MedStar Family Choice

DISTRICT OF COLUMBIA

DC Healthy Families ፕሮግራም እና የስድተኛ ልጆች የተመዝጋቢ የእጅ መጽሀፍ

2021-2022

ሰዎችን እንዴት እንደምናስተናግደው ነው ነገሩ።

የተመዝጋቢ አገልግሎቶች **888-404-3549**
MedStarFamilyChoiceDC.com

DHCF Department of Health Care Finance

ይህ ፕሮግራም ወጪው በከፊል የሚሸፈነው በዲስትሪክት 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 ለ24 ሰዓታት፣ በሳምንት 7 ቀናት መደወል ይችላሉ ወይም ከሰኞ እስከ አርብ 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

የተመዝጋቢ አገልግሎቶች፥ **888-404-3549** ከክፍያ ነጻ።

ድረገጽ፥ **MedStarFamilyChoice.com**

▼ እዚህ ጋ ይቀደዱት ▼

አስፈላጊ የስልክ ቁጥሮች

ስለ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ጥያቄዎች ካሉዎት፡	ተመዝጋቢ አገልግሎቶች	**888-404-3549** (ከክፍያ ነጻ)	በቀን 24 ሰዓት፣ በሳምንት 7 ቀን
	TTY/TDD	**711**	
የሀኪምዎ ቢሮ ከተዘጋ በኋላ እንክብካቤ ካስፈለገዎ፡	የነርስ የእርዳታ መስመር	**855-798-3540** (ከክፍያ ነጻ)	በቀን 24 ሰዓት፣ በሳምንት 7 ቀን
	TTY/TDD	**711**	
ሃኪም በ24 ሰዓታት ውስጥ ማግኘት ካስፈለገዎ ("አስቸኳይ ህክምና")፣ ይደውሉ፡	የእርስዎ PCP ቢሮ	______________________ (የእርስዎን PCP መረጃ እዚህ ይሙሉ)	
	የነርስ የእርዳታ መስመር	**855-798-3540** (ከክፍያ ነጻ)	በቀን 24 ሰዓት፣ በሳምንት 7 ቀን
ወደ ቀጠሮዎ የሚያደርስዎ መጓጓዣ ከፈለጉ ወደሚከተለው ይደውሉ፡	የትራንስፖርት አገልግሎቶች	**866-201-9974** (ከክፍያ ነጻ)	
የአዕምሮ ጤና እንክብካቤ ካስፈለገዎ ወይም ስለ አዕምሮ ጤና ጥያቄ ካለዎት በሚከተለው ቁጥር ይደውሉ፡	የእርስዎ PCP ቢሮ	______________________ (የእርስዎን PCP መረጃ እዚህ ይሙሉ)	
	የእርዳታ መስመር	**800-777-5327** (ከክፍያ ነጻ)	በቀን 24 ሰዓት፣ በሳምንት 7 ቀን
	የዲሲ የባህርይ ጤና መምሪያ ማግኛ የእርዳታ የጥሪ መስመር	**888-793-4357** (ከክፍያ ነጻ)	
እርስዎ የሚናገሩትን ቋንቋ የሚናገር ሰው ከፈለጉ ወይም መስማት የተሳንዎት ከሆነ በዚህ ቁጥር ይደውሉ፡	ተመዝጋቢ አገልግሎቶች	**888-404-3549** (ከክፍያ ነጻ)	በቀን 24 ሰዓት፣ በሳምንት 7 ቀን
	TTY/TDD	**711**	
የጥርስ ህክምና እና የዓይን ህክምና ጥያቄዎች በሚከተለው ቁጥር ይደውሉ፡	Avēsis	**844-391-6678** (ከክፍያ ነጻ)	በቀን 24 ሰዓት፣ በሳምንት 7 ቀን

ድንገተኛ አጋጥሞኛል ብለው ካሰቡ 911 ላይ ይደውሉ ወይም ወደ ድንገተኛ ክፍል ይሂዱ።

▼ እዚህ ጋ ይቅደዱት ▼

የግል መረጃ

የእኔ የMedicaid (ሜድኬድ) 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 ሰጪዎ (PDP) ____________________

የመጀመሪያ የጥርስ ህክምና ሰጪዎ (PDP) አድራሻ፦ ____________________

____

የመጀመሪያ የጥርስ ህክምና ሰጪዎ (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፣ ኢንገሊዝኛ የማይናገሩ እና/ወይም የማያነቡ ከሆነ፣ እባክዎ ከጧት 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/Ɓǎsɔ́ɔ̀

DÈ ƉƐ NÌÀ KƐ DYÉƉÉ GBO: Ɔ̌ Jǔ ké m̀ se Xwí-Wùɖù wùɖù poɛ dyuò mɔɔ wuɖuún zàà dyuò ní, ɖá nɔ̀ɓà nìà kɛ 888-404-3549 sɔ̀in 8:00 AM ké 5:30 PM gbo muɛ. À kɛ́-ɓaɖa-nyɔ̀ ɖó mu m̀ gbo kpáùn.

Burmese/ျမန္မာဘာသာစကား

သတိပြုရန်- အကယ်၍ သင်သည် အင်္ဂလိပ်စကား မပြောတတ်၊ မဖတ်တတ်လျှင် ကျေးဇူးပြု၍ နံနက် ၈း၀၀ နာရီနှင့် ညနေ ၅း၃၀ 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 કૉલ 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 अंग्रेज़ी 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/Ìgbò
Gee ntị: O buru na ị naghị asụ ma/màọbụ 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 문의주십시오. 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 براہِ 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 àti/tàbí ka èdè Gẹ̀ẹ́sì, jọ̀wọ́ pe 888-404-3549 láàárín 8:00 òwúrọ̀ àti 5:30 ìrọ̀lẹ́. Asojú kan yóò ràn ọ́ lọ́wọ́.

ማውጫ ሠንጠረዥ

አስፈላጊ የስልክ 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 የተመዝጋቢ 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 እንክብካበቤ፣ አስቸኳይ እንክብካቤ፣ እና ድንገተኛ እንክብካቤ 18

ተደጋጋሚ እንክብካበቤ 18

አስቸኳይ እንክብካቤ 18

ድንገተኛ ካጋጠምዎ ምን ማድረግ እንዳለብዎ (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 አገልግሎቶች...23
ለመስማት ወይም ለማየት የሚቸገሩ ከሆነ የሚሰጡ አገልግሎቶች...23

የልዩ ሙያተኛ እንክብካቤ እና ሪፈራሎች 24
የልዩ ሙያተኛ እንክብካቤ እንዴት እንደሚያገኙ.............24
ራስን ሪፈር የማድረግ አገልግሎቶች...........................24

የአእምሮ ጤና አገልግሎቶች.................... 25
ለመጠጥ ወይም ሌሎች የአደንዛዥ ዕጽ መጠቀም አገልግሎቶች...25

የወሊድ መቆጣጠሪያ እና ሌሎች የቤተሰብ ዕቅድ አገልግሎቶች 26

መድሃኒቶችን እንዴት እንደሚያገኙ............. 27

በሽታን መቆጣጠር 28

የእንክብካቤ ማስተባበር እና የእንክብካቤ አስተዳደር ፕሮግራሞች 28

አዋቂዎች እንዳይታመሙ የሚያደርጉ አገልግሎቶች.. 29
የጤና ምርመራን የተመለከቱ ምክሮች ("ምርመራዎች") 29
ጤናማ ሆነው እንዴት እንደሚቆዩ...........................29
ለአዋቂዎች የሚያስፈልጉ ክትባቶች ወይም "መርፌዎች" 29

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

የልጅዎ ጤና.. 32
HealthCheck ፕሮግራም ለህጻናት(EPSDT).........32
ስደተኛ ልጆች...32
ለልጅዎ የጥርስ ህክምና 33

ልዩ የጤና እንክብካቤ ፍላጎት ያላቸው ህጻናት 34
የአካል ጉዳት ያለባቸው ግለሰቦች የትምህርት ህግ (IDEA) ፕሮግራም 34
ክትባቶች (በመርፌ የሚሰጡ) ለህጻናትና ለወጣቶች 35

የጤና ጥቅሞችዎ 36
በMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የሚሸፈኑ አገልግሎቶች...36
በMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የማይሸፈኑ አገልግሎቶች...36

የእንክብካቤ ማለፊያ 42

ማወቅ የሚገቡዎት ሌሎች አስፈላጊ ነገሮች.. 42
እኔ ከተዛወርኩትስ?...42
ልጅ ከወለድኩትስ?..42
ልጅ በጉዲፈቻ ከወሰድኩትስ?...............................42
ከቤተሰቤ ውስጥ አንድ ሰው ከሞተስ?.....................42
የእኔን MCO እንዴት መቀየር እንደሚችሉ 42
ሽፋን ለሚሰጠው አገልግሎት ክፍያ መጠየቂያ ቢል ከቀረበልኝስ ምን ማድረግ አለብኝ?..........................43
ሽፋን ለማይሰጣቸው አገልግሎቶች መክፈል..............43
አዲስ ቴክኖሎጂ እንዴት እንደሚገመገም ይማሩ።........43
የላቀ መመሪያ 44
ሌላ ኢንሹራንስ ካለኝስ? 44
ለሁለቱም Medicaid እና Medicare ብቁ ከሆንኩ ምን ማድረግ አለብኝ?..............................44
ማጭበርበር...44
የሃኪም (ዶክተር) የክፍያ ሁኔታን ማሳወቅ 44

አቤቱታዎች፣ ቅሬታዎች፣ ይግባኞችና ፍትሃዊ የክስ መስማት ሂደት....................................... 45
ቅሬታ 45
ይግባኝና ፍትሃዊ የክስ መስማት ሂደቶች...................45
ይግባኞች...46
የተፋጠነ (አስቸኳይ) ቅሬታዎች እና የይግባኝ መስማት ሂደት 46
ቅሬታዎች፣ ይግባኞች እና የስቴት ፍትሃዊ የክስ መስማት ችሎት ጥያቄዎች በሚያቀርቡበት ወቅት የሚኖሩዎ መብቶች 46

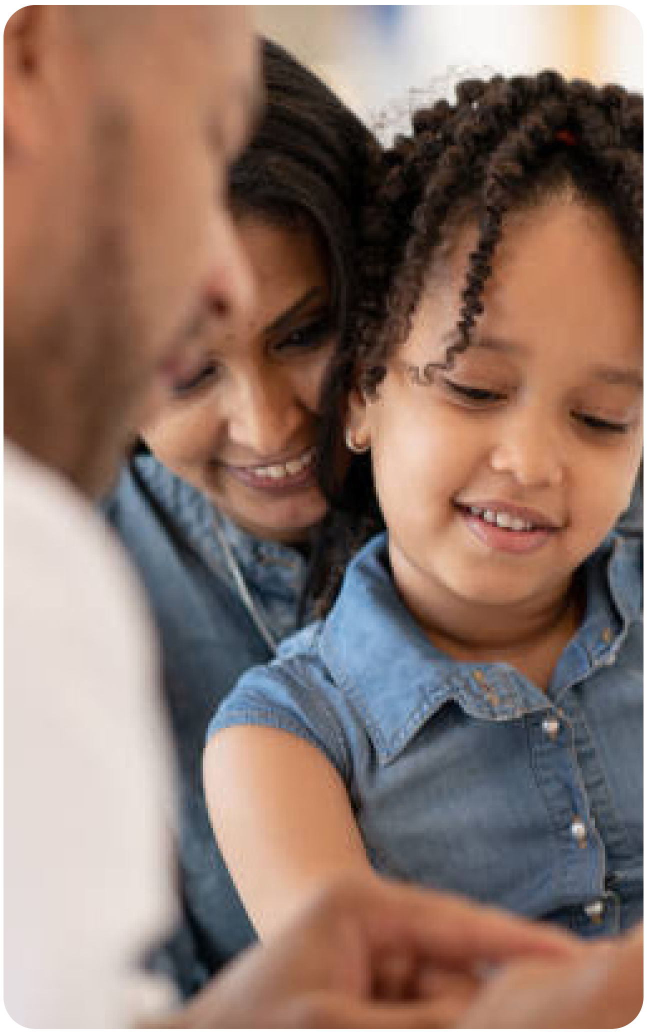
የግላዊነት ተግባራት ማሳወቂያ 47

Medicare እና Medicaid በአንድ ጊዜ ሁለቱም ላላቸው ተመዝጋቢዎች የMedicare ክፍል D ማስታወቂያ............ 54

የጤና ጥበቃ የሕዝብ እንባ ጠባቂ ቢሮ እና ቢል ኦፍ ራይትስ 54

ትንታኔዎች.. 57

እንኳን ወደ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-ኮሎምቢያ ዲስትሪክት በደህና መጡ



ጥያቄዎች?

