi inaad siiso magacaaga, cinwaankaaga, iyo lambarka taleefankaaga.

U soo gudbi codsiga dhegaysiga:

1. Xafiiska wicida ee Dhegaysiga Maamulka (oah.wa.gov) lambarka 1-800-583-8271,

Ama

2. U qoraya waraaq:

Office of Administrative Hearings
P.O. Box 42489
Olympia, WA 98504-2489

Waxaad qabsan kartaa qareen ama qof kale oo ku matala xiliga kulanka dacwad dhageysiga. Haddii aad u baahan tahay in lagaa caawiyo helitaanka qareen, booqo nwjustice.org ama wac khadka NW Justice CLEAR 1-888-201-1014.

Garsooraha dhageysiga dacwada aad la yeelatay maamulka ayaa kuu soo diri doona ogeysiis sharaxaya go'aankooda. Haddii aadan ku qanacsaneyn go'aanka dhageysiga dacwada, waxaad xaq u leedahay inaad racfaan ka qaadato go'aanka si toos ahna aad ugu dirto Guddiga Rafcaannada ee HCA ama adoo ka codsanaya dib-u-eegista kiiskaaga ineey sameeyso Hay'ad Madaxbanaan ee Dib-u-eegista (IRO).

Waqtiga kooban oo aad heeysato waa muhiim: Go'aanka ka soo baxa dhagaysigu wuxuu noqdaa amar kama dambays ah muddo **21 maalmood** gudahood laga bilaabo taariikhda lagu soo diray jawaabta, haddii aadan qaadin wax tallaabo ah oo aad rafcaan kaga qaadanaysid go'aanka dhageysiga.

Haddii aadan ku qanacsaneeyn go'aanka dhageysiga, waxaad codsan kartaa Dib-u-eegis Madax-bannaan. Uma baahnid inaad yeelato dib-u-eegis madax-bannaan waxaana laga yaabaa inaad ka booddo tallaabadan oo aad weydiisato dib-u-eegis Guddiga Rafcaannada ee HCA.

IRO waa dib-u-eegis madax-bannaan oo uu sameeyo takhtar aan annaga noo shaqeynayn. Si aad u codsato IRO, waa inaad na soo wacdaa oo aad weydiisataa dib-u-eegis IRO 21 maalmood gudaheed ka dib markaad hesho warqadda go'aanka dhageysiga dacwadda. Waa inaad nagu siisaa wixii macluumaad dheeri ah 5 maalmood gudahood markaad weydiisato IRO. Waxaan kuu sheegi doonaa go'aanka IRO.

Wac 1-800-440-1561 (TTY 711) caawimaad. Waxaad weydiisan kartaa go'aan deg ah haddii caafimaadkaaga uu qatar ku jiro. Haddii aad codsato dib-u-eegidaan, kiiskaaga waxaa loo diri doonaa Hay'ad Dib-u-eegis Madaxbanaan (IRO) saddex maalmood shaqo gudahood. Ma aha inaad lacag ka bixiso dib u eegistaan. Waxaan kuu sheegi doonaa go'aanka IRO.

Haddii aadan ku qanacsaneyn go'aanka IRO, waxaad weydiisan kartaa inaad hesho garsoore dib-u-eegis ku sameeya Guddiga Rafcaannada ee HCA si uu dib ugu eego dacwaddaada. Waxaad haysataa 21 maalmood bas oo aad ku weydiisato dib-u-eegista ka dib markaad hesho warqadda go'aankaaga IRO. Go'aanka garsooraha dib u eegista waa kama dambeys. Si aad u weydiiso garsoore dib u eegis inuu dib u eego kiiskaaga:

- Waac 1-844-728-5212

Ama

- Ku socoto:

HCA Board of Appeals
P.O. Box 42700
Olympia, WA 98504-2700

Xuquuqahaaga

Inta aad diwaanka ku jirto, waxaaad xaq u leedahay:

