



MedStar Family Choice

DISTRICT OF COLUMBIA

የDC Healthcare Alliance ፕሮግራም የተመዘገቡ የእጅ መጽሀፍ

2021-2022



ሰዎችን እንዴት እንደምናስተናግደው ነው ነገሩ።

የተመዘገቡ አገልግሎቶች 888-404-3549
MedStarFamilyChoiceDC.com



ይህ ፕሮግራም ወጪው በከፊል የሚሸፈነው በዲ.ሲ.ሪ.ክት ኦፍ ኮሎምቢያ መንግስት የጤና ጥበቃ ፋይናንስ መምሪያ ነው።

WE ARE WASHINGTON DC GOVERNMENT OF THE DISTRICT OF COLUMBIA MURIEL BOWSER, MAYOR



የMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC

በቀን 24 ሰዓታት፣ በሳምንት 7 ቀናት መደወል ይችላሉ ወይም ከስኞ እስከ አርባ ከጠዋቱ 8 -ከሰዓት 5:30 ወደ ቢሮአችን መምጣት ይችላሉ።

እኛን የሚያገኙበት አቅጣጫ ለማግኘት፣ በዚህ ይደውሉ **202-363-4348**።








3007 Tilden St., N.W., POD 3N
Washington, DC 20008

የተመዘጋቢ አገልግሎቶች፣ **888-404-3549** ከክፍያ ነጻ።

ደረገጽ፣ MedStarFamilyChoice.com



አስፈላጊ የሰልክ ቁጥሮች

 <p>ስለ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ጥያቄዎች ካሉዎት፡</p>	ተመዘጋቢ አገልግሎቶች	888-404-3549 (ከክፍያ ነጻ)	በቀን 24 ሰዓት፣ በሳምንት 7 ቀን
	TTY/TDD	711	
 <p>የሀኪም ቢሮ ከተዘጋ በኋላ እንክብካቤ ካስፈለገዎ፡</p>	የነርስ የእርዳታ መስመር	855-798-3540 (ከክፍያ ነጻ)	በቀን 24 ሰዓት፣ በሳምንት 7 ቀን
	TTY/TDD	711	
 <p>ሃኪም በ24 ሰዓት ውስጥ ማግኘት ካስፈለገዎ ("አስቸኳይ ህክምና")፡ ይደውሉ፡</p>	የእርስዎ PCP ቢሮ	(የእርስዎን PCP መረጃ እዚህ ያግኙ)	
	የነርስ የእርዳታ መስመር	855-798-3540 (ከክፍያ ነጻ)	በቀን 24 ሰዓት፣ በሳምንት 7 ቀን
 <p>ወደ ቀጠሮዎ የሚያደርስዎ መጓጓዣ ከፈለጉ ወደሚከተለው ይደውሉ፡</p>	የትራንስፖርት አገልግሎቶች	866-201-9974 (ከክፍያ ነጻ)	
	 <p>የአዕምሮ ጤና እንክብካቤ ካስፈለገዎ ወይም ስለ አዕምሮ ጤና ጥያቄ ካለዎት በሚከተለው ቁጥር ይደውሉ፡</p>	የእርስዎ PCP ቢሮ	(የእርስዎን PCP መረጃ እዚህ ያግኙ)
የነርስ የእርዳታ መስመር		855-798-3540 (ከክፍያ ነጻ)	በቀን 24 ሰዓት፣ በሳምንት 7 ቀን
የዲሲ የባህሪ ጤና መምሪያ ማግኛ የእርዳታ የጥሪ መስመር		888-793-4357 (ከክፍያ ነጻ)	
 <p>እርስዎ የሚናገሩትን ቋንቋ የሚናገር ሰው ከፈለጉ ወይም መስማት የተሳንዎት ከሆነ በዚህ ቁጥር ይደውሉ፡</p>	ተመዘጋቢ አገልግሎቶች	888-404-3549 (ከክፍያ ነጻ)	በቀን 24 ሰዓት፣ በሳምንት 7 ቀን
	TTY/TDD	711	
 <p>የጥርስ ህክምና ጥያቄዎች፡</p>	Avësis	844-391-6678 (ከክፍያ ነጻ)	በቀን 24 ሰዓት፣ በሳምንት 7 ቀን

ደንገተኛ አጋጥሞች ስለሰው ካሰቡ 911 ላይ ይደውሉ ወይም ወደ ደንገተኛ ክፍል ይሂዱ።

የግል መረጃ

የእኔ ጥምረት መታወቂያ ቁጥር: _____

የእኔ ተቀዳሚ ህክምና ሰጪ (PCP): _____

የእኔ ተቀዳሚ ህክምና ሰጪ (PCP) አድራሻ: _____

የእኔ ተቀዳሚ ህክምና ሰጪ (PCP) ስልክ ቁጥር: _____

የእኔ የMedicaid መታወቂያ ቁጥር: _____

የልጅ/የልጆች ተቀዳሚ የህክምና ሰጪ (PCP): _____

የልጅ/የልጆች ተቀዳሚ የህክምና ሰጪ (PCP) አድራሻ: _____

የልጅ/የልጆች ተቀዳሚ የህክምና ሰጪ (PCP) ስልክ ቁጥር: _____

የእኔ ተቀዳሚ የጥርስ ህክምና ሰጪ (Primary Dental Provider) (PDP): _____

የእኔ ተቀዳሚ የጥርስ ህክምና አቅራቢ (PDP) አድራሻ: _____

የእኔ ተቀዳሚ የጥርስ ህክምና አቅራቢ (PDP) ስልክ ቁጥር: _____

የመጀመሪያ የጥርስ ህክምና ሰጪ (PDP) _____

የመጀመሪያ የጥርስ ህክምና ሰጪ (PDP) አድራሻ: _____

የመጀመሪያ የጥርስ ህክምና ሰጪ (PDP) ስልክ ቁጥር: _____

የቋንቋ ተደራሽነት

English

Attention: If you do not speak and/or read English, please call 888-404-3549 between 8 a.m. to 5:30 p.m. A representative will assist you.

Spanish/Español

Atención: Si no habla y/o lee inglés, llame al 888-404-3549 entre las 8:00 a.m. y las 5:30 p.m. Un representante lo asistirá.

Amharic/አማርኛ

ማሳሰቢያ፡ ኢንግሊዝኛ የማይናገሩ እና/ወይም የማይነቡ ከሆነ፣ እባክዎ ከጥንት 8:00 እስከ አመሻሽ 5:30 ባሉ ሰዓታት ውስጥ ወደ 888-404-3549 ይደውሉ። ተወካይ ያግዝዎታል።

Arabic/العربية

تنبيه: إذا كنت لا تتحدث أو تقرأ اللغة الإنجليزية، يُرجى الاتصال بـ 888-404-3549 بين الساعة 8:00 صباحًا و5:30 مساءً. أحد مندوبينا سيقوم بمساعدتك.

Bassa/Bàsòò

DĒ Æ NIÀ KĒ DYÉDÉ GBO: Ǿ Jǔ ké m̄ se Xwí-Wùdù wùdù poe dyuò m̄w wuquún zàà dyuò ní, dá nòbà nià kē 888-404-3549 sòin 8:00 AM ké 5:30 PM gbo muε. À ké-baqa-nyò dọ mu m̄ gbo kpàun.

Burmese/မြန်မာစကား

သတိပြုရန်- အကယ်၍ သင်သည် အင်္ဂလိပ်စကား မပြောတတ်၊ မဖတ်တတ်လျှင် ကျေးဇူးပြု၍ နံနက် ၈:၀၀ နာရီနှင့် ညနေ ၅:၃၀ နာရီ အကြားတွင် ၈၈၈-၄၀၄-၃၅၄၉ သို့ ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။ ကိုယ်စားလှယ်တစ်ဦးက သင့်ကို ကူညီလိမ့်မည်။

Chinese (Traditional)/粵語

注意：如果你不會說或讀 英語，請在早上8點到下午5點半之間撥打888-404-3549。有個代表會幫助你的。

Chinese (Simplified)/普通话

注意：如果你不会说或读 英语，请在早上8点到下午5点半之间拨打888-404-3549。有个代表会帮助你的。

Farsi/فارسی

توجه: اگر قادر به صحبت کردن و/یا خواندن به انگلیسی نیستید، لطفاً بین ساعات 8.00 صبح تا 5.30 عصر با شماره 888-404-3549 تماس بگیرید. نماینده‌ای به شما کمک خواهد کرد.

French/Français

Attention : Si vous ne parlez pas et / ou ne lisez pas l'anglais, veuillez appeler le 888-404-3549 entre 8h00 et 17h30, un représentant vous répondra.

Gujarati/ગુજરાતી

ધ્યાન આપો: જો તમે અંગ્રેજી બોલી અને/અથવા વાંચી શકતા ન હોય તો, કૃપા કરીને 888-404-3549 નંબર પર 8:00 a.m. થી 5:30 p.m. વચ્ચે કોલ કરો. પ્રતિનિધિ તમારી મદદ કરશે.

Haitian Creole/Kreyòl Ayisyen

Atansyon: Si ou pa pale ak/oswa li anglè, tanpri rele 888-404-3549 ant 8:00 a.m. ak 5:30 p.m. Yon reprezantan pral ede ou.

Hindi/हिन्दी

ध्यान दें: यदि आप अंग्रेजी बोलते और / अथवा पढ़ते नहीं हैं, तो कृपया 888-404-3549 पर सुबह 8:00 बजे से शाम 5:30 बजे के बीच फोन करें। एक प्रतिनिधि आपकी सहायता करेगा।

Hmong/Hmong

Nco ntsoov: Yog tias koj tsis hais thiab / los sis tsis nyeem As Kiv, thov hu rau 888-404-3549 thaum 8:00 sawv ntxov thiab 5:30 tsaus ntuj. Ib tus sawv cev yuav pab koj.

Igbo/Igbò

Gee ntị: O buru na ị naghị asụ ma/màòbụ agụ Bekee, biko kpọọ 888-404-3549 ihe dikà ebe 8:00 nke ututu ruo 5:30 nke mgbede. Onye nnọchị anya ga-enyere gị aka.

Italian/Italiano

Attenzione: Se non parli e/o leggi inglese, chiama il numero 888-404-3549 tra le 8:00 e le 17:30. Un rappresentante ti assisterà.

Japanese/日本語

注意: 英語が話せないまたは読めない場合は、888-404-3549までご連絡をお入れください。受付の営業時間は朝8時から昼5時半まででございます。係員がお手伝い致します。

Korean/한국어

알립니다: 영어를 읽거나 말할 수 없다면, 오전 8시에서 오후 5시 30분 사이에 888-404-3549로 문의하십시오. 대표가 도움을 드릴 것입니다.

Polish/Polski

Uwaga: Jeśli nie mówisz i/lub nie czytasz po Angielski, zadzwoń pod numer 888-404-3549 między 8:00 a 17:30. Nasz przedstawiciel będzie mógł Ci pomóc.

Portuguese/Português

Atenção: Se você não fala ou lê Inglês, ligue para 888-404-3549; horário de atendimento das 08:00 às 17:00. Nosso representante irá ajudá-lo.

Punjabi/ਪੰਜਾਬੀ

ਧਿਆਨ ਦਿਓ: ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ ਬੋਲ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਪੜ੍ਹ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਵੇਰੇ 8:00 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 5:30 ਵਜੇ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ 888-404-3549 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਇੱਕ ਨੁਮਾਇੰਦਾ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰੇਗਾ।

Russian / русский

Внимание: Если вы не говорите и/или не можете читать на английский языке, позвоните по телефону 888-404-3549 с 8:00 до 17:30. Представитель поможет вам.

Somali/Soomaaliga

Ogeysiis: Haddii aadan ku hadlin iyo/ama aadan Akhriyi karin Ingiriisi, fadlan wac lambarkaan 888-404-3549 inta u dhexeysa 8:00 subaxnimo iyo 5:30 galabnimo waxaa ku caawin doona qof wakiil ka ah.

Tagalog/Tagalog

Paunawa: Kung hindi ka nagsasalita at/o nagbabasa ng Ingles, pakitawagan ang 888-404-3549 sa pagitan ng 8:00 a.m. at 5:30 p.m. May kinatawan na tutulong sa iyo.

Urdu/اردو

توجہ فرمائیں: اگر آپ انگریزی بولتے اور/یا پڑھتے نہیں ہیں تو براہ کرم 888-404-3549 پر صبح 8:00 بجے سے شام 5:30 بجے کے درمیان کال کریں۔ ایک نمائندہ آپ کی مدد کرے گا۔

Vietnamese/Tiếng Việt

Chú ý: Nếu bạn không nói và/hoặc đọc Tiếng Anh, vui lòng gọi 888-404-3549 giữa 8 giờ sáng đến 5 giờ 30 chiều. Một người đại diện sẽ hỗ trợ bạn

Yoruba/Yorùbá

Àkíyèsí: Bí o ko bá sọ àtì/tàbí ka èdè Gẹ̀ẹ̀sì, jòwọ̀ pe 888-404-3549 láàárín 8:00 òwúrò àti 5:30 ìròlẹ̀. Asojú kan yóò ràn ọ̀ lọ̀wọ̀.

ማውጫ ሠንጠረዥ

- አስፈላጊ የስልጅ ቁጥሮች 2**
- እንኳን ወደ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-ኮሎምቢያ ዲስትሪክት በደህና መጡ 9**
 - ስለ የMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC.....9
 - ይህ መመሪያ መጽሃፍ እንዴት እንደሚረዳዎት 10
- መብቶችዎ 11**
- የእርስዎ ሃላፊነቶች 12**
- የእርስዎ የተመዘጋቢ መታወቂያ ቁጥር 13**
- ተቀዳሚ የጤና ክብካቤ ሰጪ (PCP) 14**
 - PCP ምንድን ነው? 14
 - የእርስዎን PCP እንዴት መምረጥ ይችላሉ 14
 - የእርስዎን PCP እንዴት መቀየር ይችላሉ 15
- የመጀመሪያ የጥርስ ህክምና ሰጪዎ (PDP) 16**
 - PDP ምንድን ነው? 16
 - የእርስዎን PDP እንዴት መምረጥ ይችላሉ 16
 - የእርስዎን PDP እንዴት መቀየር ይችላሉ 17
- ተደጋጋሚ እንክብካቤ፣ አስቸኳይ እንክብካቤ፣ እና ድንገተኛ እንክብካቤ 18**
 - ተደጋጋሚ እንክብካቤ 18
 - አስቸኳይ እንክብካቤ 18
 - ድንገተኛ እንክብካቤ (ድንገተኛ ካጋጠምዎ ምን ማድረግ እንዳለብዎ) 18
- ከከተማ ውጪ በሆኑ ጊዜ የሚሰጥ እንክብካቤ 19**
- በኔትወርክ እና ከኔትወርክ ውጪ ያሉ አገልግሎት ሰጪዎች 20**
- ቀጠሮ ማስያዝ 20**
 - ከእርስዎ PCP ወይም PDP ጋር ቀጠሮ መያዝ 20
 - ቀጠሮን መቀየር ወይም መሰረዝ 20
 - የእርስዎ PCP ወይም PDP ቢሮ ዝግ በሆነ ጊዜ እንክብካቤ ስለማግኘት 21
 - ቀጠሮ ለማግኘት የመጠባበቂያ ጊዜ 21



የድጋፍ አገልግሎቶች 23
 የትራንስፖርት አገልግሎቶች.....23
 ኢንግሊዝኛ ቋንቋን በደንብ የማይናገሩ ከሆነ የሚሰጡ
 አገልግሎቶች23
 ለመስማት ወይም ለማየት የሚቸገሩ ከሆነ የሚሰጡ
 አገልግሎቶች23

የልዩ ሙያተኛ እንክብካቤ እና ሪፈራሎች 24
 የልዩ ሙያተኛ እንክብካቤ እንዴት እንደሚያገኙ 24
 ራስን ሪፈረ የማድረግ አገልግሎቶች24

**የወሊድ መቆጣጠሪያ እና ሌሎች የቤተሰብ
 ዕቅድ አገልግሎቶች 25**

መድሃኒቶችን እንዴት እንደሚያገኙ 26

በሽታን መቆጣጠር 27

**የእንክብካቤ ማስተባበር እና የእንክብካቤ
 አስተዳደር ፕሮግራሞች 28**

**አዋቂዎች እንዳይታወቁ የሚያደርጉ
 አገልግሎቶች..... 29**
 የጤና ምርመራን የተመለከቱ ምክሮች
 ("ምርመራዎች")29
 ጤናማ ሆነው እንዴት እንደሚቆዩ29
 ለአዋቂዎች የሚያስፈልጉ ክትባቶች ወይም
 "መርፊዎች"29

እርግዝና — ልጅ መውለድ 30
 ልጅ ከመውለድዎ በፊት እና በኋላ.....30

የጤና ጥቅሞችዎ 32
 በMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የሚሸፈኑ
 አገልግሎቶች32
 በMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የማይሸፈኑ
 አገልግሎቶች32

የእንክብካቤ ማለፊያ 36

ማወቅ የሚገቡዎት ሌሎች አስፈላጊ ነገሮች.. 36
 እኔ ከተዛወርኩትስ?36
 ልጅ ከወለድኩትስ?36
 ልጅ በጉዲፈቻ ከወሰድኩትስ?36
 ከቤተሰቤ ውስጥ አንድ ሰው ከሞተስ?36
 የእኔን MCO እንዴት መቀየር እንደሚችሉ36

ሽፋን ለሚሰጠው አገልግሎት ክፍያ መጠየቂያ ቢል
 ከቀረበልኝስ ምን ማድረግ አለብኝ?.....37
 ሽፋን ለማይሰጣቸው አገልግሎቶች መክፈል37
 አዲስ ቴክኖሎጂ እንዴት እንደሚገመገም ይማሩ።37
 የላቀ መመሪያ.....38
 ማጭበርበር.....38
 የሃኪም (ዶክተር) የክፍያ ሁኔታን ማሳወቅ38

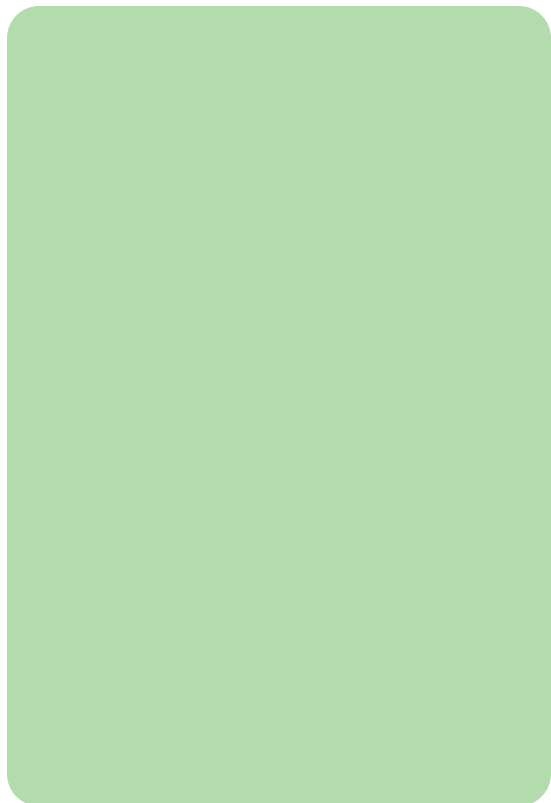
**አቤቱታዎች፣ ቅሬታዎች፣ ይግባኞችና
 ፍትሃዊ የክስ መስማት ሂደት 39**

ቅሬታ39
 ይግባኝና ፍትሃዊ የክስ መስማት ሂደቶች.....39
 ይግባኞች40
 የተፋጠነ (አስቸኳይ) ቅሬታዎች እና የይግባኝ
 መስማት ሂደት40
 ቅሬታዎች፣ ይግባኞች እና ፍትሃዊ የክስ
 መስማት ችሎት ጥያቄዎች ባቀረቡበት
 ወቅት የሚኖሩ መብቶች.....40

የግላዊነት ተግባራት ማሳወቂያ 41

**የጤና ጥበቃ የሕዝብ እንባ ጠባቂ
 ቢሮ እና ቢል ኦፍ ራይትስ 48**

ትንታኔዎች..... 51



እንኳን ወደ MedStar የቤተሰብ ምርጫ- ኮሎምቢያ ዲስትሪክት በደህና መጡ

ስለ የMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC

የMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ስለመረጡ እናመሰግናለን። እኛ የእርስዎ የሚተዳደር የእንክብካቤ ድርጅት (MCO) ስለሆነ ደስተኞች ነን ለዲሲ የጤና እንክብካቤ ትብብር ፕሮግራም (Healthcare Alliance program)። ከእርስዎ እና ከቤተሰብዎ ጤና በላይ አስፈላጊ የሆነ ምንም ነገር እንደሌለ እናውቃለን። እርስዎ በምትፈልጉት እና በሚገባችሁት እንክብካቤ እና ክብር ዓይነት እንድትስተናግዱ ለማረጋገጥ ጠንክረን የምንሰራው ለዚያ ነው። ጤናዎን ለመጠበቅ ቁርጠኞች ነን እና እርስዎ የሚቻለውን ከፍተኛ የእንክብካቤ ጥራት እንድትቀበሉ ማረጋገጥ እንፈልጋለን።

ይህ የእኛ መጽሀፍ አስፈላጊ መረጃ ይዟል። እባክዎ በጥንቃቄ ያንብቡት። ከMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ማግኘት ስለሚችሉ አገልግሎቶች ይማራሉ። እርስዎ ላይ ተጽዕኖ የሚፈጥሩ ለውጦችን MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ላይ ካደረግን፣ 30 ቀናት አስቀድመን እንግርግርጋለን።

ሁሉም አዲስ ተመዝጋቢዎች ለተመዝጋቢ የመተዋወቂያ ስብሰባ (ኦሬንቴሽን) ላይ እንዲገኙ ይጋበዛሉ። በመተዋወቂያ ስብሰባው ላይ፣ ከMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ሰራተኞች ጋር መነጋገር እና ሊኖሩዎት የሚችሉ ማንኛውም ጥያቄዎችን መጠየቅ ይችላሉ። ከቡድንዎ የተወሰኑ ሰዎች ጋር ለመገናኘት እና እኛ አቀባበል እንድናደርግልዎ እድል ነው።

አዲስ ተመዝጋቢዎች ልክ ከተቀላቀሉን በኋላ በአጭር ጊዜ ውስጥ የስልክ ጥሪ ይደርሳቸዋል። ከሀኪምዎ ጋር ጉብኝት ለማድረግ በፍጥነት ቀጠሮ እንደሚይዙ ለማረጋገጥ እንፈልጋለን። እንዲሁም በዚህ ጊዜ የጤና ጥቅማጥቅሞች አጠቃላይ እይታን እንሰጥዎታለን፣ የጤና ስጋት ግምገማ እንዲያጠናቅቁ እንጠይቅዎታለን። የግመገማዎ ውጤቶች የሚያስፈልግዎትን እንክብካቤ እንዳገኙ ለማረጋገጥ ያግዘናል። መልዕክት ካስቀመጥንልዎ እና መልሰው እንዲደውሉልን ከጠየቅን፣ እባክዎ እንክብካቤ ውስጥ እንድናስገባዎ መልሰው ለመደወል ይሞክሩ። ነፍሰ-ጡር ከሆኑ፣ እባክዎ ወዲያውኑ ለእንክብካቤ አስተዳደር ክፍል በ **855-798-4244** ይደውሉ እና ከቅድመ-ወሊድ አስተባባሪው/ዋ ጋር ለመነጋገር ይጠይቁ።



ጥያቄዎች?
 ጥያቄዎች ካሉዎት፣ እባክዎ ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች መምሪያችን በ **888-404-3549** ይደውሉ።

ይህ የመመሪያ መጽሐፍ እንዴት እንደሚያገለግል

MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የእርስዎን የጤና እንክብካቤ ጥቅማጥቅሞች ለማቅረብ ከኮሎምቢያ ዲስትሪክት ጋር ኮንትራት ያለው የሚተዳደር የእንክብካቤ ድርጅት ነው። በዚህ የእጅ መጽሐፍ ውስጥ፣ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC እንዴት እንደሚሰራ፣ ሀኪሞችን እንዴት እንደሚያገኙ፣ እና ምን ዓይነት ጥቅማጥቅሞች እንደሚሸፈኑ እንግርግርግለን። በጤና እንክብካቤ ውስጥ እና በእርስዎ ዶክተር በአገልግሎት ላይ የሚውሉ ቃላት ለመረዳት እንዳንዴ ከባድ ሊሆን ይችላል። ከዚህ መጻሕፍ በስተጀርባ ላይ የቃላት ትንታኔ ክፍል ውስጥ እነዚህን ቃላት አብራርተናቸዋለን።

በዚህ መጽሐፍ ውስጥ ስለሚያነቡት ወይም ስለ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ጥያቄዎች ካሉዎት፣ ለተመዘጋቢ አገልግሎቶች በ **888-404-3549** መደወል ወይም **MedStarFamilyChoiceDC.com** መጎብኘት ይችላሉ እና እርስዎን ለመርዳት የተቻለንን ሁሉ እናደርጋለን።

ይህ መመሪያ መጽሐፍ እንዴት እንደሚረዳዎት

ይህ የአባል መመሪያ መጽሐፍ የሚገኝበት፡

- የጤና እንክብካቤ እንዴት እንደሚገኝ።
- የእርስዎ የሚሸፈኑ አገልግሎቶች።
- የማይሸፈኑ አገልግሎቶች።
- የእርስዎ ተቀዳሚ እንክብካቤ አቅራቢ እና ተቀዳሚ የጥርስ ህክምና አቅራቢ (የእርስዎ PCP ወይም PDP) እንዴት እንደሚመርጡ።
- ከታመሙ ምን ማድረግ እንደሚገባዎት።
- በ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ስለተሰጠ ውሳኔ ቅሬታ ካለዎት ወይም መለወጥ (ይግባኝ ማለት) ከፈለጉ ምን ማድረግ እንዳለብዎት።