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

ስለ የMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC

የMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ስለመረጡ እናመሰግናለን። እኛ የእርስዎ በMedicaid የሚተዳደር የእንክብካቤ ድርጅት (MCO) ስለሆን ደስተኞች ነን። ከእርስዎ እና ከቤተሰብዎ ጤና በላይ አስፈላጊ የሆነ ምንም ነገር እንደሌለ እናውቃለን። እርስዎ እና ቤተሰብዎ በምትፈልጉት እና በሚገባችሁት እንክብካቤ እና ክብር ዓይነት እንድትስተናገዱ ለማረጋገጥ ጠንክረን የምንሰራው ለዚያ ነው። ጤናዎን ለመጠበቅ ቁርጠኞች ነን እና እርስዎ እና ቤተሰብዎ የሚቻለውን ከፍተኛ የእንክብካቤ ጥራት እንድትቀበሉ ማረጋገጥ እንፈልጋለን።

ይህ የእጅ 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 እንነግርዎታለን።

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። የተወሰኑ የቡድናችውን ሰዎች ጋር ለመገናኘት እና እኛ እንድንቀበልዎ ለማድረግ እድል አለው።

አዲስ ተመዝጋቢዎች ልክ ከተቀላቀሉን በኋላ በአጭር ጊዜ ውስጥ የስልክ ጥሪ ይደርሳቸዋል። ከሀኪምዎ ጋር ጉብኘት 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።

ይህ የመመሪያ መጽሐፍ እንዴት እንደሚያገለግል

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

በዚህ መጽሀፍ ውስጥ ስለሚያነቧቸው ነገሮች ወይም MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የሚመመለከቱ ሌሎች ጥያቄዎች ካሉዎት፣ ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች በ **888-404-3549** መደወል ወይም **MedStarFamilyChoiceDC.com** እና መጎብኘት ይችላሉ እናም እርስዎን ለመርዳት የተቻለንን ሁሉ እናደርጋለን።

ይህ መመሪያ መጽሃፍ እንዴት እንደሚረዳዎት

ይሄ የአባል መመሪያ መጽሐፍ የሚነግርዎ፥

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

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

መብቶችዎ

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 ገለጻ 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 ማቅረብ እና መልስ ማግኘት።
- MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC አገልግሎትን ወይም ዕቃን መከልከሉ፣ መቀነሱ ወይም ማቆሙ ትክክል አይደለም ብለው ካመኑ ይግባኝ ወይም ፍትሃዊ የክስ መስማት ሂደት መጠየቅ።
- ከፈለጉት 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 የተመዝጋቢ የእጅ መጽሐፍ እና/ወይም የአቅራቢ መዝገብ ኮፒን ማግኘት።
- አዲስ የህክመና ዕቅድ እስከሚኖርዎ ድረስ እየተደረገልዎት ያለውን ህክምና መቀጠል።
- ያለ ምንም ወጪ የአስተርጓሚ (የአፍ) እና የትርጉም አገልግሎቶችን ማግኘት።
- የቃል ትርጉም አገልግሎቶችን አለ-መውሰድ።
- ያለ ምንም ወጪ የመጓጓዣ አገልግሎቶችን ማግኘት።
- ስለ ቅድመ ፈቃድ ሂደቶች ገለጻ 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 በሚያስገባ 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 ዲስትሪክት መጠየቅ።
- በይግባኝ ወይም የስቴት ፍትሃዊ ችሎት ወቅት እየተሰጡ ያሉ ጥቅማጥቅሞች እንዲቀጥሉ መጠየቅ፣ ይሁን እንጂ፣ በይግባኙ ወይም ፍትሃዊ ችሎቱ ላይ ውሳኔው ከተደገፈ ለቀጠሉ ጥቅማጥቅሞች መክፈል ሊኖርብዎት ይችላል።
- MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC እንዴት እንደሚተዳደር ላይ፣ መዋቅሩ እና አሰራሩን፣ እንዲሁም የሃኪም ማበረታቻ ክፍያ እቅዶችን ጨምሮ፣ ሌሎች መረጃዎችን መቀበል።
- ስለ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC፣ አገልግሎቶቹ፣ ስራ ላይ ያሉ ሰራተኞቹ እና አቅራቢዎቹ እንዲሁም የተመዝጋቢ መብቶች እና ግዴታዎች መረጃ ማግኘት
- የድርጅቱ ተመዝጋቢ 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፥

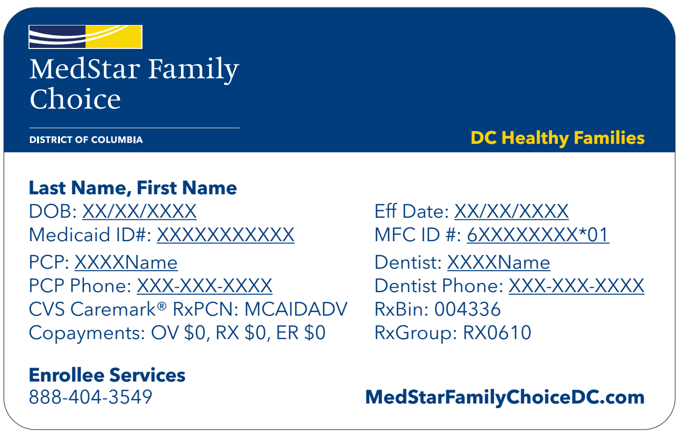
- የሚንከባከብዎትን ሰዎች ክብር እና ሞገስ መጠበቅ።
- የዲሲ DC Medicaid የሚመራ እንክብካቤ ፕሮግራም እና የMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ህጎችን መከተል።
- ከሃኪሞችዎ እና ከአገልግሎት ሰጪዎችዎ የሚሰጥዎትን መመሪያ መከተል።
- የተያዙ ቀጠሮዎች ላይ መገኘት።
- ቀጠሮዎን መሰረዝ ካለብዎ ለሃኪም ቢያንስ ከ24 ሰዓት በፊት ማሳወቅ አለብዎት።
- የሃኪሞትን መመሪያ ካልተረዱ ተጨማሪ መረጃ ይጠይቁ።
- ወደ ድንገተኛ ክፍል የሚገቡት ድንገተኛ ህመም ካጋጠምዎ ብቻ ነው።
- ጤናዎትን የሚጎዱ የህክምና ወይም የግል ችግሮችን ለእርስዎ PCP/PDP መንገር።
- እርስዎ ወይም የእርስዎ ቤተሰብ ሌላ የጤና መድን ካላቹ 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 መንገር።
- 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 የተመዝጋቢ የመታወቂያ ካርድ ማሳየት።
- የጠፋ ወይም የተሰረቀ የተመዝጋቢ መታወቂያ ካርድን ለ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ማሳወቅ።
- ችግር ወይም ቅሬታ ካለዎት ለ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC መደወል።
- እርስዎ እና የእርስዎ PCP የሚትስማሙበት 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፣ ለDHCF፣ ESA) በብቁነት ሁኔታዎ 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 መንገር።
- 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 የተመዝጋቢ መታወቂያ ቁጥር

ተቀዳሚ የእንክብካቤ አቅራቢ (PCP) ከተመደበልዎ በኋላ፣ የተመዝጋቢ የመታወቂያ ክርድን በፖስታ እንልክልዎታለን። ይህ መታወቂያ የእርስዎ ሃኪሞች፣ ሆስፒታሎች፣ መድሃኒት መደብሮች እና ሌሎች እርስዎ የMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC አባል መሆንዎን እንዲያውቁ ያደርጋል። እባክዎ በተመዝጋቢ መታወቂያ ካርድዎ ላይ ያለው መረጃ ትክክለኛ እንደሆነ ያረጋግጡ። ማንኛውም ችግሮች ካሉ፣ ወይም ካርድዎን ከጣሉ፣ ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች በ **888-404-3549** ይደውሉ።

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

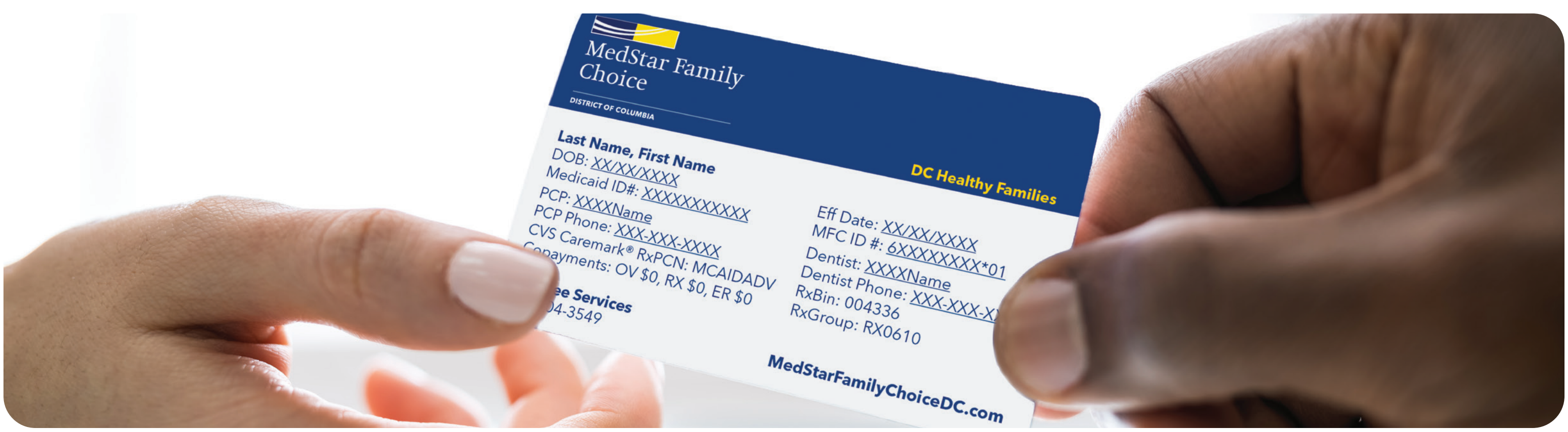
የተመዝጋቢ መታወቂያዎ ይሄንን ይመስላል፥



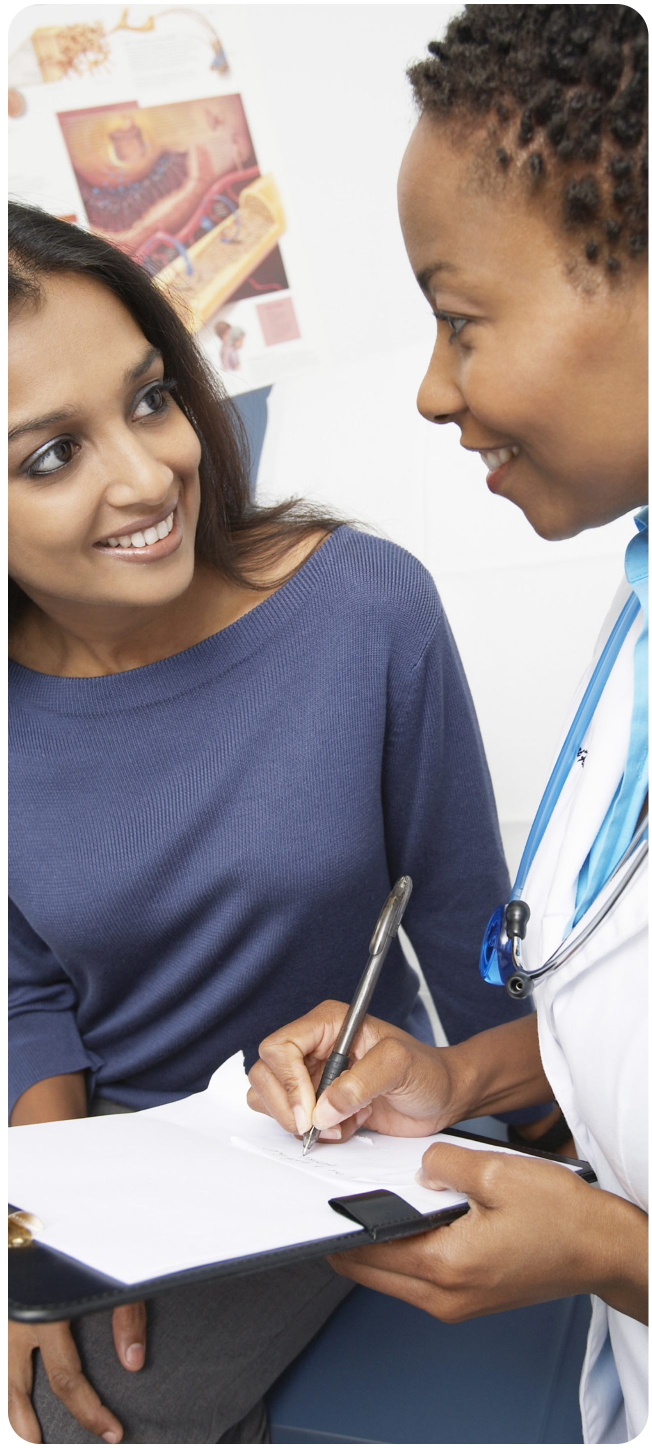
የካርድ ፊት ገጽ

የካርድ ኋላ ገጽ

ሁልጊዜ የተመዝጋቢ 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 ዕርዳታ 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 እሽግዎ 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።
    - በእቅዳችን ውስጥ ከሆኑ ጀምሮ ባሉት የመጀመሪያ 10 ቀናት ውስጥ PCP ለእርስዎ ሃኪም እንመርጥልዎታለን። እኛ የመረጥንልዎትን PCP ካልወለዱት ሌላ PCP መቀየር ይችላሉ። የእርስዎን PCP ለመቀየር የተመዝጋቢ አገልግሎትን በ **888-404-3549** ደውለው ያግኙ።
    - MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የተመዝጋቢ መታወቂያ ካርድ ይልክልዎታል። ካርድዎ የእርስዎን PCP ስምና ስልክ ቁጥር ይኖረዋል።