- Qaadashada go'aanada daryeelkaaga caafimaad, oo ay ka mid tahay diidmada daaweynta. Tan waxaa ka mid ah adeegyada caafimaadka jirka iyo qaab dhaqanka.
- In Lagugu wargaliyo dhammaan qaababka daaweynta ee jira, iyadoon la eegin kharashka buxaayo.
- Xulo ama beddel PCP ah.
- Fikrad labaad ka qaado adeeg bixiye kale oo ka shaqeeya barnaamijka qorshahaaga caafimaadka.
- Inaad hesho adeega waqti habboon gudhihiisa.
- Si xushmad iyo sharaf leh laguula dhaqmo. Takoorka lama oggola. Qofna lolama dhaqmi karo si ka duwan ama aan cadaalad ahayn sababo la xiriira jinsigiisa, midabkiisa, asalka dhalashadiisa, lab ama dhedig, dookha galmada, da'da, diinta, caqiidada, ama naafonimada.
- Si xor ah uga hadal daryeelkaaga caafimaad iyo welwelkaaga adiga oo aan lahayn natiijooyin xun.
- In lagu xafido macluumaadkaaga gaarka ah iyo macluumaadka ku saabsan daryeelkaaga si qarsoodi ah.
- Weydiiso oo hel nuqulada diiwaanadaada caafimaad.
- Weydiiso oo halagu saxo diiwaanadaada caafimaad markii loo baahdo.
- Weydiiso oo hel macluumaad ku saabsan:
 - Daryeelkaaga caafimaad iyo adeegyada lagaa dabooli doono.
 - Jihada aad ka heleyso adeega iyo sida kiisaska loogu diro takhasusleyaasha iyo adeeg bixiyeyaasha kale.
 - Sida aan u siino adeeg bixiyeyaashaada lacagaha ku baxo daryeelka caafimaadkaaga.
 - Dhammaan qeybaha kala duwan ee daryeelka iyo sababta aad u helayso nooc gaar ah oo daryeel ah.
 - Sida loo helo caawimaad ku saabsan gudbinta cabasho ama cabasho ku saabsan daryeelkaaga ama caawimaad ku saabsan weydiinta dib u eegista diidmada adeegyada ama rafcaanka.
 - Qaab dhismeedka ha'yadeena ee isugu jira siyaasadaha iyo nidaamyada, tilmaamaha tababarka, iyo sida loogu taliyo isbeddelada.

- Hel siyaasadaha qorsheenta, faa'iidooyinka, adeegyada iyo Xuquuqda iyo Waajibaadka Xubnaha ugu yaraan sanadkiiba.
- Samee talooyin ku saabsan xuquuqdaada iyo waajibaadkaaga adigoo ah xubin ka tirsan Community Health Plan of Washington.
- Hel liiska lambarrada taleefannada la waco xilliga dhibaataada.
- Hel caawimaad buuxinta foomamka talo siinta caafimaadka maskaxda ama caafimaadka ee horudhac ah.

Waajibaadkaada

Inta aad qoran tahay waxaad ogoshahay.

- Kala hadal adeeg bixiyeyaashaada baahiyahaaga caafimaad iyo daryeelkada caafimaad.
- In lagaa caawiyo go'aan ka gaarista daryeelkaaga caafimaad, oo ay ka mid tahay diidmada daaweynta.
- Ogow dhibaatooyinkaaga caafimaad kana qayb qaado yoolalka daaweynta ee lagu heshiiyey sida ugu macquulsan.
- Sii adeeg bixiyeyaashaada iyo Community Health Plan of Washington macluumaad dhameystiran oo ku saabsan caafimaadkaaga.
- Raac tilmaamaha adeeg bixiyahaaga ee daryeelka aad ogolaatay.
- Balamaha ilaali oo waqtiga lagu xadiday ku imoow Wac xafiiska adeeg bixiyahaaga haddii aad soo daahdo ama haddii aad baajiso ballanta.
- Sii adeeg bixiyeyaashaada macluumaadka ay ugu baahan yihiin si loo bixiyo lacagaha adeegyada ay adiga kuu fidiyaan.
- Soo qaado kaadhkaaga adeegyada ProviderOne iyo kaadhka xubinta aqoonsiga Community Health Plan of Washington dhammaan ballamahaaga.
- Wax ka baro ku saabsan qorshahaaga caafimaad iyo adeegyada la daboolayo.
- Adeegso adeegyada daryeelka caafimaadka markaad u baahato.
- U isticmaal adeegyada daryeelka caafimaadka si ku habboon. Haddii aadan sameyn, waxaa laga yaabaa inaad ka diiwaangashan tahay Barnaamijka Dib u Eegista Bukaanka iyo Isduwaha. Barnaamijkan, waxaa lagu qoondeeyey hal PCP ah, hal farmashiye, hal dhakhtar qoro walxaha la kontoroolo, iyo hal isbitaal oo loogu talagalay daryeelka aan degdegga ahayn. Waa inaad isla qorshahaas ku jirtaa ugu yaraan 12 bilood.
- U sheeg HCA haddii tirada qoyskaaga ama xaaladdaadu isbeddelayso, sida uurka, dhalashada, korsashada, cinwaanka isbeddelada, ama aad xaq u leedahay Medicare ama caymis kale.
- Cusbooneysii caymiskaaga sanad walba adoo adeegsanaya Washington Healthplanfinder wahealthplanfinder.org, oo ka soo warbixi isbeddellada ku dhaca koontadaada sida dakhliga, xaaladda guurka, dhalashada, korsashada, cinwaanka isbeddelada, iyo u-qalmiitaanka Medicare ama caymis kale.

