



**COMMUNITY HEALTH PLAN**  
of Washington™

The power of community



**WASHINGTON APPLE HEALTH**

# Habk –dhaqanka caafimaadkaaga (Caafimaadka xaaladaada nafsaaninga) Faaidada buuga **2025**



# Multi-Language Insert

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 1-866-907-1906. (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 (طابعة هاتفية: 711).

**አማርኛ (Amharic) ማስታወሻ:** የሚናገሩት ቋንቋ አማርኛ ከሆነ የትርጉም እርዳታ ድርጅቶች፣ በነጻ ሊያግዝዎት ተዘጋጅተዋል፡ ወደ ማከተለው 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 ትዘረብ ተኸይንካ ኣገልግሎት ኣገዝ ቋንቋ ንዓኽ ብናጻ ይርከብ። ደውል 1-800-440-1561 (TTY: 711)።

**Français (French) ATTENTION :** Si vous parlez français, des services d'assistance linguistique, gratuits, vous sont offerts. Appelez le 1-800-440-1561 (TTY : 711).

**ਪੰਜਾਬੀ (Punjabi) 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).

**پاملرنه:** که تاسو په پښتو ژبه خبرې کوئ، د ژبې مرستندويه خدمات ستاسو لپاره په وړيا توگه موجود دي (Pushto) چوپتيا 1-800-440-1561 (TTY: 711) ته زنگ ووهئ.

## Tusmada buugga

Tusmada buugga.....	3
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.....	7
Bilaabidda.....	9
Waxaad u baahan doontaa laba kaar si aad u hesho adeegyada, kaarkaaga qorshaha Community Health Plan of Washington iyo kaarkaaga Adeegyada ProviderOne.....	9
1. Kaadhkaaga Aqoonsiga xubininada Community Health Plan of Washington .....	9
2. Kaarkaaga Adeegyada ee ProviderOne .....	10
Haddii aad u baahan tahay karaka Adeegyada cusub ee ProviderOne ah.....	11
Beddelidda qorshayaasha caafimaadka ee adeegyada caafimaadka ee hab-dhaqanka .....	11
Adeegsiga caymiskaaga gaarka ah iyo Community Health Plan of Washington ee ceymiska .....	12
Sida lagu helo adeegyada caafimaadka dhaqameed.....	13
Adeegyada caafimaadka dhaqameed iyo adeeg bixiyahaaga daryeelka caafimaadka koowaad (PCP).....	13
Adeegyada aad heli karto gudbin la'aan.....	14
Telehealth/Telemedicine .....	14
Waa inaad tagtaa bixiyayaasha caafimaadka dabecadda iyo isbitaalada ee Qorshaha Caafimaadka Bulshada ee shabakadda Washington.....	15
Lacag bixinta adeegyada Caafimaadka Dhaqameed .....	15
Barnaamijyada Hormarinta Tayada.....	15
Barnaamijyada Maamulka Adeegsiga (Utilization Management programs) .....	16
Sida aanu u qiimayno teknoolajiga cusub.....	16
Macluumaad loogu talagalay Hindida Mareykanka iyo Dhaladka Alaska.....	16
Apple Health Medicare Connect .....	17
Helitaanka daryeel xaalad deg-deg ah ama markaad guriga ka maqantahay .....	18
Xaalad degdeg ah.....	18
Lambarada khadka taleefannada ee dhibaataada xaafadda .....	20
Filashooyinka ah goorta adeeg bixiyaha daryeelka qorshaha caafimaadka ku arki doono .....	20
Dheefaha uu daboolay Community Health Plan of Washington.....	21
Adeegyada Guud iyo Daryeelka Degdegga ah.....	21
Adeegyada shaybaadhka.....	24

Adeegyada daryeelka caafimaadka ee carruurta.....	24
Adeegyada dheeraadka ah ee aan bixinno.....	25
Adeegyada Isuduwidda Daryeelka Dheeraadka ah ee Aan Bixin Karno.....	25
Adeegyada Laga Reebay (ee Aan la daboolin).....	28
Helida macluumaadkaaga caafimaadka .....	29
Haddii aanad ku faraxanayn adeeg bixiyahaaga, qorshaha caafimaadka, ama qayb kale oo daryeelka ah .....	29
U doo daha Caafimaadka Dhaqanka (hore loogu yeedhi jiray Ombuds).....	30
Macluumaad muhiim ah oo ku saabsan diidmooyinka, rafcaannada, iyo dhageysiga maaraynta. ....	31
Xuquuqahaaga.....	33
Waajibaadkaada.....	34
Dardaraanada horudhaca ah.....	35
Waa maxay hagitaanka horudhaca ah?? .....	35
Dardaaranka Hore ee Caafimaadka Maskaxda.....	36
Waa maxay dardaaranka caafimaadka maskaxda?.....	36
Sideen ku buuxiyaa howsha dardaaranka caafimaadka maskaxda?.....	37
Kahortaga Qashinka iyo Xadgudubka.....	37
Waxaan ilaalinaa arimahaaga gaarka ah .....	37

## Kusoo dhowoow Community Health Plan of Washington iyo Washington Apple Health

Soo dhawoow!

Mahadsanid for enrolling in Washington Apple Health (Medicaid) Adeegyada Caafimaadka Dhaqameed Only (BHSO) and soo dhowow to Community Health Plan of Washington (Qorshaha Caafimaadka Bulshadda ee Washington, your health qorshaha. Community Health Plan of Washington wax uu lashaqeyaa Apple Health si loo bixiyo caymiskaaga BHSO. Buug-yarahani wuxuu bixin doonaa faahfaahin dheeraad ah oo ku saabsan dheefahaaga la daboolay iyo sida loo helo adeegyada.

Badanka macaamiisha Apple Health BHSO waxay ka diiwaan gashan yihiin daryeelka la maareeyo. Tan macnaheedu waxa weeye Apple Health waxay bixisaa qadarka bilaha ah ee daboolidaada. Daboolidaada waa adeegyada caafimaadka dhaqanka ay ku jiraan caafimaadka maskaxda iyo adeegyada daawaynta isticmaalka maandooriyaha. Waa inaad aragto adeeg bixiyayaasha kuwaas oo ku jira shabakada adeeg bixiyaha Community Health Plan of Washington. Waxaad u baahan tahay oggolaanshe hore si aad u aragto mid ka baxsan shabakada qorshahaaga. Adeegyada badan ee laga helay meel ka baxsan aaga adeegayaga lama dabooli doonaa iyaddoo hore loo sii oggolaado moyaane.