ይህ የተመዘጋቢ የእጅ መጽሐፍ MedStar Family Choice-DC እንዴት እንደሚሰራ ላይ መሰረታዊ መረጃ ይሰጣል።

ማንኛውም ጥያቄ ካለዎት፣ እባክዎ ለ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የተመዘጋቢ አገልግሎቶች በማንኛውም ጊዜ፣ በቀን 24 ሰዓታት፣ እና በሳምንት 7 ቀናት ይደውሉ።



መብቶች

የሚከተሉት መብቶች አሉዎት:

- ከሃኪሞችዎ እና ከሌሎች አገልግሎት ሰጪዎችዎ ጋር መቼ እንደሚነጋገሩ የማወቅ።
- ህመም ወይም ህክምና በሚረዱት ቋንቋ እንዲብራራልዎ የመጠየቅ።
- ሕክምናውን ያለመቀበል መብትዎን ጨምሮ የጤና እንክብካቤዎን በተመለከተ ውሳኔዎች ላይ መሳተፍ።
- ስለ ህክምና አማራጮች እና እያንዳንዱ አማራጭ ስለሚያስከትለው አደጋ በመረጃ ላይ የተደገፈ ውሳኔ ማድረግ እንዲችሉ ሙሉ፣ ግልጽ እና ሊረዱት በሚችሉት መልኩ ገለጸ ማግኘት።
- ህክምናን ወይም እንክብካቤን አለመቀበል።
- እንደ ማስገደድ፣ ዲሲፕሊን፣ አመቺነት ወይም ብቀላ ከሚያገለግሉ ማንኛውም ዓይነት ክልከላዎች ወይም ማግለሎች ነፃ መሆን።
- የህክምና መዝገቦችዎን ፎቶ ኮፒ የመጠየቅና የመውሰድ እንዲሁም ማሻሻያ ወይም ማስተካከያን መጠየቅ ይችላሉ። ትክክል ካልሆኑ።
- ለእርስዎ የሚገኙ እና መውሰድ የሚችሉትን የጤና እንክብካቤ አገልግሎቶች ተደራሽነትን ጊዜውን በጠበቀ ሁኔታ መቀበል።
- ብቁ PCP/PDP ከ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ኔትወርክ መምረጥ እና የእርስዎን PCP/PDP መቀየር።
- ስለቀረቡልዎ እንክብካቤ ወይም አገልግሎቶች ቅሬታ ያቅርቡ እና መልስ ያግኙ።
- MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC አገልግሎትን ወይም ዕቃን መከላከል። መቀነሱ ወይም ማቆሙ ትክክል አይደለም ብለው ካመኑ ይግባኝ ወይም ፍትሃዊ የክስ መስማት ሂደት መጠየቅ።
- ከፈላጊ የአገልግሎት ሰጪ አካል የቤተሰብ ምጣኔ አገልግሎቶችን እና ግብዓቶችን መቀበል።
- ያለአስፈላጊ መጓተት የህክምና እንክብካቤ ማግኘት።
- በኔትወርክ ውስጥ ካለ ብቁ የጤና ጥበቃ ባለሙያ ሁለተኛ አስተያየት ማግኘት። ወይም፣ አስፈላጊ ከሆነ፣ ለእርስዎ ያለምንም ወጪ ከኔትወርክ ውጪ ካለ ማግኘት።
- ስለ የላቁ መመሪያዎች መረጃ ማግኘት እና ማንኛውም ህይወት አድን ህክምናዎችን ላለማግኘት ወይም ላለመቀጠል መምረጥ
- የMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የተመዘጋገቡ የእጅ መጽሐፍ እና/ወይም የአቅራቢ መዝገብ ኮፒን ማግኘት።
- አዲስ የህክምና ዕቅድ እስከሚኖርዎ ድረስ እየተደረገልዎት ያለውን ህክምና መቀጠል።
- ያለ ምንም ወጪ የአስተርጓሚ (የእፍ) እና የትርጉም አገልግሎቶችን ማግኘት።

- የቃል ትርጉም አገልግሎቶችን አለ-መውሰድ።
- ያለ ምንም ወጪ የመጓጓዣ አገልግሎቶችን ማግኘት።
- ስለ ቅድመ ፈቃድ ሂደቶች ገለጸ ማግኘት።
- ስለ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የገንዘብ ሁኔታ እና ሀኪሞቻችንን የምንከፍልበት ማንኛውም ልዩ ሁኔታዎችን በተመለከተ መረጃ ማግኘት።
- የደንበኞች እርካታን በተመለከተ የተሰራ የዳሰሳ ጥናትን ማጠቃለያ ማግኘት።
- MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC “እንደተፃፈ ይስጡ” ፖሊሲን ለትዕዛዝ መድሃኒቶች መቀበል።
- የሁሉም የሚሸፈኑ መድሃኒቶች ዝርዝር ይቀበሉ።
- የእርስዎን ሞገስ እና የግላዊነት መብትዎን በክብር እና ከግምት በሚያሰገባ መልኩ መስተናገድ።
- በባህል ተወዳዳሪ እና ከአድልዎ ነጻ የሆኑ የጤና እንክብካቤ እና አገልግሎቶችን መቀበል።
- መረጃን፣ የህክምና አማራጮች እና ምርጫዎች ላይ የሚሰጥ መረጃን ጨምሮ፣ ዋጋ ወይም የጥቅማጥቅም ሽፋን ከግምት ውስጥ ሳይገባ፣ በሚገነዘቡት መንገድ መቀበል።
- መብቶችዎን መጠቀም፣ እና እነዚያን መብቶች መጠቀም እኛ፣ አቅራቢዎቻችን፣ ወይም የጤና እንክብካቤ ፋይናንስ መምሪያ እንዴት እንደምናስተናግድዎ ላይ በአሉታዊ ተጽዕኖ አያሳድርም።
- በይግባኝ ምክንያት አሉታዊ የሆነ ውሳኔ ከተላለፈ በኋላ ፍትሃዊ ችሎትን ከኮሎምቢያ ዲቪዥክት መጠየቅ።
- በይግባኝ ወይም የስቴት ፍትሃዊ ችሎት ወቅት እየተሰጡ ያሉ ጥቅማጥቅሞች እንዲቀጥሉ መጠየቅ። ይሁን እንጂ፣ በይግባኝ ወይም ፍትሃዊ ችሎቱ ላይ ውሳኔው ከተደገፈ ለቀጠሉ ጥቅማጥቅሞች መክፈል ሊኖርብዎት ይችላል።
- MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC እንዴት እንደሚተዳደር ላይ፣ መዋቅር እና አሰራርን፣ እንዲሁም የሃኪም ማበረታቻ ክፍያ እቅዶችን ጨምሮ፣ ሌሎች መረጃዎችን መቀበል።
- ስለ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC፣ አገልግሎቶቹ፣ ስራ ላይ ያሉ ሰራተኞቹ እና አቅራቢዎቹ እንዲሁም የተመዘጋገቡ መብቶች እና ግዴታዎች መረጃ ማግኘት
- የድርጅቱ ተመዘጋገቢ መብቶች እና ግዴታዎች ፖሊሲን በተመለከተ የምክር ሀሳቦችን ማቅረብ።
- ለሁኔታዎችዎ አግባብ ወይም በህክምና አስፈላጊ ስለሆኑ የህክምና አማራጮች ቅን ውይይት ማግኘት፣ ወጪ ወይም የጥቅም ሽፋን ግምት ውስጥ ሳይገባ።

የእርስዎ ሃላፊነቶች

እርስዎ ለሚከተሉት ሃላፊነቱን ይወስዳሉ፦


- የሚንከባከብዎትን ሰዎች ክብር እና ሞገስ መጠበቅ።
- የዲ.ሲ. DC Medicaid የሚመራ እንክብካቤ ፕሮግራም እና የMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ህጎችን መከተል።
- ከሃኪሞችዎ እና ከአገልግሎት ሰጪዎችዎ የሚሰጥዎትን መመሪያ መከተል።
- የተያዙ ቀጠሮዎች ላይ መገኘት።
- ቀጠሮዎን መሰረዝ ካለብዎ ለሃኪም ቢያንስ ከ24 ሰዓት በፊት ማሳወቅ አለብዎት።
- የሃኪሞችን መመሪያ ካልተረዱ ተጨማሪ መረጃ ይጠይቁ።
- ወደ ድንገተኛ ክፍል የሚገቡት ድንገተኛ ህመም ካጋጠምዎ ብቻ ነው።
- ጤናዎን የሚጎዱ የህክምና ወይም የግል ችግሮችን ለእርስዎ PCP/PDP መነገር።
- እርስዎ ወይም የእርስዎ ቤተሰብ ሌላ የጤና መድን ካላቸው ወይም የአድራሻ ወይም የስልክ ቁጥር ለውጥ ካለ ለኢኮኖሚ ደህንነት አስተዳደር (ESA) እና MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ሪፖርት ማድረግ።
- በቤተሰብዎ ውስጥ ለውጥ ካለ (ማለትም፦ ሙቶች፣ መውለዶች፣ ወዘተ) ለኢኮኖሚ ደህንነት አስተዳደር (ESA) እና MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ሪፖርት ማድረግ።
- የጤና ችግርዎን ለመረዳት መሞከር እና የህክምና ግቦችን ማሻሻል ላይ መሳተፍ።
- የ እርስዎን ሀኪም የህክምና መረጃዎን ከዚህ በፊት ሲከታተሉበት ከነበሩበት ከአገልግሎት ሰጪዎች እንዲያገኙ መርዳት።
- በአደጋ ወይም በስራ ምክንያት ጉዳት ከደረሰብዎት ለMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC መነገር።
- ሌላ ማንኛውም የጤና መድን ሽፋን ካለዎት ለአቅራቢዎን እና MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ማሳወቅ።
- ለቀጠሮዎች በጊዜ መገኘት እና ቀጠሮ መሰረዝ ካለብዎ በተቻለ ፍጥነት ለአቅራቢዎች ማሳወቅ።
- ለእያንዳንዱ ቀጠሮ ሲገቡ የተመዘጋቢ የመታወቂያ ካርድ ማሳየት።
- የጠፋ ወይም የተሰረቀ የተመዘጋቢ መታወቂያ ካርድን ለ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ማሳወቅ።
- ችግር ወይም ቅሬታ ካለዎት ለ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC መደወል።
- እርስዎ እና የእርስዎ PCP የሚትሰማሙበት የእንክብካቤ እቅድ ለማዘጋጀት እና ለመከታተል ከእርስዎ ተቀዳሚ የእንክብካቤ አቅራቢ (PCP) ጋር መስራት።
- ስለ እንክብካቤዎ ጥያቄ መጠየቅ እና ያልተረዱ ነገር ካለ አቅራቢዎ እንዲያውቅ ማድረግ።
- የኮሎምቢያ ዲስትሪክት መንግስት እንዲያውቅ ማድረግ (ለምሳሌ፦ ADHCF፣ ESA) በብቁነት ሁኔታ ላይ ለውጥ ከተደረገ።
- ተገቢ የሆነ እንክብካቤ እንዲያቀርቡልዎ ትክክለኛ የጤና መረጃን ለ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC እና አቅራቢዎቻችን መስጠት።
- ድንገተኛ ህክምና ከወሰዱ በኋላ በተቻለ ፍጥነት ለእርስዎ PCP መነገር።
- የእርስዎ Advance Directive (የላቀ መመሪያ) ላይ ማንኛውም ለውጦች ካሉ ለእንክብካቤ ሰጪዎችዎ ማሳወቅ።
- ድርጅቱ እና ባለሙያዎቹ እና አገልግሎት ሰጪዎች እንክብካቤ ለማቅረብ የሚያስፈልጋቸውን መረጃ (የሚቻለውን መጠን ያክል) መስጠት።

የእርስዎ የተመዘጋቢ መታወቂያ ቁጥር

ተቋሚ የእንክብካቤ አቅራቢ (PCP) ከተመደበልዎ በኋላ፣ የተመዘጋቢ የመታወቂያ ክርድን በገስታ እንልክልዎታለን። ይህ መታወቂያ የእርስዎ ሃኪሞች፣ ሆስፒታሎች፣ መድሃኒት መደብሮች እና ሌሎች እርስዎ የMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC አባል መሆንዎን እንዲያውቁ ያደርጋል። እባክዎ የተመዘጋቢ መታወቂያ ካርድዎ ላይ ያለው መረጃ ትክክለኛ መሆኑን ያረጋግጡ። ማንኛውም ችግር ካለ፣ ወይም ካርድዎ ከጠፋ ወይ አባል አገልግሎት በ **888-404-3549** ይደውሉ።

እያንዳንዱ የMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ተመዘጋቢ የራሱ/ሷ ካርድ ይኖራቸዋል። ልጆችዎም የራሳቸው ካርድ ይኖራቸዋል። እንዲያይዘው የልጆችዎን ካርዶች እርስዎ ጋር ማስቀመጥ አለብዎት። የእርስዎን የተመዘጋቢ መታወቂያ ካርድ ሌላ ሰው እንዲጠቀምበት ማድረግ ከህግ ውጪ ነው።

የተመዘጋቢ መታወቂያዎ ይህንን ይመስላል፡



MedStar Family Choice
DISTRICT OF COLUMBIA

DC Healthcare Alliance

<p>Last Name, First Name DOB: XX/XX/XXXX Medicaid ID#: XXXXXXXXXXXXX PCP: XXXXName PCP Phone: XXX-XXX-XXXX CVS Caremark® RxPCN: MCAIDADV Copayments: OV \$0, RX \$0, ER \$0</p> <p>Enrollee Services 888-404-3549</p>	<p>Eff Date: XX/XX/XXXX MFC ID #: 6XXXXXXXXX*01 Dentist: XXXXName Dentist Phone: XXX-XXX-XXXX RxBin: 004336 RxGroup: RX0610</p> <p style="text-align: center;">MedStarFamilyChoiceDC.com</p>
---	---

PRESENT THIS CARD FOR ALL HEALTH SERVICES

<p>Enrollee Services: 24/7 by phone (Office: Monday - Friday, 8 a.m. to 5:30 p.m.) 24/7 Nurse Advice Line Transportation Dental Pharmacy/After Hours Prescription Economic Security Administration DC Dept of Behavioral Health Helpline</p>	<p>888-404-3549 or TTY 711 855-798-3540 866-201-9974 844-391-6678 855-798-4244 202-727-5355 888-793-4357</p>
---	---



THE GOVERNMENT OF THE DISTRICT OF COLUMBIA
MURIEL BOWSER, MAYOR

Notice to Providers: Most institutional services require prior authorization which may be obtained by calling **855-798-4244**. Submit EDI claims using Payer ID DCMED. Paper medical claims should be mailed to **MedStar Family Choice-DC, P.O. Box 1624, Milwaukee, WI 53201**. Call **800-261-3371** for claims questions. For questions regarding pharmacy claims submission, call **800-364-6331**.

የካርድ ፊት ገጽ

የካርድ ኋላ ገጽ

ሁልጊዜ የተመዘጋቢ መታወቂያ ካርድዎን እና የምስል መታወቂያ ካርድዎን ይዘው መንቀሳቀስ ያስታውሱ። ሁልጊዜ ህክምና ከማግኘትዎ በፊት ወይም መድሃኒት ከፋርማሲ ከመውሰድዎ በፊት መታወቂያ ካርድዎን ያሳዩ።



ተቀዳሚ የጤና ክብካቤ ሰጪ (PCP)

PCP ምንድን ነው?

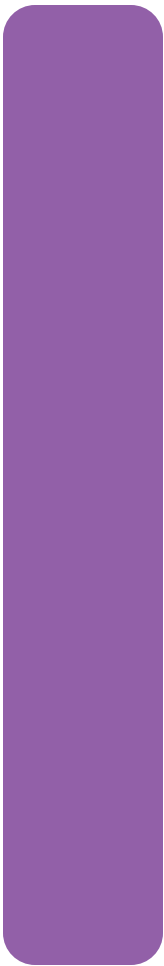
አሁን እርስዎ የMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ተመዝጋቢ ስለሆኑ፣ የእርስዎ PCP (ተቀዳሚ የእንክብካቤ አቅራቢ) እርስዎ እና ቤተሰብዎ የሚያስፈልጋችሁትን የጤና እንክብካቤ እንድታገኙ ይረዳል።

እንክብካቤ ባስፈለገዎ ጊዜ መጀመሪያ ለPCPዎ መደወል አስፈላጊ ነው። MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ያላናገረዎ ከሆነ፣ እባክዎ ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች በ **888-404-3549** ይደውሉ። ክ እርስዎ PCP ጋር ለመቆየት የእኛ ዕረዳታ ከፈለጉ ልንረዳዎ እንችላለን።

የእርስዎን PCP እንዴት መምረጥ ይችላሉ

1. PCPን በ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ውስጥ በሚመዘገቡበት ጊዜ ይምረጡ። እርስዎ የMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ተመዝጋቢ ሆነው በሚቆዩበት ጊዜ ይህ ሰው የእርስዎ PCP ይሆናል።
 - አሁን ያለው የእርስዎ PCP የ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ኔትወርክ አቅራቢ ከሆነ፣ በዚያው ሃኪም ጋር ሊቆዩ ይችላሉ።
 - PCP ከሌለዎት፣ ከአገልግሎት ሰጪዎቻችን ዝርዝር (የአቅራቢ መዝገብ) ውስጥ ካሉት ዶክተሮች መካከል ወይም በ MedStarFamilyChoiceDC.com መምረጥ ይችላሉ። የአቅራቢ መዝገብ የወረቀት ቅጂን ከጠየቁ፣ እባክዎ በአዲስ ተመዝጋቢ እሾግዎ ውስጥ የተካተተውን የሃኪም/ክሊኒክ ዝርዝር መጠየቂያን ይሙሉ እና ይመልሱልን ወይም ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች በ **888-404-3549** ይደውሉ።
 - ሃኪም ለመምረጥ እርዳታ ከፈለጉ፣ ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች በ **888-404-3549** ይደውሉ።
 - በአቅዳችን ውስጥ ከሆኑ ጀምሮ ባሉት የመጀመሪያ 10 ቀናት ውስጥ PCP ለእርስዎ ሃኪም እንመርጥልዎታለን። እኛ የመረጥንልዎትን PCP ካልወለዱት ሌላ PCP መቀየር ይችላሉ። የእርስዎን PCP ለመቀየር የተመዘጋቢ አገልግሎትን በ **888-404-3549** ደውለው ያግኙ።
 - MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የተመዘጋቢ መታወቂያ ካርድ ይልክልዎታል። ካርድዎ የእርስዎን PCP ስምና ስልክ ቁጥር ይያረዳል።





2. በአቅዳችን ውስጥ ላለው ለእያንዳንዱ የቤተሰብ አባል PCP ይምረጡ። የእርስዎ PCP ከሚከተሉት አንዱ ነው፤

- የቤተሰብና አጠቃላይ ሃኪም – አብዛኛውን ጊዜ አጠቃላይ ቤተሰብን ማየት ይችላል።
- የውስጥ ደዌ ሃኪም – አብዛኛውን ጊዜ 14 ዓመትና ከዚያ በላይ የሆኑ አዋቂና ልጆችን ያያሉ
- የጽንሰ/የማህጸን ሃኪም (OB/GYN) – የሴቶችና የእናትነት ጤና ላይ ልዩ እውቀት ያለው
- ልዩ የጤና እንክብካቤ ፍላጎቶች ካሉዎት፣ እርስዎ ስፔሺያሊስትን እንደርሰዎ PCP ሊምረጡ ይችላሉ።

3. የእርስዎን PCP ሲመርጡ አባክዎ፡

- ወደሚፈልጉት ሆስፒታል የሚልክዎ ሃኪም ለመምረጥ ይሞክሩ። ሁሉም ሃኪሞች ታካሚዎችን ወደ ሁሉም ሆስፒታሎች መላ አይችሉም። የአገልግሎት አቅራቢዎቻችን ዝርዝሮች የእርስዎ PCP ወደ የትኛዎቹ ሆስፒታሎች መላክ እንደሚችሉ ያሳያሉ። ዕርዳታን ለማግኘት የተመዘገቡ አገልግሎቶች ጋር መደወል ይችላሉ።
- አንድ አንድ ጊዜ የመረጡት PCP አዲስ ታካሚዎችን ለውሰድ አይችሉም። ሌላ ሃኪም መምረጥ የሚያስፈልግዎ ከሆነ እናሳውቅዎታለን።
- ለቤትዎ ወይም ለስራዎ የሚቀርብ ሃኪም ይምረጡ።

የእርስዎን PCP እንዴት መቀየር ይችላሉ

የእርስዎን PCP በማንኛውም ጊዜ መቀየር ይችላሉ። ከአገልግሎት ሰጪዎች መዝገብ ላይ አዲስ PCP መምረጥ ብቻ ነው የሚጠበቅብዎት። አዲሱን PCP በመረጡ ጊዜ፣ ለተመዘገቡ አገልግሎት በ **888-404-3549** ይደውሉ። አዲስ PCP መምረጥ ላይ አገዛ የሚሹ ከሆነ፣ የተመዘገቡ አገልግሎቶች ሊያግዙት ይችላሉ።

የመጀመሪያ የጥርስ ህክምና ሰጪዎች (PDP)

PDP ምንድን ነው?

አሁን እርስዎ የMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ተመዝጋቢ ስለሆኑ፣ የእርስዎ PDP (ተቀዳሚ የጥርስ ህክምና አቅራቢ) እርስዎ እና ቤተሰብዎ የሚያስፈልጋችሁትን የጤና እንክብካቤ እንድታገኙ ይረዳል።

እንክብካቤ ባስፈለገዎ ጊዜ መጀመሪያ ለPDPዎ መደወል አስፈላጊ ነው። በMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ጋር ሳይመዘገቡ በፊት የጥርስ ህክምና ከነበረዎት፣ እባክዎ ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች በ **844-391-6678** ይደውሉ። የሚፈልጉ ከሆነ ከዚያ የጥርስ ህክምና ጋር እንዲቀጥሉ ልናግዝዎት እንችላለን።

የእርስዎን PDP እንዴት መምረጥ ይችላሉ

1. PDPን በ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ውስጥ በሚመዘገቡበት ጊዜ ይምረጡ። እርስዎ የMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ተመዝጋቢ ሆነው በሚቆዩበት ጊዜ ይህ ሰው የእርስዎ PDP ይሆናል።
 - አሁን ያለው የእርስዎ PDP የ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ኔትወርክ አቅራቢ ከሆነ፣ በዚያው የጥርስ ህክምና ጋር ሊቆዩ ይችላሉ።
 - PDP ከሌለዎት፣ ከአገልግሎት ሰጪዎቻችን ዝርዝር (የአቅራቢ መዝገብ) ውስጥ ካሉት ዶክተሮች መካከል ወይም በ **MedStarFamilyChoiceDC.com** መምረጥ ይችላሉ። የአቅራቢ መዝገብ የወረቀት ቅጂን ከጠየቁ፣ እባክዎ በአዲስ ተመዝጋቢ እሽግ ውስጥ የተካተተውን የሃኪም/ክሊኒክ ዝርዝር መጠየቁን ይመሉ እና ይመልሱልን ወይም ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች በ **888-404-3549** ይደውሉ።
 - የጥርስ ህክምና ለመምረጥ እርዳታ ከፈለጉ፣ ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች በ **844-391-6678** ይደውሉ።
 - በአቅራቢ ውስጥ ከሆኑ ጀምሮ ባሉት የመጀመሪያ 10 ቀናት ውስጥ PDPን የማይመርጡ ከሆነ፣ ለእርስዎ የጥርስ ህክምና እንመርጥልዎታለን። እኛ የመረጥንልዎትን PDP ካልወደዱት፣ የእርስዎን PDP መቀየር ይችላሉ። የእርስዎን PDP ለመቀየር የተመዝጋቢ አገልግሎትን በ **844-391-6678** ይደውሉ ያግኙ።
 - MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የተመዘጋቢ መታወቂያ ካርድ ይልክልዎታል። ካርድዎ የእርስዎን PDP ስምና ስልክ ቁጥር ይኖረዋል።





2. በአቅዳችን ውስጥ ላለው ለእያንዳንዱ የቤተሰብ አባል ልጆቻችን ጨምሮ PDP ይምረጡ። የእርስዎ PDP ከሚከተሉት አንዱ ነው።
 - የቤተሰብና አጠቃላይ የጥርስ ሃኪም --አብዛኛውን ጊዜ አጠቃላይ ቤተሰቡን ማየት ይችላል።

- አንድ አንድ ጊዜ የመረጡት PDP አዲስ ታካሚዎችን ለመውሰድ አይችሉም። ሌላ የጥርስ ሃኪም መምረጥ የሚያስፈልግዎ ከሆነ እናሳውቅዎታለን።

3. የእርስዎን PDP ሲመርጡ፣ እባክዎ፡

- ወደሚፈልጉት ሆስፒታል የሚልክዎ የጥርስ ሃኪም ለመምረጥ ይሞክሩ። ሁሉም ሃኪሞች ታካሚዎችን ወደ ሁሉም ሆስፒታሎች መላ አይችሉም። የአገልግሎት አቅራቢዎቻችን ዝርዝሮች የእርስዎ PDP ወደ የትኛዎቹ ሆስፒታሎች መላክ እንደሚችሉ ያሳያሉ። ዕርዳታን ለማግኘት የተመዘገቡ አገልግሎቶች ጋር መደወል ይችላሉ።