2. በእቅዳችን ውስጥ ላለው ለእያንዳንዱ የቤተሰብ አባል ልጆችዎን ጨምሮ PCP ይምረጡ። የእርስዎ PCP ከሚከተሉት አንዱ ነው፣
   - የቤተሰብና አጠቃላይ ሃኪም– አብዛኛውን ጊዜ አጠቃላይ ቤተሰቡን ማየት ይችላል
   - የውስጥ ደዌ ሃኪም– አብዛኛውን ጊዜ 14 ዓመትና ከዚያ በላይ የሆኑ አዋቂና ልጆችን ያያሉ
   - ፔዴትሪሺያን – ልጆችን አዲስ የተወለዱትን ጀምሮ አዋቂ እስከሚሆኑ ድረስ ያክማል
   - የጽንስ/የማህጸን ሃኪም (OB/GYN) – የሴቶችና የእናትነት ጤና ላይ ልዩ እውቀት ያለው
   - እርስዎ ወይም ልጅዎ ልዩ የጤና እንክብካቤ ፍላጎቶች ካሉዎት፣ እርስዎ ስፔሺያሊስትን እንደርሰዎ PCP ሊምረጡ ይችላሉ።

3. የእርስዎን PCP ሲመርጡ እባክዎ፣
   - 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 የተመዝጋቢ 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

የእርስን PCP በማንኛውም ጊዜ መቀየር ይችላሉ። ከአገልግሎት ሰጪዎች መዝገብ ላይ አዲስ PCP መምረጥ ብቻ ነው የሚጠበቅብዎት። አዲሱን PCP በመረጡ ጊዜ፣ ለተመዝጋቢ አገልግሎት በ **888-404-3549** ይደውሉ። አዲስ PCP መምረጥ ላይ እገዛ የሚሹ ከሆነ፣ የተመዝጋቢ አገልግሎቶች ሊያግዙት ይችላሉ።

የመጀመሪያ የጥርስ ህክምና ሰጪዎ (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። እንክብካቤ ባስፈለገዎ ጊዜ መጀመሪያ ለPDPዎ በ **844-391-6678** መደወል አስፈላጊ ነው። የሚፈልጉ ከሆነ ከዚያ የጥርስ ሐኪም 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 ሃኪም 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 እሽግዎ ውስጥ የተካተተውን የሃኪም/ክሊኒክ ዝርዝር መጠየቂያን ይሙሉ እና ይመልሱልን ወይም ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች በ **888-404-3549** ይደውሉ።
   - የጥርስ ሃኪም ለመምረጥ እርዳታ ከፈለጉ፣ ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች በ **844-391-6678** ይደውሉ።
   - በእቅዳችን ውስጥ ከሆኑ ጀምሮ ባሉት የመጀመሪያ 10 ቀናት ውስጥ PDPን የማይመርጡ ከሆነ፣ ለእርስዎ የጥርስ ሃኪም እንመርጥልዎታለን። እኛ የመረጥንልዎትን PDP ካልወደዱት፣ የእርስዎን PDP መቀየር ይችላሉ። የእርስዎን PDP ለመለወጥ ለጥርስ ህክምና የተመዝጋቢ አገልግሎቶች በ **844-391-6678** ይደውሉ።
   - MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የተመዝጋቢ መታወቂያ ካርድ ይልክልዎታል። ካርድዎ የእርስዎን PDP ስምና ስልክ ቁጥር ይኖረዋል።

2. በእቅዳችን ውስጥ ላለው ለእያንዳንዱ የቤተሰብ አባል ልጆችዎን ጨምሮ PDP ይምረጡ። የእርስዎ PDP ከሚከተሉት አንዱ ነው፥
    - የቤተሰብና አጠቃላይ የጥርስ ሃኪም --አብዛኛውን ጊዜ አጠቃላይ ቤተሰቡን ማየት ይችላል።
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 የተመዝጋቢ አገልግሎቶች ጋር መደወል ይችላሉ።
    - አንድ አንድ ጊዜ የመረጡት PDP አዲስ ታካሚዎችን ለመውሰድ አይችሉም። ሌላ የ ጥርስ ሃኪም መምረጥ የሚያስፈልግዎ ከሆነ እናሳውቅዎታለን።

የእርስዎን PDP እንዴት መቀየር ይችላሉ

የእርስን PDP በማንኛውም ጊዜ መቀየር ይችላሉ። ከአገልግሎት ሰጪዎች መዝገብ ላይ አዲስ PDP መምረጥ ብቻ ነው የሚጠበቅብዎት። አዲሱን PDP በመረጡ ጊዜ፣ ለተመዝጋቢ አገልግሎት በ **844-391-6678** ይደውሉ። አዲስ PDP መምረጥ ላይ እገዛ የሚሹ ከሆነ፣ የተመዝጋቢ አገልግሎቶች ሊያግዙት ይችላሉ።

ተደጋጋሚ እንክብካበቤ፣ አስቸኳይ እንክብካቤ፣ እና ድንገተኛ እንክብካቤ

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

ተደጋጋሚ እንክብካበቤ

ተደጋጋሚ እንክብካቤ ከPCP በቋሚነት የሚያገኙት እንክብካቤ ነው። እንዲሁም የእርስዎ መደበኛ ህክምና የእርስዎ PCP የሚላክሎት ከሌሎች አገልግሎት ሰጪዎች የሚያገኙት እንክብካቤ ነው። ተደጋጋሚ እንክብካቤ መታየት፣ የአካለ 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 ያስፈልጎታል።

አስቸኳይ እንክብካቤ

የአስቸኳይ እንክብካቤ ወዲያዉኑ 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 በኃላ የነርስ የእርዳታ መስመር ቁጥር በ **855-798-3540** ላይ ይደውሉ። ነርሷ ወደ ሃኪም ባስቸኳይ መሄድ እንዳለቦት ወይም እንደሌለቦት ለመወሰን ትረዳዎታለች። በተጨማሪም ነርስ እንዴት እንክብካቤ ማግኘት እንዳለብዎ ይነግርዎታል። ለተደጋጋሚ ወይም ለአስቸኳይ እንክብካቤ ደ ድንገተኛ ክፍል መግባትም ሆነ አምቡላንስ መጠቀም የለቦትም።

ድንገተኛ እንክብካቤ

የድንገተኛ ሁኔታ እንክብካቤ ፈጣን፣ ከባድ (አንዳንድ ጊዜ ሂይወት 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 የተመዝጋቢ መታወቂያ ካርድን ለER ያሳዩ።
- በቻሉት ፍጥነት ለእርስዎ PCP ይደውሉ።

ከከተማ ውጪ በሆኑ ጊዜ የሚሰጥ እንክብካቤ

ከከተማ ውጪ ሲሆኑ

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

ተደጋጋሚ እንክብካበቤ

ከከተማ ውጪ ሲሆኑ አንድ ሃኪም ወይም አገልግሎት አቅራቢ ጋር ለመታየት ሲያስቡ ደውለው ለሚያገኙት ህክምና እንከፍል እንደሆነና እንዳልሆነ መጠየቅ አለብዎት፣ ምክንያቱም ከዲስትሪክት ኦፍ ኮሎምቢያ ውጪ ያሉ ሃኪሞች የMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC አካል አይደሉም። MedStar Family Choice-DC ህክምናውን ከማግኘትዎ በፊት ፈቃደኝነቱን ካልገለጸልዎ፣ እራስዎ ለህክምናው መክፈል አለብዎት። ከከተማ ውጪ እያሉ ከሃኪም መድሐኒት የሚፈልጉ ከሆነ፣ ለእኛ የተመዝጋቢ አገልግሎት መምሪያን ይደውሉ። ከሥራ ሰዓታት በኋላ እርዳታ ካስፈለገዎ፣ እባክዎ ለነርስ የምክር መስመር በ **855-798-3540** ይደውሉ። የፋርማሲ ኔትወርካችን ከከተማ ውጪ ሲሆኑ የትዕዛዝ መድሃኒትዎን ለመስጠት የሚያግዙ በርካታ ብሔራዊ ሰንሰለቶች አለው።

አስቸኳይ እንክብካቤ

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

ድንገተኛ እንክብካቤ

ድንገተኛ ሁኔታ ያጋጠምዎት እንደሆነ፣ የአዕምሮ ጤና፣ መጠጥ፣ ሌሎች የአደንዛዥ ዕጽ ድንገተኛ ሕመም ጨምሮ፣ ወዲያውኑ እንክብካቤ ለማግኘት ወደ አቅራቢያው የሚገኝ ድንገተኛ ሕክምና መስጫ (ER)ወዲያውኑ ይሂዱ። ወደ ድንገተኛ ክፍል ከሄዱ የክፍሉን ሰራተኛ ለእርስዎ PCP እንዲደውል መጠየቅ አለብዎ። ወደ ድንገተኛ ክፍል ከሄዱ፣ በተቻለዎት ፍጥነት ለተመዝጋቢ 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። ይሄንን "ቅድመ ፈቃድ" ብለን እንጠራዋለን። 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 የጠበቀ) የተሸፈኑ አገልግሎቶችን ያቀርባል።

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

ወደሚመርጡት ለቤተሰብ እቅድ አገልግሎት ሰጪ መሄድ ይችላሉ፣ ምንም እንኳ ከኔትወርክ-ውጪ ቢሆንም። የቅድመ መፍቀድ አስፈላጊ አይደለም። ስለቤተሰብ ዕቅድ አገልግሎቶች የበለጠ መረጃ ለማግኘት **ገጽ** 26 ይመልከቱ።

ቀጠሮ ማስያዝ

ከእርስዎ PCP ወይም PDP ጋር ቀጠሮ መያዝ

- የተመዝጋቢ መታወቂያ ካርድዎን እና ወረቀት እና እርሳስ በቅርብ ያድርጉ።
- ወደ PCP ቢሮ ይደውሉ። በተመዝጋቢ መታወቂያ ካርድዎ ፊት ለፊት ላይ የእርስዎን PCP ስልክ ይፈልጉ። እንዲሁም በአገልግሎት ሰጪ መዝገብ ወይም በድህረ ገጻችን **MedStarFamilyChoiceDC.com** ውስጥ ያገኛሉ።
- ስልኩን ለሚያነሳው ሰው የ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ተመዝጋቢ እንደሆኑ ይንገሩት። ከPCP ጋር ቀጠሮ መያዝ እንደሚፈልጉ ይንገሩት ወይም ይናገሩ።
- ላነሳ ሰው ቀጠሮውን ለምን እንደሚፈልጉ ይንገሩት። ለምሳሌ፥
  - እርስዎ ወይም የቤተሰብ አባልዎ ህመም እየተሰማዎ እንደሆነ
  - እራስዎን እንደጎዱ ወይም አደጋ እንደደረሰብዎት
  - መታየት ወይም የክትትል እንክብካቤ እንደሚፈልጉ
- የቀጠሮውን ሰዓት እና ቀን ይጻፉ።
- በጊዜ ወደ ቀጠሮዎ ይሂዱ፣ እና የእርስዎ የተመዝጋቢ መታወቂያ ካርድን (እና የምስል መታወቂያ ካርድ) ከእርስዎ ጋር ያምጡ።
- ቀጠሮ ለመያዝ እርዳታ ከፈለጉ፣ እባክዎ ወደ ተመዝጋቢ 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 ለሃኪሞ ይደውሉ።
- አንዳንድ ቀጠሮዎችን ለመሰረዝ ለቀጠሮው ከ 24 ሰዓታት በላይ አስቀድመው መደወል ይጠበቅብዎታል።
- ከቀጠሮው ከቀሩ ወይም ካረፈዱ ሃኪሞ የእርሱ ወይም የእርሷ ታካሚ እንዳይሆኑ መወሰን ይችላል።

የእርስዎ PCP ወይም PDP ቢሮ ዝግ በሆነ ጊዜ እንክብካቤ ስለማግኘት

የእርስዎን PCP ወይም PDP ለማናገር 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 አንድ ሰው መልሶ ይደውልሎታል። እንዲሁም የነርስ 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

ከደወሉ በኃላ በተወሰኑ ቀናት ውስጥ የሃኪምዎ 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	ሃኪሞትን ለማግኘት ምን ያህል ጊዜ እንደሚወስድ
አስቸኳይ ምክንያት	ታመው ወይም ተጎድተው ሁኔታዎች እንዳይባባሱ 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/የጡንቻ 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	• 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 ያልሆኑ ቀጠሮዎች ከስፔሺያሊስቶች ጋር (በሪፈራል)	የPCPዎ አስቸኳይ ላልሆነ ሁኔታ ልዩ ባለሙያ እንዲያዩ ጠቁሞታል	በ 30 ቀናት ውስጥ
የልጅ EPSDT መታየቶች (ምርመራዎች) – አስቸኳይ ያልሆነ	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።

- የትራንስፖርቴሽን አገልግሎት አቅራቢው በ **866-201-9974** በመደወል በስንት ሰዓትና በየትኛው ቀን መጥተው እንዲወስዱዎ እንደሚፈልጉ ይንገሯቸው።
- 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 ቮቸሮች፣ የዊልቼር መኪናዎች፣ እና አምቡላንሶች ናቸው። የሚያገኙት የትራንስፖርት አይነት የህክምና ፍላጎትዎ ላይ ይመሰረታል።
- ሲደውሉ 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 ይንገሩ።