Qorshayaasha Apple Health Medicare Connect waxaa loo heli karaa qaar ah xubnaha Apple Health. Tani waa nooc gaar ah oo qorshaha Medicare Advantage ah ee shakhsiyada labbada u qalma oo oggolaata isku duba ridka daryeelka u dhexeeya Medicare iyo adeegyada Apple Health. Shakhiga labbadaba u qalma waxa uu leeyahay labbadaba daboolida Medicare iyo daboolida Apple Health. Tan waxaa ka mid ah daboolida caafimaadka jirka iyo qaab dhaqanka. Community Health Plan of Washington ayaa kula soo xiriiri doona toddobaadyada soo socda. Waad na weydiin kartaa wixii su'aalo ah ee aad qabto, iyo waxaad heli kartaa caawimaad adoo qabsanaya ballamo. Haddii aad qabtid wax su'aalo ah, naga soo wac 1-800-440-1561 (TTY: 711) Isniinta ilaa Jimcaha, 8 subaxnimo ilaa 5 galabnimo.

**Haddii ingiriisigu aanu ahayn luqadda 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). 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 haq u leedahay helitaanka adeegyo luqadda ah markii aad ku timaaddo ballanta daryeelka caafimaadka ee ay daboolshay 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](http://chpw.org/contact-us/language-assistance). Waxaad booqan kartaa Masuuliyiinta Daryeelka Caafimaadka (HCA) Adeegyada Tujrumaada bogga [hca.wa.gov/interpreter-services](http://hca.wa.gov/interpreter-services) ama iimayl u dir Adeegyada Turjumaada HCA [interpretersvcs@hca.wa.gov](mailto: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:	Saadaha Adeegga Macaamiisha	Nambarada telefoonka adeegga macmiilka	Cinwaanka Websaydh-ka
Qorshaha Caafimaadka Bulshadda ee Washington	Isniin - Jimca 8 subaxnimo ilaa 5 fiidnimo	1-800-440-1561 (TTY 711)	<a href="http://chpw.org">chpw.org</a>
Caafimaadkaaga Care Authority (HCA) Apple Health Customer Adeega	Isniin - Jimca 7 subaxnimo ilaa 5 fiidnimo.	\$1-800-562-3022 TRS 711	<a href="http://hca.wa.gov/apple-health">hca.wa.gov/apple-health</a>
Washington Healthplanfinder	Isniin-Jimca 8 subaxnimo ilaa 6 fiidnimo.	\$1-855-923-4633 TTY 1-855-627-9604	<a href="http://wahealthplanfinder.org">wahealthplanfinder.org</a>

## 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](http://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 waa:

---

Bixiyaha adeegayga ilkaha waa:

---

Bixiyaha Daryeelkayga Gaarka ah waa:

---

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 eegaya **shuruucda iyo xeerarka Hay'adda Daryeelka Caafimaadka ee bogga Laynka tooska ah:** [hca.wa.gov/about-hca/rulemaking](http://hca.wa.gov/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"> <li>• Beddelidda ama ka saarista keliya Adeegyadaada Caafimaadka Dhaqameed ee qorshaha Apple Health (BHSO)- Bogga 12</li> <li>• Sida loo helo adeegyada caymiska Apple Health ee aan ku jirin qorshahaaga - Bogga 16</li> <li>• Kaarkaaga Adeegyada ProviderOne - Bogga 11</li> </ul>	<p>HCA:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ProviderOne Mareegrta Macmiilka: <a href="http://www.waproviderone.org/client">www.waproviderone.org/client</a></li> <li>• <a href="https://www.fortress.wa.gov/hca/p1contacus/">https://www.fortress.wa.gov/hca/p1contacus/</a></li> </ul> <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"> <li>• Adeegyada la daboolo – Bogga 25</li> <li>• Samaynta cabasho - Bogga 39</li> <li>• Racfaan ka qaadashada go'aanka qorshahaaga caafimaad kaa ee saameynaya dheefahaaga – Bogga 42</li> </ul>	<p>Community Health Plan of Washington ee 1-800-440-1561 (TTY: 711) ama ka booqo onlayn <a href="http://chpw.org">chpw.org</a>.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Adeegyada Caafimaadka Dhaqameed (Caafimaadka Maskaxda ama isticmaalka maandooriyaha) – Bogga 15</li> <li>• Tixraaxyada Takhasuslayaasha - Bogga 15</li> </ul>	<p>Adeeg bixiyahaaga caafimaadka dhaqameed. Haddii aad u baahan tahay caawimada xulashada adeeg bixiyaha daryeelka koowaad, naga soo wac 1-800-440-1561 (TTY: 711) ama booqo onlayn <a href="http://chpw.org">chpw.org</a>.</p> <p>Khadka Talo bixinta Kalkaaliyaha waxaa laga heli karaa 1-866-418-2920 (TTY: 711)</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Isbedellada koontadaada sida: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Isbedellada cinwaanka,</li> <li>• Isbedelka dakhliga,</li> <li>• Xaaladda guurka,</li> <li>• Uurka, iyo,</li> </ul> </li> <li>• Dhalasho ama korsasho.</li> </ul>	<p>Washington Healthplanfinder 1-855-WAFINDER (1-855-923-4633) ama booqo onlayn: <a href="http://wahealthplanfinder.org">wahealthplanfinder.org</a>.</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sida looga warbixiyo khiyaamada, khasaaraha, iyo xad gudubka.</li> </ul>	<p><a href="#">Maamulka Daryeelka Caafimaadka Gobolka Washington</a></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ka warbixinta khiyaamada u qalmdida Washington Apple Health <a href="mailto:WAHEligibilityFraud@hca.wa.gov">WAHEligibilityFraud@hca.wa.gov</a> 1-360-725-0934</li> <li>• Ka warbixinta adeeg bixiyayaasha Medicaid <a href="mailto:hottips@hca.wa.gov">hottips@hca.wa.gov</a> 1-833-794-2345</li> </ul> <p>Booqo HCA <a href="#">boggeeda</a> si aad u hesho macluumaad faahfaahsan: <a href="http://hca.wa.gov/about-hca/other-administrative-activities/fraud-prevention">hca.wa.gov/about-hca/other-administrative-activities/fraud-prevention</a></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><b>COMMUNITY HEALTH PLAN</b> of Washington™ The power of community</p> <p><b>Name</b> John Sample <b>Member ID</b> 12345678 01 <b>Plan</b> Behavioral Health Services Only <b>Region</b> King County <b>Copay</b> OV \$0 <b>State ID</b> 2000000000WA</p>  <p>Coverage limited to higher acuity Behavioral Health Services Only with CHPW</p>	<p><b>CUSTOMER SERVICE</b> 1-800-440-1561 TTY Relay: 711. <b>Member</b>   <a href="http://chpw.org">chpw.org</a></p> <p><b>LIFE-THREATENING EMERGENCY</b> 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. <b>NURSE ADVICE LINE (NAL)</b> 1-866-418-2920 or TTY Relay:711. <b>URGENT CARE</b> Call your clinic (PCP). After hours, call the <b>NAL</b>. <b>CRISIS LINE</b> 1-866-427-4747</p> <p><b>Provider</b>   <a href="http://mychpw.chpw.org/en/provider">mychpw.chpw.org/en/provider</a></p> <p><b>HOSPITAL ADMISSIONS</b> Hospitals must notify customer service within one business day of hospital admissions. <b>SUBMIT CLAIMS</b> Community Health Plan of Washington Claims, PO Box 269002 Plano, Texas 75026-9002.</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. 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](mailto:CustomerCare@chpw.org) haddii aad u baahan tahay daryeelka ka hor inta aanu iman kaadhkaagu. Adeeg bixiyajaagu sidoo kale wuu nala soo xiriiri karaa si uu u hubiyo u-qalmitaanka.