የእርስዎን PDP እንዴት መቀየር ይችላሉ

የእርስዎን PDP በማንኛውም ጊዜ መቀየር ይችላሉ። ከአገልግሎት ሰጪዎች መዝገብ ላይ አዲስ PDP መምረጥ ብቻ ነው የሚጠበቅብዎት። አዲሱን PDP በመረጡ ጊዜ፣ ለተመዘጋቢ አገልግሎት በ **844-391-6678** ይደውሉ። አዲስ PDP መምረጥ ላይ አገዛ የሚሹ ከሆነ፣ የተመዘጋቢ አገልግሎቶች ሊያገዙት ይችላሉ።

ተደጋጋሚ እንክብካቤ፣ አስቸኳይ እንክብካቤ፣ እና ድንገተኛ እንክብካቤ



ሊያስፈልጉዎት የሚችሉ ሦስት (3) ዓይነት የጤና እንክብካቤ አሉ። መደበኛ እንክብካቤ፣ የአስቸኳይ ህክምና እንክብካቤ፣ ወይም ድንገተኛ የህክምና እንክብካቤ።

ተደጋጋሚ እንክብካቤ

ተደጋጋሚ እንክብካቤ ከPCP በቋሚነት የሚያገኙት እንክብካቤ ነው። እንዲሁም የእርስዎ መደበኛ ህክምና የእርስዎ PCP የሚላክሎት ከሌሎች አገልግሎት ሰጪዎች የሚያገኙት እንክብካቤ ነው። ተደጋጋሚ እንክብካቤ መታየት፣ የአካል ምርመራ፣ የጤና ዳሰሳ እና እንደ ስኳር፣ ግፊት እና አስም ያሉ የጤና ችግሮችን መንከባከብን ያጠቃልላል። ተደጋጋሚ እንክብካቤ ማግኘት ከፈለጉ ወደ እርስዎ PCP ቢሮ በመደወል ቀጠሮ ማስያዝ ያስፈልጋቸዋል።

አስቸኳይ እንክብካቤ

የአስቸኳይ እንክብካቤ ወዲያውኑ መሆን የሌለበት ነገር ግን በ 24 ሰዓት ውስጥ ማግኘት ያለብዎት የህክምና እንክብካቤ ነው። አስቸኳይ እንክብካቤ የሚያስፈልጋቸው አንዳንድ ሁኔታዎች የሚከተሉት ናቸው፦

- መካከለኛ ጉንፋኖች
- ሳል
- የጉሮሮ ሕመም
- ቅማል፣ እከክ [2] እና ቆዳ ላይ የሚወጣ ትላትል
- ዝቅተኛ መቆረጥ እና መፋቅ
- ወለምታና የሥር መዞር
- የጆሮ ሕመም
- በዳይፐር የተነሳ የሚመጣ የቆዳ መቆጣት
- የሽንት-ማውጫ አካላት ኢንፌክሽኖች
- ተቅማጥ
- ማስመለስ
- መካከለኛ የራስ ምታት

አስቸኳይ እንክብካቤ ካስፈለግዎ ወደ መ.አ.ሰ ቢሮ ይደውሉ።

የ PCP ቢሮ ዝግ ሲሆን የስልክ መልዕክት ለመቀበል ለተቀመጠው ሰው መልዕክትዎን ያስቀምጡ። ከዚያም በኋላ የነርስ የእርዳታ መስመር ቁጥር በ **855-798-3540** ላይ ይደውሉ። ነርሷ ወደ ሃኪም ባስቸኳይ መሄድ እንዳለብዎት ወይም እንደሌለብዎት ለመወሰን ትረዳዎታለች። በተጨማሪም ነርስ እንዴት እንክብካቤ ማግኘት እንዳለብዎት ይነግርዎታል። ለተደጋጋሚ ወይም ለአስቸኳይ እንክብካቤ ደ ድንገተኛ ክፍል መግባትም ሆነ አምቡላንስ መጠቀም የለብዎትም።

ድንገተኛ እንክብካቤ

የድንገተኛ ሁኔታ እንክብካቤ ፈጣን፣ ከባድ (አንዳንድ ጊዜ ሂደት ላይ አደጋ የሚያመጣ) ጉዳት ወይም በሽታ ማለት ነው። ለድንገተኛ ሁኔታ እንክብካቤ ማንኛውም ሆስፒታል የመጠቀም መብት አለዎት። ቅድመ-ማስፈቀጃ ለድንገተኛ እንክብካቤ አገልግሎቶች አያስፈልግም።

የድንገተኛ ህክምና ሁኔታዎች ምሳሌዎች የሚያካትቱት፦

- የደረት ሕመም
- መቆም የማይችል የደም መፍሰስ
- ራስን መሳት
- መመረዝ
- መጥፎ የሆነ ቃጠሎ
- የመተንፈስ ችግር
- ሽባ መሆን

ድንገተኛ ካጋጠምዎ ምን ማድረግ እንዳለብዎ

- ወደ **911** መደወል ወይም አቅራቢያዎ ወደሚገኘው ድንገተኛ ክፍል መሄድ(ER)
- MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የተመዘጋገቡ መታወቂያ ካርድን ለER ያሳዩ።
- በቻሉት ፍጥነት ለእርስዎ PCP ይደውሉ።

ከከተማ ውጪ በሆኑ ጊዜ የሚሰጥ አንክብካቤ

ከከተማ ውጪ ሲሆኑ

ከከተማ ውጪ እያሉ ሃኪም ጋር መታየት ወይም መድሃኒት ማግኘት ካለብዎ የሚከተለውን ማድረግ አለብዎ፡

ተደጋጋሚ አንክብካቤ

ከከተማ ውጪ ሲሆኑ አንድ ሃኪም ወይም አገልግላት አቅራቢ ጋር ለመታየት ሲያስቡ ደውለው ለሚያገኙት ህክምና አንክፍል እንደሆነና እንዳልሆነ መጠየቅ አለብዎ ምክንያቱም ከዲስትሪክት ኦፍ ኮሎምቢያ ውጪ ያሉ ሃኪሞች የ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC አካል አይደሉም። MedStar Family Choice-DC ህክምናውን ከማግኘትዎ በፊት ፈቃደኝነቱን ካልገለጸልዎ፣ እራስዎ ለህክምናው መክፈል አለብዎት። ከከተማ ውጪ እያሉ ከሃኪም መድሀኒት የሚያስፈልግዎ ከሆነ፣ ከመሄድዎ በፊት መድሀኒትዎን ይውሰዱ። MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ከከተማ ውጪ ካሉ ፋርማሲዎች ለሚወስዱ መድከኒቶች አይከፍልም።

አስቸኳይ አንክብካቤ

ለእርስዎ PCP ይደውሉ። የእርስዎ PCP ቢሮ ዝግ ከሆነ፣ ለነርስ እርዳታ መስመር በ **855-798-3540** ይደውሉ። ነርሷ ወደ ሃኪም ባስቸኳይ መሄድ እንዳለብዎት ወይም እንደሌለብዎት ለመወሰን ትረዳዎታለች። ነርሷ እንዴት እንክብካቤ ማግኘት እንዳለብዎት ትነግሮታለች። ለተደጋጋሚ ወይም ለአስቸኳይ አንክብካቤ ደ ድንገተኛ ክፍል መግባትም ሆነ አምቡላንስ መጠቀም የለብዎትም።

ድንገተኛ አንክብካቤ

የድንገተኛ በሽታ፣ የአዕምሮ ጤና ወይም አልኮል ወይም ሌላ የመድሃኒት (የእጽ) ድንገተኛ ሁኔታ ካጋጠመዎት፣ ወዲያውኑ እንክብካቤ ለማግኘት ወደ አቅራቢያው የድንገተኛ ህክምና ክፍል (ER) ይሂዱ። ወደ ድንገተኛ ክፍል ከሄዱ የክፍሉን ሰራተኛ ለእርስዎ PCP እንዲደውል መጠየቅ አለብዎት። ወደ ድንገተኛ ክፍል ከሄዱ፣ በተቻለዎት ፍጥነት ለተመዘጋቢ አገልግሎቶች መደወል አለብዎት። ቅድመ-ማስፈቀጃ ለድንገተኛ እንክብካቤ አገልግሎቶች አያስፈልግም።



በኔትወርክ እና ከኔትወርክ ውጪ ያሉ አገልግሎት ሰጪዎች

የMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ከሃኪሞቻችን ወደ አንዱ ወይም ወደ ሌላ ጤና እንክብካቤ አገልግሎት ሰጪ ሲሄዱ ላገኙት እንክብካቤ ክፍያ ይፈጽማል። እነዚህን ሃኪሞች እና የጤና እንክብካቤ አገልግሎት ሰጪዎች የኛ “ኔትወርክ” አገልግሎት ሰጪዎች እንላቸዋለን። እነዚህ በእኛ “ኔትወርክ ውስጥ ያሉ” ሃኪሞች በሙሉ የአገልግሎት ሰጪ መዝገብ ላይ ይገኛሉ። ሃኪም ወይም አገልግሎት ሰጪ የእኛ ካልሆነ “ከኔትወርክ ውጪ” አገልግሎት ሰጪ ይባላል።

“ከኔትወርክ-ውጪ” ወደ ሆነ ሃኪም፣ ሆስፒታል ወይም ቤተ ሙከራ ከሄዱ፣ ለሚያገኙት አገልግሎት እራስዎ መክፈል ሊኖርብዎት ይችላል። እኛን መጀመሪያ ከጠየቁ እና ከነገርኖት፣ ብዙ ጊዜ በጽሁፍ፣ እሱ ችግር የለዉም። ይህንን “ቅድመ ፈቃድ” ብለን እንጠራለን። MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ለተሸፈኑ አገልግሎቶች ማቅረብ የማይችል በኔትወርክ

ውስጥ ያለ አገልግሎት ሰጪ ከሌለው፣ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ከጸደቀ የኔትወርክ ውጪ አገልግሎት ሰጪ (በቂ እና ጊዜውን የጠበቁ) የተሸፈኑ አገልግሎቶችን ያቀርባል።

ቅድመ ፈቃድ (PA) ማለት ከMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC በመደበኛ ማግኘት ያልቻሉትን የህክምና አገልግሎት ፍቃድ ማግኘት። አገልግሎቱን ከማግኘት በፊት ፍቃድ ማግኘት ያስፈልጋል። PA ለማግኘት ለመጠየቅ የተመዘገቡ አገልግሎቶች ክፍል በቁጥር **888-404-3549** ይደውሉ። ደንገተኛ ህክምና ለማግኘት PA አያስፈልግዎትም።

ወደሚመርጡት ለቤተሰብ አቅድ አገልግሎት ሰጪ መሄድ ይችላሉ፣ ምንም እንኳን ከኔትወርክ-ውጪ ቢሆንም። የቅድመ መፍቀድ አስፈላጊ አይደለም። ስለቤተሰብ ዕቅድ አገልግሎቶች የበለጠ መረጃ ለማግኘት ገጽ 25 ይመልከቱ።

ቀጠሮ ማስያዝ

ከእርስዎ PCP ወይም PDP ጋር ቀጠሮ መያዝ

- የተመዘገቡ መታወቂያ ካርድዎን እና ወረቀት እና እርሳስ በቅርብ ያድርጉ።
- ወደ PCP ቢሮ ይደውሉ። በተመዘገቡ መታወቂያ ካርድዎ ፊት ለፊት ላይ የእርስዎን PCP ስልክ ይፈልጉ። እንዲሁም በአገልግሎት ሰጪ መዝገብ ወይም በድህረ ገጻችን **MedStarFamilyChoiceDC.com** ውስጥ ያገኛሉ።
- ስልኩን ለሚያንሳው ሰው የ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ተመዘጋቢ እንደሆኑ ይነገሩት። ከPCP ጋር ቀጠሮ መያዝ እንደሚፈልጉ ይነገሩት ወይም ይናገሩ።
- ላነሳ ሰው ቀጠሮውን ለምን እንደሚፈልጉ ይነገሩት። ለምሳሌ፦
 - ህመም ይሰማዎታል
 - እራስዎን እንደጎዱ ወይም አደጋ እንደደረሰብዎት
 - መታየት ወይም የክትትል እንክብካቤ እንደሚፈልጉ

- የቀጠሮውን ሰዓት እና ቀን ይጻፉ።
- በጊዜ ወደ ቀጠሮዎ ይሄዱ፣ እና የእርስዎ የተመዘገቡ መታወቂያ ካርድን (እና የምስል መታወቂያ ካርድ) ከእርስዎ ጋር ያምጡ
- ቀጠሮ ለመያዝ እርዳታ ከፈለጉ እባክዎ ወደ ተመዘጋቢ አገልግሎቶች በ **888-404-3549** ይደውሉ።

ቀጠሮን መቀየር ወይም መሰረዝ

- ወደ ቀጠሮዎ መሄድ እና በሰዓቱ መገኘት በጣም አስፈላጊ ነው።
- ቀጠሮዎን መቀየር ወይም መሰረዝ ከፈለጉ እባክዎ ከቀጠሮው ሰዓት ቢያንስ ከ24 ሰዓት በፊት ለሃኪም ይደውሉ።
- አንዳንድ ቀጠሮዎችን ለመሰረዝ ለቀጠሮው ከ 24 ሰዓታት በላይ አስቀድመው መደወል ይጠበቅብዎታል።
- ከቀጠሮው ከቀሩ ወይም ካረፈዱ ሃኪም የእርሱ ወይም የእርሷ ታካሚ እንዳይሆኑ መወሰን ይችላል።



የእርስዎ PCP ወይም PDP ቢሮ ዝግ በሆነ ጊዜ እንክብካቤ ስለማግኘት

የእርስዎን PCP ወይም PDP ለማግኘት ወይም ቀዳሚ የጥርስ ሃኪም ቢሮ ከተዘጋ፣ ወደ የእርስዎ PCP ወይም PDP ወይም ቀዳሚ የጥርስ ሃኪም ቢሮ ይደውሉ እና ስልኩን ለአነሳው ሰው መልዕክት ይተው ከነ ስልክ ቁጥሮዎ። በተቻለ ፍጥነት እንደ ሰው መልሶ ይደውልዎታል። እንዲሁም የጥርስ ጥሪ መስመሩን በቀን 24 ሰዓታት በ፡ **855-798-3540** መደወል ይችላሉ። ድንገተኛ በሽታ አጋጥሞኛል ብለው ካሰቡ፣ **911** ላይ ይደውሉ ወይም ወደ ድንገተኛ ክፍል ይሂዱ።

ቀጠሮ ለማግኘት የመጠባበቂያ ጊዜ

ከደውሉ በኋላ በተወሰኑ ቀናት ውስጥ የሃኪምም ቢሮ ቀጠሮ መስጠት አለበት። ከዚህ በታች ያለው ሰንጠረዥ ቀጠሮ ለማግኘት ምን ያህል ጊዜ እንደሚወስድ ያሳያል። በተጠቀሱት ጊዜዎች ውስጥ ቀጠሮ ማግኘት ካልቻሉ እባክዎ በ **888-404-3549** ይደውሉ።

የጉብኝት ዓይነት	የእርስዎ ሁኔታ	ሃኪሞችን ለማግኘት ምን ያህል ጊዜ እንደሚወስድ
አስቸኳይ ምክንያት	ታመው ወይም ተጎድተው ሁኔታዎች እንዲጠበቁ በ24 ሰዓት ውስጥ ህክምና ማግኘት ሲኖርብዎ ነገር ግን ወዲያውኑ ሃኪም ማየት አስፈላጊ ሳይሆን። ምሳሌዎች የሚጨምሩት ጉንፋን/ትኩሳት፣ ማስመለስ/ተቅማጥ፣ የጉሮሮ ህመም፣ የጆሮ ህመም፣ የዓይን ኢንፌክሽን፣ ወለምታ/የጠንቅ መወጠር፣ ሊከሰት የሚችል የአጥንት ስብራት፣ ወደ ላይ ማስመለስ፣ ዝቅተኛ መቆረጥ ወይም መፋቅ፣ ቅመል፣ እከክ ወይም የሪንግ ትል፣ የሽንት-ማውጫ አካላት ኢንፌክሽኖች	በ 24 ሰዓታት ውስጥ
ተደጋጋሚ ህክምና	መለስተኛ ህመም ወይም ጉዳት ሲኖርብዎ ወይም መደበኛ ምርመራ ማድረግ ሲኖርብዎ ሆኖም ግን አስቸኳይ ቀጠሮ አስፈላጊ ሳይሆን።	በ 30 ቀናት ውስጥ
ለክትትል መጎብኘት	አንድ ጊዜ ከታከሙ በኋላ በደንብ እየተሻልዎ እንደሆነ ለማረጋገጥ ሃኪምዎን ማየት ሲያስፈልግዎ።	እንደህክምናው ዓይነት ላይ ተመርኩዞ ከ1-2 ሳምንት ውስጥ
የአዋቂዎች የደህንነት ጉብኝት	<ul style="list-style-type: none"> • ከአዲስ ሃኪም ጋር የመጀመሪያ ቀጠሮዎን ሲይዙ • መደበኛ የአዋቂ ምርመራ ጊዜዎ ሲደርስ • የፕሮስቴት ምርመራ፣ የዳሌ አጥንት ምርመራ፣ የቅድመ ካንሰር ምርመራ (Pap smear) ወይም የጡት ምርመራ ጊዜዎ ሲደርስ 	በ30 ቀናት ውስጥ ወይም አስፈላጊ ከሆነ ከዚያ አስቀድሞ
አስቸኳይ የልሆኑ ቀጠሮዎች ከስፔሺያሊስቶች ጋር (በሪሪል)	የPCPዎ አስቸኳይ ላልሆነ ሁኔታ ልዩ ባለሙያ እንዲያዩ ጠቁሞታል	በ 30 ቀናት ውስጥ
የልጅ EPSDT መታየቶች (ምርመራዎች) – አስቸኳይ የልሆነ	ልጅዎ ለEPSDT ለመታየት ጊዜ ደርሷል	የመጀመሪያ ምርመራ፡ በ 60 ቀናት ውስጥ ተጨማሪ ምርመራ፡ እድሜያቸው ከ ሁለት ዓመት በታች ለሆኑ ህጻናት በ 30 ቀናት ውስጥ፤ እድሜያቸው ሁለት ዓመት እና ከዚያ በላይ ለሆኑ ልጆች ቀኑ በደረሰ በ 60 ቀናት ውስጥ
IDEA (ቀደምት ጣልቃገብነት) ግምገማዎች	እድሜያቸው እስከ 3 ዓመት ለሆኑና የእድገት ዝግመት ወይም አካል ጉዳተኝነት ስጋት ላለባቸው ልጆች ምርመራዎች ("ግምገማዎች")።	በ 30 ቀናት ውስጥ

የድጋፍ አገልግሎቶች

የትራንስፖርት አገልግሎቶች

MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ካስፈለገዎ ወደ ሃኪም ቀጠሮዎ የትራንስፖርት አገልግሎት ያቀርባል። እንዲሁም ወዳልተሸፈኑ አገልግሎቶች እና ከዚያ መልስ ትራንስፖርት እናቀርባለን። ያልተሸፈኑ አገልግሎቶች በMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የማይሸፈኑ፣ ግን በ DHCF ወይም ሌሎች የዲስትሪክቱ ኤጀንሲዎች የሚሸፈኑ ናቸው።

- የትራንስፖርቱን አገልግሎት አቅራቢው በ **866-201-9974** በመደወል በሰንት ሰዓትና በየትኛው ቀን መጥተው እንዲወስዱ እንደሚፈልጉ ይነገሯቸዋል።
- የትራንስፖርት አገልግሎት ለማግኘት ቢያንስ ከቀጠሮዎ ቀን 3 የስራ ቀናት አስቀድመው (ቅዳሜ እና እሁድ ሳይጨምር) መደወል አለብዎት። ወደ EPSDT ጉብኝት ወይም ለአስቸኳይ አገልግሎቶች የትራንስፖርት አገልግሎት ካስፈለግዎ፣ ትራንስፖርት ለመጠየቅ ከቀጠሮው ቀን በፊት መደወል ይችላሉ።
- የትራንስፖርት ዓይነቶች አውቶቢስ፣ ባቡር፣ የታክሲ መክፈያ ሾቸሮች፣ የዌልፔር መኪናዎች፣ እና አምቡላንሶች ናቸው። የሚያገኙት የትራንስፖርት አይነት የህክምና ፍላጎትዎ ላይ ይመሰረታል።
- ለትራንስፖርት አገልግሎት አቅራቢው የአባልነት መታወቂያዎን፣ ስልክ ቁጥርዎንና መጥቶ የሚወስድበትን አድራሻ ይስጡት። በተጨማሪም፣ የሚሄዱበትን ሃኪም/ የጥርስ ህክምና ቤት ወይም የሃኪም ቢሮ ስም፣ አድራሻ እና ስልክ ቁጥር ይነገሩ።

ኢንግሊዝኛ ቋንቋን በደንብ የማይናገሩ ከሆነ የሚሰጡ አገልግሎቶች (የአፍ አስተርጓሚ እና የትርጉም አገልግሎቶች)

የአስተርጓሚ አገልግሎቶች

MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የሚያስፈልግዎ ከሆነ የቃል የትርጉም አገልግሎቶችን፣ በሆስፒታል ጭምር ያለ ምንም ክፍያ ያቀርባልዎታል።

የቃል የማስተርጎም አገልግሎት ለማግኘት እባክዎ ለተመዘጋቢ አገልግሎቶች በ **888-404-3549** ይደውሉ። የቃል የማስተርጎም አገልግሎትን ከፈለጉ እባክዎ ከሃኪም ቀጠሮ በፊት ይደውሉ።

የቃል የማስተርጎም አገልግሎቶች ብዙውን ጊዜ የሚሰጡት በስልክ ነው። አስተርጓሚው በአካል የሃኪም ቢሮ አብሮት እንዲሆን ከፈለጉ፣ ሊያሳውቁን የሚገባው ከቀጠሮው 3-5 የስራ ቀናት በፊት ነው።

የትርጉም አገልግሎቶች

ከMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ያገኙትን መረጃ ወደ ሌላ ቋንቋ እንዲተረጎም የሚፈልጉ ከሆነ፣ እባክዎ ለተመዘጋቢ አገልግሎቶችን በ **888-404-3549** ላይ ደውለው ያግኙ።

ለመሰማት ወይም ለማየት የሚቸገሩ ከሆነ የሚሰጡ አገልግሎቶች (መሰማት እና ማየት ለተሳናቸው የመሳሪያ እርዳታ አገልግሎቶች)

የመሰማት ችግር ካለብዎ፣ የቴሌኮሙኔኬሽን የማስተላለፊያ አገልግሎት (TRS) ለማነጋገር፣ እባክዎ ለ**711** ይደውሉ። የ TRS እርዳታ ለተመዘጋቢ አገልግሎቶች ጥሪን በ **888-404-3549** እንዲያስቀምጡ ሊያግዙዎት ይችላል። የማየት ችግር ካለብዎት ለተመዘጋቢ አገልግሎቶች በ **888-404-3549** ይደውሉ። በድምጽ ካሴቶች ላይ፣ በብሬል፣ ወይም በትልቅ ህትመት መረጃ ልንሰጥዎ እንችላለን።

የልዩ ሙያተኛ እንክብካቤ እና ሪፈራሎች

የልዩ ሙያተኛ እንክብካቤ እንዴት እንደሚያገኙ (ሪፈራል ምንድን ነው?)