Dardaaranada horudhaca ah

Waa maxay hagitaanka horudhaca ah??

Hagitaanka horudhaca ah wuxuu ka dhigaayaa xulashadaada daryeelka caafimaadka u qorayaa. Hagitaanka horudhaca ah wuxuu u sheegayaa dhakhtarkaaga iyo qoyskaaga:

- Waa maxay nooca daryeelka caafimaad ee aad rabto ama aadan rabin haddii:
 - Waad miyir beeshay.
 - Mar dambe ma sameyn kartid go'aannada daryeelka caafimaadka.
 - Uma sheegi kartid dhakhtarkaaga ama qoyskaaga nooca daryeelka aad rabto.
 - Waxaad dooneysaa inaad ku tabarucdo xubin(taada) geeridaada kadib.
 - Waxaad dooneysaa in qof kale uu go aan ka gaaro daryeelkaaga caafimaad haddii aadan awoodin.

Haysashada dardaaran horudhaca ah waxay ka dhigan tahay kuwa aad jeceshahay ama dhakhtarkaagu kuu samayn karo xulasho caafimaad adiga oo ku salaynaya waxaad rabto. Waxaa kajira saddex nooc oo dardaaranno horudhac ah Gobolka Washington.

1. Wakiil guud oo joogta ah oo lo qabsado daryeelka caafimaad Kani wuxuu magacaabayaa qof kale inuu kuu sameeyo go'aanno caafimaad haddii aadan awoodin inaad adigu samaysato.
2. Hagidda daryeelka caafimaad (dardaaranka nolosha). Qoraalkan qoraalka ah wuxuu dadka u sheegayaa inaad rabto daaweyn si loo kordhiyo noloshaada.
3. Codsiga ku-deeqida xubnaha.

La hadal dhakhtarkaaga iyo kuwa kuu dhow. Waad joojin kartaa hagitaanka horudhac ah waqtigaad rabto. Waxaad ka heli kartaa macluumaad dheeraad ah annaga, takhtarkaaga, ama isbitaal ku saabsan dardaaranka hormariska. Waxaad sidoo kale sameyn kartaa:

- Weydii inaad aragto siyaasadaha qorshahaaga caafimaadka ee ku saabsan hagitaanka hormariska ah.
- Ku soo xaree cabashada Community Health Plan of Washington ama HCA haddii tilmaantaada aan la raacin.

Foomka Amarka Dhakhtarka ee Daaweynta Joogtada Nolosha (The Physician Orders for Life Sustaining Treatment, POLST) waxaa loogu talagalay qof kasta oo qaba xaalad caafimaad oo daran, wuxuuna u baahan yahay inuu gaaro go'aanno ku saabsan daaweynta nolosha sugeysa. Adeeg bixiyahaagu wuxuu isticmaali karaa foomka POLST si uu ugu matalo rabitaankaaga amarro caafimaad oo cad oo gaar ah. Si aad wax badan uga ogaato Tilmaamaha Hordhaca nala soo xirii.

Dardaaranka Hore ee Caafimaadka Maskaxda

Waa maxay dardaaranka caafimaadka maskaxda?

Dardaaranka caafimaadka maskaxda waa dukumiinti qoran oo sharci ah oo qeexaya waxaad rabto ineey dhacaan haddii dhibaatooyinkaaga caafimaadka maskaxda ay noqdaan kuwo aad u daran oo aad caawimaad uga baahan tahay dadka kale. Tani waxay noqon kartaa marka xukunkaagu xumaado iyo / ama aadan awoodin inaad si hufan ula xiriirto.

Waxay u sheegi kartaa dadka kale daaweynta aad rabto ama aadan rabin, waxayna aqoonsan kartaa qof aad siisay awood uu go'aan kaga gaadho magacaaga.

Haddii aad leedahay dardaraan daryeel caafimaad oo horudhac ah waa inaad taas la wadaagtaa bixiyahaaga daryeelka caafimaadka maskaxda si ay u ogaadaan waxaad rabto.

Sideen ku buuxiyaa howsha dardaaranka caafimaadka maskaxda?