## 2. Kaarkaaga Adeegyada ee ProviderOne

Waxaad sidoo kale ku heli doontaa adeegyada kaadhka ProviderOne boostada.



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 kaadhka caymiska caafimaadka kale. Hayso kaadhkan oo ilaali macluumaadkaaga.

Kaadhkaaga adeegyada waxaa ku jiri kara:

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

HCA si toos ah waxay kuugu soo diri doonaan adiga kaarka 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/](http://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 Degelka Macmiilka bogga [www.waproviderone.org/client](http://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 ProviderOne degelka macmiilka bogga: [www.waproviderone.org/client](http://www.waproviderone.org/client)
- Soo wac laynka IVR ee wicitaanka bilaashka ah lambarka 1-800-562-3022, raac tilmaamaha.
- Ku codso beddelka onlayn: <https://fortress.wa.gov/hca/p1contactus/>
  - **Dooro "Client.**
  - Isticmaal liiska hoos u soo dhaca ee mowduuca liiska ah si aad u doorato "Services Card."

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

## Beddelidda qorshayaasha caafimaadka ee adeegyada caafimaadka ee hab-dhaqanka

Waxa aad xaq u leedahay inaad beddesho qorshahaaga Adeegyada Caafimaadka Dhaqameed (BHSA) markasta. Isbeddelka qorshahaaga waxa uu dhici karaa sida ugu dhakhsaha badan sid abisha ka dib markaas isbeddelkaaga samayso. Hubso in aad ka diiwaangashan tahay qorshaha cusub ee la dalbay ka hor inta aadan ku arkin bixiyayaasha shabakadda qorshahaaga cusub.

Qorshahaada caafimaadka waxaad wax ka bedeli kartaa dhawr siyaabood ayaa la mid ah:

- Ka beddel qorshahaaga websaydka Washington Healthplanfinder: [wahealthplanfinder.org](http://wahealthplanfinder.org)
- Booqo ProviderOne degelka macmiilka: <https://www.waproviderone.org/client>
- Ka codso beddelka onlaynka ah: <https://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).

Waanu wareejin doonaa daryeelkaaga haddii aad go'aan ku gaadho inaad beddesho qorshayaasha caafimaadka. Waxaanu la shaqayn doonaa qorshahaaga cusub si loogu wareego daryeelka caafimaad ahaan lama huraanka ah markaas waxaad sii wadi kartaa helida adeegyada aad u baahan tahay.

FIIRO: Dadka ka diiwaangashan barnaamijka Dib u Eegista Bukaanka iyo Iskuduwidda (PRC) 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 bixiyeyaasha daryeelka caafimaadka dhaqameed ay miduun xubin ka yihiin shabakadda bixiyaha adeegga Community Health Plan of Washington ama ay diyaar u yihiin inay nagu soo dallacaan wixii isku-bixinno ah, ama ka jarid ah, ama haraa ah ee ku haray caymiskaaga aasaasiga ah ka dib marka uu caymiskaaga asaasiga ah ay bixiso biilka dareyeelkaaga caafimaadka Tani waxay kaa caawin doontaa inaad iskailaaliso kharashyada jeebka ka baxsan. Haddii aad u qalanto Medicare, xusuuso dhakhtarkaaga inuu biil ugu horayn u soo d iro Medicare.

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, iyo,
- Kaadhkaaga Aqoonsiga xubininada Community Health Plan of Washington

La xiriir Community Health Plan of Washington isla markiiba haddii:

- Caymiskaaga caafimaad ee gaarka loo leeyahay ayaa dhamaanaya,
- Caymiskaaga caafimaad ee gaarka loo leeyahay ayaa isbeddelaya, ama
- Aad qabto wax su'aalo ah oo ku saabsan isticmaalka Apple Health ee caymiskaaga caafimaad gaarka ah.

# Sida lagu helo adeegyada caafimaadka dhaqameed

## Adeegyada caafimaadka dhaqameed iyo adeeg bixiyahaaga daryeelka caafimaadka koowaad (PCP).

Caafimaadka dhaqameed waxaa ku jira adeegyada daawaynta maskaxda iyo isticmaalka maandooriyaha (SUD). Badanka dadka ka diiwaan gashan adeega caafimaadka dhaqanka waxa hadda ka hor ku jiri kara adeeg bixiyaha daryeelka koowaad (PCP) ee ka yimid shabakad kale oo caafimaad, a sida Medicare, caymiska caafimaadka gaarka ah, Xarunta Caafimaadka Hindiya, ama Apple Health oo aan lahayn qorshaha daryeelka la maareeyo (sidoo kale loogu yeedho adeega kharashka ah). Waxaanu kugu xidhi doonaa adeegyada caafimaadka dhaqamaeed ee PCP gaaga, haddii ay lama hurana tahay. Naga soo wac 1-800-440-1561 (TTY: 711) haddii aad caawimo u baahan tahay.

Hal ka mid ah adeeg bixiyayasha caafimaadka dhaqameed waxay daryeeli doontaa baahiyahaaga caafimaadka dhaqameed ay ku jiraan caafimaadka maskaxda iyo adeegyada dawaynta isticmaalka maandooriyaha. Haddii aad u baahan tahay la-talin, baaris ama aad u baahan tahay inaad aragto khabiir ku takhasusay hab-dhaqanka caafimaadka, waxaan isku dubbaridi doonaa baahiyahaaga daryeelka caafimaadka ee hab dhaqanka ah.

## Sida lagu helo adeegyada caafimaadka dhaqameed

If you need adeegyada caafimaadka dhaqameed wac Community Health Plan of Washington Adeegga Macaamiisha ee 1-800-440-1561 (TTY: 711) waanu ku caawin karnaa a habdhaqanka caafimaadka qorshaha.

Waxaanu ku heli doonaa daryeelka aad u baahan tahay oo kaa yimaadda khabiir caafimaad oo ka baxsan shabakada Qorshaha Caafimaadka Bulshada ee shabakada Washington haddii aanan ku haysan mid ku jira shabakada. Waxaan u baahanahay inaan horay u ansixino booqasho kasta oo ka baxsan shabakadeena.