የእርስዎ ተቀዳሚ የእንክብካቤ አቅራቢ (PCP) ልዩ እርዳታ የሚሰጥዎት ሃኪም ማየት እንደሚኖርብዎት ሊወስን ይችላል። እነዚህን ሃኪሞች ስፔሻሊስቶች (ልዩ ሙያተኞች) ብለን እንጠራቸዋለን። የእርስዎ PCP ልዩ ሙያተኛ እንደሚያስፈልግዎት ካሰበ/ች ለህክምና የት እንደሚሄዱ ይነግርዎታል። የእርስዎ PCP እርስዎን ወክሎ ቀጠሮ ያስይዛልዎታል ወይም ቀጠሮ እንዲያስይዙ ስልክ ቁጥር ይሰጥዎታል። የእርስዎ PCP ወደ ልዩ ሙያተኛ ይዘው እንዲሄዱ ሪፈራል ይሰጥዎታል። የእርስዎ PCP አሁንም የእርስዎ መደበኛ ሃኪም ይሆናል እና ህክምና የሚሰጥዎት ልዩ ሙያተኛ ጋር ይነጋገራል።

ለሌሎች ተመዝጋቢዎች፣ የእርስዎ PCP፣ OB/GYN ካልሆነ፣ በMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ኔትወርክ ውስጥ ያሉ OB/GYN ወይም የቤተሰብ አቅድ አቅራቢን ያለ ሪፈራል የማየት መብት አለዎት። ሁለተኛ ሀሳብ እንደሚያስፈልግዎት ከተሰማዎት፣ ከሌላ ኔትወርክ-ውስጥ አቅራቢ አንድ የማግኘት መብት አለዎት። ሌላ ኔትወርክ-ውስጥ አቅራቢ የማይገኝ ከሆነ፣ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC እርስዎ ምንም ሳይከፍሉ ሁለተኛ ሀሳብን ከ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ኔትወርክ ውጪ ለማመቻቸት ይረዳል። ሁለተኛ ሀሳብ ለማግኘት ለእርዳታ የእርስዎ PCP ማነጋገር ወይም የተመዘጋቢ አገልግሎቶችን በ **888-404-3549** ማግኘት ይችላሉ። ሪፈራል/ሪፈራሪ ሊያስፈልግ ይችላል። ስለዚህ የእርስዎ PCP ስለ ሁኔታዎችዎ እንዲያውቁ ማድረግ በጣም ጥሩ ነው።

ልዩ ሙያተኛ ማየት ከፈለጉ፣ ግን MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ለጉብኝቱ እንደማይከፍል ከነገረዎት፣ የሚከተሉትን ማድረግ ይችላሉ፦

- በMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ኔትወርክ ውስጥ ካለው ሌላ ሃኪም ጋር ቀጠሮ መያዝ እና ሁለተኛ ሀሳብ ማግኘት
- ውሳኔዎችን ላይ ይግባኝ ማለት (ስለ ይግባኝ ገጽ 39 ላይ ይመልከቱ)
- ፍትሃዊ የፍርድ መስማት ሂደትን መጠየቅ (ስለ ፍትሃዊ የፍርድ መስማት ሂደት ገጽ 39 ይመልከቱ)

ራስን ሪፈራል የማድረግ (Self-Referral) አገልግሎቶች

ከ PCP ቅድሚያ ፈቃድ ማግኘት ሳያስፈልግዎት ማግኘት የሚችሏቸው የተወሰኑ አገልግሎቶች አሉ። እነዚህም አገልግሎቶች የራስ ሪፈራል አገልግሎቶች የሚባሉ ሲሆን ዝርዝራቸውም ከታች ተቀምጧል።

የሚከተሉትን ለማድረግ ጥቆማ አያስፈልግትም፦

- PCPዎን ለማየት
- ድንገተኛ በገጠመዎ ጊዜ በህብረቱ ሃኪም ቤቶች እንክብካቤ ማግኘት
- በMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ኔትወርክ ውስጥ ካሉ ከእርስዎ የማህጸን/የጽንሰ (OB/GYN) አቅራቢ መደበኛ ወይም የመከላከያ አገልግሎቶችን (ለሌሎች ተመዝጋቢዎች ብቻ) ያግኙ
- የቤተሰብ አቅድ አገልግሎት ማግኘት
- በግብረ ሥጋ በሽታ ለሚተላለፉ በሽታዎች (STIs) አገልግሎቶች ያግኙ
- ክትባት ማግኘት (በመርፌ)
- ልጅዎን በኔትወርክ ውስጥ በሚገኝ የጥርስ ሕክምና ሰጪ ጋር ይውሰዱ



የወሊድ መቆጣጠሪያ እና ሌሎች የቤተሰብ ዕቅድ አገልግሎቶች

የወሊድ መቆጣጠሪያ እና ሌሎች የቤተሰብ ዕቅድ አገልግሎቶችን ለማግኘት ጥቆማ አያስፈልጎትም። ሁሉም የወሊድ መቆጣጠሪያ እና ሌሎች የቤተሰብ ዕቅድ አገልግሎቶች ሚስጥራዊ ናቸው።

እርስዎ ከMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የአቅራቢ ጌትወርክ የወሊድ መቆጣጠሪያ እና ሌሎች የቤተሰብ ዕቅድ አገልግሎቶችን ማግኘት ይችላሉ። እነዚህን አገልግሎቶች ለማግኘት ጥቆማ አያስፈልጎትም። ለቤተሰብ ዕቅድ አገልግሎት ከእርስዎ PCP ሌላ ሃኪም ማየት ከፈለጉ ለ PCP ያሳውቁ። ለእርስዎ PCP የተሻለ እንክብካቤ እንዲያደርግልዎ ይረዳዎል። በ **888-404-3549** በመደወል ስለ ወሊድ ቁጥጥር ወይም ሌሎች የቤተሰብ አገልግሎቶች ላይ ተጨማሪ መረጃ ለማግኘት PCPዎን ያነጋግሩ ወይም ለMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የተመዘገቡ አገልግሎቶች ይደውሉ።

የቤተሰብ ዕቅድ አገልግሎቶች የሚያጣቃልላቸው:

- የእርግዝና ምርመራ
- ለሴቶችና ለጥንዶች የማማከር አገልግሎት
- ተደጋጋሚ ድንገተኛ የወሊድ ቁጥጥር አገልግሎት
- የምክር አገልግሎት እና ክትባት
- ለሁሉም በግብረሰጋ ግኑኝነት የሚተላለፉ በሽታዎችን ምርመራ ማድረግ
- ለሁሉም በግብረሰጋ ግኑኝነት የሚተላለፉ በሽታዎችን ህክምና ማድረግ
- የማምከን መመሪያዎች (ዕድሜዎ ከ 21 ዓመት በላይ እና ሂደቱ ከመካሄዱ 30 ቀን በፊት አስቀድመው ቅርጽ እንዲፈርሙ ይጠይቃል)
- ኤች.ኤይ.ቪ/ኤድስ ምርመራ እና የምክር አገልግሎት

የቤተሰብ ዕቅድ አገልግሎቶች የሚከተሉትን አጣጠቃልሉም:

- ተከታታይ የማህንነት ጥናት ወይም ህክምናዎች
- ለማኮላሽን የሚደረግ የማህጸን ማስወጣት ሂደት
- በፍቃድ የተደረገ ማኮላሽን መመለስ
- የኤች.ኤይ.ቪ/ኤድስ ህክምና
- ውርጃ

የኤች.ኤይ.ቪ/ኤድስ ምርመራ፣ የማማከር አገልግሎት እና ህክምና

የኤች.ኤይ.ቪ/ኤድስ ምርመራ እና የምክር አገልግሎት ማግኘት የሚችሉት፦

- የቤተሰብ ዕቅድ አገልግሎት ሲኖርዎ
- ከእርስዎ PCP
- ከኤች.ኤይ.ቪ/ኤድስ ምርመራ እና የማማከር አገልግሎት ማዕከል

የኤች.ኤይ.ቪ/ኤድስ ምርመራ እና የማማከር አገልግሎት የት ማግኘት እንደሚችሉ መረጃ ለማግኘት የተመዘገቡ አገልግሎቶች ጋር በ **888-404-3549** ይደውሉ። የኤች.ኤይ.ቪ/ኤድስ ህክምና ማግኘት ከፈለጉ፣ የእርስዎ PCP እንክብካቤውን እንዲያገኙ ይረዳዎታል ወትም በ **888-404-3549** መደወል ይችላሉ። እንዲሁም እርስዎ ወይም ዶክተርዎ ለ HIV/AIDS የመጋለጥ ኢድል ሰፊ እንደሆነ የሚያምኑ ከሆነ የቅድመ-ተጋላጭነት የመከላከያ መድሃኒት (PrEP) ማግኘት ይችላሉ።

መድሃኒቶችን እንዴት እንደሚያገኙ (የፋርማሲ አገልግሎቶች እና የትዕዛዝ መድሃኒቶች)

የመድሃኒት ቤቶች መድሃኒትዎን ሄደው የሚወስዱበት ቦታዎች ናቸው። ሃኪምዎ የመድሃኒት ማዘዣ ከሰጥዎ በMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ኔትወርክ ውስጥ ወዳሉ መድሃኒት ቤቶች መሄድ አለብዎት።

በMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ኔትወርክ ውስጥ ያሉ የሁሉም ፋርማሲዎች ዝርዝርን በአቅራቢ መዝገብዎ ውስጥ ወይም በኢንተርኔት በMedStarFamilyChoiceDC.com ማግኘት ይችላሉ።

ከከተማ ውጪ ከሆኑ እና አስቸኳይ ህክምና ካስፈለገዎት ለእርስዎ PCP ይደውሉ። የእርስዎ PCP ቢሮ ከተዘጋ፣ የነርስ የምክር መስመሩን በ **855-210-6204** ይደውሉ። ነርሷ ወደ ሃኪም ባስቸኳይ መሄድ እንዳለብዎት ወይም እንደሌለብዎት ለመወሰን ትረዳዎታለች። ነርሷ እንዴት እንክብካቤ ማግኘት እንዳለብዎት ትነግሮታለች። ለተደጋጋሚ ወይም ለአስቸኳይ እንክብካቤ ደ ድንገተኛ ክፍል መግባትም ሆነ አምቡላንስ መጠቀም የለብዎትም።

ከከተማ ውጪ ከሆኑ እና የድንገተኛ በሽታ፣ የአዕምሮ ጤና ወይም አልኮል ወይም ሌላ የመድሃኒት (የእጽ) ድንገተኛ ሁኔታ ጭምር ካጋጠመዎት፣ ወዲያው እንክብካቤ ለማግኘት ወደ አቅራቢያው የድንገተኛ ህክምና ክፍል (ER) ይሄዱ ወይም በ **911** ይደውሉ። ወደ ድንገተኛ ክፍል ከሄዱ፣ የክፍሉን ሰራተኛ የእርስዎ PCP ጋር እንዲደውል መጠየቅ አለብዎት። ወደ ER ከሄዱ፣ ለክትትል ጉብኝት ለእርስዎ PCP ይደውሉ። ቀጠሮ ለመያዝ እርዳታ ከፈለጉ፣ ለተመዘጋቢ አገልግሎቶች ይደውሉ።

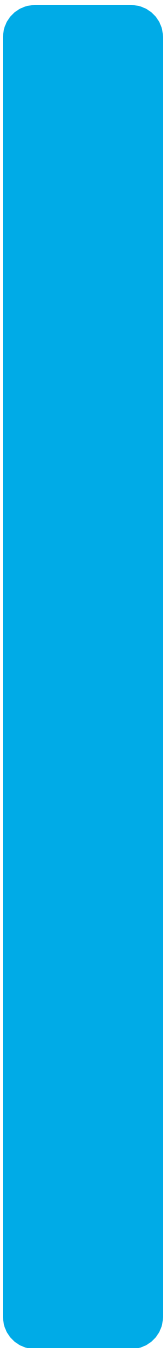
ከከተማ ውጪ እያሉ ከሃኪም መድሐኒት የሚፈልጉ ከሆነ፣ ለእኛ የተመዘጋቢ አገልግሎት መምሪያን ይደውሉ። ከሥራ ሰዓታት በኋላ እርዳታ ካስፈለገዎት፣ እባክዎ ለነርስ የምክር መስመር በ **855-798-3540** ይደውሉ። የፋርማሲ ኔትወርክችን ከከተማ ውጪ ሲሆኑ የትዕዛዝ መድሃኒትዎን ለመስጠት የሚያግዙ በርካታ ብሔራዊ ሰንሰለቶች አሉ።

በሃኪም የታዘዘ መድሃኒት እንዴት እንደሚወስዱ

- የMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ኔትወርክ አባል የሆነ እና ለሥራዎ እና ቤትዎ ቅርብ የሆነ ፋርማሲ ይምረጡ።
- በሐኪም የተዘዘ መድሐኒት ፍቃድ ያለዎት ጊዜ፣ ወደ ፋርማሲው ይሄዱ እና ለፋርማሲስቱ የሐኪም ትዕዛዝ ማዘዣውን እና የMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የተመዘጋቢ መታወቂያዎን ይስጡ።
- አገዛ የሚፈልጉ ከሆነ፣ እባክዎ ለተመዘጋቢ አገልግሎቶች በስልክ ቁጥር **888-404-3549** ይደውሉ።

ማስታወስ ያሉብዎ ነገሮች

- ለመድሐኒቶቹ ክፍያ እንዲፈጽሙ አይጠየቁም። ፋርማሲው ወይም የመድሃኒት መደብሩ እንዲከፍሉ ከጠየቁ ለMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የተመዘጋቢ አገልግሎቶች ይደውሉ።
- አንዳንድ ጊዜ ሃኪምዎ ለመድሃኒት የቅድመ ፈቃድን (PA) ከ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ማግኘት ሊኖርብዎት ይችላል። አቅራቢዎ ለቅድመ-ፈቃድ (PA) በሚጠብቅበት ወቅት፣ መድሃኒቱን የማግኘት መብት አለዎት።
 - ለ እስከ 72 ሰዓታት ወይም
 - የሚወስዱት በቀን ከአንድ ጊዜ በታች ከሆነ ለአንድ ሙሉ ዙር መድሃኒት



በሽታን መቆጣጠር

በጣም ስር የሰደደ በሽታ ወይም እንደ አስም፣ ከፍተኛ የደም ግፊት፣ ወይም የአዕምሮ በሽታ የመሳሰሉ ልዩ የጤና ሕክምና የሚያስፈልግዎ ከሆነ፣ በእኛ የጉዳይ አስተዳደር ፕሮግራም ውስጥ እንዲታቀፉ እናደርጋለን። ይህ ማለት የእንክብካቤ ሃላፊ ይኖርዎታል ማለት ነው።

የእንክብካቤ አስተዳዳሪ ማለት MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የሚሰራ ግለሰብ ሲሆን ጤናዎን ለማሻሻል እና ህመምዎን ለማስታመም እንዲሁም መረጃ እና አገልግሎቶችን እንዲያገኙ የሚረዳዎት ነው።

የእንክብካቤ ማስተገባቢ እና የእንክብካቤ አስተዳደር ፕሮግራሞች

እርስዎ ወይም ልጆችዎ ስር የሰደደ በሽታ ወይም እንደ ስኳር፣ ከፍተኛ የደም ግፊት፣ የአዕምሮ በሽታ፣ ወይም አስም የመሳሰሉ ልዩ ሕክምና የሚያስፈልጋቸው በሽታዎች ያለባችሁ እንደሆነ፣ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የጤና እንክብካቤ ፍላጎትዎን ተጨማሪ እገዛ ለመስጠት ልዩ አገልግሎቶች እና ፕሮግራሞች ሊያቀርብልዎ ይቻላል። እርስዎ ወይም የእርስዎ ልጅ በሽታዎን እንዲያስታሙ እና የበሽታ ሁኔታዎን ለማሻሻል አገልግሎቶች እና መረጃዎችን በመስጠት የሚያግዝ የእንክብካቤ አስተዳደር ይኖራችኋል።

MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የእንክብካቤ አስተዳደሪዎች በሚከተሉት ነገሮች እርስዎን እና ልጅዎን ሊረዳዎት ይችላል፦

- ጤናማ የአኗኗር ዘይቤ ማስተዳደር እና መያዝ ላይ መረጃ።
- ወጪው የተሻሻረ አገልግሎት ማግኘት ላይ።
- የሕክምና ቀጠሮ እና ምርመራዎችን ማቀናጀት።
- ትራንስፖርት ማመቻቸት።

- ትክክለኛውን አገልግሎት እያገኙ እንደሆነ ለማረጋገጥ መንገዶችን መፈለግ።
- ልዩ የጤና እንክብካቤ ፍላጎቶች ላይ ግብአቶችን እንዲያገኙ ማገዝ እና/ወይም ለእርስዎ እንክብካቤ ሰጪዎች የእለት-ተ-እለት ጭንቀት እገዛ ማቅረብ።
- ጭንቀትዎን እንዲቀንስ ለእንክብካቤ ሰጪዎችዎ እገዛ ማድረግ።
- የእርስዎ ጥቅማጥቅሞች ሲያልቁ፣ ሌላ MCO ይመርጣሉ። ወይም ወደ DC Medicaid ክፍያ-ለ-አገልግሎት ፕሮግራም ይተላለፋሉ፣ አስፈላጊ ከሆነ።

ለተጨማሪ መረጃ፣ የእንክብካቤ አስተዳደር ፕሮግራሞችንን በ **202-363-4348** ወይም **855-798-4244** ያነጋግሩ። የእኛ ሠራተኛ የበለጠ መረጃ ያቀርባላችኋል። እንደዚሁም በአሁኑ ሰዓት ላይ የትኛው ፕሮግራም ላይ እንደተመዘገቡ እንዲያውቁ ያሳውቆታል። እንዲሁም ለፕሮግራም ሪፌር መጠየቅ ወይም ከፕሮግራም ለመውጣት መጠየቅ ይችላሉ።





አዋቂዎች እንዲታወቁ የሚያደርጉ አገልግሎቶች

MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ጤናዎን እንዲጠብቁ ይፈልጋል። እንደዚሁም ለእርስዎ የምናቀርባቸው የጤና እና በጎነት አገልግሎቶች ላይ እንዲመዘገቡ ይፈልጋል። የጤናና የደህንነት አገልግሎቶች ምርመራ፣ ማመከርና ክትባትን ይጨምራሉ።

MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የሚመከሩ ዓመታዊ ማጣሪያዎችን ስለጠናቀቁ የስጦታ ካርዶችን ይሰጣል። ብቁ ለሚሆኑበት ፕሮግራሞች ላይ መረጃ ለማግኘት ከማህበራዊ ተደራሽነት ባለስልጣናት ጋር ለመነጋገር በ **202-363-4348** ወይም **855-798-4244** ይደውሉ።

የጤና ምርመራን የተመለከቱ ምክሮች ("ምርመራዎች")

እባክዎ ቀጠሮ ይየዙና ቢያንስ በዓመት ውስጥ አንድ ጊዜ የእረስዎን PCP ይጎብኙ። የ "የጤናዎ ጥቅማጥቅሞች" ክፍል ዉስጥ በምርመራዎ ጊዜ ከእርስዎ PCP ጋር ስለሚያወሯቸው ነገሮች "የአዋቂ ጤናነት አገልግሎቶች" ዝርዝርን ይመልከቱ።

MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC በሃኪም ወይም ሌላ ፈቃድ ያለው አቅራቢ ለሚመከሩ የበሽታ ምርመራ ማጣሪያ እና የመከላከያ የህክምና አገልግሎቶችን ይሸፍናል እናም ይከፍላል።

ጤናማ ሆነው እንዴት እንደሚቆዩ

የበሽታ መከላከል የማማከር አገልግሎት ጤናማ ሆነው እንዲቆዩ ያግዛታል። በሚከተሉት ርዕሶች ላይ የበሽታ መከላከል ላይ ያተኮረ የምክር አገልግሎት ማግኘት ይችላሉ፡

- አመጋገብና የአካል ብቃት እንቅስቃሴ
- የአልኮልና የእጽ አጠቃቀም
- ማጨስ ስለማቆም
- የ HIV/AIDS መከላከል

ለአዋቂዎች የሚያስፈልጉ ክትባቶች ወይም "መርፌዎች"

አዋቂ ከሆኑ የተወሰኑ ክትባቶች ሊያስፈልጉዎ ይችላሉ። እባክዎ የትኛዎቹ ክትባቶች ለእርስዎ እንደሚያስፈልጉ ከእርስዎ PCP ጋር ይነጋገሩ።

ቢያንስ በዓመት ውስጥ አንድ ጊዜ ከእርስዎ PCP ጋር ሄደው ለመታየት ቀጠሮ ይየዙ።

እርግዝና – ልጅ መውለድ

ነፍሱ ጡር ከሆኑ ወይም ነኝ ብለው ካሰቡ፣ ወዲያውኑ ወደ እርስዎ የጽንሰና የማህጸን ሃኪም (OB/GYN) መሄድ ግድ ነው። ይህንን ቀጠሮ ሳያስይዙ ከእርስዎ PCP ጋር መገናኘት አያስፈልግዎትም።

ነፍሱ ጡር ከሆኑ፣ እባክዎ ለሚከተሉት ይደውሉ

- እርግዝናዎን ሪፖርት ለማድረግ፣ የኢኮኖሚ ዋስትና አስተዳደር (ESA) በ **202-727-5355**
- ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች በ **888-404-3549**
- የእርስዎ PCP

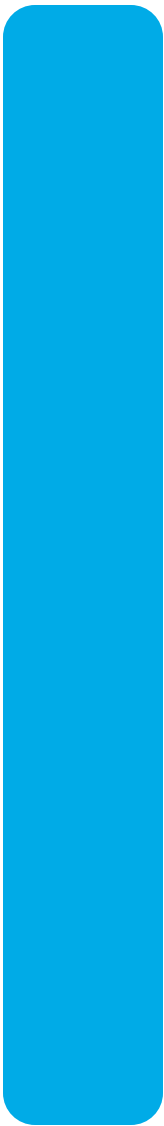
እርጉዝ ከሆኑ መመርመር ያለብዎት እንደሚችል ነገሮች አሉ። እነዚህ ምርመራዎች ጤናማ የሆነ እርግዝና፣ ወሊድና ልጅ እንዲኖርዎ ያደርጋሉ። ይህ ደግሞ የቅድመ ወሊድ ክትትል ይባላል። የቅድመ ወሊድ ክትትል የሚያገኙት ልጅዎ ከመውለዱ በፊት ነው።

ልጅ ከመውለድዎ በፊት እና በኋላ (የቅድመ ወሊድ እና ድሕረ-ወሊድ እንክብካቤ)

የእርስዎ OB/GYN ሃኪም በመደበኛ ጊዜያት ሊያይዎት ይፈልጋል። እነዚህን ቀጠሮዎች ላለመቅጣት ለጤናዎ እና ለልጅዎ ጤና አስፈላጊ ነው። ነፍሱ-ጡር በሆኑበት የመጀመሪያ ሰባት ወራት ወቅት፣ የእርስዎ OB/GYN ሃኪም በየወሩ ሊያይዎት ይፈልጋል። ከሰባት ወራት በኋላ፣ የእርስዎ OB/GYN ሃኪም በየሁለት ሳምንታት ሊያይዎት ይፈልጋል። ልጅዎን የሚወልዱበት ጊዜ እየተቃረበ ሲመጣ፣ የእርስዎ OB/GYN ሃኪም በየሳምንቱ ሊያይዎት ይፈልጋል። እንዲሁም ልጅዎን ከወለዱ በኋላ በሰድስት ሳምንታት አካባቢ የእርስዎ OB/GYN ሃኪም ሊያይዎት ይፈልጋል። ከዚህ ጉብኝት በኋላ፣ ተመልሰው ወደ እርስዎ PCP መሄድ ይችላሉ።

ያስታውሱ- ነፍሱ ጡር ከሆኑ ወይም ነፍሱ ጡር የሆኑ ከመሰለዎት አልኮል መጠጥ አይጠጡ፣ ሌሎች እጾችን አይቀሙ እንዲሁም አያጭሱ።





እባክዎ ነፍሱ-ጡር መሆንዎን እንዳወቁ በፍጥነት ለ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ይደውሉ። ጥሩ የቅድመ-ወሊድ እንክብካቤን የሚያበረታታ ልዩ ፕሮግራም ለነፍሱ-ጡር ሴቶች ይኖረናል። እርስዎ የ 28 ሳምንት በታች እርጉዝ ከሆኑ፣ የ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC እምነት እና እኔ የማበረታቻ ፕሮግራም ለመቀላቀል ብቁ ሊሆኑ ይችላሉ።

ይህ ፕሮግራም ልጅ ከመውለድዎ በፊት እና በኋላ እራስዎን እና ልጅዎን ስለንክብካቤ ማበረታቻ ይሰጣል። እንዲሁም፣ እንደ Momma and Me (እምነት እና እኔ) ተሳታፊ፣ እርስዎ የትምህርት ቁሳቁሶችን ያገኛሉ። ስለ ፕሮግራሙ ተጨማሪ መረጃ ለማግኘት፣ እባክዎ ለእንክብካቤ አስተዳደር ቢሮ በ **202-363-4348** ወይም **855-798-4244** ይደውሉ እና የተደራሽነት ጥቆማን ይምረጡ እና ከቅድመ-ወሊድ አስተባባሪ ጋር ለመነጋገር ይጠይቁ።

በ MedStar Family Choice-DC Momma and Me የማበረታቻ ፕሮግራም ውስጥ ለማይመዘገቡ እናቶች፣

We Care (እኛ እናንከበክባለን) የሚባል የድህረ-ወሊድ ፕሮግራም አለን። በዚህ ፕሮግራም ውስጥ ላለች ተሳታፊ፣ የድህረ-ወሊድ ምርመራዎችዎን ስለወሰዱ እና አዲስ የተወለደ/ች ልጅዎን ወደ የመጀመሪያ ሁለት-ሳምንቱ/ቷ፣ የጤናማ-ልጅ ጉብኝት፣ ስለወሰዱ ለማበረታቻ ብቁ ሊሆኑ ይችላሉ። ስለ We Care (እኛ እናንከበክባለን) ተጨማሪ መረጃ ለማግኘት፣ እባክዎ ለእንክብካቤ አስተዳደር ቢሮ በ **202-363-4348** ወይም **855-798-4244** ይደውሉ እና የተደራሽነት ጥቆማን ይምረጡ እና ከቅድመ-ወሊድ አስተባባሪ ጋር ለመነጋገር ይጠይቁ።

ልጅዎን ከወለዱ በኋላ፣ ለእንክብካቤ አስተዳደር በ **202-363-4348** ወይም **855-798-4244** እና ለESA በ **202-727-5355** ይደውሉ።

የጤና ጥቅሞችዎ

በMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የሚሸፈኑ አገልግሎቶች

ከታች ያለው ዝርዝር ለሁሉም MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ተመዝጋቢዎች የሚሰጡ የጤና እንክብካቤ አገልግሎቶች እና ጥቅማጥቅሞችን ያሳያል። አንዳንድ ጥቅሞችን ለማግኘት እድሜዎ የተወሰነ መሆን ወይም ለአገልግሎቱ በተወሰነ መልኩ ለእርስዎ አስፈላጊ የሆነ መሆን አለበት። ዋጋ-መጋራት በተመዝጋቢዎች ላይ እንዲጫኑ የኮሎምቢያ ዲስትሪክት አይፈቅድም። MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የአሁን አባላት በኔትወርክ ውስጥ ወዳለ ማንኛውም አገልግሎት ሰጪ ወይም ሆስፒታል የሄዱ ከሆነ፣ ለማንኛውም የጤና አገልግሎቶች ክፍያ አያስከፍልም።

MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የተወሰኑ ዓይነት የጤና እንክብካቤ ይሸፍን እንደሆነ ጥያቄዎች ካሉዎት፣ ለ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC በ **888-404-3549** ይደውሉ።

በMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የማይሸፈኑ አገልግሎቶች

- የውበት ቀዶ ህክምና (Cosmetic surgery)
- የሙከራ ወይም የምርምር አገልግሎቶች፣ ቀዶ ጥገናዎች፣ ህክምናዎችና መድሃኒቶች