Waxaad ka heli kartaa nuqul ah foomka dardaraan hormaris ah iyo macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan sida loo buuxiyo hca.wa.gov/health-care-services-and-supports/behavioral-health-recovery/mental-health-advance-directives

Community Health Plan of Washington, bixiyahaaga daryeelka caafimaadka hab dhaqanka, ama Ombuds-kaaga ayaa waliba kaa caawin kara inaad buuxiso foomka. Nala soo xiriir si aad u hesho macluumaad dheeraad ah:

Kahortaga Qashinka iyo Xadgudubka

Marka Khiyaanada, Qashinka iyo Xadgudubku aan wax laga qaban waxay lumisaa doolarka cashuur bixiye. Doolarkan waxaa loo adeegsan karaa daboolida faa'iidooyinka muhiimka ah iyo adeegyada Apple Health iyo adeegyada bulshada dhexdeeda. Inta aad diiwanka ku jirto waxaad joogtaa boos aad ogaan karto dhaqamada khiyaanada ama khashinka Haddii aad aragto mid ka mid ah kuwan soo socda fadlan nala soo socodsii:

- Haddii qof kuugu deeqo lacag ama alaab si taas beddelkeeda aad usiiso kaarkaaga Adeegyada ProviderOne ama haddii lagu siiyo lacag ama alaab taas oo beddelkeeda siineysid ballan caafimaad.
- Waxaad heshay sharraxaad dheefaha badeecadaha ama adeegyada aanad helin.
- Haddii aad ogtahay inuu jiro qof si been ah u sheeganaya mudnaan.
- Dhaqan kasta oo kale oo aad ku baraarugto oo umuuqda khiyaano, xadgudub ama qashin.

Haddii aad ka shakisan tahay wax isdabamarin, qashin ama xadgudub, waxaad noogu soo sheegi kartaa khadka tooska ah ama emayl, boosto ama fakis. Waxaad ikhtiyaar u leedahay inaad ku soo sheegto si qarsoodi ah. Si aad noogu soo sheegto khadka tooska ah booqo forms.chpw.org/report-potential-fraud. Si aad ugu soo sheegto emayl, emayl ama fakis waxaad soo dagsan kartaa "Foomka Warbixinta Khayaanada" oo adeegso warbixinta xiriirka ee ku liis gareesan foomka. Foomka waxaa laga heli karaa chpw.org/member-center/member-rights/fraud-waste-and-abuse.

Booqo HCA Fraud Prevention websaydka macluumaadka dheeraadka ah: hca.wa.gov/about-hca/other-administrative-activities/fraud-prevention

Waxaan ilaalinaa arimahaaga gaarka ah

Waxaa nalooga baahan yahay sharci ahaan inaan ilaalino macluumaadkaaga caafimaad oo aan gaar uga dhigno. Waxaan u isticmaalnaa una faafin karnaa macluumaadkaaga si aan kuugu faa'ideyno, u fulino daaweyn, lacag bixin, iyo hawlgallo daryeel caafimaad. Waxaan sidoo kale u isticmaalnaa una wadaagnaa macluumaadkaaga sababo kale awgood ee uu sharcigu ogolyahay

Macluumaadka caafimaadka ee la ilaaliyo (PHI) waxaa loola jeedaa macluumaadka caafimaadka sida diiwaanka caafimaadka ee ay ku jiraan magacaaga, lambarkaaga xubin, ama aqoonsiyo kale oo loo isticmaalo ama lala wadaago qorshooyinka caafimaadka. Qorshayaasha caafimaadka iyo HCA waxay wadaagaan PHI sababahan soo socda:

- Daaweynta —Waxaa kujira gudbinta udhaxeysa takhtarkaaga (PCP) iyo daryeel bixiyaasha kale.
- Bixinta - Waxaan u isticmaali karnaa ama la wadaagi karnaa PHI si aan go'aanno uga gaarno bixinta lacagaha. Tan waxaa ka mid noqon kara sheegashooyinka, oggolaanshaha daaweynta, iyo go'aannada ku saabsan baahiyaha caafimaad.
- Hawlgallada daryeelka caafimaadka - Waxaan u isticmaali karnaa macluumaadka dalabkaaga si aan kuu ogeysiinno barnaamij caafimaad oo aan kaa caawin kara.

Waxaan u isticmaali karnaa ama wadaagi karnaa PHI-gaaga adiga oo aan ka helin oggolaansho qoraal ah xaaladaha qaarkood:

- Shaacinta macluumaadkaaga PHI xubnaha qoyska, qaraabada kale iyo asxaabtaada soke ayaa la oggol yahay haddii:
 - Macluumaadku wuxuu si toos ah ula xiriiraa qoyska ama saaxiibku inuu ku lug yeesho daryeelkaaga ama bixinta daryeelkaas; oo aad afka ahaan ku ogolaatay shaacinta ama lagu siiyay fursad aad ku diidid oo aadan diidin.