Your PCP weydiisan doonaa pre-ogolaansho naga ansixin la macluumaadka bukaan socodka noo sheegaya sababta aad ugu baahan tahay daryeelkan. Waa inaan uga jawaabnaa PCP-gaaga shan maalmood gudahood marka la codsado. Waxaan kuu soo sheegi doonaa go'aankayaga ugu dambeyn 14 maalmood laga bilaabo maalinta codsigaaga.

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 42 wixii macluumaad dheeraad ah.

Waxaad ka masuul tahay kharashyo kasta haddii PCP gaaga ama Community Health Plan of Washington ay kuu gudbisno 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 Caafimaadka Habdhaqanka Bukaana-socodka (eeg bogga 25 wixii xaddidan)

## Telehealth/Telemedicine

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.

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

Waydii adeeg bixiyahaaga caafimaadka dhaqanka hadidi ay bixiyaan adeegyada telehealth. 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.

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

Hey'adda daryeelka caafimaadka (HCA) ayaa si toos ah u bixineysa kaalmooyinka iyo adeegyada qaar ayadoo la marayo caafimaadka Apple xitaa haddii lagu qoro qorshaha caafimaadka. Dheefahan waxaa ka mid ah:

- Adeegyada Daryeelka Muddada-dheer iyo Caawimaadda
- Maadada Isticmaalka Dadka Uurka leh (SUPP) Barnaamijka iyo
- Adeegyada Dadka Naafada Koriimada ah.

Waxaad u baahan doontaa oo keliya kaadhka adeegyada ee ProviderOne 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 15 wixii faahfaahin dheeri ah ee ku saabsan dheefaha la daboolay. Wac haddii aad qabtid su'aalo ku saabsan faa'iidooyinka ama adeegyada.

## Waa inaad tagtaa bixiyayaasha caafimaadka dabeecadda iyo isbitaalada ee Qorshaha Caafimaadka Bulshada ee shabakadda Washington

Waa inaad isticmaashaa adeeg bixiyayaasha caafimaadka dhaqameed ee la shaqeeya Community Health Plan of Washington. Sidoo kale waxaanu haysaa cusbitaalo si aad adigu u isticmaasho. Waxaad ka codsan kartaa diiwaanka macluumaad ku saabsan bixiyayaashayada iyo isbitaaladayada ama booqo buugaaga buugta bixinta ee qorshaha caafimaadka ee internetka. Diiwaanada waxaa ka mid ah:

- Magaca adeeg bixiyaha, goobta, iyo lambarka taleefanka.
- Takhasuska, shahaadooyinka aqoonsiga, iyo shahaadada caafimaadka.
- Luqadaha ay ku hadlaan bixiyayaashaas.
- Xaddidaadda noocyada bukaanka (dadka waaweyn, carruurta, iwm).
- Inay aqbalaan bukaano cusub

Si loo helo liska oo daabacan, soo wac adeegyadayada xubinta laynka ah 1-800-440-1561 (TTY: 711) ama booqo websaydkayaga [chpw.org](http://chpw.org).

## Lacag bixinta adeegyada Caafimaadka Dhaqameed

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.
- Waxaad heleysaa adeeg aan caafimaad ahaan daruuri ahayn.
- 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.

Bixiyayaashu 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.

Waqti ka waqti, 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 doonaa 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 Horumarinta Tayada, fadlan wac Adeega Macmiilka 1-800-440-1561 (TTY: 711) ama iimayl noogu soo dir [customercare@chpw.org](mailto:customercare@chpw.org).

## Barnaamijyada Maamulka Adeegsiga (Utilization Management programs)

Community Health Plan of Washington waxuu rabaa inaad hesho daryeel adiga kugu habboon, adigoo 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), Isniin ilaa Jimce, 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 ku xidhan tahay ama shuraako la tahay Kaaliyaha Qabiil dhexda xarunta Indian Health Service (IHS), barnaamijka caafimaadka Qabiilka ama Urban Indian Health Program (UIHP), waxay kaa caawin karaa adiga inaad go'aan gaadho. 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.

Haddii aad tahay Hindi ama Alaska oo u dhashay Mareykan, waxaa laga yaabaa inaad hesho adeegyo daryeel caafimaad oo loo maraayo xarumaha IHS, barnaamijka daryeelka caafimaadka qabaa'ilka ama UIHP sida Gudiga Caafimaadka Hindida ee Seattle Indian ama Mashruuca Hooyo ee Spokane. Bixiyeyaasha rugahan caafimaad waa kuwa wax garanaya oo fahmaya dhaqankaaga, bulshadaada, iyo baahiyahaaga daryeelka caafimaadka. Waxay ku siin doonaan daryeelka aad u baahan tahay ama waxay kuu gudbin doonaan takhasus leh.

## Apple Health Medicare Connect

Apple Health Medicare Connect waa nooc gaar ah oo qorshaha Medicare Advantage ah ee shakhsiyada labbada u qalma oo oggolaanaysa isku duba ridka daryeelka u dhexeeya Medicare iyo adeegyada Apple Health.

Shakhiga labbadaba u qalma waxa uu leeyahay labbadaba daboolida Medicare iyo daboolida Apple Health. Haddii aad tahay macmiilka labbadaba u qalma, Medicare waa daboolidaada koowaad ee baahiyaha daryeelka caafimaadkaaga jidhka. Apple Health waxay noqon doontaa daboolidaada labbaad. Dual-eligible clients also have habdhaqanka caafimaadka coverage through an Apple Health Keliya Adeegyada Caafimaadka Dhaqameed (BHSO) daryeelka la maareeyo qorshaha.

Waxaad haysataa doroashada inaad doorato qorshe isku mid ah ee daboolidaada D-SNP iyo BHSO, haddii aad ku nooshahay degmadda bixisa diiwaan gelinta la khadka ah. Diiwaan gelinta la khadka ah waxay ka caawimaada macaamiisha labbadaba u qalma inay maareeyaan adeegyadooda jidhka iyo caafimaadka dhaqanka ee waafaqsan hal qorshe. Tani waxay fududaysaa in la helo adeeg bixiye oo la isku xidho adeegyadaada Medicare iyo Apple Health.

Diiwaan gelinta Apple Health Medicare Connect waxay raacdaa jadwalka wakhtiga diiwaan gelinta furan ee Medicare hoos:

- Muddaa Diiwaan gelinta Hore. Marka ugu horreysa ee aad u qalanto Medicare, waxaad ku biiri kartaa qorshaha.
- Muddaa Diiwaan gelinta Furan. Laga bilaabo Oktoobar 15 – Diisambar 7 sanad kasta, waad ku biiri kartaa, beddeli kartaa, ama iska dhaaftaa qorshe. Daboolidaadu waxay bilaabmi doontaa Janaayo 1 (ilaa inta qorshahu uu ka helo codsigaaga Diisambar 7).