- የክሊኒካል ሙከራ ፕሮቶኮል አካል የሆኑ አገልግሎቶች
- ውረጃ፣ ወይም በፈቃደኝነት ልጅን ማስወገድ በፌደራል ህግ በማይጠየቅ ሁኔታ ውስጥ
- የመሃንነት ህክምና
- እድሜያቸው ከ 21 አመት በታች ለሆኑ ሰዎች የመማከኛ ህክምና
- በህክምና አስገዳጅ ያልሆኑ አገልግሎቶች
- ክፍት የልብ ቀዶ ጥገና ህክምና
- የአይን እንክብካቤ ለአዋቂዎች
- የአካል ክፍል ጎቅለ ተከላ
- የድንገተኛ ህክምና ክፍል አገልግሎቶች
- የTMJ አገልግሎት
- የኬሮፕራክቲክ አገልግሎቶች
- ስኬልሮቴራሽን
- ማዋለጃዎች
- ለአዕምሮ ጤና፣ ባህሪያዊ ጤና እና የአልኮል ወይም የእጽ መጠቀም ህክምና አገልግሎቶች፣ አልኮል ወይም ናርኮቲኮች ለማቆም የሆስፒታል የውስጥ ህክምና ካስፈለገ በስተቀር።
- አንድ አንድ የምክር ወይም የሪፌር አገልግሎቶች በሃይማኖታዊ ወይም ስነ-ምግባር እምነቶች ምክንያት በMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ላይሸፈኑ ይችላሉ። ለተጨማሪ መረጃ DHCF በ **202-442-5988** ላይ ይደውሉ።



ጥቅሞች	የሚያገኙት ምንድን ነው
<p>የአዋቂዎች የደህንነት አገልግሎቶች</p>	<ul style="list-style-type: none"> • ክትባቶች • የአካል ጤና ምርመራ • በግብረሰጋ ግንኙነት ለሚከሰቱ በሽታዎች ተደጋጋሚ ምርመራ • HIV/AIDS ምርመራና የምክር አገልግሎት • የጡት ካንሰር ምርመራ • የማህጸን ካንሰር ምርመራ (ለሴቶች ብቻ) • የአስቴሪሮሲስ ምርመራ (ለረጡ ሴቶች) • የኤችፒቪ (HPV) ምርመራ • ፕሮስቴት ካንሰር ምርመራ (ለወንዶች ብቻ) • የሆድ ኦሮቲክ አንጭረዝም ምርመራ • ከመጠን በላይ ውፍረት ምርመራ • የስኳር ህመም ምርመራ • የከፍተኛ የደም ግፊትና የኮሌስትሮል ምርመራ (የሊፒድ ችግሮች) • የጭንቀት ምርመራ • የኮሎሬክታል ካንሰር ምርመራ (50 ዓመት እና ከዚያ በላይ ዓባላት) • ማጨስ ስለማቆም የምክር አገልግሎት • የአመጋገብና የአካል ብቃት እንቅስቃሴ ምክር • የአእምሮ ጤና የምክር አገልግሎት • መጠጥ እና ሌሎች ዕጾች መውሰድ ምርመራ
<p>የጥርስ ህክምና ጥቅሞች</p>	<ul style="list-style-type: none"> • አጠቃላይ የጥርስ ህክምና (መደበኛና የድንገተኛ ህክምናን ጨምሮ) እና ኦርቶዶንቲክ ህክምና (ጥርስ ላይ ያሉ ችግሮችን ለማስተካከል) • በቀን መቁጠሪያ ዓመት ለአገልግሎቶች \$1000 ገደብ የተደረገበት • የሚከተሉትን ጨምሮ የጥርስ እና ድድ እንክብካቤ እና ህክምና: <ul style="list-style-type: none"> – በየ6 ወራቱ የሚከናወን አጠቃላይ የጥርስ ምርመራ – ቀላል እና ውስብስብ የቀዶ ጥገና አገልግሎቶች እና ቁንጠራዎች – የድንገተኛ ጊዜ የጥርስ ህክምና – መውላት – በየ6 ወራቱ የሚከናወን የማፅዳት እና ፍሎራይድ ህምድዎች – የቦታ ማሸጋሸግ (ከፊል ዲንቸርስ) በህክምና በሚያስፈልግ ጊዜ – ራጆች (ሙሉ ዙር በየ 3 ዓመቱ 1 ጊዜ ብቻ) – ዲንቸርስ (በየ5 ዓመታት አንድ አዲስ ስብስብ) እና ዲንቸር ጥገና – አራል ቀዶ ጥገና – ማንኛውም ታካሚው በሆስፒታል ቆይቶ እንዲታከም የሚጠይቅ የጥርስ ህክምና ቀድሞ መፈቀድ (ቀድሞ መጽደቅ) አለበት – በምርጫ የሚደረጉ አጠቃላይ ማደንዘዥ የሚጠይቁ የቀዶ ጥገና ህክምናዎች • ተደጋጋሚ የኦርቶዶንቲክ ህክምናን አይጨምርም • ክራውኖችን እና የጥርስ የስር ክፍተቶችን አይሸፍንም
<p>የዲያሊሲስ አገልግሎት</p>	<ul style="list-style-type: none"> • በሳምንት እስከ 3 ጊዜ ድረስ (በቀን አንድ ጊዜ ብቻ)
<p>ረጅም እድሜ የሚቆዩ የህክምና መሳሪያዎች (DME) እና የሚወገዱ የህክምና እቃዎች (DMS)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • DME - የተሽከርካሪ ወንበሮች፣ የሆስፒታል አልጋዎች፣ ማስኬጃዎች፣ አክሲጂን። • DMS - ፋሻዎች እና መጠቅለያዎች፣ የመሳብ፣ የማምጠጫ ካቴተሮች • ኦርቶቲክስ - ቅንፍ፣ ስንጥቆች፣ ፕሮስቴቲክስ

ጥቅሞች	የሚያገኙት ምንድን ነው
የድንገተኛ አገልግሎቶች	<ul style="list-style-type: none"> • ለድንገተኛ አገልግሎቶች እንደ አንቡላንስ ያለ ትራንስፓርት
የቤተሰብ እቅድ	<ul style="list-style-type: none"> • የእርግዝና ምርመራ፣ የምክር አገልግሎት ለሴቶች • ተደጋጋሚ ድንገተኛ የወሊድ ቁጥጥር አገልግሎት • እድሜያቸው ከ21 ዓመት በላይ ለሆኑ አባላት በፈቃደኝነት ላይ የተመሰረተ ማምከን (ህክምናው ከመደረጉ ከ30 ቀናት በፊት አባሉ በጸደቀ የማምከን አገልግሎት መጠየቂያ ላይ መፈረም አለበት) • ምርመራ፣ ምክር አገልግሎት እና ክትባት (ለ HPV ጨምሮ) • ለሁሉም በግብረሰጋ ለሚተላለፉ በሽታዎች ምርመራ እና የበሽታ መከላከል ሕክምና • እድሜያቸው ከ21 በታች ለሆኑ አባላት የማምከን ህክምና አይሰጥም
የመስማት ህክምና	<ul style="list-style-type: none"> • የመስማት ህክምና አገልግሎቶች ከመስማት ችሎታ፣ ከመስማት ማገዣ መሳሪያዎችና ከባትሪዎቻቸው ጋር የተያያዙ ሁኔታዎች ምርመራና ህክምናን ጨምሮ
የቤት ውስጥ የጤና አገልግሎቶች	<ul style="list-style-type: none"> • የሚከተሉትን ጨምሮ የቤት ውስጥ የጤና እንክብካቤ አገልግሎቶች፡ <ul style="list-style-type: none"> – አካላዊ ቴራፒ፣ የሥራ-ነክ ቴራፒ፣ የቁስል እንክብካቤ፣ የንግግር ፓቶሎጂና የድምጽ አገልግሎት – የነርስ አገልግሎትና የቤት ውስጥ ተንከባካቢ ህክምና – በቤት ውስጥ ጤና አገልግሎት አቅራቢዎች የሚሰጡ የቤት ውስጥ ተንከባካቢ አገልግሎቶች
የሆስፒታል አገልግሎቶች	<ul style="list-style-type: none"> • ተመላላሽ ታካሚዎች (የበሽታ ክልክል፣ ምርመራ፣ ቴሮፓውቲክ፣ ሪሃቢሌሽን፣ ወይም የፓሊያቲቭ አገልግሎቶች) • የውስጥ ታካሚ አገልግሎቶች (ሆስፒታል ውስጥ የሚቆዩ) ቅድመ-ፈቃድ ሲኖር
የላብራቶሪ እና የራጅ አገልግሎቶች	<ul style="list-style-type: none"> • የላብራቶሪ ምርመራዎችና ራጆች
የነርቲንግ ሆም እንክብካቤ	<ul style="list-style-type: none"> • እስከ 30 ተከታታይ ቀናት የሙሉ ቀን የቤት ለቤት የብቁ ባለሞያ ነርስ እንክብካቤ
የመድሃኒት ቤት አገልግሎቶች (በማዘዣ የሚሸጡ መድሃኒቶች)	<ul style="list-style-type: none"> • የMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የመድሃኒት ፎርሙላሪ (ዝርዝሩን) ውስጥ የተካተቱ የትዕዛዝ መድሃኒቶች። የመድሃኒት ዝርዝሩን በ MedStarFamilyChoiceDC.com ወይም የተመዘጋቢ አገልግሎቶች ጋር በመደወል ማግኘት ይችላሉ።
የእግር ህክምና (Podiatry)	<ul style="list-style-type: none"> • ከእግር ጋር ለተያያዙ ችግሮች ልዩ ህክምና • በህክምና አስፈላጊ ሲሆን መደበኛ የእግር ህክምና
የመጀመሪያ ደረጃ የህክምና አገልግሎቶች	<ul style="list-style-type: none"> • የበሽታ መከላከል፣ የአጣዳፊ፣ እና ስር የሰደዱ የጤና ሕክምና አገልግሎቶች በአጠቃላይ በእርስዎ PCP የሚቀርቡ
የማገገም (Rehabilitation) አገልግሎት	<ul style="list-style-type: none"> • የከፋ ጉዳት ወይም ሌላ የሕክምና ክስተት በኋላ ተግባር ለማሻሻል ለማገዝ እንደ አስፈላጊ ሕክምና ቅድሚያ በሚፈቀዱበት ጊዜ ይህ የሚጨምረው አካላዊ፣ ንግግር፣ እና የሥራ ቴራፒ ያካትታል።

ጥቅሞች	የሚያገኙት ምንድን ነው
ልዩ አገልግሎቶች	<ul style="list-style-type: none"> • ልዩ ስልጠና ባገኙ ዶክተሮች ወይም በከፍተኛ ደረጃ ነርሶች የሚሰጡ የጤና እንክብካቤ አገልግሎቶች • ሪፈራሎች ብዙ ጊዜ ያስፈልጋሉ።
የትራንስፖርት አገልግሎቶች	<ul style="list-style-type: none"> • በ DHCF የሚሸፈኑ አገልግሎቶችን ለማካተት ወደ ህክምና ቀጠሮዎች ለመውሰድ እና ለመመለስ ትራንስፖርት



የእንክብካቤ ማለፊያ

MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ለእርስዎ አዲስ ከሆነ፣ ቀጠሮ የተያዘላቸው የዶክተር ቀጠሮችዎ እና የመድሃኒት ትእዛዛትን ለመጀመሪያ 90 ቀናት ማቆየት ይችላሉ። ባሁኑ ጊዜ አቅራቢዎ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ኔትዎርክ ወስጥ ከሌለ፣ እንግዲያውስ የMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የአቅራቢ ኔትዎርክ ወስጥ የሆነ አዲስ አቅራቢን እንዲመርጡ ይጠየቃሉ። አቅራቢዎ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC

ኔትዎርክ ትቶ ከወጣ፣ አቅራቢው ኔትዎርኩን የተወበትን ቀን በኋላ በ15 ቀናት ወስጥ እናሳውቆታለን። አዲስ አቅራቢን ለመምረጥ ጊዜ እንዲያገኙ። የMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ከአቅራቢዎ ጋር ያለውን ውል ካቋረጠ፣ ማቋረጫው ተግባራዊ ከሚሆንበት ቀን በፊት በ30 የካሌንደር ቀናት ውስጥ እናሳውቆታለን።

ማወቅ የሚገቡዎት ሌሎች አስፈላጊ ነገሮች

እኔ ከተዛወርኩትስ?

- ለዲስትሪክት ኦፍ ኮሎምቢያ (-ዲሲ) ኢኮኖሚያዊ ዋስትና አስተዳደር (ESA) የለውጥ ማዕከል በ **202-727-5355** ይደውሉ
- የMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የተመዘጋቢ አገልግሎቶች በ **888-404-3549** ይደውሉ።

ልጅ ከወለድኩትስ?

- ለADC ኢኮኖሚያዊ ዋስትና አስተዳደር (ESA) የለውጥ ማዕከል በ **202-727-5355** ይደውሉ።
- ለMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የእንክብካቤ አስተዳደር ቢሮ በ **202-363-4348** ወይም **855-798-4244** ይደውሉ።

ልጅ በጉዲፈቻ ከወሰድኩትስ?

- ለADC ኢኮኖሚያዊ ዋስትና አስተዳደር (ESA) የለውጥ ማዕከል በ **202-727-5355** ይደውሉ።

ከቤተሰቤ ውስጥ አንድ ሰው ከሞተስ?

- ለADC ኢኮኖሚያዊ ዋስትና አስተዳደር (ESA) የለውጥ ማዕከል በ **202-727-5355** ይደውሉ።
- የMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የተመዘጋቢ አገልግሎቶች በ **888-404-3549** ይደውሉ።

የእኔን MCO እንዴት መቀየር እንደሚችሉ

- በዓመት አንድ ጊዜ የእርስዎን MCO መቀየር ይችላሉ። ወይም ጥሩ ምክንያት/ሰበብ ካለዎት በየትኛውም ጊዜ። ጥሩ ምክንያት/ሰበብ የሚያካትተው፡
 - ከአገልግሎት አካባቢ ወደ ሌላ ቦታ ከተዛወሩ፤
 - የMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC፣ በሥነ ምግባራዊ ወይም ሃይማኖታዊ ምክንያቶች፣ የሚፈልጉትን አገልግሎት(ቶች) የማይሸፍን ከሆነ፤
 - የተያያዙ አገልግሎቶች በተመሳሳይ ጊዜ እንዲከናወኑ ከፈለጉ እና ከተያያዙ አገልግሎቶች ሁሉም የሚገኙ ካልሆነ እና አቅራቢዎ አገልግሎቶቹን ለብቻ ለብቻ መቀበል ጉዳት እንዳለው ከወሰነ።
 - በዘር፣ ጾታ፣ ብሄር፣ የብሄራዊ አመጣት፣ ሃይማኖት፣ አካል ጉዳተኝነት፣ እርግዝና፣ እድሜ፣ የዘረመል መረጃ፣ የጋብቻ ሁኔታ፣ የወሲባዊ ምርጫ፣ የጾታ መለያ፣ የግል መግለጫ፣ የቤተሰብ ሀላፊነቶች፣ የፖለቲካ አመለካከት፣ እና/ወይም የገቢ ምንጭ ወይም የመኖሪያ ቦታ፣ የMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC አድልዎ እንደፈጸመብዎ ካመኑ ወይም፤
 - ጥራት የጎደለ እንክብካቤ እንደወሰዱ፣ ለተሸፈኑ አገልግሎቶች ተደራሽነት ካጡ፣ ወይም የጤና እንክብካቤ ፍላጎቶቻችን በማስተናገድ ልምድ ያላቸው አቅራቢዎች ተደራሽነትን እንዳጡ ካመኑ።

- ለመጀመሪያ ጊዜ ወደ የMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የገቡበት ወር እና ቀን አመታዊ በዓል ከመድረሱ በፊት ባሉት 90 ቀናት ውስጥ በዓመት አንድ ጊዜ የእርስዎን MCO መቀየር ይችላሉ።
- የመጀመሪያ ምዝገባ ቀን በኋላ በ90 የካሌንደር ቀናት ውስጥ ወይም ከዲስትሪክቱ የምዝገባ ማስታወቂያ ከደረሰዎ በኋላ በ90 የካሌንደር ቀናት ውስጥ፣ የትኛውም በኋላ የመጣ።
- ከዚያ በኋላ ቢያንስ በእየ 12 ወራት።
- ጊዜያዊ የብቁነት ማጣት ዓመታዊ ያለመመዝገብ እድል እንዲያጡ ካደረጉ።
- ዲስትሪክቱ የእርስዎ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ላይ ማዕቀብ ከጣለ፣ አባልነትን በማገድ።
- D.C. Healthy Families ከዓመት በዓል ማክበሪያ ቀን ሁለት ወራት አስቀድሞ ደብዳቤ ይልክልዎታል። ደብዳቤው እንዴት MCO መለወጥ እንደሚችሉ ይነግርዎታል።
- የሚፈልጉትን እንክብካቤ ማግኘት መቀጠል እንዲችሉ፣ የጤና እንክብካቤ መረጃዎ ወደሚመርጡት አዲሱ MCO ይተላለፋል።

የእርስዎን MCO ለመቀየር፦

- በስልክ፣ በ**202-639-4030** ወይም **800-620-7802** ይደውሉ። የስራ ሰዓት፣ ከሰኞ እስከ ዓርብ፣ ከጧት ከሰዓት 8 እስከ ምሽት 6
- በኢንተርኔት በ **DCHealthyFamilies.com**
- የጤና እቅድ መምረጫ ቅጽ እና የምዝገባ እሽግ ውስጥ ያሉ ሁሉም ሌሎች ቅጾችን ይሙሉ። በምዝገባ እሽግ ውስጥ የሚገኘው የተጠቃለለ ፖስታ ውስጥ አድርገው በፖስታ መልሰው ይላኩባቸዎታል።

የሚከተሉትን ካደረጉ፣ ከእንግዲህ ከ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የጤና እንክብካቤ ለማግኘት አይፈቀድልዎትም።

- ለ Medicaid ብቁ የሚያደርጉዎትን ቅድመ ሁኔታዎች ማሟላት ካቆሙ
- የማህበራዊ ዋስትና ገቢ (SSI) ብቁ የሆኑበት ደረጃ ላይ ከደረሱ

የሚከተሉትን ካደረጉ የ D.C. መንግስት ከMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ሊያወጣዎት ይችላል፦

- ሌላ ሰው የተመዘገቡ መታወቂያ ካርድዎን እንዲጠቀምበት ካደረጉ፤
- ዲስትሪክቱ የMedicaid የማጭበርበር ተግባር እንደፈጸሙ ካወቁ፤
- ከዲስትሪክቱ ውጪ ወደ ሆስፒታል ከተዛወሩ፤ ወይም
- የአባልነት ሃላፊነቶችዎን ካልተወጡ

ሽፋን ለሚሰጠው አገልግሎት ክፍያ መጠየቂያ ቢል ከቀረበልኝስ ምን ማድረግ አለብኝ?

ከላይ በተገለጸው ዝርዝር ውስጥ ለተሸፈነው አገልግሎት ደረሰኝ ከደረሰዎ፣ በ **888-404-3549** ወደ ተመዝጋቢ አገልግሎቶች ይደውሉ።

ሽፋን ለማይሰጣቸው አገልግሎቶች መክፈል

- እኛ የማንከፍልበትን አገልግሎት እንደሚፈልጉ ከወሰኑ ከMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የተሰጠ የጽሁፍ ፈቃድ ከሌለዎት፣ ለአገልግሎቱ እራስዎ መክፈል ይኖርብዎታል።
- እኛ የማንከፍልበትን አገልግሎት እንደሚፈልጉ ከወሰኑ ለአገልግሎቱ እራስዎ እንደሚከፍሉ የሚያሳይ መግለጫ ላይ መፈረም አለብዎት።
- ሁልጊዜም የተመዘጋቢ መታወቂያ ካርድዎን ማሳየት እንዳለብዎና ለአቅራቢዎ የMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ተመዝጋቢ መሆንዎን አገልግሎቱን ከማግኘትዎ በፊት መንገር አይርሱ።

አዲስ ቴክኖሎጂ እንዴት እንደሚገመገም ይማሩ።

MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC አዲስ ቴክኖሎጂን ይገመግማል፣ እና ለአዲስ ቴክኖሎጂ አዲስ ጥቅሞች፣ እንዲሁ ፈላጊነቱ፣ ቀድሞውኑ ይኖራል። በኢንደስትሪ ለውጦች እና ደረጃዎች ጋር ለመሄድ አዲስ ቴክኖሎጂን እንገመግማለን። ይህም ተመዝጋቢዎች ደህንነት ያለው እና ውጤታማ እንክብካቤ ተደራሽነት እንዲያገኙ ለማረጋገጥ ይረዳል።

የምንገመገመው አዲስ ቴክኖሎጂ እንደ ህክምና እና ባህርይ የጤና እንክብካቤ አሰራሮች፣ መድሃኒቶች፣ የህክምና መሳሪያ (ለምሳሌ፣ የኢንሱሊን ፓምፕ) እና ህክምናዎች (ለምሳሌ፣ ክትባቶች) ምድቦች ውስጥ ይካተታሉ። የአዲስ ቴክኖሎጂ አስፈላጊነት ሲኖር፣ ዋና የህክምና መኮንን ይገመግመዋል እና በምግብ እና መድሃኒት አስተዳደር እንደጸደቀ እና ደህንነት እንዳለው ጥናቶች እንዳሳዩ እና ለተመዘጋቢዎቻችን ውጤታማ እንደሆነ ያረጋግጣል።

የላቀ መመሪያ

የላቀ መመሪያ (Advance Directive) ማለት ሌሎች ሰዎች የጤና እንክብካቤ ምርጫዎችን እንዲያውቁ ለማድረግ የሚፈረሙት የህግ ሰነድ ነው። ጥቅም ላይ የሚውለው ለራስዎ መናገር በማይችሉባቸው ጊዜያት ነው። አንዳንድ ጊዜ በህይወት ዘመን እያለ የሚጠቅም ኑዛዜ ወይም የረጅም ጊዜ የውክልና ስልጣን" በመባል ይታወቃል።

የላቀ መመሪያ እርስዎን በመወከል ለእርስዎ የህክምና ምርጫዎችን መወሰን የሚችል ሰውን እንዲመርጡ ያስችልዎታል። የላቀ መመሪያ በተጨማሪም ፍላጎቶችዎን ለመናገር እስከማይችሉበት ደረጃ ድረስ በጠና ቢታመሙ ምን ዓይነት ህክምና እንደሚፈልጉ የመግለጽ እድል ይሰጥዎታል።

ስለ የላቀ መመሪያ ከቤተሰብዎ፣ ከ PCP እና በእንደዚህ ዓይነት ጉዳዮች ላይ ሊያግዙዎ ከሚችሉ ከሌሎ ሰዎች ጋር መወያየት ጠቃሚ ነው።

የላቀ መመሪያን መሙላትና መፈረም ከፈለጉ፣ በቀጣዩ ቀጠሮዎ ወቅት የእርስዎን PCP እንዲያግዙዎ ይጠይቁ ወይም ለአባላት አገልግሎት በ **888-404-3549** ይደውሉና እነሱ ያግዙዎታል።

ማጭበርበር

ማጭበርበር ከባድ ጉዳይ ነው። ማጭበርበር ምንድን ነው? ማጭበርበር ማለት በእውነተኛው መንገድ ማግኘት የማይቻል የነበረን ጥቅም ወይም ክፍያ ለማግኘት የሃሰት መረጃን መስጠት ወይም እውነታዎችን ማዛባት ማለት ነው። አንድ አባል ከዲስትሪክት አፍ ኮሎምቢያ ውጪ እየኖረ በዲትሪክቱ ውስጥ እንደሚኖር አድርጎ በሃሰት ከቀረበ ይህ በአባላት የሚደረግ የማጭበርበር ድርጊት ምሳሌ ነው። ላልተሰጡ አገልግሎቶች እና/ወይም አቅርቦቶች ሂሳብ ማስከፈል ደግሞ በአገልግሎት አቅራቢዎች ከሚፈጸሙ የማጭበርበር ተግባራት መካከል አንዱ ምሳሌ ነው።

አንድ የማጭበርበር ድርጊት እንደተፈጸመ ከተጠራጠሩ እባክዎ ያሳውቁን። ማንነትዎን ማሳወቅ ወይም ስም መስጠት አይጠበቅብዎትም። ማጭበርበር ምን እንደሚያካትት ተጨማሪ መረጃ ከፈለጉ፣ የ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ድረገጽን በ **MedStarFamilyChoiceDC.com** ይመልከቱ። ማጭበርበርን ሪፖርት ለማድረግ፣ ለMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የተገዢነት ነጻ የስልክ መስመር፣ **877-811-3411**፣ ወይም ለ DC የጤና እንክብካቤ ፋይናንስ መምሪያ ነጻ የስልክ መስመር በ **877-632-2873** ይደውሉ።

የሃኪም (ዶክተር) የክፍያ ሁኔታን ማሳወቅ

MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ከ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ሃኪሞች ጋር ልዩ የፋይናንስ ማስተካከያዎች ካሉት፣ የማወቅ መብት አለዎት።

ለዚህ መረጃ፣ እባክዎ ለMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የተመዘጋቢ አገልግሎቶች በ **888-404-3549** ይደውሉ።

አቤቱታዎች፣ ቅሬታዎች፣ ይግባኞችና ፍትሃዊ የክስ መስማት ሂደት

MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC እና የዲስትሪክት መንግስት ሁለታቸው ስላገኙት እንክብካቤ ወይም MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ስለሚያቀርብልዎት አገልግሎቶች ቅሬታ የሚያቀርቡበት መንገዶች አላቸው። ቅሬታ የሚያቀርቡበትን መንገድ ከዚህ በታች እንደተገለጸው መምረጥ ይችላሉ።