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 ያቀርብልዎታል።

የቃል የማስተርጎም አገልግሎት ለማግኘት እባክዎ ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች በ **888-404-3549** ይደውሉ። የቃል ማስተርጎም አገልግሎትን ከፈለጉ እባክዎ ከሃኪምዎ ቀጠሮ በፊት ይደውሉልን።

የቃል ማስተርጎም አገልግሎቶች ብዙውን ጊዜ የሚሰጡት በስልክ ነው። አስተርጓሚው በአካል የሃኪምዎ ቢሮ አብሮት እንዲሆን ከፈለጉ፣ ሊያሳውቁን የሚገባው በ 3-5 የስራ ቀናት ውስጥ ወይም ከቀጠሮው በፊት በ48 ሰዓታት ውስጥ ነው።

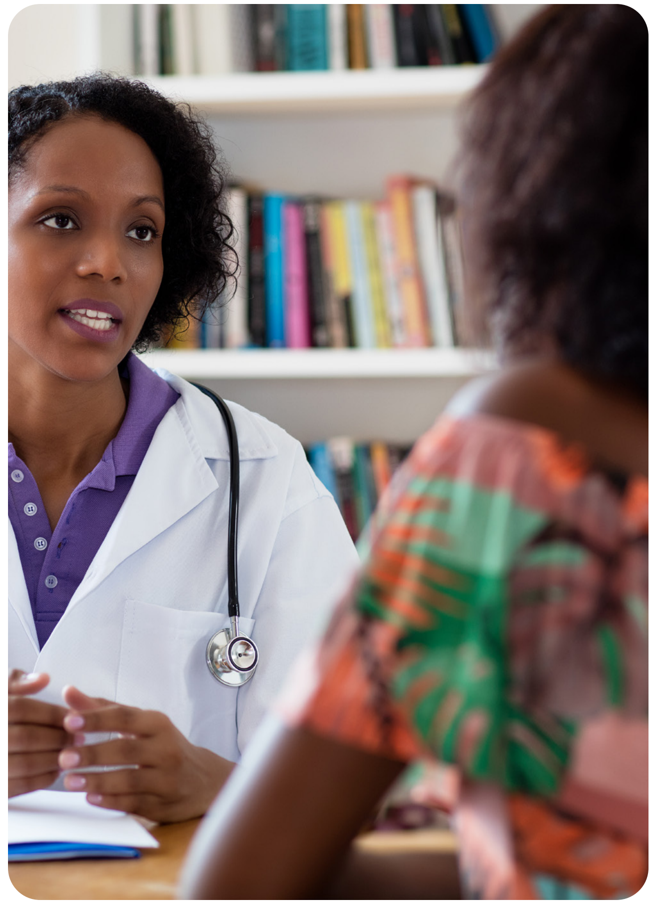
የትርጉም አገልግሎቶች

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

ለመስማት ወይም ለማየት የሚቸገሩ ከሆነ የሚሰጡ አገልግሎቶች (መስማት እና ማየት ለተሳናቸው የመሳሪያ እርዳታ አገልግሎቶች)

የመስማት ችግር ካለብዎ፣ የቴሌኮሙኔኬሽን የማስተላለፊያ አገልግሎት (TRS) ለማነጋገር፣ እባክዎ ለ **711** ይደውሉ። የ TRS እርዳታ ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች ጥሪን በ **888-404-3549** እንዲያስቀምጡ ሊያግዝዎት ይችላል። የማየት ችግር ካለብዎት ለተመዝጋቢ 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 የሚሰጥዎ ሃኪም ማየት እንደሚኖርብዎ ሊወስን ይችላል። እነዚህን ሃኪሞች ስፔሻሊስቶች (ልዩ ሙያተኞች) ብለን እንጠራቸዋለን። የእርስዎ PCP ልዩ ሙያተኛ እንደሚያስፈልግዎ ካሰበ/ች ለህክምና የት እንደሚሄዱ ይነግርዎታል። የእርስዎ PCP እርስዎን ወክሎ ቀጠሮ ያስይዝልዎታል ወይም ቀጠሮ እንዲያስይዙ ስልክ ቁጥር ይሰጥዎታል። የእርስዎ PCP ወደ ልዩ ሙያተኛ ይዘው እንዲሄዱ ሪፌር ይሰጥዎታል። የእርስዎ PCP አሁንም የእርስዎ መደበኛ ሃኪም ይሆናል እና ህክምና የሚሰጥዎ ልዩ ሙያተኛ ጋር ይነጋገራል።

ለሴት ተመዝጋቢዎች፣ የእርስዎ PCP፣ OB/GYN ካልሆነ፣ በMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ኔትወርክ ውስጥ ያሉ OB/GYN ወይም የቤተሰብ እቅድ አቅራቢን ያለ ሪፌር የማየት መብት አለዎት። ሁለተኛ ሀሳብ እንደሚያስፈልግዎ ከተሰማዎ፣ 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 የተመዝጋቢ አገልግሎቶችን በ **888-404-3549** ማግኘት ይችላሉ። ሪፈራል/ሪፌር ሊያስፈልግ ይችላል፣ ስለዚህ የእርስዎ PCP ስለ ሁኔታዎችዎ እንዲያውቅ ማድረግ በጣም ጥሩ ነው።

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

- በMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ኔትወርክ ውስጥ ካለው ሌላ ሃኪም ጋር ቀጠሮ መያዝ እና ሁለተኛ ሃሳብ ማግኘት
- ውሳኔያችን ላይ ይግባኝ ማለት (ስለ ይግባኝ **ገጽ** 45 ላይ ይመልከቱ)
- ፍትሃዊ የፍርድ መስማት ሂደትን መጠየቅ (ስለ ፍትሃዊ የፍርድ መስማት ሂደት **ገጽ** 45 ይመልከቱ)

ራስን ሪፈር የማድረግ (Self-Referral) አገልግሎቶች

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

የሚከተሉትን ለማድረግ ጥቆማ አያስፈልጎትም፥

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

የአእምሮ ጤና አገልግሎቶች

የአእምሮ ጤና ህክምና ለህጻናትም ለአዋቂዎችን ይሰጣል። ይህ ህክምና ጭንቀት ወይም ፍርሃት ሲሰማዎ የሚሰጥ ነው።

እገዛ የሚያስፈልግዎ ከሆነ ወይም ከቤተሰብዎ ውስጥ አንድ ሰው እገዛ የሚያስፈልገው ከሆነ በሚከተለው ስልክ ይደውሉ፥

- የችግር ጊዜ ነጻ የስልክ መስመር በ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC በ **800-777-5327**
- የ DC የባህሪይ ጤና መመሪያ ነጻ የስልክ መስመር በ **888-793-4357**፣ 24ሰዓታት በቀን፣ 7 ቀናት በሳምንት።

ለመጠጥ ወይም ሌሎች የአደንዛዥ ዕጽ መጠቀም አገልግሎቶች

ከአልኮልና ከሌሎች አደንዛዥ እጾች ጋር ለተገናኙ ችግሮች ለእርስዎ ጤናና በዙሪያዎ ላሉ ሰዎች ጤና አደገኛ ናቸው። እነዚህ ችግሮች ላይ እገዛ ከፈለጉ ወደ ሃኪም መሄድ አስፈላጊ ነው።

በMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የጸረ-መመረዝ አገልግሎቶችንና ሌሎች አገልግሎቶችን እንዲያገኙ ህክምናዎችን የማመቻቸት ስራ በመስራት ያግዝዎታል። ለእነዚህ ችግሮች አገልግሎቶችን ለማግኘት የሚከተሉትን ማድረግ ይችላሉ፣

- ለ DC የባህሪይ ጤና አገልግሎቶች በ **800-777-5327**፣ 24ሰዓታት በቀን፣ 7 ቀናት በሳምንት ይደውሉ።
- ለባህሪይ ጤና መምሪያ (DBH)፣ አሰስመንት ኤንድ ሪፈራል ሴንተር(ARC) መመሪያ ላይ በቀጥታ በ **202-727-8473** ላይ ይደውሉ።
- ሁሉም የአዕምሮ ጤና፣ የአልኮል፣ እና ሱስ የሚያስይዝ መድሃኒት መጠቀም አገልግሎቶች በሚስጥር የተያዙ ናቸው።

የወሊድ መቆጣጠሪያ እና ሌሎች የቤተሰብ ዕቅድ አገልግሎቶች

የወሊድ መቆጣጠሪያ እና ሌሎች የቤተሰብ ዕቅድ አገልግሎቶችን ለማግኘት ጥቆማ አያስፈልጎትም። ሁሉም የወሊድ መቀጣጠሪያ እና ሌሎች የቤተሰብ እቅድ አገልግሎተች ሚስጥራዊ ናቸው።

እርስዎ ከመረጡት አገልግሎት ሰጪ 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 ይረዳዋል። በ **888-404-3549** በመደወል ስለ ወሊድ ቁጥጥር ወይም ሌሎች የቤተሰብ አገልግሎቶች ላይ ተጨማሪ መረጃ ለማግኘት PCPዎን ያነጋግሩ ወይም ለMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የተመዝጋቢ አገልግሎቶች ይደውሉ።

የቤተሰብ እቅድ አገልግሎቶች የሚያጣቃልላቸው፡

- የእርግዝና ምርመራ
- ለሴቶችና ለጥንዶች የማማከር አገልግሎት
- ተደጋጋሚና ድንገተኛ የወሊድ ቁጥጥር አገልግሎት
- የምክር አገልግሎት እና ክትባት
- ለሁሉም በግብረስጋ ግኑኝነት የሚተላለፉ በሽታዎችን ምርመራ ማደረግ
- ለሁሉም በግብረስጋ ግኑኝነት የሚተላለፉ በሽታዎችን ህክምና ማደረግ
- የማምከን መመሪያዎች (ዕድሜዎ ከ 21 ዓመት በላይ እና ሂደቱ ከመካሄዱ 30 ቀን በፊት አስቀድመው ቅርጽ እንዲፈርሙ ይጠይቃል)
- ኤችአይቪ/ኤድስ ምርመራ እና የምክር አገልግሎት

የቤተሰብ እቅድ አገልግሎቶች የሚከተሉትን አጣጠቃልሉም፥

- ተከታታይ የማህንነት ጥናት ወይም ህክምናዎች
- ለማኮላሸት የሚደረግ የማህጸን ማስወጣት ሂደት
- በፍቃድ የተደረገ ማኮላሸትን መመለስ
- የኤችአይቪ/ኤድስ (HIV/AIDs) ህክምና
- ውልጃ

የኤችአይቪ/ኤድስ ምርመራ፣ የማማከር አገልግሎት እና ህክምና

የኤችአይቪ/ኤድስ ምርመራ እና የምክር አገልግሎት ማግኘት የሚችሉት፥

- የቤተሰብ እቅድ አገልግሎት ሲኖርዎ
- ከእርስዎ PCP
- ከኤችአይቪ/ኤድስ ምርመራ እና የማማከር አገልግሎት ማዕከል

የኤች.አይ.ቪ/ኤድስ ምርመራ እና የማማከር አገልግሎት የት ማግኘት እንደሚችሉ መረጃ ለማግኘት የተመዝጋቢ አገልግሎቶች ጋር በ **888-404-3549** ይደውሉ። የኤችአይቪ/ኤድስ ህክምና ማግኘት ከፈለጉ፣ የእርስዎ PCP እንክብካቤውን እንዲያገኙ ይረዳዎታል ወትም በ **888-404-3549** መደወል ይችላሉ። እንዲሁም እርስዎ ወይም ዶክተርዎ ለ HIV/AIDsየመጋለጥ ኢድልዎ 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 በ **MedStarFamilyChoiceDC.com** ማግኘት ይችላሉ።

ከከተማ ውጪ ከሆኑ እና አስቸኳይ ህክምና ካስፈለገዎ፣ ለእርስዎ PCP ይደውሉ። የእርስዎ PCP ቢሮ ከተዘጋ፣ የነርስ የምክር መስመሩን በ **855-798-3540** ይደውሉ። ነርሷ ወደ ሃኪም ባስቸኳይ መሄድ እንዳለቦት ወይም እንደሌለቦት ለመወሰን ትረዳዎታለች። ነርሷ እንዴት እንክብካቤ ማግኘት እንዳለቦት ትነግሮታለች። ለተደጋጋሚ ወይም ለአስቸኳይ እንክብካቤ ደ ድንገተኛ ክፍል መግባትም ሆነ አምቡላንስ መጠቀም የለቦትም።

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

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

በሃኪም የታዘዘ መድሃኒት እንዴት እንደሚወስዱ

- የMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ኔትወርክ አባል የሆነ እና ለሥራዎ እና ቤትዎ ቅርብ የሆነ ፋርማሲ ይምረጡ።
- በሐኪም የተዛዘ መድሐኒት ፍቃድ ያለዎት ጊዜ፣ ወደ ፋርማሲው ይሂዱ እና ለፋርማሲስቱ የሐኪም ትዕዛዝ ማዘዣውን እና የMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የተመዝጋቢ መታወቂያዎን ይስጡት።
- እገዛ የሚፈልጉ ከሆነ፣ እባክዎ ለ ተመዝጋቢ አገልግሎቶች በስልክ ቁጥር **888-404-3549** ይደውሉ።