- Medicare Advantage Muddada Diiwaan gelinta Furan. Laga bilaabo Janaayo 1 – Maarso 31 sanad kasta, haddii aad ka diiwaan gashan tahay Medicare Advantage Plan, waxaad ku beddeli kartaa Medicare Advantage Plan oo ka duwan, ama waxaad u beddeli kartaa Medicare Asalka ah (oo waxaad ku biiri qorshaha dawada) marka muddada wakhtigan. Fiiro: Waxaad beddeli kartaa qorshaha marka muddada wakhtigan.

Arag khariidada diiwaan gelinta la socota HCA [hagaheeda aaga adeega](#) si loo arko haddii habbaynta laga heli karo degmadaada.

Bal ka waran hadidi aan ahay Maraynka Hindida ah/Dhaladka Alaska? Labba u qalma Maraykanka Hindida/Dhaladka Alaska waxay karaan

- Iska diiwaan geliyaan Apple Health BHSO, ama
- Helaan daboolida caafimaadka dhaqanka Apple Health qoshe la'aan.

Waxaa jira faa'iidooyin iyo khasaare mid kasa, oo ku xidhan duruufahaaga gaarka ah. Rugta caafimaadka qabiilka iyo shaqaalaha rugta caafimaadka Hindida waxay yaqaanaan doorashooyinka oo waxay kaa caawin karaa inaad samayso doorashadaada. Baro wax badan oo ku saabasan [Apple Health daboolida Maraykanka Hindida/Dhaladka Alaska](#).

## 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 suurto-galka 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.

## Dhibaataada Habdhaqanka Caafimaadka:

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

- Ku hanjabo ama ka hadlo waxyeelaynta ama dilida nafahooda.
- 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

Waxaad wici kartaa khadadka dhibaataada ee hoosta ku yaala, haddii adiga ama qof aad ogtahay uu la kulmo xaalado caafimaad oo habdhaqan ah.

- Wac 911 si aad u hesho cawinaad degdeg ah oo ku saabsan xaaladaha deg degta ah ee halis u ah noloshu.
- Wac 988 si aad haddiiba u hesho caawimaadda xaaladaha caafimaadka ee akhlaaqda ah.
  - Wac ama qoraal 988. Khadku waa bilaash, qarsoodi ah, waana la heli karaa 24/7.
- Isticmaalka maandooriyaha, khamaarka dhibaataada, ama taageerada caafimaadka dhimirka:

wac ama qoraal ka soo qor Khadka Caawinta Soo Celinta Washington ee 1-866-789-1511 ama 1-206-461-3219 (TTY) ee gudbinta 24-ka saac. Waxaad sidoo kale booqan kartaa [warecoveryhelpline.org](http://warecoveryhelpline.org).

  - Dhalinyarada ayaa isku xiri kara dhalinyarada inta u dhaxaysa 6-10 galabnimo. Wac 1-866-833-6546, imaylka [teenlink@crisisclinic.org](mailto:teenlink@crisisclinic.org) ama booqo [866teenlink.org](http://866teenlink.org).

### Lambarada khadka taleefannada ee dhibaatada xaafadda

Wac khadka dhibaatada ee gobolka ee Behavioral Health Administrative Services (BH-ASO) ee hoosta si aad u dalbato caawimaad haddii adiga ama qof aad taqaan uu la kulmo xaalado caafimaad oo habdhaqan ah.

Gobolka	Gobollada	Khadadka Qalalaasaha/Dhibaatada
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 Bixiyaha Habdhaqanka Caafimaadka, ama bixiye 24 saacadood gudahood.
- Daryeelka joogtada ah: Booqashooyinka xafiiska ee adeeg bixiyahaaga caafimaadka dhaqanka, ama bixiye kale 10 maalmood gudahood. Daryeelka joogtada ah waa la qorsheeyay oo waxaa ku jira booqashooyinka bixiyaha joogtada ah ee walaacyada ee aan ahayn kuwa degdeg ah ama kuwa dhakhsaha ah.

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

## Dawooyinka dakhtarku qoro

Dawooyinka la qoro caafimaadka dhaqanka laguma daboolo hoosta dheeftan. Taas beddelkeed, waxaa lagu daboolaa sidii qayb dheefta caafimaadkaaga jidhka ah. Dadka ka diiwaan gashan Medicare Qaybta D daboolida waxay heli doonaa daboolidooda dawo qorida dhexda Medicare kooda qorshaha Qaybta D. **Maga soo wac wixii su'aalo ah about your daboolisha kharashka dawo qorida.**

## Dheefaha uu daboolay Community Health Plan of Washington

Qaybtani waxay sharraxaysaa caafimaadka dhaqanka iyo adeegyada ay dabooshay Community Health Plan of Washington. Ma aha liistada dhammeystiran ee adeegyada la daboolay. Ka hubi adeeg bixiyahaaga caafimaadka dhaqanka ama nala soo xiriir haddii adeegga aad u baahan tahay uusan ku qorneyn. Waxaad ka arki kartaa dheefahayaga iyo adeegyada [chpw.org/bhso](http://chpw.org/bhso).

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 aa du baahan tahay booqashooyin badan. Haddii aad u baahan tahay adeegyada aan la daboolin, adeeg bixiyahaagu ha codsado ka reebida sharciga (exception to rule, ETR).

Naga soo wac lambarkan 1-800-440-1561 (TTY: 711) ama ka hubi diiwaanka adeeg bixiyaha [chpw.org/find-a-doctor](http://chpw.org/find-a-doctor) ka hor inta aanad helin adeegyada caafimaadka dhaqameed. Sidoo kale waxaad waydiin kartaa PCP gaaga inay kaa caawiyaan helida daryeelka aad ubaahan tahay.

## 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 caafimaadka dhaqanka aad qabtid oo ubaahan daryeel isla mar ahaantaaba, laakiin noloshadu aysan ku jirin khatar.