ቅሬታ

- የጤና ጥበቃ አገልግሎቶችን ሲቀበሉ ባጋጠምዎ ነገር ደስተኛ ካልሆኑ አቤቱታ ወይም ቅሬታ ማቅረብ ይችላሉ። አቤቱታ ወይም ቅሬታ ሊያቀርቡባቸው የሚችሉ ምክንያቶች ምሳሌዎች የሚከተሉትን ይጨምራሉ፡
 - በአክብሮት እንዳልተስተናገዱ ከተሰማዎት
 - ባገኙት ህክምና አልተደሰቱም
 - ቀጠሮ ለማግኘት በጣም ብዙ ጊዜ ወሰደብዎት
- አቤቱታ ወይም ቅሬታ ለማቅረብ፣ ለደንበኞች አገልግሎት በ **888-404-3549** መደወል አለብዎ።
- እንዲሁም አገልግሎት ሰጪዎ እርስዎን በመወከል ቅሬታ ሊያቀርብ ይችላል

ያለስደሰተዎ ነገር ከተከሰተ በኋላ በማንኛውም ጊዜ ቅሬታ ማቅረብ ይችላሉ። ቅሬታ የማቅረቢያ የጊዜ ሰሌዳ አልተገደበም። MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC በአብዛኛው ጊዜ ወሳኔ የሚሰጠው በ 90 ቀናት ውስጥ ነው። ነገር ግን ተጨማሪ ጊዜ (ግን በአጠቃላይ 104 ቀናት ያልበለጠ) ሊጠይቅ ይችላል ወሳኔ ለመስጠት።

ለ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC በጽሁፍ ቅሬታ ለማቅረብ፣ ወደሚከተለው አድራሻ የገሰታ መልዕክት ይላኩ፡

MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC
ትኩረት፣ Enrollee Services Coordinator
 3007 Tilden Street, NW, POD 3N
 Washington, DC 20008

ይግባኝና ፍትሃዊ የክስ መስማት ሂደቶች

ጥቅምቶች ፍትሃዊ ባልሆነ መንገድ እንደተከለከሉ፣ እንደተቀነሱብዎ፣ እንደዘገዩ ወይም እንደተቋረጡ የሚያም ከሆነ ለ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ይግባኝ ማለት ይችላሉ። ለ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ባቀረቡት ይግባኝ ውሳኔ

ካልረኩ፣ ከዲሲ አስተዳደራዊ ችሎቶች ቢሮ የስቴት "ፍትሃዊ የመስሚያ ችሎት" መጠየቅ ይችላሉ።

ለMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ይግባኝ ለማስገባት፣ ለተመዘጋቢ አገልግሎቶች በ **888-404-3549** ይደውሉ። ለMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC በጽሁፍ ይግባኝ ለማቅረብ፣ ወደሚከተለው አድራሻ የገሰታ መልዕክት ይላኩ፡

MedStar Family Choice-DC
Appeals Processing
 P.O. Box 43790
 Baltimore, MD 21236

የፍትሃዊ ክስ የመስማት ሂደት ጥያቄ ለማቅረብ በሚከተለው አድራሻ ከዲስትሪክቱ መንግስት ይደውሉ ወይም ይጻፉ፡

የDC አስተዳደራዊ ጽሎቶች ቢሮ
የችሎት ጸሀፊ
 441 4th Street, NW, Room N450
 Washington, DC 20001
 Telephone Number: **202-442-9094**

ማብቂያ ጊዜዎች

- ያልተፈለገ የጥቅምጥቅም ውሳኔ ከተላከበት ቀን ጀምሮ በ60 የካሌንደር ቀናት ውስጥ ይግባኝ መጠየቅ አለብዎት።
- ከMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የሚሰጠው የይግባኝ መፍትሄ መስጫ ማስታወቂያ ከደረሰ በኋላ 120 የካሌንደር ቀናት ባልበለጠ ውስጥ የመስሚያ ችሎት ሊጠይቁ ይችላሉ።
- የፍትሃዊ የክስ መስማት ሂደት ጥያቄ ወይም ይግባኝ አቅርቦው በነበረበት ጊዜ ጥቅምቶችን መቀበልዎን መቀጠል ከፈለጉ የፍትሃዊ የክስ መስማት ሂደቱን ወይም ክስን ማቅረብ ያለብዎ ከዚህ በታች ከተጠቀሱት ውስጥ ዘግይቶ በሚደርሰው ቀን ውስጥ ነው፡
 - ከMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የሚሰጠው ያልተፈለገ የጥቅምጥቅም ውሳኔ ወይም የይግባኝ መፍትሄ መስጫ ማስታወቂያ ከደረሰ በኋላ በ10 የካሌንደር ቀናት ውስጥ
 - በMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የቀረበው እርምጃ ተፈጻሚ ይሆናል ተብሎ የታቀደበት ቀን (ወይም፣ በሌላ አነጋገር፣ ጥቅሙ የሚቆምበት ቀን)።

አቅራቢዎ እርስዎን በመወከል የስቴት የፍትሃዊ የክስ መስማት ችሎት ጥያቄ ወይም ይግባኝ ማቅረብ ይችላል

ይግባኞች

ይግባኝዎን ያቀረቡት በስልክ በመደወል ከሆነ፣ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC በስልክ ያቀረቡትን ይግባኝ ወደ ደብዳቤ ይቀይርና እርስዎ እንዲፈረሙበት የደብዳቤውን ቅጂ ይልክልዎታል። ደብዳቤን በጥንቃቄ ማንበብዎን እርግጠኛ ይሁኑ።

ይግባኝዎ ገቢ ከተደረገበት ቀን ጀምሮ በሚታሰቡ 30 ተከታታይ ቀናት ውስጥ በ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ውሳኔ ይሰጥባቸዋል

MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC መረጃ ለማግኘት ተጨማሪ ጊዜ ካስፈለገው ይህም ለእርስዎ ጥሩ እንደሆነ ዲስትሪክቱ ካመነበት ወይም እርስዎ ወይም ጠበቃዎ ተጨማሪ ጊዜ ከጠየቁ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ይህንን የውሳኔ ጊዜ በ 14 ተከታታይ ቀናት ሊጨምረው ይችላል። MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የማራዘሚያውን የተጻፈ ማስታወቂያ ሊሰጥዎት ይገባል።

ስለይግባኝዎ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የሰጠውን ውሳኔ የሚገልጽ ማስታወሻ በደብዳቤ በገሰታ ይደርስዎታል።

MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ስለይግባኝዎ በሰጠው ውሳኔ ደስተኛ ካልሆኑ፣ ፍትሃዊ የሆነ የክስ መስማት ሂደት መጠየቅ ይችላሉ።

የተፋጠነ (አስቸኳይ) ቅሬታዎች እና የይግባኝ መስማት ሂደት

የእርስዎ ይግባኝ በድንገት/አስቸኳይ ውሳኔ ከተሰጠው፣ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ይግባኝ ከደረሰው በኋላ በ72 ሰዓታት ውስጥ ውሳኔውን ይሰጥዎታል። እንዲሁም MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ይግባኝዎን በተመለከተ በ72 ሰዓታት ውስጥ ከእርስዎ ጋር ለመነጋገር ተገቢ ጥረቶችን ያደርጋል። አንድ ይግባኝ አስቸኳይ ነው የሚባለው መደበኛውን የይግባኝ ስነስርዓት የሚጠብቁ ከሆነ የሚጠብቁበት ጊዜ ለእርስዎ ጎጂ ወይም በህመም የተሞላ ከሆነ ነው።

HIV/AIDS፣ የእእምሮ ህመም ወይም ሌላ ማንኛውም አይነት አስቸኳይ ትኩረት የሚሻ ችግር ያለባቸው አባላት የሚያቀርቡት ይግባኝ ከቀረበ በ24 ሰዓታት ውስጥ መፍትሄ ተሰጥቶት ውሳኔው ለአባሉ እንዲደርስ ይደረጋል።

ቅሬታዎች፣ ይግባኞች እና ፍትሃዊ የክስ መስማት ችሎት ጥያቄዎች ባቀረቡበት ወቅት የሚኖሩ መብቶች

- ፍትሃዊ የክስ መስማት ሂደት መብት አለዎት። በMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የአንድ-ደረጃ የይግባኝ ሂደት ውስጥ ካልፉ በኋላ ፍትሃዊ ችሎትን ከአስተዳደራዊ ችሎት ቢሮ ሊጠይቁ ይችላሉ። ተፃራሪ ጥቅማጥቅም ውሳኔ በዛው እንዲጸና የሚያስታውቀው ደብዳቤ ከተላከበት ቀን ጀምሮ ለ 120 የቀን መቁጠሪያ ቀናት ባልበለጠ ጊዜ ውስጥ ፍትሃዊ የክስ ችሎት መጠየቅ አለብዎት።
- የእርስዎን ይግባኝ በተመለከተ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ማስታወቂያ ደብዳቤ የማይሰጥዎት ወይም ጊዜውን በጠበቀ መልኩ የማይሰጥዎ ከሆነ፣ የይግባኝ ሂደቱ እንደተጠናቀቀ ይቆጠራል እና ፍትሃዊ የክስ ችሎት መጀመር እና መጠየቅ ይችላሉ።
- ይግባኝዎ ወይም የፍትሃዊ የክስ መስማት ሂደት ጥያቄዎ በሚስተናገድበት ወቅት ተከልክለው የነበሩትን ጥቅሞች እየተቀበሉ የመቆየት መብት አለዎት። በፍትሃዊ የክስ መስማት ችሎት ጥያቄዎ በሚስተናገድበት ወቅት ጥቅሞችዎን መቀበልዎን ለመቀጠል፣ ጥያቄዎን ማቅረብ ያለብዎ በተወሰኑ ቀናት ውስጥ ነው - ይህ እስከ 10 ካሌንደር ቀናት ሊያጥር ይችላል።
- አቤቱታና ቅሬታዎ በሚስተናገድበት ሂደት ወቅት ከ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC አንድ የሚገዛዎ ሰው የማግኘት መብት አለዎት።
- ራስዎን ወክለው የመቅረብ፣ በቤተሰብዎ ተንከባካቢዎ፣ በጠበቃዎ፣ ወይም በሌላ ሰው በመወከል የመቅረብ መብት አለዎት
- ላለዎት ለማንኛውም ልዩ የጤና ጥበቃ እንክብካቤ ፍላጎትዎ ማረፊያ የማግኘት መብት አለዎት።
- የበቂ የ TTY/TTD አቅሞች እንዲሁም ማየት ለተሳናቸው የሚቀርቡ አገልግሎቶችን የማግኘት መብት አለዎት።
- ተገቢውን የትርጉም አገልግሎትና አስተርጓሚ የማግኘት መብት አለዎት።
- ከአቤቱታው፣ ከቅሬታው፣ ከይግባኙ ወይም ከፍትሃዊ የክስ መስማት ሂደት ጥያቄው ጋር የተያያዙ ሰነዶችን በጠቅላላ የመመልከት መብት አለዎት።

ስለቅሬታው፣ ይግባኙ ወይም ፍትሃዊ የክስ መስማት ሂደቱ ማንኛውም ጥያቄ ካለዎት እባክዎ የተመዘጋቢ አገልግሎትን በ **888-404-3549** በመደወል ይጠይቁ።

የግላዊነት ተግባራት ማሳወቂያ

ይህ ማሳሰቢያ የእርስዎ የ ሕክምና መረጃ እንዴት ጥቅም ላይ እንደሚውል፣ ለሌሎች ይፋ እንደሚደረግና እዲሁም ይህንን መረጃ እርስዎ እንዴት ማግኘት እንደሚችሉ ይገልጻል። እባክዎ በጥንቃቄ ያንብቡት።

ይህንን ማስታወቂያ ማን ይከተላል?

MedStar Health Inc. እና ተያያዥነት ያላቸው አጋር ተቋማት እና ቅርንጫፎች የተለያዩ ህጋዊ አካላት ናቸው። ነገር ግን፣ እነሱ በጋራ ባለቤትነት እና ቁጥጥር ስር ናቸው። እና ለHIPAA የግላዊነት ደንብ አላማዎች ሲባል እራሳቸውን እንደ እንደ የተቆራኘ ሸፋን አካል (ACE) አደራጅተዋል። ይህ ሁኔታ MedStar፣ አጋር አካላት እና ቅርንጫፎች እንደ የግላዊነት ልማዶች ማስታወቂያ እንዲጠብቁ ያስችላቸዋል። ይህ ማስታወቂያ የMedStar ድርጅት የጤና መረጃ ተግባራትን ይገልጻል። ሁሉም አካላት፣ ጣቢያዎች እና ቦታዎች የዚህን ማስታወቂያ ውሎች ይከተላሉ። በተጨማሪም፣ እነዚህ አካላት፣ ጣቢያዎች እና ቦታዎች በዚህ ማስታወቂያ ላይ እንደተገለጸው ለህክምና፣ ለክፍያ እና ለጤና አጠባበቅ ስራዎች የህክምና መረጃን እርስ በርስ ሊለዋወጡ ይችላሉ።

እኛ ለእርስዎ ያለን ግዴታ

የህክምና መረጃዎን ግላዊነት እንደ የታካሚ-የመጀመሪያ ቃል መግባታችን አስፈላጊ አካል አድርገን እንቆጥረዋለን። የታካሚን የግል መረጃ መጠበቅ ሰዎችን ለመንከባከብ እና ጤናን በማሳደግ የታመነ መሪ ለመሆን እና ታካሚዎቻችንን የማገልገል ተልእኮችን እንደ አስፈላጊ አካል ነው የምንመለከተው። በዚህ የግል መረጃ አጠባበቅ ማስታወቂያ (“ማስታወቂያ”) ላይ ለተገለጹት ዓላማዎች አስፈላጊውን የጤና መረጃዎን አስተኛውን መጠን ብቻ ለመጠቀም እንተጋለን።

ጥራት ያለው እንክብካቤ ለእርስዎ ለማቅረብ እና አንዳንድ የህግ መስፈርቶችን ለማክበር ከእርስዎ መረጃ በመሰብሰብ እንጠቀምበታለን። የጤና መረጃዎን ግላዊነት እንድንጠብቅ እና ይህን የህግ ተግባሮቻችንን፣ የግላዊነት ልምዶቻችንን እና መብቶቻችንን ማስታወቂያ እንድንሰጥዎ በህግ እንገደዳለን። በጣም ወቅታዊውን የማስታወቂያ ውላችንን መከተል አለብን። ለእኛ አገልግሎት እንዲሰጡን መረጃን ለሌሎች ሰዎች እና ኩባንያዎች ስንገልጽ፣ የእርስዎን ግላዊነት እንዲጠብቁ እንጠይቃቸዋለን። ሌሎች ተጨማሪ

ጥበቃዎችን እንዲሰጡን የምንከተላቸው ሕጎች አሉ። እንደ ከአእምሮ ጤና፣ ከአልኮል እና ከሌሎች እጭን አላግባብ መጠቀም ጋር የተያያዙ ህጎች እና ከተላላፊ በሽታዎች ወይም ሌሎች የጤና ሁኔታዎች ጋር የተያያዙ ሕጎች።

ይህ ማስታወቂያ የሚከተሉትን ጣቢያዎች እና ሰዎችን ያካትታል። መረጃን ወደ ሠንጠረዥዎ እንዲያስገቡ ስልጣን የተሰጣቸው ሁሉም የጤና አጠባበቅ ባለሙያዎች፣ እርስዎ እዚህ በሚሆኑበት ጊዜ እርስዎን ለመርዳት ስልጣን የተሰጣቸው ሁሉም በጎ ፈቃደኞች፣ ሁሉም ተግባራዊዎቻችን እና በጣቢያው-ቦታ ኮንትራክተሮች፣ በሆስፒታሉ ውስጥ ያሉ ሁሉም ክፍሎች እና ንዑስ ክፍሎች፣ ሁሉም የጤና አጠባበቅ ተማሪዎች፣ ሁሉም የጤና አጠባበቅ መስጫ ተቋማት እና በ MedStar ስርዓት ውስጥ ያሉ አቅራቢዎች፣ እና የግል ዶክተሮች እና ሌሎች በዚህ ጣቢያ ላይ እንክብካቤ የሚሰጡ። ዶክተሮች በግል ቢሮው/ዋ ወይም ክሊኒኩ /ኋ ውስጥ ስለተፈጠሩት የጤና መረጃዎች የተለያዩ መመሪያ ደንቦች ወይም ማሳሰቢያዎች ሊኖራቸው ይችላል።

የጤና መረጃን እንዴት ልንጠቀም እንደምንችል ህክምና (Treatment)

ህክምና ወይም አገልግሎት ለመስጠት፣ የጤና እንክብካቤዎን ለማስተባበር ወይም ለማስተዳደር፣ ወይም ለህክምና ምክክሮች ወይም ሪፈራሎች የእርስዎን የጤና መረጃ ልንጠቀም እና ልንገልጽ እንችላለን። የእርስዎን የጤና መረጃ በሀኪሞች፣ ነርሶች፣ ቴክኒሻኖች፣ የህክምና ተማሪዎች እና ሌሎች እርስዎን ለመንከባከብ በሚሳተፉ ሰራተኞች መካከል ወይም ከተቋማችን ውጭ ካሉ ሰዎች ጋር ልንጠቀም እና ልንገልጽ እንችላለን። የሚያስፈልጉትን የተለያዩ አገልግሎቶች እንደ መድኃኒት ማዘዣ፣ የላብራቶሪ ስራ እና የኤክስሬይ (ራጅ) ስራዎችን ለማስተባበር ስለእርስዎ መረጃ ልንጠቀም ወይም ልንጋራ እንችላለን። እርስዎ ከወጡ በኋላ በእርስዎ እንክብካቤ ውስጥ ሊሳተፉ ለሚችሉ ከእኛ ተቋም ውጭ ላሉ፣ እንደ ቤተሰብ አባላት፣ የቤት ውስጥ የጤና ኤጀንሲዎች፣ ቴራፒስቶች፣ የአረጋውያን መንከባከቢያ ቤቶች፣ ለካህናት እና ለሌሎች ላሉ ከኛ ተቋም ውጭ ላሉ ሰዎች ስለእርስዎ መረጃ ልንገልጽ እንችላለን። ሪፈራል ወይም ምክክር ለማዘጋጀት ለጤና አቅድ ወይም ለሌላ አገልግሎት ሰጪ መረጃ ልንሰጥ እንችላለን።

ክፍያ

ለተሰጠው ህክምና እና አገልግሎት ክፍያ እንድንቀበል የእርስዎን የጤና መረጃ ልንጠቀም እና ልንገልጽ እንችላለን። ይህንን መረጃ ከእርስዎ የኢንሹራንስ ኩባንያ ወይም ከሦስተኛ ወገን የክፍያ መረጃን ለማስኬድ ልንጋራ እንችላለን። (ከዚህ በታች እንደተገለጸው፣ ለጤና እንክብካቤዎ ሙሉ በሙሉ እና ከኪስዎ ውጪ ከከፈሉ፣ መረጃዎን ለኢንሹራንስ ኩባንያዎ እንዳናካፍል ሊጠይቁ ይችላሉ።) ምን ዓይነት ጥቅማጥቅሞችን ለማግኘት ብቁ መሆንዎን ለማረጋገጥ፣ የቅድሚያ ፍቃድ ለማግኘት እና ስለ ህክምናዎ ለመንገር የኢንሹራንስ ኩባንያዎን ማነጋገር እንችላለን። እንደ የቤተሰብ አባላት ወይም እርስዎን ለማስከፈል ሃላፊነት ለሚወስዱ ሶስተኛ ወገኖች መረጃን ልንሰጥ እንችላለን። እንደ የክፍያ መጠየቂያ ኩባንያዎች፣ የደገግኛል ጥያቄ አቅራቢ ኩባንያዎች እና ሰብሳቢ ኩባንያዎች ያሉ ክፍያዎችን እንድናከናውን የሚረዱን ለሦስተኛ ወገኖች መረጃ ልንሰጥ እንችላለን።

የጤና እንክብካቤ አሰራሮች

ተቋማችንን ለማንቀሳቀስ እና ሁሉም ታካሚዎቻችን ጥራት ያለው እንክብካቤ እንዲያገኙ ለማድረግ የእርስዎን የጤና መረጃ እንደ አስፈላጊነቱ ልንጠቀም እና ልንገልጽ እንችላለን። ያገኙትን አገልግሎቶች ጥራት ወይም እርስዎን ለመንከባከብ የሰራተኞቻችንን አፈጻጸም ለመገምገም የጤና መረጃን ልንጠቀም እንችላለን። አፈጻጸማችንን ለማሻሻል ወይም እንክብካቤን ለመስጠት የተሻሉ መንገዶችን ለማግኘት የጤና መረጃን ልንጠቀም እንችላለን። የጤና መረጃን ለህክምና ሰራተኞች ልዩ መብቶችን ለመስጠት ወይም የጤና አጠባበቅ ባለሙያዎቻችንን ብቃት ለመገምገም ልንጠቀም እንችላለን። ምን ተጨማሪ አገልግሎቶችን መስጠት እንዳለብን እና አዳዲስ ህክምናዎች ውጤታማ እንደሆኑ ለመወሰን የጤና መረጃዎን ልንጠቀም እንችላለን። መረጃን ለግምገማ እና ለመማር ዓላማዎች ለተማሪዎች እና ለባለሙያዎች ይፋ ልናደርግ እንችላለን። እንዴት ጥሩ እየሰራን እንደሆነ ለማገልገል እና ማሻሻያችን የቱ ጋር ማድረግ እንደምንችል ለማየት የጤና መረጃዎቻችንን ከሌሎች የጤና እንክብካቤ ተቋማት ከምናገኘው መረጃ ጋር ልናጣምር እንችላለን። የጤና መረጃን የንግድ እቅድ ለማውጣት ልንጠቀም እንችላለን። ወይም ህግ እየተከተልን መሆናችንን ለማረጋገጥ ለጠበቃዎች፣ አካውንታንቶች፣ አማካሪዎች፣ እና ሌሎች ይፋ ልናደርግ እንችላለን። ሌሎች ማንነትዎን ሳያውቁ የጤና እንክብካቤ እና የጤና እንክብካቤ አሰጣጥን ለማጥናት ማንነት-ያልተለየ መረጃን መጠቀም እንድችሉ እርስዎን የሚለዩ የጤና መረጃዎችን ልናወጣ እንችላለን። እንደ ጤና እቅድ እየሰራ ከሆነ፣ ለመጻፍ ዓላማዎች የዘረ-መል መረጃን አንጠቀምም ወይም ይፋ እናደርግም (ይህ የረጅም ጊዜ የእንክብካቤ እቅዶች ላይ ተግባራዊ አይሆንም)።

የንግድ ተባባሪዎች

ከንግድ ተባባሪዎች ጋር ኮንትራት በመግባት በ MedStar Health የሚሰጡ የተወሰኑ አገልግሎቶች አሉ። ምሳሌዎች የሚጨምሩት፣ የጤና መዝገብዎን፣ አማካሪዎች፣ አካውንታንቶች፣ የህግ ባለሙያዎች፣ የህክምና ትራንስክሪፕሽኖች፣ እና ሶስተኛ-ወገን የክፍያ መጠየቂያ ኩባንያዎች መዝገቦች ቅጂ ስናደርግ የምንጠቀመው የቅጂ አገልግሎት ነው። እነዚህ አገልግሎቶች ኮንትራት ውስጥ ሲገቡ፣ የጤና መረጃዎን ለንግድ ተባባሪዎቻችን ይፋ ልናደርግ እንችላለን። እንዲያከናውኑልን የጠየቅናቸውን ስራ መስራት እንድችሉ። የጤና መረጃዎን ለመጠበቅ፣ ግን፣ የንግድ ተባባሪዎቹ መረጃዎን በትክክል እንዲጠብቁ እንጠይቃቸዋለን።

የተወሰኑ የማርኬቲንግ (የንግድ) ተግባራት

የህክምና መረጃዎን የቁጥር ዋጋ ያላቸው የማስተዋወቂያ ስጦታዎችን ለማስተላለፍ፣ MedStar Health ስለሚሸፍናቸው ምርቶች፣ አገልግሎቶች እና ትምህርታዊ ፕሮግራሞች በተመለከተ ከእርስዎ ጋር ለመነጋገር፣ ስለ ጉዳይ ማስተዳደር እና ጉዳይ ማቀናጀት ከእርስዎ ጋር ለመነጋገር፣ እና ስለ ህክምና አማራጮች ከእርስዎ ጋር ለመነጋገር ልንጠቀም እንችላለን። የጤና መረጃዎን ለንግድ ተግባራቸው ሲባል ለማንኛውም ሶስተኛ-ወገን አንሸጥም፣ እርስዎ ይህንን እንድናደርግ የሚፈቅድ ፍቃድ ከፈረሙ በስተቀር።