ማስታወስ ያሉብዎ ነገሮች

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

በሽታን መቆጣጠር

በጣም ስር የሰደደ በሽታ ወይም እንደ አስም፣ ከፍተኛ የደም ግፊት፣ ወይም የአዕምሮ በሽታ የመሳሰሉ ልዩ የጤና ሕክምና የሚያስፈልግዎ ከሆነ፣ በእኛ የጤና እንክብካቤ 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።

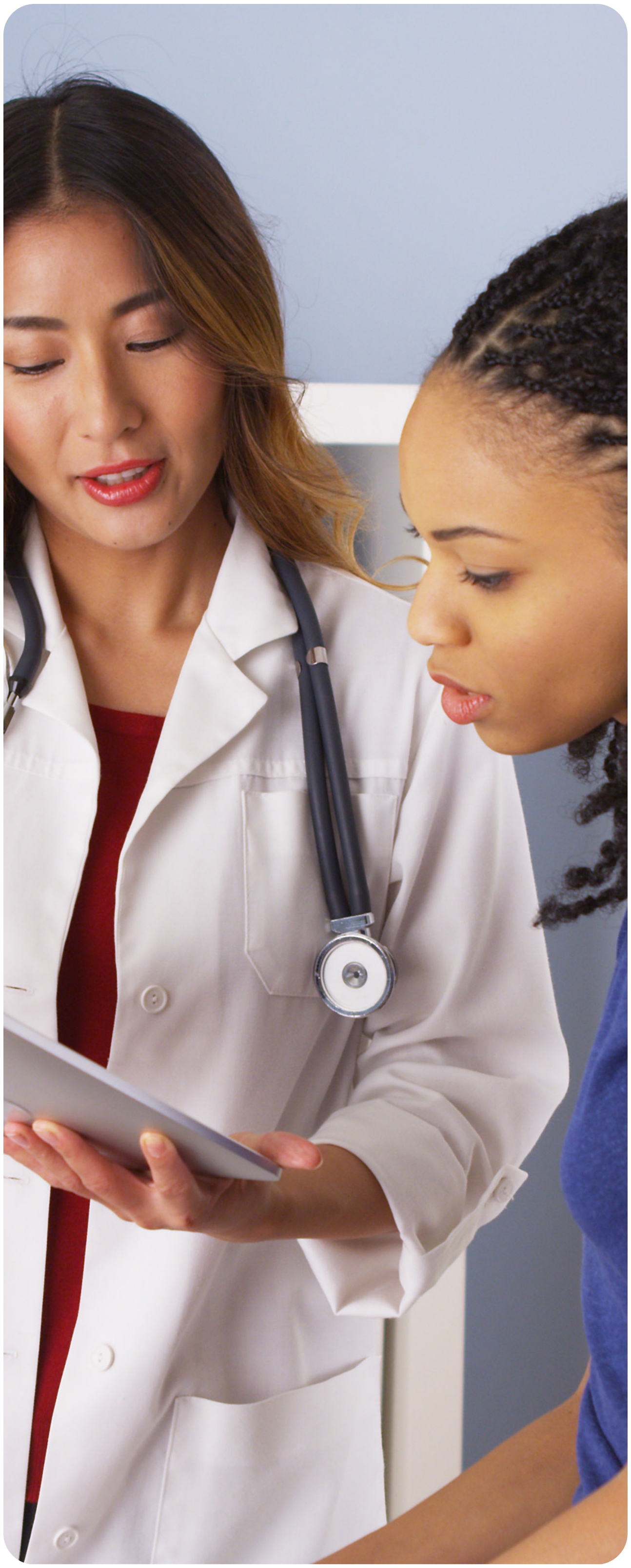
የእንክብካቤ ማስተባበር እና የእንክብካቤ አስተዳደር ፕሮግራሞች

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 አስተዳዳሪ ይኖራችኋል።

MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የጉዳይ አስተዳዳሪዎች በሚከተሉት ነገሮች እርስዎን እና ልጅዎን ሊረዳዎት ይችላል፥

- ጤናማ የአኗኗር ዘይቤ ማስተዳደር እና መያዝ ላይ መረጃ።
- ወጪው የተሸፈነ አገልግሎት ማግኘት ላይ።
- የሕክምና ቀጠሮ እና ምርመራዎችን ማቀናጀት።
- ትራንስፖርት ማመቻቸት።
- ትክክለኛውን አገልግሎት እያገኙ እንደሆነ ለማረጋገጥ መንገዶችን መፈለግ።
- ልዩ የጤና እንክብካቤ ፍላጎቶችዎ ላይ ግብአቶችን እንዲያገኙ ማገዝ እና ለእርስዎ እንክብካቤ ሰጪዎች በየዕለቱ 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 በ **202-363-4348** ወይም **855-798-4244** ላይ ይደውሉልን። የእኛ ሠራተኛ የበለጠ መረጃ ያቀርብላችኋል። እንደዚሁም በአሁኑ ሰዓት ላይ በ ፕሮግራም ውስጥ እንደተመዘገቡ እንዲያውቁ ያደርጋል። እንዲሁም ለፕሮግራም ሪፌር መጠየቅ ወይም ከፕሮግራም ለመውጣት መጠየቅ ይችላሉ።



አዋቂዎች እንዳይታመሙ የሚያደርጉ አገልግሎቶች

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

MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የሚመከሩ ዓመታዊ ማጣሪያዎችን ስላጠናቀቁ 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 "የእርስዎ የጤናዎ ጥቅማጥቅሞች" ክፍል ዉስጥ በምርመራዎ ጊዜ ከእርስዎ PCP ጋር ስለሚያወሯቸው ነገሮች "የአዋቂ ጤንነት 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 አገልልግሎት 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

ነፍሰ ጡር ከሆኑ ወይም ነኝ ብለው ካሰቡ፣ ወዲየውኑ ወደ እርስዎ የጽንስና የማህጸን ሃኪም (OB/GYN) መሄድዎ በጣም አስፈላጊ ነው። ይህንን ቀጠሮ ሳያስይዙ ከእርስዎ PCP ጋር መገናኘት አያስፈልግዎትም።

ነፍሰ ጡር ከሆኑ፣ እባክዎ ለሚከተሉት ይደውሉ

- እርግዝናዎን ሪፖርት ለማድረግ፣ የኢኮኖሚ ዋስትና አስተዳደር (ESA) በ **202-727-5355**
- የእንክብካቤ አስተዳደር ቢሮ በ **202-363-4348** ወይም **855-798-4244**።
- የእርስዎ PCP

እርጉዝ ከሆኑ መመርመር ያለብዎ አንዳንድ ነገሮች አሉ። እነዚህ ምርመራዎች ጤናማ የሆነ እርግዝና፣ ወሊድና ልጅ እንዲኖርዎ ያደርጋሉ። ይህ ደግሞ የቅድመ ወሊድ ክትትል ይባላል። የቅድመ ወሊድ ክትትል የሚያገኙት ልጅዎ ከመወለዱ 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። ነፍሰ-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 በስድስት ሳምንታት አካባቢ የእርስዎ OB/GYN ሃኪም ሊያይዎት ይፈልጋል። ከዚህ ጉብኝት በኋላ፣ ተመልሰው ወደ እርስዎ PCP መሔድ ይችላሉ።

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

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

ይህ ፕሮግራም ልጅ ከመውለድዎ በፊት እና በኋላ እራስዎን እና ልጅዎን ስላንከባከቡ ማበረታቻ ይሰጣል። እንዲሁም፣ እንደ Momma and Me (እምየ 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።

የልጅዎ ጤና

HealthCheck ፕሮግራም ለህጻናት(EPSDT)

MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ልጆችዎ ጤናማ ሆነው እንዲያድጉለመርዳት ይፈልጋል። ልጅዎ በD.C. Healthy Families (Medicaid) ፕሮግራም ውስጥ ከሆነ/ች፣ ልጅዎ Early and Periodic Screening, Diagnosis and Treatment (EPSDT) ተብሎ በሚጠራው የ HealthCheck ፕሮግራም ውስጥም ነው/ናት ማለት ነው። ይህ ፕሮግራም ልጅዎ ከተወለደበት ጀምሮ እድሜው 21 እስከሚሆንበት ጊዜ ድረስ ይቆያል። የ HealthCheck Program ለልጅዎ በርካታ ጠቃሚ ምርመራዎችን እንዲያገኝ ያስችላል።

በዚህ መመሪያ መጽሃፍ ላይ የ HealthCheck (EPSDT) የመረጃ መስጫ ገጽ ይገኛል (በ **ገጽ** 55 ላይ መውጣት የሚችል ማካተቻን ይመልከቱ)። በተጨማሪም የ HealthCheck (EPSDT) የመርሃ ግብር ሰንጠረዡን ቅጂ ለማግኘት፣ የእርስዎን ሃኪም መጠየቅ፣ ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች መደወል ወይም ድረ ገጻችንን በ **MedStarFamilyChoiceDC.com** መጎብኘት ይችላሉ። ሰንጠረዡ ልጅዎ መቼ ወደ ሃኪም መሄድ እንዳለበት ይነግርዎታል።

ከ HealthCheck/EPSDT አገልግሎቶች በተጨማሪም፣ ልጅዎ "የተመዝጋቢ የጤና ጥቅሞች" ክፍል ዉስጥ የተገለጹትን ጥቅሞች ማግኘት ይችላል።

ስደተኛ ልጆች

ልጅዎ የስደተኛ ህፃናት ፕሮግራም ዉስጥ ካለ/ች፣ ልጅዎ የደህና-ልጅ እንክብካቤ አገልግሎቶችን ያገኛል/ለች። ፕሮግራሙ ልጁ 21 ዓመቱ እስከሚሞላ ድረስ ይሰጣል።

ከደህና ልጅ እንክብካቤ ተጨማሪ፣ ከታች "የአባል የጤና ጥቅማጥቅሞች" ክፍል ላይ የተገለጹትን ጥቅማጥቅሞች ሊያገኝ ይችላል። ስደተኛ ህፃናት MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ውስጥ ተመዝግበው እያሉ ለህክምና አገልግሎቶች ብቻ ብቁ ይሆናሉ።

ለጅዎ እነዚህ አገልግሎቶች ላይ ምንም ዓይነት ክፍያ መክፈል አይጠበቅብዎትም - እነሱ ያለ ምንም ክፍያ ይሰጣሉ። ማንኛውም ጥያቄ ያለዎት እንደሆነ ወይም የመጓጓዣ ወይም ቀጠሮ ማስያዝ ላይ እገዛ ሲፈልጉ፣ እባክዎ የተመዝጋቢ አገልግሎቶችን በ 888-404-3549 ላይ ይደውሉ።

ለልጅዎ የጥርስ ህክምና

ሁሉም የጥርስ ጤና ምርመራዎች እና ህክምናዎች እድሜያቸው ከ21 ዓመት በታች ለሆኑ ለMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ተመዝጋቢዎች ያለ ምንም ወጪ ይሰጣሉ። የጥርስ ሃኪሞች የጥርስ መቦርቦርን ይከላከላሉ እና እርስዎ እና ልጅዎ ለጥርሳችሁ እንዴት እንክብካቤ እንደምትሰጡ ያስተምሩዎታል።

- ልጅዎ ከተወለደ ጀምሮ እስከ 3 አመት ድረስ የልጅዎ PCP በመደበኛ የምርመራ ጊዜያት የጥርስ ህክምናን ሊሰጠው ይችላል። PCP ልጁን ወደ የጥርስ ሃኪም ለመላክ ሊወስንም ይችላል።
- ከ 3 ዓመት እድሜ ጀምሮ፣ ሁሉም ልጆች በየዓመቱ ለምርመራ በ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ኔትወርክ ውስጥ ያሉ የጥርስ ሃኪሞችን ማየት አለባቸው። በአቅራቢያዎ ያለው የጥርስ ሃኪም ለመምረጥ በ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የአቅራቢ መዝገብ ውስጥ በ **MedStarFamilyChoiceDC.com** ይመልከቱ። እባክዎ ለቀጠሮ የጥርስ ሃኪሙ ቢሮ ይደውሉ

ልዩ የጤና እንክብካቤ ፍላጎት ያላቸው ህጻናት

ህጻናት ዘላቂ የሆኑ ወይም ለረጅም ጊዜ የሚቆዩ አካላዊ፣ የእድገት፣ የባህሪይ፣ ወይም ስሜታዊ ሁኔታዎች ሲኖርባቸው፣ ልዩ የጤና እንክብካቤ ፍላጎቶች ሊኖርባቸው ይችላል። እነዚህ ህጻናት ተጨማሪ የጤና እንክብካቤ እና ሌሎች አገልግሎቶች ሊፈልጉ ይችላሉ።

MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ልጅዎ ልዩ የጤና እንክብካቤ ፍላጎቶች እንዳሉት ለመወሰን የጤና ምርመራ እንዲያከናውኑ ይጠራዎታል። በMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ጥሪ ካልተደገልዎ፣ እባክዎ ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች ብአ **888-404-3549**ይደውሉ።

ልጅዎ ልዩ የጤና ጥበቃ ፍላጎቶች ካለው/ካላት፥

- ልጅዎ ልዩ ሙያተኛ የሆነ PCP የማግኘት መብት አለው/ላት።
- ልጅዎ እንክብካቤ አስተዳዳሪ ሊመደብለት ይችላል፣ ለልጅዎ ልዩ ፍላጎቶች ለማገዝ
- የልጅዎ እንክብካቤ አስተዳዳሪ የህክምና እቅድ ለማዉጣት ከእርስዎ እና የልጅዎ ሃኪም ጋር ይሰራል።