## 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
<p>Isticmaalka maandooriyaha (Substance use disorder, SUD) adeegyada daawaynta</p>	<p>Adeegyada daaweynta SUD waxaa ka mid ahaan kara:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Qiimaynta</li> <li>• Faragelin gaaban iyo ugudbinta daaweynta</li> <li>• Shaljsi qoys, iyo kooxda daawaynta</li> <li>• Bukaanki socod, hoy, iyo bukaan jiid</li> <li>• Daawooyinka loo qaato Cudurka Adeegsiga Opioid -ka (MOUD)</li> <li>• Maareeyanta kiiska</li> <li>• Caawimaada dadka isku faca ah.</li> <li>• Dhibaatooyinka Adeegyada</li> <li>• Maareynta kala noqoshada (ka saaridda sunta)</li> </ul>
<p>Daawaynta Caafimaadka Maskaxda</p>	<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"> <li>• Qiimaynta Qaadashada, qiimaynta, iyo baadhitaanka</li> <li>• Caawimaada dadka isku faca ah.</li> <li>• Daawaynta wax ka qabadka caafimaadka maskaxda sida             <ul style="list-style-type: none"> <li>• Shaljsi qoys, iyo kooxda daawaynta</li> <li>• Bukaanki socod, hoy, iyo bukaan jiid</li> </ul> </li> <li>• Qaababka daawaynta xoogan oo kooban Adeegyada dhibta</li> <li>• Dhibaatooyinka Adeegyada</li> <li>• Maamulka iyo la socodka daawada</li> <li>• Iskuduwidda daryeelka and bulshada integration</li> </ul>

Daawooyinka loo qaato Cudurka Adeegsiga Opioid -ka (MOUD)	Hore loogu tixraacay sida Dawaynta Dawo ahaan La kaalmeeyo (MAT). Daawooyinka loo isticmaalo in lagu daaweeyo cudurada isticmaalka maandooriyaha. Naga soo wac 1-800-440-1561 (TTY 711) wixii faahfaahin.
Wax ka qabadka Daawaynta Dhibaatooyinka Khamaarka	Adeega la daboolo waxaa ku jira: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Qiimaynta</li> <li>• Daawaynta shakhsiga, qoyska iyo/ama adeegyada kooxda.</li> </ul>

## Jadwalka Wareega Ee Hagaha Habka Dhalinyarda Ee Qoyska (FYSPRT)

Jadwalka Isku-xirka Nidaamka Dhallinyarada Ee Qoyska (FYSPRTs) waxay isku duubtaan fikradda ah in dhalinyarada iyo qoysaska ay awoodaan, waana in ay kaalin firfircoon ku yeeshaan sida ay nidaamka caafimaadka habdhaqanku ugu adeegaan. FYSPRTs waa madal qoysaska, dhallinyarada, iyo nidaamka shuraakada la ah (garsoorka da'yarta, waxbarashada, daryeelka carruurta, iwm), si ay isugu yimaadaan si ay uga wada shaqeeyaan, u dhegaystaan, kuna daraan codka bulshada si ay go'aan uga gaaraan heer gobol, gobol, iyo sharci-dejin.

FYSPRT-yada waa hab muhiim ah oo wax looga qabanayo farqiga soo noqnoqda, caqabadaha iyo baahiyaha la xiriira caafimaadka habdhaqanka caruurta, dhallinyarada iyo qoysaska, iyo in lala wadaago waayo-aragnimada la noolaa iyo aqoon si ay saameyn ugu yeelato siyaasadaha iyo barnaamijyada sare u qaadaya natiijooyinka caafimaadka dabeecadda ee dhalinyarada iyo qoysaska reer Washington.

Washington waxay leedahay 10 Hay'ado goboleed oo FYSPRT ah, qayb kasta oo FYSPRT ahna waxay leedahay kulamo u furan dadweynaha. Shirarka FYSPRT waa hannaan iskaashi. Qoyska, dhallinyarada, iyo iskaashatada nidaameed ayaa si wada jir ah uga wada shaqeeya iskaashi si siman si loo abuurto ajenadayaasha shirka iyo wadaagista shirarka fududeynta. Khibrada la noolaan jiray ee qoysaska iyo dhalinyarada iyo waxyaabihii ay soo galeen waxay hormarin doonaan natiijooyinka dhalinyarada iyo qoysaska ee ku nool Washington oo dhan. Inkastoo dhalinyarada iyo qoysaska ay walaaca adeegyadooda ku muujin karaan madashan, FYSPRT-yada waxaa looga gol leeyihiin in ay wax ka qabato faraqa iyo caqabadaha hortaagan ee soo noqnoqda ee ma aha waxyeelo gaar ah. Si wax looga qabto walaacyada gaarka ah ee la xiriira adeegyada gaarka ah ee dhallinyarada ama qoyska, waxaa la sameyn karaa cabasho qayb ka ah wax ka qabashada walaaca daryeelka. Cawinaad dheeraad ah oo arrintaas la xiriir qariirada qareennada ee aagaagaaga ku taalla.

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

## Maalgelinta Guud-State

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

## Adeegyada shaybaadhka

Adeega	Xog dheeraad ah
Adeegyada shaybaadhka	Adeegyada qaarkood waxay u baahan karaan ogolaansho hore.

## 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.

**Qaar ka mid ah faa'iidoyinka caafimaadka dhaqanka waxaa lagaga hadlayaa Community Health Plan of Washington iyo qaar ka mid ah daboolidaada Apple Health oo aan lahayn qorshaha daryeelka la maareeyo (fee-for-service). **Maga soo wac wixii su'aalo ah.****

Baaritaanadu waxa si toos ah u dabooasha Apple Health oo waxay caawin karaan aqoonsiga jir ahaaneed, caafimaadka habdhaqanka, ama baahiyada koriinka daryeelka caafimaadka oo u baahan kara cudur baadhid dheer iyo/ama daawaynta.

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 xaaladda caafimaad jireed iyo dabeecad, iyo sidoo kale adeegyo dheeri ah oo loo baahan yahay si loo taageero cunug dib u dhac ku yimaada koritaanka.

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

## Adeegyada dheeraadka ah ee aan bixinno

Xaga CHPW, waxaanu taageernaa caafimaadka oo dhan ee qofka. Waxaanubixinaa adeegyada dheeraadka iyo dheefaha aan kharashk kugu taagnayn oo waxaanu kaa caawinaa inaad ku noolaato nolol ka caafimaad badan.

Laynka Talada Kalkaaliska. BHSO xubnahu waxya soo waci karaan Laykankaya Talda Kalkaaliska 24 saac lambarka 1-866-418-2920 (TTY: Garaac 711) si aad ula hadasho kalkaalisada diiwaankagadhan ee hagitaanka nooca uu yahay daryeelka loo baahan karo.

Dheefaha Dheeraadka ah. Waxaad u qalmi kartaa telefoonka gacanta bilaashka ah, Amazon Prime lacagta la dhimay, gaadiid lacag la'aan ah ayaa lagu geeyaa ballamaha caafimaadka iyo waxyaaba dheeraad ah. Faahfaahinta dheeraadka ah [chpw.org/membercenter/behavioral-health/behavioral-health-services-only-plan/](http://chpw.org/membercenter/behavioral-health/behavioral-health-services-only-plan/)

Adeegyada Dhalin yarada. CHPW waxay leedahay adeegyo ku saleysan guri, iskuul iyo bulshada si looga caawiyo carruurta baahiyaha habdhaqanka. Taageeradan waxaa ka mid ah adeegyada caafimaadka maskaxda xoogan iyo daryeelka la isku duba riday dhexda adeeg bixiyayaasha ilmahaaga.