የጤና መረጃ ልውውጦች

ለህክምናዎ፣ ክፍያዎ ወይም ሌሎች የጤና እንክብካቤ አሰራሮች ዓላማዎች ሲባል ከበርካታ የጤና እንክብካቤ አቅራቢዎች ወይም ሌሎች የጤና እንክብካቤ ተቋማት መካከል የኤሌክትሮኒክ የጤና መረጃዎን ደህንነቱ በተጠበቀ መልክ ለመለዋወጥ የጤና መረጃ ልውውጦች ውስጥ ልንሳተፍ እንችላለን። ይህ ማለት ስለ እርስዎ የምናገኘውን ወይም የምንፈጥረው መረጃን ከውጪ አካላት ጋር (እንደ ሆስፒታሎች፣ የሃኪም ቢሮዎች፣ ፋርማሲዎች፣ ወይም የኢንሹራንስ ኩባንያዎች ዓይነት) ልንጋራ እንችላለን። ወይም እነሱ ስለእርስዎ የሚፈጥሩትን ወይም የሚያገኙትን መረጃ (እንደ የመድሃኒት አወሳሰድ ታሪክ፣ የህክምና ታሪክ ወይም የኢንሹራንስ መረጃ ዓይነትን) ልንቀበላቸው እንችላለን። እያንዳንዳችን የጤና እንክብካቤ አገልግሎቶችዎን የተሻለ ህክምና እና ማቀናጀትን ማቅረብ እንድንችል። በተጨማሪም፣ ማንኛውም የMedStar Health ተቋም ከጎበኙ፣ የጤና መረጃዎን ለእርስዎ እንክብካቤ ለመስጠት፣ የጤና አገልግሎቶችዎን ለማቀናጀት ወይም ለሌሎች የሚፈቀዱ ዓላማዎች ሊጠቀሙ ለሚችሉ ሌሎች የህክምና ባለሙያዎች እና ሠራተኞች የጤና መረጃ እንዲገኝ ሊደረግ ይችላል።

የ Chesapeake Regional Information System for our Patients (CRISP) (የጭሳፒክ የክልላዊ መረጃ ሥርዓት ለአጋሮቻችን) የምሳተፍባቸውን ሜሪላንድ እና ዋሽንግተን ዲሲን የሚያገለግል ክልላዊ HIE ነው። እርስዎን የሚመለከት መረጃን ለህክምና፣ ክፍያ፣ የጤና እንክብካቤ አሰራሮች ወይም የጥናት ዓላማዎች በ CRISP አማካኝነት ልንጋራ እንችላለን። በ CRISP አማካኝነት የሚገኘውን የጤና መረጃዎ ተደራሽነትን "ለመውጣት-መምረጥ" ወይም እንዲይሰሩ ልናደርግ እንችላለን በ **877-952-7477** በመደወል ወይም የ ለመውጣት-መምረጥ ቅጽን በመሙላት እና ለ CRISP በገሰታ፣ ፋክስ ወይም በድረገጻቸው በ **CrispHealth.org** በማሰገባት። በህግ እንደተፈቀደው፣ ከCRISP መርጠው ቢወጡ እንኳ፣ እንደ ሜሪላንድ የትዕዛዝ መድሃኒት መቆጣጠሪያ ፕሮግራም (PDMP) አካል፣ የህዝብ ጤና ሪፖርት ማድረግ እና የሚቆጣጠሩ አደገኛ እጾች መረጃ አሁንም በCRISP አማካኝነት ለአቅራቢዎች ይኖራል።

የቀጠሮ ማስታወሻዎች እና የአገልግሎት መረጃ

የቀጠሮ ማስታወሻዎችን ለማቅረብ ወይም እርስዎ ሊፈልጉት የሚችሏቸው ስለ ህክምና አማራጮች ወይም ሌሎች ጤና-ነክ አገልግሎቶችን ወይም ጥቅማጥቅሞችን ለእርስዎ ለማሳወቅ ሲባል እርስዎን ለማግኘት የጤና መረጃዎን ልንጠቀም ወይም ይፋ ልናደርግ እንችላለን።

እንክብካቤዎ ውስጥ ወይም የእንክብካቤዎ ክፍያ ውስጥ የሚሳተፉ ግለሰቦች

የጤና መረጃዎን በእንክብካቤዎ ውስጥ ለሚሳተፉ ሰዎች፣ እንደ ቤተሰብ አባላት ወይም ጓደኞች ዓይነት፣ ልንሰጥ እንችላለን። እንዲያደርግ ከጠየቁን በስተቀር። መረጃዎን ለእንክብካቤዎ ለመክፈል ለሚያግዝ ሰው ልንሰጥ እንችላለን። መረጃዎን ለሌሎች የጤና እንክብካቤ ባለሙያዎች፣ የመንግስት ተወካዮች ወይም እንደ ቀይ-መስቀል ዓይነት ያሉ የአደጋ ጊዜ-ማገገሚያ ድርጅቶች፣ በድንገተኛ ጊዜ ወይም የአደጋ ጊዜ ማገገሚያ ሁኔታዎች ውስጥ፣ ቤተሰብዎን ወይም ጓደኞችዎን ማግኘት ወይም የአደጋ ጊዜ-ማገገሚያ ጥረቶችን ማቀናጀት እንድችሉ ልናጋራ እንችላለን።

የታካሚ መዝገቦች

እርስዎን በስም ለሚጠይቅ ማንኛውም ሰው ለመስጠት ስምዎን፣ በተቋሙ ውስጥ ያሉበትን ቦታ እና አጠቃላይ

ሁኔታዎን በመዝገብ/ዳይሬክተሪ ላይ ውስጥ እንይዛለን። ይህንን መረጃ እና የሃይማኖት ምርጫዎን ለሃይማኖት አባቶች ልንሰጥ እንችላለን። ስምዎን ባያውቁ እንኳ። መረጃዎን ከመዝገቡ ውጪ እንድንይዝ ሊጠይቁን ይችላሉ። ግን ካደረጉ፣ ጎብኚዎች እና የጽዳት ሰራተኞች ክፍልዎን ለማግኘት እንደሚችሉ ሊያውቁ ይገባል። መረጃዎን ከመዝገቡ ውጪ እንድንይዝ ቢጠይቁን እንኳ፣ መረጃዎን ለአደጋ ጊዜ-ማገገሚያ ጥረቶች ወይም በታወጀ የድንገተኛ ሁኔታዎች ልንጋራ እንችላለን።

የገንዘብ ማሰባሰቢያ ተግባራት

የጤና እንክብካቤ ተልዕኮአችንን ለመደገፍ በብዛት በጎ-ፈቃደኝነት ላይ እንደገፋለን። ስምዎን እና ሌላ የተወሰነ መረጃዎን እርስዎን ለማግኘት ልንጠቀም እንችላለን። የእንክብካቤ ቀንዎን፣ የታከሙበት ክፍል/መምሪያ ስም እና እርስዎን ያከመው ሃኪም ስም ጭምር፣ ለፕሮግራሞችን ድጋፍ እንዲያደርጉ እድል ልንሰጥዎ እንድንችል። የገንዘብ ማሰባሰቢያ ተግባራችንን ለመቆጣጠር ከሰሰተኛ-አካል ጋር፣ ጆርጅታውን ዩኒቨርሲቲን ጨምሮ፣ ልንተባበር እንችላለን። እኛ ወይም ከኤጀንቶቻችን ማናቸውም ለገንዘብ መሰብሰብ ወይም በጎ-ፈቃደኝነት ዓላማ ካጋገርንዎት፣ ወደ ፊት እንዳናናግርዎት እንዴት ሊጠይቁን እንደሚችሉ ይነገርዎታል።

ጥናት

የጤና መረጃዎን ከይፋዊ የጥናት ግምገማ ጦርዳችንን፣ የጥናት እቅድን የገመገመ እና የጤና መረጃዎን ግላዊነት ለመጠበቅ ደረጃዎችን ያቋቋመው፣ በአንዱ ለጸደቀ ጥናት ልንጠቀም ወይም ይፋ ልናደርግ እንችላለን። የጤና መረጃዎን የጥናት ፕሮጀክት ለማካሄድ እየተዘጋጀ ላለው ተመራማሪ ልንጠቀም ወይም ይፋ ልናደርግ እንችላለን።

የሰውነት አካል እና የቴሼ/ህዋሳት ልገሳ

የጤና መረጃዎን ከሰውነት አካል ልገሳ፣ የዓይን ወይም የትሹ ተከላዎች ወይም የአካል ልገሳ ባንኮች ጋር በተያያዘ፣ እንዲስፈለገዎ እነዚህን ተግባራት ለማመቻቸት፣ ልንጠቀም ወይም ይፋ ልናደርግ እንችላለን።

የህዝብ ጤና ተግባራት

የጤና መረጃዎን ይፋዊ ተግባራቸው በሽታን፣ ጉዳትን ወይም አካል ጉዳተኝነትን መከላከል ወይም መቆጣጠር ለሚጨምር የህዝብ ጤና ወይም የህግ ባለስልጣናት ይፋ ልናደርግ እንችላለን። ለምሳሌ፣ ስለ ልደቶች፣ ሙቶች እና የተለያዩ በሽታዎችን ለመንግስት ኤጀንሲዎች የተወሰነ መረጃን ሪፖርት ማድረግ አለብን። የጤና መረጃን ስለ አሟሟት ለሚያጠኑ፣ የህክምና ተመራማሪዎች እና የቀብር ዳይሬክተሮች በህግ እንደሚፈቀደው ስራቸውን እንዲሰሩ ይፋ ልናደርግ እንችላለን። የጤና መረጃን ሰውነታችን ለመድሃኒቶች የሚሰጠውን ምላሾች፣ ከምርት ጋር የተያያዙ ችግሮችን ሪፖርት ለማድረግ ወይም የሚጠቀሙ ምርቶች ለሰዎች ለማስታወስ ልንጠቀም ወይም ይፋ ልናደርግ እንችላለን። የጤና መረጃን ለበሽታ የተጋለጠ ወይም በበሽታ ለመያዝ ወይም ለማሰራጨት አደጋ ውስጥ ያለውን ሰው ለማሳወቅ ልንጠቀም ወይም ይፋ ልናደርግ እንችላለን።

ለጤና እና ደህንነት ላይ ከባድ ስጋት የሚፈጥር

ጤናዎ እና ደህንነትዎ ላይ ከባድ ስጋት የሚፈጥር፣ ወይም የህዝብ ወይም ሌላ ሰው ጤና እና ደህንነት ላይ ከባድ ስጋት የሚፈጥር አደጋን ለመከላከል አስፈላጊ ሲሆን የጤና መረጃዎን ልንጠቀም ወይም ይፋ ልናደርግ እንችላለን። የጤና መረጃን ስጋቱን ለመከላከል ወይም ለመቀነስ በተገቢነት የሚችል ሰው፣ እንደ ህግ አስከባሪዎች ወይም የመንግስት ባለስልጣናት ዓይነት ብቻ ይፋ ልናደርግለን።

በህግ የሚጠየቁ፣ የህግ አካሄዶች፣ የጤና ቁጥጥር ተግባራት እና የህግ ማስከበር

በፌዴራል፣ ስቴት እና ሌሎች ህጎች እንደናደርግ ስንጠየቅ፣ የጤና መረጃዎን ይፋ ልናደርግለን። ለምሳሌ፣ የጥቃት ተጠቂዎችን፣ ችልተኝነት፣ የቤት ውስጥ ጥቃትን፣ እንዲሁም የተኩስ እና ሌሎች ቁስሎች ያላቸው በሽተኞችን ሪፖርት ለማድረግ ልንጠየቅ እንችላለን። የጤና መረጃዎን እንደ የፍርድ ቤት መቅረቢያ ጥሪ፣ የመገኘት ጥያቄ፣ ማዘዣ፣ ጥሪዎች፣ ወይም ሌላ ህጋዊ ሂደት ያሉ የህግ ወይም አስተዳደራዊ የችሎት ሂደቶች ውስጥ ስንታዘዝ ይፋ ልናደርግለን።

የጤና መረጃን ተጠርጣሪዎችን፣ ተሰዳጆችን፣ ምስክሮችን፣ የወንጀል ጉዳተኞችን፣ ወይም የጠፋ ሰዎችን ለመለየት ወይም ያሉበትን ቦታ ለመፈለግ እንዲያግዛቸው ለህግ አስከባሪዎች ይፋ ልናደርግ እንችላለን። በወንጀል ድርጊት ሊሆን ይችላል ብለን ስለምናስብ ሞት ወይም በተቋማችን ሊከሰት ይችላል ብለን ስለምናስብ የወንጀል ድርጊት በተመለከተ የጤና መረጃን ለህግ አስከባሪ ባለስልጣን ይፋ ልናደርግ እንችላለን። የጤና መረጃን እንደ አዲት፣ ምርመራዎች፣ ቁጥጥሮች፣ እና ፈቃድ

አሰጣጥ ያሉ በህግ ለተፈቀዱ ተግባራት ለጤና ተቆጣጣሪ ኤጀንሲ ይፋ ልናደርግ እንችላለን።

ልዩ የመንግስት ተግባራት

እርስዎ በውትድርና ወይም የውትድርና ጡረተኛ ውስጥ ከሆኑ፣ የጤና መረጃን በማዘዣ ባለስልጣናት እንደተጠየቀ ይፋ ልናደርግለን። የጤና መረጃን የዩናይትድ ስቴትስ ፕሬዝዳንትን ለመጠበቅ ወይም የተፈቀዱ የኢንተሊጀንስ አሰራሮች ላሉ ብሔራዊ የደህንነት ዓላማዎች ሲባል ስልጣል ላላቸው የፌዴራል ባለስልጣናት ይፋ ልናደርግ እንችላለን። እንዲሁም የጤና መረጃን ለውጭ ሀገር አገልግሎት የህክምና ምቹነት ውሳኔዎችን ለመስጠት ይፋ ልናደርግ እንችላለን።

የማረሚያ ተቋማት

እርስዎ የማረሚያ ተቋም እስረኛ ወይም የህግ አስከባሪ ባለሙያ ጥበቃ ስር ከሆኑ፣ የጤና መረጃዎን ለማረሚያ ተቋም ወይም የህግ አስከባሪ ባለስልጣን ልንሰጥ እንችላለን። የጤና መረጃን ለእርስዎ ጤና እና ደህንነት፣ ለሌሎች ጤና እና ደህንነት፣ ወይም ለማረሚያ ተቋም ጤንነት እና ደህንነት ሲባል ልንሰጥ እንችላለን።

የሠራተኞች ካሣ

የጤና መረጃዎን በሚመለከቱ የሠራተኞች ካሳ እና ተመሳሳይ ህጎች በሚጠየቀው መሰረት ይፋ ልናደርግ እንችላለን።

የጤና እቅድ

MedStar Health እንደ ጤና እቅድ አየሰራ ከሆነ፣ ለመጻፍ ዓላማዎች የዘረ-መል መረጃን እንጠቀምም ወይም ይፋ ልናደርግም።

የእርስዎ የመፍቀጃ ጽሁፎች

በዚህ ማስታወቂያ ውስጥ፣ ወይም እኛን የሚያስተዳድሩ ህጎች፣ ያልተካተቱ የጤና መረጃዎ አጠቃቀሞች እና ይፋ ማድረጎች በእርስዎ የጽሁፍ መፍቀጃ ብቻ ይደረጋሉ። ይህ የሚያካትተው የጤና መረጃዎን ሽያጭ፣ የጤና መረጃዎን ለገበያ ዓላማዎች መጠቀም እና የተወሰኑ የስነልቦና ህክምና ማስታወሻዎች ይፋ ማድረጎችን ነው።

ፍቃድ መስጠትዎን በማንኛውም ጊዜ በጽሁፍ ሊያነሱ ይችላሉ፣ እና የጤና መረጃዎን የወደፊት አጠቃቀም እና ይፋ ማድረግን በፍቃድ መስጠትዎ ውስጥ ለተሸፈኑ ምክንያቶች እናቋርጣለን። በፈቃድዎ ቀድሞውኑ ማንኛውንም ይፋ የተደረጉትን መመለስ እንችልም፣ እና ለእርስዎ የቀረበ እንክብካቤ መዝገቦችን ለመያዝ እንጠየቃለን።

የጤና መረጃዎን በተመለከተ የግላዊነት መብቶችዎ

የዚህ የግላዊነት ልምምዶች ማስታወቂያ ቅጂን የመውሰድ መብት

ያሁኑ ማስታወቂያችን ቅጂን በተቋማችን እና በድረገጻችን፣ **MedStarHealth.org** ላይ እንለጥፋለን። ያሁኑ ማስታወቂያችን ቅጂ በምዝገባ ክፍሎቻችን ወይም በጥያቄ ይገኛል። ያሁኑ የግላዊነት ልምምዶች ማስታወቂያ ቅጂን ለመጠየቅ፣ እባክዎ በ **410-772-6606** ይደውሉ።

የጤና መዝገብዎን የማየት እና ፎቶኮፒ የማንሳት መብት

የጤና መዝገብዎን ወይም የክፍያ መዝገብዎን ቅጂ የማየት እና የመቀበል መብት አለዎት። ያንን ለማድረግ፣ ህክምና የሚወስዱበት ተቋም ወይም የግላዊነት ቢሮን በ MedStar Health ያነጋግሩ። ጥያቄዎን በጽሁፍ እንዲያደርጉ ሊጠየቁ ይችላሉ።

የዚህን መረጃ ኤሌክትሮኒክ ቅጂን ሊጠይቁ ይችላሉ፣ እና በተጠየቀው ቅርጽ መዘጋጀት የሚችል ከሆነ በኤሌክትሮኒክ ቅጽ እና ቅርጽ ተደራሽነትን እናቀርባለን። ካልሆነ፣ ጉዳዩን ከእርስዎ ጋር እንወያያለን እና፣ በመረጃው እና በጥያቄው ጊዜ ባለን አቅም መሰረት፣ መነበብ በሚችል የኤሌክትሮኒክ ቅጽ እና ቅርጽ ቅጂን እናቀርባለን። እንዲሁም የጽሁፍ ጥያቄዎ በጽሁፍ ከተፈረመ፣ እና የተወከለውን ሰው እና የተጠየቀውን መረጃ የሚላክበት አድራሻ በግልጽ ከለዩ፣ የጤና መረጃዎን በቀጥታ ወደሚወክሉበት ሰው እንድንልክልዎ ሊጠይቁ ይችላሉ።

የጤና መዝገብዎን ቅጂ ከፈለጉ፣ በህግ እንደሚጠየቀው፣ መዝገቡን ቅጂ የማንሳት ወይም በፖስታ የመላክ ወጪ ሊጠየቅ ይችላል (እና የኤሌክትሮኒክ ሚዲያ፣ ጥያቄው መረጃውን በተንቀሳቃሽ የኤሌክትሮኒክ ሚዲያ ማቅረብ ከሆነ)። የጤና መዝገብዎን ቅጂ ብዙውን ጊዜ በ30 ቀናት ውስጥ እናቀርባለን። በተወሰኑ ሁኔታዎች ውስጥ፣ ጥያቄዎን ውድቅ ልናደርግ እንችላለን። ያንን ካደረግን፣ የውድቅ ማድረጊያ ምክንያቶችን፣ በጽሁፍ፣ እንደግርግርግ እና ውስቅ ማድረጊያው ዳግም እንዲታይልዎት የመጠየቅ መብት አለዎት።

የጤና መዝገብዎን የማሻሻል መብት

የአስፈላጊ መረጃ አካል ከጤና መዝገብዎ እንደጠፋ ካመኑ፣ መዝገብዎ ላይ ማሻሻያ እንድናደርግ የመጠየቅ መብት አለዎት። ጥያቄዎ በጽሁፍ መሆን አለበት፣ እና የጥያቄዎን ምክንያት መያዝ አለበት። ጥያቄዎን ለማስገባት፣ እባክዎ ህክምና የሚወስዱበት ተቋም ወይም የግላዊነት ቢሮን በ MedStar Health ያነጋግሩ። ጥያቄዎን ለማስተናገድ ብዙውን ጊዜ በ60 ቀናት ውስጥ የምንችለውን ጥረት እናደርጋለን። ማሻሻያ የሚደረግበት መረጃ በእኛ ያልተፈጠረ ከሆነ፣ መረጃው ቀድሞውኑ ትክክለኛ እና የተሟላ ነው ብለን ካሰብን፣ ወይም መረጃው እርስዎ ለማየት እና ለመቅዳት በህግ የሚፈቀድልዎ መዝገብዎ ውስጥ ካልተያዘ፣ መዝገብዎ ላይ ማሻሻያ የማስደረግ ጥያቄዎን መከልከል እንችላለን። ጥያቄዎን ከከለክልን፣ ብዙውን ጊዜ በ60 ቀናት ውስጥ ማስታወቂያ ይደርስዎታል። ማሻሻያዎን ብንቀበል እንኳ፣ ቀድሞውኑ በመዝገቦችዎ ውስጥ ያለው ማንኛውም መረጃን እናስወግድም።

ያደረግናቸውን የይፋ ማድረጎች ዝርዝር የማግኘት መብት

የጤና መረጃዎ ላይ ያደረግናቸውን የይፋ ማድረጎች ዝርዝር የመጠየቅ መብት አለዎት። ይህ ዝርዝር ለህክምና፣ ክፍያ እና የጤና እንክብካቤ አሰራሮች፣ እና የተወሰኑ ለሌሎች የይፋ ማድረግ ልዩ ሁኔታዎች ላይ የሚደረጉ ይፋ ማድረጎችን ለማካተት አይገደድም። ጥያቄዎ በጽሁፍ መሆን እና ዝርዝሩን በምን ቅጽ እንደሚፈልጉ ማሳየት አለበት (ለምሳሌ፣ በወረቀት ወይም በኤሌክትሮኒክ)። የይፋ ማድረጎች ዝርዝር ለመጠየቅ፣ እባክዎ ህክምና የሚወስዱበት ተቋም ወይም የግላዊነት ቢሮን በ MedStar Health ያነጋግሩ። በ12-ወር ቆይታ ውስጥ የጠየቁት የመጀመሪያው ዝርዝር ያለ ምንም ወጪ ነው። ለተጨማሪ ዝርዝሮች፣ ክፍያን ልንጠይቅ እንችላለን፣ በህግ እንደሚፈቀደው።

የተወሰኑ አጠቃቀሞች ወይም ይፋ ማድረጎች ላይ ገደብ የመጠየቅ መብት

የህክምና መረጃዎን ለህክምና፣ ክፍያ እና የጤና እንክብካቤ አሰራሮች እንዴት እንደምንጠቀም እና ይፋ እንደምናደርግ ላይ፣ እና በእንክብካቤዎ ወይም የእንክብካቤዎ ክፍያ ውስጥ የሚሳተፉ በእርስዎ የተለዩ የተወሰኑ የቤተሰብ አባላት ወይም ጓደኞች ላይ ገደብ የመጠየቅ መብት አለዎት። ጥያቄዎ ላይ ለመስማማት እንገደድም፣ እና መስማማት ካልቻልን እናሳውቅዎታለን። ጥያቄዎ በጽሁፍ መሆን አለበት እና (1) ምን መረጃ መገደብ እንደሚፈልጉ፣ (2) የእኛን አጠቃቀም፣ ይፋ ማድረግ ወይም ሁለቱን መገደብ ይፈልጉ እንደሆነ፣ እና (3) ገደቦቹ ማን ላይ ተግባራዊ እንደሚሆን መግለጽ አለበት።

የተወሰኑ ሁኔታዎች ውስጥ፣ ለጤና እንክብካቤ ዝርዝር ወይም አገልግሎት ከኪስዎ ለመክፈል ሊመርጡ ይችላሉ። ጥያቄውን ለኢንሹራንስ ኩባኒያዎ ከማስገባት ይልቅ። የህክምና መረጃዎን ለጤና እቅድ ወይም ለኢንሹራንስ ኩባኒያዎ እንዳናስገባ ሊጠይቁ ይችላሉ። እርስዎ፣ ወይም እርስዎን የሚወክል ሰው፣ ሙሉ በሙሉ ከኪስ ለህክምና ወይም አገልግሎት የሚከፍል ከሆነ። ገደብ ለመጠየቅ፣ ጥያቄዎን በጽሁፍ ከህክምና ወይም አገልግሎት በፊት ማቅረብ አለብዎት። በጥያቄ ውስጥ፣ (1) ምን መረጃ መገደብ እንደሚፈልጉ እና (2) ገደቡ የትኛው የጤና እቅድ ላይ ተግባራዊ እንደሚሆን ሊነግሩን ይገባል።

ማስታወቂያን የመጣስ መብት

በ HIPAA ስር ወይም በህግ እንደሚጠየቀው፣ ደህንነት የሌለው የህክምና መረጃዎ ላይ ጥሰት ከተፈጸመ የማወቅ መብት አለዎት። ከተጠየቀ፣ ይህ ማስታወቂያ በኤሌክትሮኒክስ ሊቀርብልዎ ይችላል።

ተወካይ የመምረጥ መብት

አንድ ሰው እርስዎን ወክሎ እንዲሰራ የመምረጥ መብት አለዎት። ለአንድ ሰው የሕክምና ውክልና ወይም የሕግ ሞግዚትነት ሃላፊነት ከሰጡ ይህ ሰው እርስዎ ያሉዎትን መብት ሊጠቀምና ስለ ጤና ነክ መረጃዎ ምርጫ ሊያደርግ ይችላል። ምንም እርምጃ ከመውሰዳችን በፊት የወከሉት ሰው ይህንን ስልጣን እንዳለውና እርስዎን በመወከል መንቀሳቀስ እንደሚችል ለማረጋገጥ ጥረት እናደርጋለን።

የጤና መረጃዎን እንዴት እንደሚቀበሉ የመምረጥ መብት

ከእርስዎ ጋር በሆነ መንገድ፣ እንደ ፖስታ ወይም ፋክስ ዓይነት፣ ወይም በሆነ ቦታ፣ እንደ የቤት አድራሻ ወይም የፖስታ ቢሮ ሳጥን፣ እንደነጋገር የመጠየቅ መብት አለዎት። ተገቢ በሆነ ሁኔታ ከቻልን ጥያቄዎን ለማሟላት እንሞክራለን። ጥያቄዎ በጽሁፍ መሆን አለበት፣ እና እንዴት እና የት ቦታ መገናኘት እንደሚፈልጉ መለየት አለበት። ጥያቄዎን ለማስገባት፣ እባክዎ ህክምና የወሰዱበት ተቋም ወይም የግላዊነት ቢሮን በ MedStar Health ያነጋግሩ።

ተጠሪ ሰው

የግላዊነት መብቶችዎ እንደተጣሱ ካመኑ፣ መደወል ወይም ቅሬታን በጽሁፍ ለ MedStar Health የግላዊነት ቢሮ ወይም የጤና እና የሰብዓዊ አገልግሎቶች መምሪያ ማቅረብ ይችላሉ (እባክዎ የተጠሪ መረጃን ከታች ይጠቀሱ)። ስለ ግላዊነት ልምምዶችዎ ቅሬታ ካቀረቡ ምንም የበቀል እርምጃ እርስዎ ላይ አንወስድም።

የግላዊነት ባለስልጣን - MedStar Health Inc.