እርስዎ ወይም የልጅዎ ሃኪም የልጅዎን የህክምና እቅድ እንደሚፈርሙ ያረጋገጡ የሕክምና ዕቅድ የሌሎት እንደሆነ፣ ለልጅዎ የሕክምና ዕቅድ ለመጠየቅ ለMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የተመዝጋቢ አገልግሎቶች ጋር ይደውሉ

የአካል ጉዳት ያለባቸው ግለሰቦች የትምህርት ህግ (IDEA) ፕሮግራም

IDEA የአካል ጉዳት ያለባቸው ግለሰቦች የትምህርት ህግ (Individuals with Disabilities Education Act) የሚለውን ይወክላል። IDEA የፌዴራል መንግስት ህግ ነው። IDEA ፕሮግራም የእድገት ዝግመት፣ አካል ጉዳት ወይም ልዩ ፍላጎቶች ላላቸው ልጆችዎ ልዩ አገልግሎቶችን ይሰጣል። እድሜያቸው እስከ 3 ዓመት የሆኑ ህጻናት የመጀመሪያ ጣልቃ-ገብነትን ከ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ያገኛሉ። እድሜያቸው 4 እና ከዚያ በላይ የሆኑ ልጆች ልዩ የሆነ የትምህርትአገልግሎቶችን ከD.C የመንግስት ትምህርት ቤት እና የህዝብ ቻርተር ትምህርት ቤት ስርዓት ያገኛሉ።

የዲሲ የእድገት ቻርት (ሊወጣ የሚችል ማካተቻን ከ**ገጽ** 56 ይመልከቱ) ልጅዎ ዕድገት እና ለውጥ ላይ የመዘግየት ችግሮች ያለበት/ባት ከሆነ እንዲያውቁት ሊረዳዎት ይችላል

ልጅዎ ማደግ ባለበት መንገድ እያደገ ካልመሰልዎ ያስመርምሩት ("IDEA ምርመራ")፡፡ የ IDEA ምርመራ ለማግኘት ለ PCP ይደውሉ፡፡ ልጅዎ የ IDEA አገልግሎቶች የሚያስፈልገው/ጋት ከሆነ፣ የእርስዎ PCP ልጅዎን ወደ D.C. ጠንካራ ጅማሬ ቶሎ ጣልቃ የመግባት ፕሮግራም (Early Intervention Program) ይመራዋል፡፡

MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ስለ IDEA እና ልጅዎ ማግኘት ስለሚችላቸው ሌሎች አገልግሎቶች ተጨማሪ የሚነግሩዎ ሰራተኞች አሉት፡፡

MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ለቅድሚያ ጣልቃገብነት አገልግሎቶች ብቁ ከሆነ/ች ከዚህ በታች የተዘረዘሩትን አገልግሎቶች ይሸፍናል፥

- እድሜያቸው እስከ 3 ለሆነ ልጆች ህክምናው በልጅዎ የህክምና እቅድ ውስጥ ያልተካተተ ቢሆንም እንኳን MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ሁሉንም የጤና እንክብካቤ አገልግሎቶች ይሸፍናል፡፡
- እድሜያቸው 3 ዓመት እና ከዚያ በላይ ለሆነ ልጆች MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC፥
  - ልጅዎ ከትምህርት ቤት ውጪ ሲሆን ለሚያስፈልጉት ለሁሉም የጤና እንክብካቤ አገልግሎቶችና በልጅዎ የህክምና እቅድ ውስጥ ላሉ ለሁሉም ህክምናዎች ይከፍላል – ማታ ማታ፣ በሰንበት ቀናት እና በበአላትም ቢሆን፡፡
  - በትምህርት ቤቱ የህክምና እቅድ በኩል የማይሰጡ አገልግሎቶችን ያስተባብራል፡፡

ልጅዎ በ IDEA ፕሮግራም በኩል የሚያገኛቸውን አገልግሎቶች በተመለከተ ተጨማሪ መረጃ ለማግኘት፣ ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች በ **888-404-3549** ይሰውሉ ወይም የልጅዎን ትምህርት ቤት ያነጋግሩ፡፡

ክትባቶች (በመርፌ የሚሰጡ) ለህጻናትና ለወጣቶች

ክትባቶች (በመርፌ የሚሰጡ) ልጅዎ ጤናው የተጠበቀ እንዲሆን አስፈላጊ ናቸው፡፡ ልጅዎ በጣም ትንሽ እያለ በየተወሰነ ወራቱ ክትባቶች ያስፈልጉታል፡፡ የክትባት መርፌዎቹ በሚወለድበት ጊዜ ይጀምራሉ፡፡ እነዚህ የክትባት መርፌዎች ልጅዎን ከበሽታ ይጠብቃቸዋል፡፡

የእርስዎ PCP እና MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ለልጅዎ መርፌዎች ቀጠሮዎችን ይይዛል፡፡ ለልጅዎ መርፌዎች ቀጠሮ የጊዜ ሰሌዳ ቻርት (መውጣት የሚችል ማካተቻን በ **ገጽ** 55 ላይ ይመልከቱ)፡፡

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 እንዲጫን 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 እና አገልግሎቶችን እንዴት እንደሚያገኙ ላይ 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
- ውርጃ፣ ወይም በፈቃደኝነት ልጅን ማስወገድ በፌደራል ህግ በማይጠየቅ ሁኔታ ውስጥ
- የመሃንነት ህክምና
- እድሜያቸው ከ 21 አመት በታች ለሆኑ ሰዎች የመማከኛ ህክምና
- በህክምና አስገዳጅ ያልሆኑ አገልግሎቶች
- ከዩናይትድ ስቴትስ አሜሪካ ውጪ የሚደረጉ አገልግሎቶች
- 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	ይህንን ጥቅም ማን ሊያገኝ ይችላል
የአዋቂዎች የደህንነት አገልግሎቶች	• ክትባቶች • የአካል ጤና ምርመራ • በግብረስጋ ግንኙነት ለሚከሰቱ በሽታዎች ተደጋጋሚ ምርመራ • HIV/AIDS ምርመራና የምክር አገልግሎት • የጡት ካንሰር ምርመራ • የማህጸን ካንሰር ምርመራ (ለሴቶች ብቻ) • የኦስቴፖሮሲስ ምርመራ (ላረጡ ሴቶች) • የኤችፒቪ (HPV) ምርመራ • ፕሮስቴት ካንሰር ምርመራ (ለወንዶች ብቻ) • የሆድ ኦሮቲክ አንዬሪዝም ምርመራ • ከልክ በላይ ውፍረት (Obesity) 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	እድሜያቸው ከ 21 ዓመት በላይ ለሆኑ አባላት፣ እንደአስፈላጊነቱ

ጥቅሞች	የሚያገኙት ምንድን ነው	ይህንን ጥቅም ማን ሊያገኝ ይችላል
የአልኮልና የአደንዛዥ መድሃኒት መጠቀም ህክምና	• ተኝቶ የሚታከም ታካሚ ከሱስ ነጻ ማድረግ • ሌሎች የአልኮል/የአደንዛዥ እጽ አለአግባብ መጠቀም ህክምና አገልግሎቶች በሱስ መከላከልና ማገገም አስተዳደር (DBH ይሰጣሉ • ከ DBH እንክብካቤ ለማገኘት እገዛ	ሁሉም ተመዝጋቢዎች
	• የተመላላሽ እና የውስጥ ታካሚ የእጽ መውሰድ ሕክምና • ሌሎች የአልኮል/የአደንዛዥ እጽ አለአግባብ መጠቀም ህክምና አገልግሎቶች በሱስ መከላከልና ማገገም አስተዳደር (DBH ይሰጣሉ • ከ DBH እንክብካቤ ለማገኘት እገዛ	ዕድሜያቸው ከ21 በታች የሆኑ ተመዝጋቢዎች
የህጻናት የደህንነት አገልግሎቶች	ምርመራዎችንና መታየቶችን ጨምሮ የታመሙ ህጻናትን ለመንከባከብና ጤናማ ህጻናትን በጤና ለማቆየት የሚስፈልጉትየሚከተሉትን የመሳሰሉ ነገሮች በጠቅላላ፥ • የጤናና የእድገት ታሪክ ምርመራ • የአካላዊና የአእምሮ ጤና እድገትና ምርመራ • አጠቃላይ የጤና ምርመራ • ክትባቶች • የደም መጠንን ጨምሮ የላብራቶሪ ምርመራዎች • የጤና ትምህርት • የጥርስ ህክምና ምርመራ አገልግሎት • የአይን ህክምና ምርመራ አገልግሎት • የመስማት ህክምና ምርመራ አገልግሎት • የአልኮልና የአደንዛዥ እጽ የምክር አገልግሎትና ምርመራ • የአእምሮ ጤና አገልግሎቶች ለልጁ በትምህርት ቤት ውስጥ የሚሰጡ ማናቸውንም የጤና አገልግሎቶች አይጨምርም።	ዕድሜያቸው ከ21 በታች የሆኑ ተመዝጋቢዎች
የጥርስ ህክምና ጥቅሞች	• አጠቃላይ የጥርስ ህክምና (መደበኛና የድንገተኛ ህክምናን ጨምሮ) እና ኦርቶዴንቲክ ህክምና (ጥርስ ላይ ያሉ ችግሮችን ለማስተካከል) • እድሜያቸው ከ 3 እስከ 20 ለሆኑ ህጻናት በአመት ሁለት ጊዜ ምርመራዎች። • የልጅዎ PCP እድሜያቸው እስከ 3 ለሆኑ ህጻናት የጥርስ ህመም ምርመራ ማድረግ ይችላል • ተደጋጋሚ የኦርቶዴንቲክ ህክምናን አይጨምርም • በአመት እስከ አራት (4) ጊዜ የፍሎራይድ እጥበት አገልግሎት	ዕድሜያቸው ከ21 በታች የሆኑ ተመዝጋቢዎች (ኢድሜያቸው ከ 21 ዓመት እና ከዚያ በላይ የሆነ ተመዝጋቢዎች ከ Medicaid የጥርስ ህክምና አገልግሎቶችን ማግኘት ይችላሉ። ለ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የጥርስ ህክምና እርዳታ መስመር በ **844-391-6678**) ይደውሉ

ጥቅሞች	የሚያገኙት ምንድን ነው	ይህንን ጥቅም ማን ሊያገኝ ይችላል
የጥርስ ህክምና ጥቅሞች	• በየ ስድስት (6) ወሩ አጠቃላይ የጥርስ ምርመራዎች • ቀላልና የተወሳሱ የቀዶ ጥገና አገልግሎቶችና የጥርስ መነቀሎች • የድንገተኛ ጊዜ የጥርስ ህክምና • መሙላት • ራጆች (ሙሉ ዙር በየ ሶስት (3) ዓመቱ አንድ (1) ጊዜ ብቻ) • ሙሉ የአፍ ውስጥ የማደስ ህክምና (mouth debridement) • ፕሮፊላክሲስ (Prophylaxis)፣ በአመት ሁለት (2) ጊዜ ብቻ የተገደበ • ባይትዊንግ ሲረስ (Bitewing series) • ፓሊዬቲቭ (Palliative) ህክምና • ሲላንት (Sealant) ማድረግ • የሚወገዱ ሙሉ እና ከፊል የጥርስ መደገፊያዎች • በአመት ሁለት (2) መንጋጋዎች ብቻ የተወሰነ የሩት ካናል (Root Canal) ህክምና • ፔሪዮዶንታል (Periodontal) ማስተካከልና ስር ማስተካከል • ጥርስ ላይ የሚገጠሙ መከላከያዎች (Dental crowns) • የተበላሹ ጥርሶች ነቀላ • የሚነቀል ፕሮስተሲስ (prosthesis) የመጀመሪያ ተከላ (አንድ ወይም ከዚያ በላይ የወለቀ ጥርስን ለመተካት የሚገጠም ማንኛውም መሳሪያ፣ አስፈላጊ ከሆነ ማስወገድ እና መልሶ መግጠም እንዲቻል ተድርጎ የተሰራ) በ 5 ዓመት አንድ ጊዜ። አንዳንድ ገደቦች ሊተገበሩ ይችላሉ። • የሚወገድ የከፊል ፕሮስረሲስ • የቦታ ማሸጋሸግ (ከፊል ዴንቸርስ) በህክምና በሚያስፈልግ ጊዜ • ማንኛውም ታካሚው በሆስፒታል ቆይቶ እንዲታከም የሚጠይቅ የጥርስ ህክምና ቀድሞ መፈቀድ (ቀድሞ መጽደቅ) አለበት • በምርጫ የሚደረጉና አጠቃላይ ማደንዘዣ የሚጠይቁ የቀዶ ጥገና ህክምናዎች	እድሜያቸው 21 እና ከዚያ በላይ የሆኑ ተመዝጋቢዎች
የዲያሊሲስ አገልግሎት	• በሳምንት እስከ 3 ጊዜ ድረስ (በቀን አንድ ጊዜ ብቻ የተወሰነ) የሚደረግ ብቻ	ሁሉም ተመዝጋቢዎች
ረጅም እድሜ የሚቆዩ የህክምና መሳሪያዎች (DME) እና የሚወገዱ የህክምና እቃዎች (DMS)	• DME – የተሽከርካሪ ወንበሮች፣ የሆስፒታል አልጋዎች፣ ማስኬጃዎች፣ ኦክሲጂን። • DMS – ፋሻዎች እና መጠቅለያዎች፣ የመሳብ, የማምጠጫ ካቴተሮች • ኦርቶቲክስ - ቅንፍ፣ ስንጥቆች፣ ፕሮስቴቲክስ	ሁሉም ተመዝጋቢዎች