- Sharcigu wuxuu u oggolaanayaa HCA ama Community Health Plan of Washington inay adeegsadaan oo ay wadaagaan PHI-gaaga sababaha soo socda awgood:
 - Marka Xogheyaha Waaxda Caafimaadka iyo Adeegyada Adamiga (DHHS) ee U. S. uu naga rabo inaan wadaagno PHI-gaaga.
 - Caafimaadka Dadweynaha iyo Badbaadada oo ay ka mid noqon karto ka caawinta hay'adaha caafimaadka bulshada si looga hortago ama loo xakameeyo cudurada.
 - Hay'adaha dowladda ayaa laga yaabaa inay u baahdaan PHI-gaaga si ay ula xisaabtamaan ama shaqooyin gaar ah u qabtaan, sida howlaha amniga qaranka.
 - Daraasad ku saabsan kiisaska qaarkood, markii ay ansixiyaan gudiga qaabilsan shuruucda ilaalinta macluumaadka gaarka ah ama guddiga dib u eegista hay'adaha.
 - Dacwadaha sharciga ah, sida jawaabta amar maxkamadeed PHI-gaaga sidoo kale waxaa laga yaabaa in lala wadaago agaasimayaasha aaska ama baadhayaasha baaritaanka si looga caawiyo inay shaqooyinkooda qabtaan.
 - Waxaa la siin karaa qolada fulinta shuruucda si looga caawiyo helitaanka tuhmane, markhaati, ama qof la'yahay. PHI-gaaga waxaa sidoo kale laga yaabaa inuu la wadaago hay'adaha kale ee sharciga ah haddii aan aaminsanahay inaad noqon karto dhibbane xadgudub, dayac, ama rabshad guri.
 - U hogaansanaanta sharciyada Magdhawga Shaqaalaha.

Oggolaanshahaaga qoraalka ah ayaa looga baahan yahay dhammaan sababaha kale ee aan kor ku xusaneyn marka laga hadlaayo. Waad joojin kartaa oggolaansho qoraal ah oo aad na siisay. Si kastaba ha noqotee, joojintaada laguma dabaqi doono talaabooyinka la qaaday ka hor inta aan la sameyn kansal gareynta.

Haddii aad rabto inaad aqriso ama aad booqato macluumaadkaaga caafimaadka (PHI), buuxi oo soo celi foomka Macluumaadka Caafimaadka ee la ilaalay oo laga helo chpw.org/member-center/member-forms-tools. Waxa kale oo aad codsan kartaa nuqul ka mid ah foomka adoo wacaya Community Health Plan of Washington ee Adeegga Macaamiisha ee 1-800-440-1561 (TTY: 711).

Haddii aad rumeysan tahay inaan ku xadgudubnay xuquuqdaada ilaalinta macluumaadkaaga PHI, waxaad sameyn kartaa:

- Nala soo hadal oo cabasho gudbi. Ma kaa qaadi doono wax talaabo oo adiga kaa dhan ah taas oo la xariirta gudbinta cabashada. Daryeelka aad hesho waxba iskama beddali doonaan.
- U gudbi cabasho U.S. DHHS, Xafiiska Xuquuqda Madaniga ah: ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf, ama u qor:

U.S. Department of Health and Human Services
200 Independence Ave SW, Room 509F, HHH Building
Washington, D.C 20201

Ama:

Wac 1-800-368-1019 (TDD 1-800-537-7697)

Fiiro: Macluumaadkani waa dulmar guud oo keliya. Waxaa nalooga baahan yahay inaan ka dhigno PHI-gaaga mid gaar ah oo aan ku siino macluumaad qoran sanadkiiba oo ku saabsan qorshooyinka ku dhaqanka sharciga ilaalinta sirta iyo PHI-gaaga. Fadlan ka tixraac Ogeysiiska Dhaqanka Asturnaanta wixii faahfaahin dheeri ah. Waaad naga soo waci kartaa lambarka 1-800-440-1561 (TTY: 711), cinwaankayaga 1111 3rd Ave, Suite 400, Seattle, WA 98101, iimaylkayaga customercare@chpw.org, websaydkayaga chpw.org macluumaadka dheeraadka ah.



**COMMUNITY
HEALTH PLAN**
of Washington™

1111 3rd Ave, Suite 400 | Seattle, WA 98101-3207 | chpw.org

AH_MK001_Mbr_Handbook_IMC_01_2024 SOM