10980 Grantchester Way, Columbia, MD 21044

410-772-6606

privacyofficer@medstar.net

U.S. የጤና እና የሰብዓዊ አገልግሎቶች ቢሮ ለ ሲቪል መብቶች ደብዳቤን ወደ
200 Independence Ave., S.W., Washington, DC 20201
877-696-6775 (toll-free)
[HHS.gov/OCR/Privacy/HIPAA/Complaints](https://www.hhs.gov/OCR/Privacy/HIPAA/Complaints)

ስለዚህ ማስታወቂያ ጥያቄዎች ካሉዎት ወይም የግላዊነት መብቶችዎን መለማመድ ከፈለጉ፣ እባክዎ ህክምና የወሰዱበት ተቋም ወይም የMedStar የግላዊነት ቢሮን ያነጋግሩ።

የግላዊነት ልምምዶች ማሳወቂያ ላይ የሚደረጉ ለውጦች

ይህንን ማስታወቂያ የመለወጥ መብት አለን።

ዳግም የተጻፈ ማስታወቂያን ቀድሞውኑ ስለ እርስዎ ያለን የህክምና መረጃ ላይ፣ እንዲሁም ወደ ፊት የምንቀበለው ማንኛውም መረጃ ላይ ተግባራዊ የሚደረግ መብት እንይዛለን። ያሁኑ ማስታወቂያችን ቅጂን በእያንዳንዱ የMedStar Health ተቋም እና በደረገጸችን፣ ላይ እንለጥፋለን። በተጨማሪም፣ እንደ ውስጥ ታካሚ ወይም ተመላላሽ ታካሚ ለህክምና ወይም የጤና እንክብካቤ አገልግሎቶች ወደ ሆስፒታል በሚመዘገቡበት፣ ወይም የሚገቡበት እያንዳንዱ ጊዜ፣ አሁን ስራ ላይ ያለውን ማስታወቂያችን ቅጂን እንሰጥዎታለን።

El Aviso sobre Prácticas de Privacidad está disponible en español.
개인 정보 보호 정책 관행의 공지 사항 한글로 사용할 수 있습니다.
معلومات الخصوصية المتوفرة في اللغة العربية.
通知隱私做法是可以在简体中文。

Các thông báo về việc bảo mật Thực tiễn hiện có sẵn tại Việt Nam
Уведомление о конфиденциальности доступна на русском языке.

የግርጌ ማስታወሻ፣ MedStar Health Inc.፣ በኮሎምቢያ፣ ሜሪላንድ የሚገኘው፣ ለትርፍ የማይሰራ፣ ማህበረሰብ-መሰረት ያደረገ የጤና እንክብካቤ ድርጅት ሲሆን፣ ሜሪላንድ እና ዋሽንግተን ዲሲ አካባቢን ያገለግላል። የጤና ሥርዓቱ ከበርካታ እውቅና ያላቸው የጤና እንክብካቤ አቅራቢዎች እና ሌሎች የተለያዩ የጤና እንክብካቤ አካላት የተውጣጣ ነው። እነዚህ አካላት ከእርስ በርሳቸው ራሳቸውን ችለው እና እንደ ለብቻ የተለዩ አሰሪዎች ሲሰሩ፣ በተጨማሪም ለጋራ ተልዕኮ እና እሴቶች ይሰራሉ። የ MedStar ተልዕኮ ታካሚዎቻችንን፣ እነሱን የሚያንከባከቡትን እና ማህበረሰባችንን ማንከባከብ ነው፣ እና የእኛ ራዕይ ለሰዎች ማንከባከብ እና ጤናን ማሻሻል ውስጥ የታመነ መሪ መሆን ነው። ይህንን ግብ ለማሳካት መስራት ውስጥ፣ የግላዊነት ፖሊሲዎቻችን ማስጠበቅ እና ለሰራተኛ ጥሰቶች ተገቢ የሰነድ-ምግባር ወይም ሌሎች እርምጃዎችን መውሰድ የእያንዳንዱ የ MedStar አካላት ሀላፊነት ነው። የዚህ የግላዊነት ልምምዶች ማሳወቂያ ዓላማዎች ሲባሉ፣ የMedStar Health ዋና ኩባኒያ እና ቅርንጫፎቹ በጋራ “MedStar Health” ተብለው እንደሚታወቁ እባክዎ ያስታውሱ። ለግላዊነት ዓላማዎች ብቻ፣ MedStar Health በ 45 CFR §164.504(d)(1) ውስጥ እንደተገለጸው እንደ የተቆራኘ የተሸፈነ ተቋም ተደራጅቷል፤ የተቆራኘ በህግ ለብቻ የተለዩ ተቋማት እራሳቸውን እንደ በነጠላ የተሸፈነ ተቋም መሰየም ይችላሉ።

MedStar Health የሚመለከቱትን የፌዴራል ሲቪል ህጎችን ይከተላል እና በዘር፣ ቀለም፣ የብሄራዊ አመጣጥ፣ እድሜ፣ አካል ጉዳተኝነት፣ ወይም ጾታን መሠረት አድርገን አድሎ አይፈፀምም።

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 **877-772-6505**።

ትኩረት፣ Si vous parlez français, des services d'aide linguistique sont à votre disposition sans frais. Appelez le **877-772-6505**.

주의: 한국어를 사용하시는 경우, 언어 지원 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다. **877-772-6505** 번으로 전화해 주십시오.

ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al **877-772-6505**.

የጤና ጥበቃ የሕዝብ እንባ ጠባቂ ቢሮ እና ቢል ኦፍ ራይትስ

የጤና ጥበቃ የሕዝብ እንባ ጠባቂ ፕሮግራም የጤና ጥበቃ አገልግሎቶችን ከአርሰዎ የሚተዳደር የጤና ጥበቃ ሰጪ ድርጅት (Managed Care Organization (MCO)) የሚቀበሉበትን ሁኔታ በተመለከተ አዛና ምክር የሚሰጥ ፕሮግራም ነው። የጤና ጥበቃ የሕዝብ እንባ ጠባቂ የሚከተሉትን አገልግሎቶች ሊሰጥ ይቻላል፡

- የመቀበል መብት ያለዎትን የጤና ጥበቃ እንክብካቤዎች ማብራራት፤
- ስለ ጤና ጥበቃ ላሉዎት ጥያቄዎች ስጋቶች ምላሽ መስጠት፤
- እንደ MCO ተመዝጋቢ የአርሰዎን መብቶች እና ግዴታዎች እንዲረዱ ያግዛታል፤
- የሚያስፈልጎትን በሕክምና አስፈላጊ አገልግሎቶችን እንዲያገኙ ድጋፍ ይሰጣል፤
- ስለ ጤና ጥበቃ አገልግሎቶችዎ ጥራት ላሉዎት ጥያቄዎች ስጋቶች ምላሽ መስጠት፤
- ከዶክተርዎ ጋር ወይም ከሌላ የጤና ጥበቃ አገልግሎት አቅራቢ ጋር ያጋጠምዎትን ችግር ለመቅረፍ ማገዝ፤
- ከአርሰዎ MCO ጋር የሚኖረውን አቤቱታ እና ችግሮችን መቅረፍ ላይ ድጋፍ ይሰጣል፤
- የይግባኝ ሂደት ላይ ድጋፍ ይሰጣል፤ እና
- ለአርሰዎ ፍትሃዊ የክስ ችሎት ጥያቄ ማንሳት ላይ ድጋፍ መስጠት።

የጤና ጥበቃ የሕዝብ እንባ ጠባቂን ለማግኘት፡ እባክዎን በ **202-724-7491** ወይም **877-685-6391** (ከክፍያ ነፃ) ይደውሉ።

የሕዝብ እንባ ጠባቂ ተቋሚ በቅሬታዎች፣ ይግባኞችና የስቴት ፍትሃዊ የክስ መስማት ችሎት ጥያቄዎች ላይ ውሳኔ አይሰጥም። የጤና ጥበቃ የሕዝብ እንባ ጠባቂ ቢሮ እና ቢል ኦፍ ራይትስ የሚገኙበት ቦታ፡

One Judiciary Square
 441 4th Street, NW
 Suite 900 South
 Washington, DC 20001
 ስልክ፡ **202-724-7491**
 ፋክስ፡ **202-442-6724**
 ከክፍያ ነፃ ቁጥር፡ **877-685-6391**
 ኢሜይል፡ healthcareombudsman@dc.gov

የልጅ እድገት ወሳኝ ጊዜያት



By the end of their **THIRD MONTH,** most babies:

- Lift head and chest when lying on stomach
- Hold upper body up with arms when lying on stomach
- Kick legs
- Open and shut hands
- Bring hands to mouth
- Grab and shake toys
- Watch moving objects
- Watch faces closely
- Recognize familiar objects and people
- Start using hands and eyes together
- Begin to babble and to imitate some sounds
- Smile when they hear their parents' voices
- Enjoy playing with other people
- May cry when playing stops¹



By the end of their **SEVENTH MONTH,** most babies:

- Roll over stomach to back and back to stomach
- Sit up
- Reach for objects
- Move objects from one hand to the other
- Support weight on legs when held up
- See in color
- See at a distance
- Use voice to express feelings
- Respond to own name
- Babble
- Understand emotions by tone of voice
- Explore objects with hands and mouth
- Struggle to get objects that are out of reach
- Enjoy playing peek-a-boo
- Show an interest in mirrors¹



By their **FIRST BIRTHDAY,** most babies:

- Crawl
- Pull self up to stand
- Walk holding onto furniture
- May walk few steps without help
- Grasp with fingers
- Say "dada" and "mama"
- Try to imitate words
- Respond to "no" and simple requests
- Use simple gestures, such as shaking head "no" and waving bye-bye
- Explore objects
- Begin to use objects (drinking from cup, brushing hair)
- Find hidden objects easily¹



By their **SECOND BIRTHDAY,** most children:

- Walk alone
- Jump
- Pull toys behind them while walking
- Carry toys while walking
- Begin to run
- Kick a ball
- Climb on and off furniture
- Walk up and down stairs while holding onto support
- Scribble with crayon
- Build tower of 5 blocks or more
- Recognize names of familiar people, objects and body parts
- Use 2 words together
- Follow simple instructions (1 or 2 steps)
- Begin to sort objects by shapes and colors
- Begin to play make-believe
- Imitate behavior of others
- Want to do things for themselves¹



By their **THIRD BIRTHDAY,** most children:

- Can do some things for themselves (like putting on clothes and feeding self)
- Enjoy playing imaginatively and with other kids
- Tell stories with 2 to 3 sentences
- Can be understood more than half of the time
- Can name a friend
- Know whether they are a boy or girl
- Build a tower of 6 to 8 cubes
- Throw a ball overhand
- Ride a tricycle
- Walk up stairs alternating feet
- Balance on 1 foot for 1 second
- Copy a circle
- Draw a person with 2 body parts (head and one other part)
- Are toilet trained during the daytime¹



By their **FOURTH BIRTHDAY,** most children:

- Play with other children
- Can follow family rules
- Play with favorite toys
- Listen to stories
- Engage in fantasy play
- Know first and last name
- Sing a song or say a poem from memory
- Know what to do if cold, tired, or hungry
- Can be understood
- Name 4 colors
- Play board/card games
- Draw a person with 3 parts
- Hop on one foot
- Balance on 1 foot for 2 seconds
- Build a tower of 8 blocks
- Copy a cross
- Can eat by themselves
- Brush their teeth
- Can dress self



By their **FIFTH BIRTHDAY,** most children:

- Are more likely to agree to rules
- Like to sing, dance, and act
- Able to distinguish fantasy from reality
- Recall part of a story
- Speak sentences of more than 5 words
- Know their name and address
- Can count 10 or more objects
- Correctly name at least 4 colors
- Stand on one foot for ten seconds or longer
- Hop, swing, and climb
- Copy a triangle and other geometric patterns
- Print some letters of the alphabet
- Use a fork and spoon
- Dress and undress without assistance²

www.earlystagesdc.org

Source: www.earlystagesdc.org

1. 0-2 year milestones: March of Dimes (www.marchofdimes.com) • 2. 3-5 year milestones: American Academy of Pediatrics (www.aap.org)

ትንታኔዎች

የላቀ መመሪያ	የላቀ መመሪያ ማለት እርስዎ በጣም ታመውና ተጎድተው ለራስዎ መናገር በማይችሉበት ወቅት ሌሎች ሰዎች የጤና እንክብካቤ ምርጫዎችን እንዲያውቁ ለማድረግ የሚፈርሙት የህግ ሰነድ ነው።
ጠበቃ	የጤና እንክብካቤ ሌሎች የሚያስፈልግዎትን አገልግሎቶች እንዲያገኙ የሚያግዝዎ ሰው።
ይገባኝ	ይገባኝ ማለት MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ለጤና እንክብካቤ አገልግሎቶች ወይም ቀድሞውኑ የወሰዱት አገልግሎቶች ክፍያን ለመከፈል በሰጠው ውሳኔ የማይስማሙ ከሆነ የሚያቀርቡት ልዩ የቅሬታ ዓይነት ነው። እየተቀበሉ ያሉትን አገልግሎቶች ሳይስማማዎት ከቀሩ ይህንን አይነት አቤቱታ ማድረግ ይችላሉ።
ቀጠሮ (Appointment)	ለጤና ጥበቃ ፍላጎትዎ እርስዎና ሃኪምዎ ለመገናኘት የሚወሰኑት የሆነ ጊዜ እና ቀን ነው።
የእንክብካቤ አስተዳዳሪ	ለ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የሚሰሩ ሰው ጤናማ ሆነው እንዲቆዩ የሚያስፈልግዎትን እንክብካቤ፣ ድጋፍ እና መረጃ እንዲያገኙ ይረዳዎታል።
ምርመራ	መታየት የሚለውን ይመልከቱ
ወሊድ መቆጣጠሪያ (Contraception)	ከወሊድ መቆጣጠሪያ ጋር የተያያዙ አቅርቦቶች
የሚሸፈኑ አገልግሎቶች	በአቅራቢ ሲጠናቀቅ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የሚከፍልባቸው የጤና እንክብካቤ አገልግሎቶች
የህመም አስተዳደር ፕሮግራም (Disease management program)	እንደ አስም፣ የደም ግፊት ወይም የአእምሮ ህመም የመሳሰሉ ስር የሰደዱ ወይም ልዩ የጤና ፍላጎቶች ያላቸውን ሰዎች የሚያግዝ ፕሮግራም ነው።
ረጅም ጊዜ የሚቆይ መሳሪያ Durable medical equipment (DME)	ሃኪምዎ የሚጠይቀው ወይም በቤትዎ እንዲጠቀሙ የሚነግርዎ ልዩ የህክምና መሳሪያ።
ድንገተኛ እንክብካቤ	ከባድ፣ አፋጣኝ፣ አንዳንድ ጊዜ ለሕይወት የሚያስጉ ሁኔታዎች ሲፈጠሩ ወዲያውኑ ማግኘት ያለብዎ ሕክምና።
ተመዝጋቢ	በMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የአቅራቢ ኔትወርክ አማካኝነት የጤና እንክብካቤ የሚያገኝ ሰው

ትንታኔዎች

የተመዘጋቢ መታወቂያ ካርድ (Member identification (ID) card)	ይህ ካርድ የእርስዎ ሃኪሞች፣ ሆስፒታሎች፣ መድሃኒት መደብሮች እና ሌሎች እርስዎ የMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC አባል መሆንዎን እንዲያውቁ ያደርጋል።
ፍትሃዊ የክስ አሰማም ሂደት	ይግባኝዎን በተመለከተ በተሰጠው ውሳኔ ካልረኩ ፍትሃዊ ችሎትን ለዲሲ አስተዳደራዊ ችሎቶች ቢሮ ጥያቄ ማቅረብ ይችላሉ
የቤተሰብ እቅድ	የእርግዝና ምርመራ፣ የወሊድ መቆጣጠሪያ፣ በግብረ ስጋ ግንኙነት የሚተላለፉ በሽታዎች (STIs) ምርመራና ህክምና እና የኤችአይቪ/ኤድስ ምርመራና የምክር አገልግሎቶች የመሳሰሉ አገልግሎቶች።
ቅሬታ (Grievance)	እርስዎ በሚያገኙት የጤና ጥበቃ እንክብካቤ ወይም የMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC በሚሰጥዎት የጤና እንክብካቤ ደስተኛ ካልሆኑ፣ ለተመዘጋቢ አገልግሎቶች ቅሬታዎን ለማቅረብ መደወል ይችላሉ።
የእጅ መጽሀፍ	ይህ መጽሀፍ ስለ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC እና ስለእኛ አገልግሎቶች መረጃ ይሰጥዎታል።
መስማት የተሳናቸው (Hearing impaired)	በደንብ የማይሰሙ ከሆነ ወይም ሙሉ በሙሉ መስማት የማይችሉ ከሆነ።
ክትባት (Immunization)	በመርፌ የሚሰጥ ክትባት።
የውስጥ ደዌ ሃኪም	እድሜያቸው 14 እና ከዚያ በላይ የሆኑ አዋቂዎችና ልጆች ሃኪም።
የአስተርጓሚ አገልግሎቶች (Interpretation/translation services)	ቋንቋዎን መናገር ከሚችል ሰው ጋር መነጋገር ሲያስፈልግዎ፣ ወይም ከሃኪምዎ ወይም ከሆስፒታልዎ ጋር ለመነጋገር እገዛ ሲያስፈልግዎ ከእርስዎ የMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የሚሰጥ እገዛ።
Mammogram (ማሞግራም)	የጡት ካንሰርዎን ለማየት የራጅ ምርመራ።
የሚተዳደር የጤና ጥበቃ ድርጅት (MCO)	የጤና እንክብካቤና ጤና ነክ አገልግሎቶችን እንዲሰጥዎ በዲስትሪክት ኦፍ ኮሎምቢያ የሚከፈለው ድርጅት።
የሚተዳደር የጤና ጥበቃ እቅድ	የሚተዳደር የጤና እንክብካቤ ድርጅት ይመልከቱ።
እርግዝና (Maternity)	አንድ ሴት ከአረገዘችበት ቀን አንስቶ አራስ እስከሆነችበት ድረስ ያለው ጊዜ።

ትንታኔዎች

የኔትወርክ አቅራቢዎች	የአንድ የMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC አካል የሆኑ የእርስዎን ጤንነት የሚንከባከቡ ሃኪሞች፣ ነርሶች፣ ጥርስ ሃኪሞችና ሌሎች ሰዎች።
የማይሸፈኑ አገልግሎቶች	በአቅራቢ ሲጠናቀቅ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የማይከፈልባቸው የጤና እንክብካቤ አገልግሎቶች።
የጽንሰና የማህጸን ሃኪም (OB/GYN)	የጽንሰና የማህጸን ሃኪም፣ ነፍሰ ጡር የምትሆንበትን ጊዜ ጨምሮ የሴትን ጤና ለመከታተል የሰለጠነ ሃኪም።
ከኔትወርክ ውጪ የሆኑ አቅራቢዎች	የአንድ የMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC አካል ያልሆኑ የእርስዎን ጤንነት የሚንከባከቡ ሃኪሞች፣ ነርሶች፣ ጥርስ ሃኪሞችና ሌሎች ሰዎች።
መድሃኒት ቤት (Pharmacy)	መድሃኒት የሚወስዱበት ሱቅ።
የሃኪም ማነሳሻ አቅድ	የእርስዎ ሃኪም ከMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ጋር ማንኛውም ስምምነት ካለው ይነግርዎታል።
የድህረ ወሊድ እንክብካቤ	አንዲት ሴት ልጅ ከወለደች በኋላ የሚደረግላት እንክብካቤ።
የቅድመ ወሊድ እንክብካቤ	አንዲት ነፍሰ ጡር ሴት በእርግዥናዋ ጊዜ በሙሉ የሚደረግላት እንክብካቤ።
የመድሃኒት ማዘዝ (Prescription)	ሃኪምዎ የሚያዝልዎ መድከኒት፣ መድከኑን ለመውሰድ ወይ ፋርማሲው መውሰድ አለብዎት።
የበሽታ መከላከል የምክር አገልግሎት	ጤንነትዎ እንደተጠበቀ ወይም ከህመም ወይም ከጉዳት ርቀው እንዲቆዩ እንዲያግዝዎ ከአንድ ሰው ጋር ማውራት ሲፈልጉ።
ተቀዳሚ ህክምና ሰጪ (PCP)	አብዛኛውን ጊዜ የሚንከባከብዎ ሃኪም።
ቅድመ ፈቃድ	የጤና እንክብካቤ ወይም ህክምና እንዲያገኙ ከ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የሚሰጥ የጽሁፍ ፈቃድ።
የአገልግሎት ሰጪ ማውጫ	የMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ኔትወርክ አካል የሆኑ አቅራቢዎች ዝርዝር
አገልግሎት ሰጪዎች (Providers)	ጤናዎን የሚንከባከቡ ሃኪሞች፣ ነርሶች፣ የጥርስ ሃኪሞችና ሌሎች ሰዎች።

ትንታኔዎች

ሪፈራል (Referral)	ዋና ሃኪምዎ ሌላ ሃኪም ጋር እንዲታዩ የጽሁፍ ማስታወሻ ሲሰጥዎ::
ተደጋጋሚ እንክብካቤ	ከተቀዳሚ ሃኪምዎ ወይም ተወዳሚ ሃኪምዎ እንዲያይዎ ከላክዎ ሃኪም በመደበኛነት የሚያገኙት ህክምና:: የተለመደ ህክምና መታየት፣ አካላዊ የጤና ምርመራ፣ እንዲሁም እንደ ስኳር፣ አስም እና የደም ግፊት ለመሳሰሉ የጤና ችግሮች በመደበኛነት የሚያገኙትን ህክምና ሊያካትት ይችላል::
መታየት (Screening)	ጤናማ እንደሆኑ ለማወቅ ሃኪምዎ ወይም ሌላ የጤና አገልግሎት ሰጪ የሚያደርገው ምርመራ:: ይህ የመስማት ምርመራ፣ የማየት ምርመራ ወይም ልጅዎ በጤናማ ሁኔታ እያደገ መሆኑን ለማወቅ የሚደረግ ምርመራ ሊሆን ይችላል::
ራስን ሪፈር የማድረግ (Self-Referral) አገልግሎቶች	ከዋና ሃኪምዎ የጽሁፍ ማስታወሻ ወይም ሪፈራል ሳያገኙ ማግኘት የሚችሏቸው የተወሰኑ አገልግሎቶች::
አገልግሎቶች (Services)	ከሃኪምዎ ወይም ከሌላ የጤና እንክብካቤ አቅራቢ የሚያገኙት እንክብካቤ::
ልዩ የጤና ጥበቃ ፍላጎቶች (Special health care needs)	ለሌሎች አዋቂዎች ከሚያስፈልጋቸው የጤና እንክብካቤዎች ወይም ሌሎች ልዩ አገልግሎቶች የበለጠ ወይም በተለየ ሁኔታ የሚያስፈልጋቸው አዋቂዎች::
ስፔሺያሊስት	እንደ የጆሮ፣ የአፍንጫ እና የጉሮሮ ሃኪም ወይም እንደ የእግር ሃኪም ልዩ ህክምና ለመስጠት የሰለጠነ ሃኪም::
ልዩ እንክብካቤ	ልዩ አይነት የጤና እንክብካቤ እንድትሰጥ በሰለጠነ ሃኪም ወይም ነርስ የሚሰጥ የጤና እንክብካቤ::
የማምከን ህክምና	ለወደፊት ልጅ መውለድ የማይፈልጉ ከሆነ የሚሰጥ ህክምና::
የትራንስፖርት አገልግሎቶች	ቀጠሮዎን ለማግኘት ከ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የሚያገኙት እርዳታ:: የሚያገኙት የትራንስፖርት አይነት የህክምና ፍላጎትዎ ላይ ይመሰረታል::
ህክምና (Treatment)	ከሃኪም የሚያገኙት እንክብካቤ::
አስቸኳይ እንክብካቤ	አሁኑኑ መሆን የሌለበት ነገር ግን በ 24 ሰዓት ውስጥ ማግኘት ያለብዎት ህክምና::
ማየት የተሳነው	በደንብ ማየት የማይችሉ ወይም ሙሉ በሙሉ ማየት የማይችሉ ከሆነ::



MedStar Family Choice

DISTRICT OF COLUMBIA

በቀን ለ24 ሰዓታት፣ በሳምንት 7 ቀናት መደወል ይችላሉ ወይም ከሰኞ እስከ አርባ ከ 8 ከጠዋቱ እስከ ከሰዓት 5:30 ወደ ቢሮአችን መምጣት ይችላሉ። እኛን የሚያገኙበት አቅጣጫ ለማግኘት፣ በዚህ ደደውሉ 1-800-408-7511።
202-363-4348

ተመዝጋቢ አገልግሎቶች
3007 Tilden St., N.W., POD 3N
Washington, DC 20008
888-404-3549 (ከክፍያ ነጻ)

MedStarFamilyChoiceDC.com



ሰዎችን እንዴት እንደምናስተናግደው ነው ነገሩ።



ይህ ፕሮግራም ወጪው በክፊል የሚሸፈነው በዲስትሪክት እና ኮሎምቢያ መንግስት የጤና ጥበቃ ፋይናንስ መምሪያ ነው።