ጥቅሞች	የሚያገኙት ምንድን ነው	ይህንን ጥቅም ማን ሊያገኝ ይችላል
የድንገተኛ አገልግሎቶች	• ድንገተኛ የሕክምና ሁኔታ ያለዎት እንደሆነ የእርስዎን ጤና ሁኔታ የማጣሪያ ምርመራ፣ ድህረ-ማረጋጋት አገልግሎቶች፣ እና የማረጋጋት አገልግሎቶች፣ ምንም እንኳን አገልግሎት ሰጪው የMedicaid የጥርስ ህክምና ኔትዎርክ ውስጥም ሆነ ውጪ ቢሆንም። • ለድንገተኛ ሁኔታዎች ህክምና	ሁሉም ተመዝጋቢዎች
የቤተሰብ እቅድ	• የእርግዝና ምርመራ፣ የምክር አገልግሎት ለሴቶች • ተደጋጋሚና 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፣ የምክር አገልግሎትና ክትባ (ሂዩማን ፓፒሎማ ቫይረስ (Human Papilloma Virus – HPV) ጨምሮ) • ለሁሉም በግብረስጋ ለሚተላለፉ በሽታዎች ምርመራ እና የበሽታ መከላከል ሕክምና እድሜያቸው ከ21 በታች ለሆኑ አባላት የማምከን ህክምና አይሰጥም	እንደ አመቺነቱ ሁሉም ዓባላት
የመስማት ህክምና	• የመስማት ህክምና አገልግሎቶች ከመስማት ችሎታ፣ ከመስማት ማገዣ መሳሪያዎችና ከባትሪዎቻቸው ጋር የተያያዙ ሁኔታዎች ምርመራና ህክምናን ጨምሮ	ሁሉም ተመዝጋቢዎች
የቤት ውስጥ የጤና አገልግሎቶች	የሚከተሉትን ጨምሮ የቤት ውስጥ የጤና እንክብካቤ አገልግሎቶች፥ • የነርስ አገልግሎትና የቤት ውስጥ ተንከባካቢ ህክምና • በቤት ውስጥ ጤና አገልግሎት አቅራቢዎች የሚሰጡ የቤት ውስጥ ተንከባካቢ አገልግሎቶች • አካላዊ ቴራፒ፣ የሥራ-ነክ ቴራፒ፣ የቁስል እንክብካቤ፣ የንግግር ፓቶሎጂና የድምጽ አገልግሎት	ሁሉም ተመዝጋቢዎች
የደከሙ ሰዎች እንክብካቤ (Hospice Care)	• የሕይወት መጨረሻ ላይ ላሉ ሰዎች የሚሰጡ ድጋፎች	ሁሉም ተመዝጋቢዎች
የሆስፒታል አገልግሎቶች	• ተመላላሽ ታካሚዎች (የበሽታ ክልክል፣ ምርመራ፣ ቴርፓውቲክ፣ ሪሃቢሌሽን፣ ወይም የፓሊያቲቭ አገልግሎቶች) • የውስጥ ታካሚ አገልግሎቶች (ሆስፒታል ውስጥ የሚቆዩ)	ከ PCPው ሪፈራል ያለው ወይም የአስቸኳይ ሁኔታ ያለው ማንኛውም ተመዝጋቢ
የላብራቶሪ እና የራጅ አገልግሎቶች	• የላብራቶሪ ምርመራዎችና ራጆች	ሁሉም ተመዝጋቢዎች
የነርሲንግ ሆም እንክብካቤ	• እስከ 90 ተከታታይ ቀናት የሙሉ ቀን የቤት ለቤት የብቁ ባለሞያ ነርስ እንክብካቤ	ሁሉም ተመዝጋቢዎች

ጥቅሞች	የሚያገኙት ምንድን ነው	ይህንን ጥቅም ማን ሊያገኝ ይችላል
የአእምሮ ጤና አገልግሎቶች	• በአዕምሮ ጤና አገልግሎት ሰጪዎች የሚሰጡ አገልግሎቶች፣ የሚጨምሩት – የምርመራና የመታየት አገልግሎቶች – የአካል እና የመካከለኛ ደረጃ ጉብኝቶች፣ የሚከተሉትን ጨምሮ: » የግል የምክር አገልግሎት » የቡድን የምክር አገልግሎት » የቤተሰብ የምክር አገልግሎት » የFQHC አገልግሎት • የመድሃኒት/የነርቭ ህክምና • የቀውስ አገልግሎቶች • በሆስፒታል ተኝቶ የሚታከም እና የድንገተኛ ክፍል አገልግሎቶች • ጥብቅ የቀን ህክምና • የጉዳይ አስተዳደር አገልግሎቶች • እርግዝናን ሊያወሳስብ የሚችል ማንኛውም የአዕምሮ ሁኔታ ሕክምና • Patient psychiatric residential treatment facility (PTRF) (የበሽተኛ የስነ-ልቦና የህክምና ቦታ ኖሮ መታከም ተቋም አገልግሎቶች) አገልግሎቶች ዕድሚያቸው ከ 21 በታች ለሰላሳ (30) ተከታታይ ቀናት • በ IEP ወይም IFSP ውስጥ ለተካተቱ ህጻናት በበዓል ቀናት፣ ትምህርት ዝግ በሚሆንበት ጊዜ፣ ወይም ታመው ከትምህርት ቤት በሚቀሩበት ጊዜ የሚሰጡ የአእምሮ ጤና አገልግሎቶች • ከ DBH የሚከተሉትን አገልግሎቶች የሚቀበሉ አባላቶች የእንክብካቤ ማስተባበር፦ – ማህበረሰብ ላይ የተመሰረቱ የመፍትሄ እርምጃዎች – ባለብዙ ስርዓት ህክምና (Multi-systemic therapy (MST)) – አሰርቲቭ ኮሚዩኒቲ ትሪትመንት (Assertive community treatment (ACT)) – የማህበረሰብ ድጋፍ • የአእምሮ ጤና እና የእጽ መጠቀም አገልግሎቶች የአእምሮ በሽታ ተቋማት ዉስጥ	እንደ አመቺነቱ ሁሉም ዓባላት
የግል እንክብካቤ አገልግሎቶች	• እንደዚህ አይነት አገልግሎቶችን የመስጠት ፈቃድ ባለው ግለሰብ፣ የአገልግሎት ተቀባዩ የቤተሰብ አባል ያልሆነ፣ ለተመዝጋቢ የሚሰጡና እና፣ አብዛኛውን ጊዜ በቤት ውስጥ የሚሰጡና እንደ አባሉ የህክምና እቅድ በሃኪም የተፈቀዱ አገልግሎቶች። • ይህንን አገልግሎት ለማግኘት አስቀድመው ፈቃድ መግኘት አለብዎ	ሁሉም ተመዝጋቢዎች በሆስፒታ ወይም ነርሲንግ ማቆያ ክፍል ውስጥ ላሉ ተመዝጋቢዎች አይኖሩም።

ጥቅሞች	የሚያገኙት ምንድን ነው	ይህንን ጥቅም ማን ሊያገኝ ይችላል
የመድሃኒት ቤት አገልግሎቶች (በማዘዣ የሚሸጡ መድሃኒቶች)	• የMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የመድሃኒት ፎርሙላሪ (ዝርዝሩን) ውስጥ የተካተቱ የትዕዛዝ መድሃኒቶች። የመድሃኒት ዝርዝሩን በ **MedStarFamilyChoiceDC.com** ወይም የተመዝጋቢ አገልግሎቶች ጋር በመደወል ማግኘት ይችላሉ። • በኔትወርክ ውስጥ ካሉ መድሃኒት ቤቶች የሚሰጡ መድሃኒቶችን ብቻ ያካትታል • የሚከተሉትን በሐኪም ትዕዛዝ የማይታዘዙ (ከመድሐኒት መደብር የሚገዙ(OTC)) መድሐኒቶች ያካትታሉ፡ – የላቴክስ ኮንዶሞች – የድንገተኛ ጊዜ የወሊድ መቆጣጠሪያ (እንደ Plan B ዓይነት) – ያለ ማዘዣ የሚሸጡ መድሃኒቶችን ለማግኘት ከሃኪምዎ የመድሃኒት ማዘዣን ማግኘት አለብዎ። ሙሉ ዝርዝር በድረገጽ ላይ ወይም የአባል አገልግሎቶች ላይ ላይ በመደወል ይገኛል።	ከጣምራ ብቁነት ውጪ የሆኑ ሁሉም ተመዝጋቢዎች (Medicaid/ Medicare) ትዕዛዞቻቸው በ Medicare ክፍል D ስር የተሸፈኑ ተመዝጋቢዎች
የእግር ህክምና (Podiatry)	• ከእግር ጋር ለተያያዙ ችግሮች ልዩ ህክምና • በህክምና አስፈላጊ ሲሆን መደበኛ የእግር ህክምና	ሁሉም ተመዝጋቢዎች
የመጀመሪያ ደረጃ የህክምና አገልግሎቶች	• የበሽታ መከላከል፣ የአጣዳፊ፣ እና ስር የሰደዱ የጤና ሕክምና አገልግሎቶች በአጠቃላይ በእርስዎ PCP የሚቀርቡ	ሁሉም ተመዝጋቢዎች
ፕሮስቴቲክ መሳሪያዎች (Prosthetic Devices)	• ፈቃድ ባለው አቅራቢ የታዘዙ የመተኪያ፣ የማስተካከያ ወይም የሚደገፉ መሳሪያዎች	ሁሉም ተመዝጋቢዎች
የማገገም (Rehabilitation) አገልግሎት	• ይህ አካላዊ፣ የንግግር እና የስራ ቦታ ህክምናን ያካትታል	ሁሉም ተመዝጋቢዎች
ልዩ አገልግሎቶች	• ልዩ ስልጠና ባገኙ ዶክተሮች ወይም በከፍተኛ ደረጃ ነርሶች የሚሰጡ የጤና እንክብካቤ አገልግሎቶች። • ሪፈራሎች ብዙ ጊዜ ያስፈልጋሉ። • ከቀዶ ጥገና ወይም ከህመም ጋር ተያይዞ የተፈጠሩ ሁኔታዎችን ለማስተካከል፣ በድንገተኛ አደጋ ጉዳት ወይም ሲወለዱ የነበሩ ችግርን፣ ወይም አካልዎ በመደበኛ ሁኔታ እንዳይሰራ እክል የሚፈጥርን ችግር ለማስተካከል ከሚሩ ቀዶ ጥገናዎች በስተቀር የውበት አገልግሎቶችንና ቀዶ ህክምናን (Cosmetic surgery) አያጠቃልልም	ሁሉም ተመዝጋቢዎች
የትራንስፖርት አገልግሎቶች	• በ DHCF የሚሸፈኑ አገልግሎቶችን ለማካተት ወደ ህክምና ቀጠሮዎች ለመውሰድ እና ለመመለስ ትራንስፖርት	ሁሉም ተመዝጋቢዎች
የአይን ህክምና	• ቢያንስ በዓመት አንድ ጊዜ እና እንዳስፈላጊነቱ የሚደረግ የዓይን ምርመራ፣ እና እንዳስፈላጊነቱ የዓይን መነፅሮች (የዕይታ ማስተካከያ መነጽሮች)	ዕድሜያቸው ከ21 በታች የሆኑ ተመዝጋቢዎች
	• አባላት መነጽራቸው ካልጠፋባቸው ወይም ትዕዛዙ በ 0.5 ዲዮፕተር (diopter) በላይ ከጨመረ በስተቀር በየ ሁለት (2) አመቱ አንድ (1) ጥንድ መነጽር	እድሜያቸው 21 እና ከዚያ በላይ የሆኑ ተመዝጋቢዎች

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 ዉስጥ ከሌለ፣ እንግዲያዉስ የMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የአቅራቢ ኔትዎርክ ዉስጥ የሆነ አዲስ አቅራቢን እንዲመርጡ ይጠየቃሉ። አቅራቢዎ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ኔትዎርክ ትቶ ከወጣ፣ አቅራቢው ኔትዎርኩን የተወበትን ቀን በኋላ በ15 ቀናት ዉስጥ እናሳዉቆታለን፣ አዲስ አቅራቢን ለመምረጥ ጊዜ እንዲያገኙ። የMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ከአቅራቢዎ ጋር ያለውን ውል ካቋረጠ፣ ማቋረጫው ተግባራዊ ከሚሆንበት ቀን በፊት በ30 የካሌንደር ቀናት ውስጥ እናሳውቅዎታለን።

ማወቅ የሚገቡዎት ሌሎች አስፈላጊ ነገሮች

እኔ ከተዛወርኩትስ?

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

ልጅ ከወለድኩትስ?

- ለDC 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?

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

ከቤተሰቤ ውስጥ አንድ ሰው ከሞተስ?