## Adeegyada Isuduwidda Daryeelka Dheeraadka ah ee Aan Bixin Karno

Community Health Plan of Washington, waxaan aaminsannahay daryeelka dadka oo dhan. Waxaan bixinaa adeegyo iyo ilo kala duwan si ay kaaga caawiyaan sidii aad u maarayn lahayd caafimaadkaaga iyo fayyo-qabkaaga dhammaan dhinacyada nololshaada.

Taageerooyinka Bulshada. Kooxdayaga Adeegyada Taageerada Bulshada waxay kugu xiri karaan ilaha maxaliga ah si ay uga caawiyaan la kulanka baahida aasaasiga ah ee maalin kasta sida degaanka, gaadiidka, iyo cuntada. Waad weydiisan kartaa adigu Barnaamijyada adeegyada Bulshada ama xubin qoyskaaga ka mid ah ayaa adiga ku weydiin karta. Qaar kalena, sida bixiyayaasha daryeelka caafimaadka, qorsheeyayaasha dejinta cisbitaalka, daryeelayaasha, iyo shaqaalaha maamulka daryeelka, ayaa iyana kuu gudbin kara. Wixii macluumaad dheeraad ah wac 1-866-418-7006 (TTY: 711).

Maaraynta Kiiska. Maaraynta caafimaadka jidhka iyo arrimaha caafimaadka dhaqanka way adkaan kartaa. Maamulaha kiiskaaga shaqsiyeed ayaa kaa caawin doona in aad aqoonsato oo aad sameyso qorshe aad ku gaarto yoolalkaaga caafimaad. Waxay sidoo kale kaa caawin karaan isku xirka adeegyada caafimaadka iyo barnaamijyada kala duduwan ee aad u baahan tahay si aad u dareento sida ugu fiican.

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 shaqeynayaan 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 bogga [chpw.org/quit-for-life/](http://chpw.org/quit-for-life/).

Health Homes. 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 bogga [chpw.org/health-homes](http://chpw.org/health-homes).

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

Ceymiska Apple Health iyada oo aan la helin qorshe daryeel la maareeyey (fee-for-service) ama barnaamijyo kale oo bulshada ku saleysan ayaa daboolaya dheefaha iyo adeegyada soo socda xitaa marka aad iska keen diiwaangaliso Waxaanu isku xidhi doonaa PCP si lagaaga caawiyo helida adeegyadan iyo isku xidhka daryeelkaaga. Isticmaal kaarka adeegyada ProviderOne si aad u hesho adeegyadan.

Haddii aad wax su'aal ah ka qabto waxtarka ama adeegga aan halkan ku taxnayn, na soo wac. Arag daboolida Apple Health oo aan lahayn buug yaraha qorshaha daryeelka la maareeyo wixii ah liiska dhammayska tiran ee adeegyada: [hca.wa.gov/assets/free-or-low-cost/19-065.pdf](http://hca.wa.gov/assets/free-or-low-cost/19-065.pdf).

Adeega	Xog dheeraad ah
Adeegyada Ambalaaska (Cirka)	Dhammaan adeegyada gaadiidka ambalaaska waxaa la siiyaa macaamiisha Apple Health, oo ay ku jiraan kuwa ku qoran urur daryeel la maareeyey (MCO).
Adeegyada Ambalaaska (Dhulka)	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>	<p>Waxaa jira adeegyo xasaradeed oo lagu caayo adiga ama qof aad taqaano.</p> <p>Wac 911 si aad u hesho xaalad degdeg ah oo halis gelisa nolosha ama 988 si aad u hesho xaaladaha degdega ah ee caafimaadka habdhaqanka. Ka eeg bogga 24 lambarrada aaggaaga.</p> <p>Ka qaranka ee Suicide Prevention Lifeline: Wac ama text 988 ama wac: 1-800-273-8255, TTY Icticmaalayaasha 1-206-461-3219</p> <p>Caafimaadka maskaxda ama maandooriyaha isticmaalka khalkhalaha ee adeegyada xasaradaha ee gobolka, wac taleefanka hay'adda adeegyada maamulka habdhaqanka (BH-ASO). Lambarada telefoonka dhibta ee degmada waxaa laga heli karaa bogga 24 ama: <a href="https://hca.wa.gov/free-or-low-cost-health-care/i-need-behavioral-health-support/mental-health-crisis-lines">hca.wa.gov/free-or-low-cost-health-care/i-need-behavioral-health-support/mental-health-crisis-lines</a>.</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 gudaha aaga, booqo <a href="https://hca.wa.gov/health-care-services-supports/apple-health-medicaid-coverage/first-steps-maternity-and-infant-care">hca.wa.gov/health-care-services-supports/apple-health-medicaid-coverage/first-steps-maternity-and-infant-care</a>.</p>
<p>Daryeelka Bukaaniifka Dhimirka</p>	<p>Nala soo wac si aan kaaga caawino helitaanka adeegyadan.</p>

<p>Maadada Isticmaalka Dadka Uurka leh (SUPP) Barnaamijka</p>	<p>Barnaamijka SUPP waa barnaamijka cusbitaalka ah oo bulaan jiifka 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.</p> <p>Macluumaadka dheeraadka ah iyo liiska adeeg bixiyayaasha la ansixiyay, booqo <a href="https://hca.wa.gov/free-or-low-cost-health-care/i-need-medical-dental-or-vision-care/substance-using-pregnant-people-supp-program">hca.wa.gov/free-or-low-cost-health-care/i-need-medical-dental-or-vision-care/substance-using-pregnant-people-supp-program</a>.</p>
<p>Gaadiidka loogu talagalay ballamaha caafimaadka aan degdegga ahayn</p>	<p>Hey'adda daryeelka caafimaadku waxay bixinaysaa kharashka ku baxa adeegyada gaadiidka ee aad ku soo gudbiso ama ka ballanta daryeelka caafimaadka aan degdegga ahayn ee loo baahan yahay, taasoo ay ka mid tahay xayndaabka apple health. 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 dilaaliinta waxaa laga heli karaa bogga <a href="https://hca.wa.gov/transportation-help">hca.wa.gov/transportation-help</a>.</p>

## Adeegyada Laga Reebay (ee Aan la daboolin)

Adeegyada soo socda ma daboolo Apple Health BHSO ama Apple Health oo aan lahayn qorshaha daryeelka la maareeyay. Haddii aad hesho adeegyadan, waxaa laga yaabaa inaad bixiso biilka. Haddii aad wax su'aalo ah qabtid, na soo wac.

Adeega	Xog dheeraad ah
Daawooyinka Kale	Dhaqamada ku salaysan diinta, bogsashada caqiiqada ah, daawaynta dhirta, ama ku dawaynta sheeyo dabiici ah
La-talinta Guurka iyo Daaweynta Galmada	
Waxyaabaha raaxada qof ahaandeed	

Adeegyada ay ogolaadeen sharciga federaalka ama gobolka iyo dhulalkeeda iyo lahaanshaha.	Maraykanka Dhulalka waxaa ku jira: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Boorta Riico</li> <li>• Guwaan</li> <li>• Maraykanka Virgin Islands</li> <li>• Jasiiradaha Waqooyiga Marian</li> <li>• Ameerikaan Saamow</li> </ul>
Adeegyada laga bixiyo Dibadda Mareykanka	

## 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:

Qorshaha Caafimaadka Bulshadda ee Washington  
 Digtooni: Rafcaanada & Cabashooyinka  
 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 heli kartaa koobi bilaash ah oo ku saabsan xeerka cabashadayada addoo oo na soo wacaya ama booqanaya [chpw.org/member-center/member-rights/grievances-and-appeals](http://chpw.org/member-center/member-rights/grievances-and-appeals) si aad ugu gasho onlayn.

## U doo daha Caafimaadka Dhaqanka (hore loogu yeedhi jiray Ombuds)

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. Adeega U doodaha Caafimaadka Dhaqanka ayaa ka madax banaan qorshahaaga caafimaadka. Waxaa bixiya qof soo qabtay adeegyo caafimaad hab dhaqan, ama 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](mailto: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 racfaan uga qaadan kartaa adeega la diiday 60 maalmood gudahood laga soo billo taariikhdiisii la diiday. Waxaan kaa caawin karnaa inaad buuxiso rafcaan. Qolada ku caawisa 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 racfaan 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 racfaanka muddo 5 maalmood gudahood. Xaaladaha badankood racfaankaaga 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. Codsigaaga rafcaanka u dir 1111 3rd Ave, Suite 400, Seattle, WA 98101 ama Fagas (206) 613-8984 ama iimayl [customer@chpw.org](mailto:customer@chpw.org). Waxaan kaa caawin karnaa inaad buuxiso racfaankaaga. Si aad ugu codsato rafcaanka hadal ahaan, 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 dhaqameed ee deg-degga ah, adiga ama dhakhtarkaagu waxaad weydiisan kartaan rafcaan (degdeg ah) adoo na soo wacaya Haddii xaaladdaada caafimaadka dhaqameed u baahan tahay, go'aan ayaa laga gaarayaa daryeelkaaga saddex 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 doonnaa 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 racfaanka dagdag ah mid caadi ah Waxaanu isku deyi doonnaa inaan ku soo wacno haddii aanu diidno codsigaaga rafcaanka la kordhiyay markaas waxaanu sharaxi karnaa sababta oo waxaanu wayn doonnaa ka jawaabida su'aalo kasta. Waad soo qoran kartaa cabasho haddii aadan

jecleysan go'aankayaga aan kaga dhigeyno codsigaada racfaanka dagdag ah mid caadi ah Waa inaan ku soo dirnaa ogeysiis qoraal ah laba maalmood gudahood jadwalka taariikhda 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 racfaanka 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. Soo wicida Xafiiska Dhegaysiga Maamuleed ([oah.wa.gov](http://oah.wa.gov)) lambarka 1-800-583-8271,

Ama

2. U qoraya waraaq:

Xafiiska Dhegaysiga Maamulka  
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](http://nwjustice.org) ama soo wac NW Justice CLEAR laynka 1-888-201-1014. Waydiinta helida caawimada qareen khatar gelin mayso xuquuqahaaga gaar ahaanshaha.

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 qaadata 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 doonnaa go'aanka IRO.

Soo wac 1-800-440-1561 (TTY: 711) si aad u hesho diyaarinta dib-u-eegistaada madaxbannaan. 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 maalmo shaqo gudahood. Ma aha inaad lacag ka bixiso dib u eegistaan. Waxaan kuu sheegi doonnaa go'aanka IRO.

Haddii aadan ku qanacsaneeyn 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, waxaad 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 gudahiisa.

- 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 aanu ugu bixino bixiyeyaasha daryeelka caafimaadka ee habdhaqankaaga.
  - 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 xaaladdaada caafimaad kana qayb qaadata hadafyada lagu heshiiyey ee lagu heshiiyey ee lagu daweeyo 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 Isuduwaha. Barnaamijkan, waxaa lagu goondeeyey 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.
- Dib u cusboonaysii daboolidaada sanad walba adoo isticmaalaya Washington Healthplanfinder ee [wahealthplanfinder.org](http://wahealthplanfinder.org), oo ka warbixi isbeddellada ku dhaca kootadaada sida dakhliga, heerka guurka, dhalashada, korsashada, cinwaanka isbeddelada, iyo u qalmida 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 dardaraan 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 xiriir.

## 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/free-or-low-cost-health-care/i-need-behavioral-health-support/mental-health-advance-directives](https://hca.wa.gov/free-or-low-cost-health-care/i-need-behavioral-health-support/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 usiiiso 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](https://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/](https://chpw.org/member-center/member-rights/fraud-waste-and-abuse/).

Booqo websaydka HCA Fraud Prevention wixii ah macluumaadka dheeraadka ah: [hca.wa.gov/about-hca/other-administrative-activities/fraud-prevention](https://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 diiwaanada caafimaadka oo ay ku jiraan magacaaga, lambarka xubinkaaga, ama aqoonsiyaasha kale ee la isticmaalo ama la wadaagaan qorshayaasha

caafimaadka oo ay ku jiraan jinsigaaga, jinsiyadaada, iyo luqaddaada (REL), iyo macluumaadka qaabka galmada iyo aqoonsiga jinsiga (SOGI). 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 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 Aadamiga (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 ogolaansho 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 gasho ama aad Macluumaadkaaga Caafimaadka Ilaashan (PHI), buuxi oo soo celi foomka Codsiga Gelida Macluumaadka Caafimaadka Ilaashan ee laga heli karo [chpw.org/member-center/member-forms-tools/](http://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](http://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf), ama u qor:

Caafimaadka Maraykanka iyo Adeegyada Aadamaha  
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 nagala soo xidhiidhi kartaa lambarka 1-800-440-1561 (TTY: 711), cinwaankayaga 1111 3rd Ave, Suite 400, Seattle, WA 98101, iimaylkayaga [customercare@chpw.org](mailto:customercare@chpw.org), our website [chpw.org](http://chpw.org) for more information.



**COMMUNITY  
HEALTH PLAN**  
of Washington™

1111 3rd Ave, Suite 400 | Seattle, WA 98101-3207 | [chpw.org](http://chpw.org)

AH\_MK002\_Mbr\_Handbook\_BHSO\_01\_2025 SOM