- ለDC ኢኮኖሚያዊ ዋስትና አስተዳደር (ESA) የለውጥ ማዕከል በ **202-727-5355** ይደውሉ።
- የMedStar የቤተሰብ ምርጭ-DC የተመዝጋቢ አገልግሎቶች በ **888-404-3549** ይደውሉ።

የእኔን MCO እንዴት መቀየር እንደሚችሉ

- በዓመት አንድ ጊዜ የእርስዎን MCO መቀየር ይችላሉ፣ ወይም ጥሩ ምክንያት/ሰበብ ካለዎት በየትኛዉም ጊዜ። ጥሩ ምክንያት/ሰበብ የሚያካትተው፥
  - ከአገልግሎት አካባቢ ወደ ሌላ ቦታ ከተዛወሩ፤
  - የMedStar የቤተሰብ ምርጭ-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፣ የፖሊቲካ አመለካከት፣ እና/ወይም የገቢ ምንጭ ወይም የመኖሪያ ቦታ፣ የMedStar የቤተሰብ ምርጭ-DC አድልዎ እንደፈጸመብዎ ካመኑ ወይም፤
  - ጥራት የጎደለ እንክብካቤ እንደወሰዱ፣ ለተሸፈኑ አገልግሎቶች ተደራሽነት ካጡ፣ ወይም የጤና እንክብካቤ ፍላጎቶትዎን 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 ቀንዎ በኋላ በ90 የካሌንደር ቀናት ውስጥ ወይም ከዲስትሪክቱ የምዝገባ ማስታወቂያ ከደረሰዎ በኋላ በ90 ካሌንደር ቀናት ውስጥ፣ የትኛውም በኋላ የመጣ።
- ከዚያ በኋላ ቢያንስ በእየ 12 ወራት።
- ጊዜያዊ የብቁነት ማጣት ዓመታዊ ያለመመዝገብ እድል እንዲያጡ ካደረገ።
- ዲስትሪክቱ የእርስዎ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ላይ ማዕቀብ ከጣለ፣ አባልነትን በማገድ።
- D.C. Healthy Families ከዓመት በዓል ማክበሪያ ቀንዎ 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 እሽጉ ውስጥ የሚገኘው የተጠቃለለ ፖስታ ውስጥ አድርገው በፖስታ መልሰው ይላኳቸው።

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

አንድ ልጅ የሚከተሉትን ካደረገ፣ ከMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ይወጣል፥

- የዲስትሪክቱ ዋርድ ከሆነ (Becomes a ward of the district)

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

- ሌላ ሰው የተመዝጋቢ መታወቂያ ካርድዎን እንዲጠቀምበት ካደረጉ፤
- ዲስትሪክቱ የMedicaid የማጭበርበር ተግባር እንደፈጸሙ ካወቀ፤
- ከዲስትሪክት ውጪ ወደ ሆነ ቦታ ከተዛወሩ፤ ወይም
- የአባልነት ሃላፊነቶችዎን ካልተወጡ

ሽፋን ለሚሰጠው አገልግሎት ክፍያ መጠየቂያ ቢል ከቀረበልኝስ ምን ማድረግ አለብኝ?

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

ሽፋን ለማይሰጣቸው አገልግሎቶች መክፈል

- እኛ የማንከፍልበትን አገልግሎት እንደሚፈልጉ ከወሰኑና 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 የተመዝጋቢመታወቂያ 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፣ እንዳስፈላጊነቱ፣ ቀድሞውኑ ይኖራል። በኢንደስትሪ ለውጦች እና ደረጃዎች ጋር ለመሄድ አዲስ ቴክኖሎጂን እንገመግማለን። ይህም ተመዝጋቢዎች ደህንነት ያለው እና ውጤታማ እንክብካቤ ተደራሽነት እንዲያገኙ ለማረጋገጥ ይረዳል።

የምንገመግመው 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 ለተመዝጋቢዎቻችን ውጤታማ እንደሆነ ያረጋግጣል።

የላቀ መመሪያ

የላቀ መመሪያ (Advance Directive) ማለት ሌሎች ሰዎች የጤና እንክብካቤ ምርጫዎችዎን እንዲያውቁ ለማድረግ የሚፈርሙት 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 አይነት ህክምና እንደሚፈልጉ የመግለጽ እድል ይሰጥዎታል።

ስለ የላቀ መመሪያ ከቤተሰብዎ፣ ከ PCP እና በእንደዚህ አይነት 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።

ሌላ ኢንሹራንስ ካለኝስ?

የMedStar የቤተሰብ ምርጫ–DC ተመዝጋቢ ከሆኑ፣ ሌላ ማንኛውም ኢንሹራንስ ካለዎት ወዲየውኑ ይህንን ለእኛ ማሳወቅ አለብዎት። እባክዎ ወደ ተመዝጋቢ አገልግሎቶች ይደውሉ በ **888-404-3549**።

ለሁለቱም Medicaid እና Medicare ብቁ ከሆንኩ ምን ማድረግ አለብኝ?

ሁለቱም Medicare እና Medicaid ካለዎት፣ እባክዎ የ Medicare አቅራቢዎችን እንዲመርጡ ለMedStar የቤተሰብ ምርጫ–DC ያሳውቁ። Medicare ካለዎት በማዘዣ ለሚሰጡ መድሃኒቶችዎ ለ Medicare Part D መመዝገብ አለብዎት። Medicaid የጋራ-ክፍያዎችዎን ይከፍላል። ለተጨማሪ መረጃ የዚህ የእጅ መጽሃፍ **ገጽ** 54 ይመልከቱ።

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 ኦፍ ኮሎምቢያ ውጪ እየኖረ በዲትሪክቱ ውስጥ እንደሚኖ 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 እንደሆነ 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 የተመዝጋቢ 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 ስለሚያቀርብልዎ አገልግሎቶች ቅሬታ የሚያቀርቡበት መንገዶች አላቸው። አቤቱታዎን የሚያቀርቡበትን መንገድ ከዚህ በታች ከተገለጹት ውስጥ እንዴት ማቅረብ እንዳለብዎ 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 ጊሴ ወሰደብዎት
- አቤቱታ ወይም ቅሬታ ለማቅረብ፣ ለደንበኞች አገልግሎት በ **888-404-3549** መደወል አለብዎ።
- እንዲሁም አገልግሎት ሰጪዎ እርስዎን በመወከል ቅሬታ ሊያቀርብ ይችላል

ያላስደሰተዎ 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 ዉሳኔ ለመስጠት።

ለ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC በጽሁፍ ቅሬታ ለማቅረብ፣ ወደሚከተለው አድራሻ የፖስታ መልዕክት ይላኩ፥

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

ይግባኝና ፍትሃዊ የክስ መስማት ሂደቶች

ጥቅሞችዎ 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፣ ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች በ **888-404-3549** ይደውሉ። ለMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC በጽሁፍ ይግባኝ ለማቅረብ፣ ወደሚከተለው አድራሻ የፖስታ መልዕክት ይላኩ፥

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

የፍትሃዊ ክስ የመስማት ሂደት ጥያቄ ለማቅረብ በሚከተለው አድራሻ ከዲትሪክቱ 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 የጥቅማጥቅም ውሳኔ ከተላከበት ቀን ጀምሮ በ60 የካሌንደር ቀናት ዉስጥ 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 አቅርበው በነበረበት ጊዜ ጥቅሞቹን መቀበልዎን መቀጠል ከፈለጉ የፍትሃዊ የክስ መሰማት ሂደቱን ወይም ክሱን ማቅረብ ያለብዎ ከዚህ በታች ከተጠቀሱት ውስጥ ዘግይቶ በሚደርሰው ቀን ውስጥ ነው:
  - ከMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የሚሰጠው ያልተፈለገ ጥቅማጥቅም 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 እንዲፈርሙበት የደብዳቤዉን ቅጂ ይልክልዎታል። ደብዳቤን በጥንቃቄ ማንበብዎን እርግጠኛ ይሁኑ።

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

MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC መረጃ ለማግኘት ተጨማሪ ጊዜ ካስፈለገውና 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 በፖስታ 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 የጽሁፍ ማስታወቂያ ያቀርባል። 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፣ የአእምሮ 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 የስቴት ፍትሃዊ የክስ መስማት ችሎት ጥያቄዎች በሚያቀርቡበት ወቅት የሚኖሩዎ መብቶች

- ፍትሃዊ የክስ መሰማት 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 እንዲፀና የሚያስታውቀው ደብዳቤ ከተላከበት ቀን ጀምሮ ለ 120 የቀን መቁጠሪያ ቀናት ባልበለጠ ጊዜ ውስጥ ፍትሃዊ የክስ ችሎት መጠየቅ አለብዎ።
- 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 መሰማት 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 የሚግዝዎ 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 አልዎት።
- ተገቢውን የትርጉም አገልገሎትና 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 የተመዝጋቢ 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 አንድ የተቆራኘ ሽፋን አካል (ACE) አደራጅተዋል። ይህ ሁኔታ MedStar፣ አጋር አካላት እና ቅርንጫፎቹ አንድ 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 ተልእኳችን እንደ አስፈላጊ አካል ነው የምንመለከተው። በዚህ የግል መረጃ አጠባበቅ ማስታወቂያ (“ማስታወቂያ”) ላይ ለተገለጹት ዓላማዎች አስፈላጊውን የጤና መረጃዎን አነስተኛውን 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 መብቶችዎን 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 እፅን አላግባብ መጠቀም ጋር የተያያዙ ህጎች እና ከተላላፊ በሽታዎች ወይም ሌሎች የጤና ሁኔታዎች ጋር የተያያዙ ሕጎች።

ይህ ማስታወቂያ የሚከተሉትን ጣቢያዎች እና ሰዎችን ያካትታልል፥ መረጃን ወደ ሠንጠረዥዎ እንዲያስገቡ ስልጣን የተሰጣቸው ሁሉም የጤና አጠባበቅ ባለሙያዎች፣ እርስዎ እዚህ በሚሆኑበት ጊዜ እርስዎን ለመርዳት ስልጣን የተሰጣቸው ሁሉም በጎ ፈቃደኞች፣ ሁሉም ተባባሪዎቻችን 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 ዶክተርዎ እና ሌሎች በዚህ ጣቢያ ላይ እንክብካቤ የሚሰጡ። ዶክተርዎ በግል ቢሮው/ዋ ወይም ክሊኒኩ /ኗ 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። የሚያስፈልጎትን 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 ተቁም 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 እቅድዎ 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 አይነት 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፣ የይገባኛል 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 ባለሞያዎቻችንን 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 ለማነጻጸር እና ማሻሻዎችን 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 አሰጣትን 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 አናደርግም (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 ኩባኒያዎች 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 ኩባኒያዎች 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) (የቼሳፒክ 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 እንዳይሰራ ልናደርግ እንችላለን በ **877-952-7477** በመደወል ወይም የ ለመውጣት-መምረጥ ቅጽን በመሙላት እና ለ CRISP በፖስታ፣ ፋክስ ወይም በድረገጻቸው በ **CrispHealth.org** በማስገባት። 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፣ እንዳናደርግ 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 እንደሚቸገሩ 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፣ ለፕሮግራማችን ድጋፍ እንዲያደርጉ እድል ልንሰጥዎ እንድንችል። የገንዘብ ማሰባሰቢያ ተግባራችንን ለመቆጣጠር ከሶስተኛ-አካል ጋር፣ ጆርጅታውን ዩኒቨርሲቲን ጨምሮ፣ ልንተባበር እንችላለን። እኛ ወይም ከኤጀንቶቻችን ማናቸውም ለገንዘብ መሰብሰብ ወይም በጎ-ፈቃደኝነት ዓላማ ካነጋገርንዎት፣ ወደ ፊት እንዳናናግርዎት እንዴት ሊጠይቁን እንደሚችሉ ይነገርዎታል።

ጥናት

የጤና መረጃዎን ከይፋዊ የጥናት ግምገማ ቦርዳችንን፣ የጥናት እቅዱን 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 የቲሹ/ህዋሳት ልገሳ

የጤና መረጃዎን ከሰውነት አካል ልገሳ፣ የዓይን ወይም የትሹ ተከላዎች ወይም የአካል ልገሳ ባንኮች ጋር በተያያዘ፣ እንዳስፈላጊነቱ 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 እናደርጋለን።

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

በፌዴራል፣ ስቴት እና ሌሎች ህጎች እንድናደርግ ስንጠየቅ፣ የጤና መረጃዎን ይፋ እናደርጋለን። 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 እናደርጋለን።

የጤና መረጃን ተጠርጣሪዎችን፣ ተሰዳጆችን፣ ምስክሮችን፣ የወንጀል ጉዳተኞችን፣ ወይም የጠፉ 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 ኦዲት፣ 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 እናደርጋለን። 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 እየሰራ ከሆነ፣ ለመጻፍ ዓላማዎች የዘረ-መል መረጃን አንጠቀምም ወይም ይፋ አናደርግም።

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 አንችልም፣ 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 ቅርጸት መዘጋጀት የሚችል ከሆነ በኤሌክትሮኒክ ቅጽ እና ቅርጸት ተደራሽነትን እናቀርባለን። ካልሆነ፣ ጉዳዩን ከእርስዎ ጋር እንወያያለን እና፣ በመረጃው እና በጥያቄው ጊዜ ባለን አቅም መሰረት፣ መነበብ በሚችል የኤሌክትሮኒክ ቅጽ እና ቅርጸት 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፣ እንነግርዎታለን 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 ትክክለ እና የተሟላ ነው ብለን ካሰብን፣ ወይም መረጃው እርስዎ ለማየት እና ለመቅዳት በህግ የሚፈቀድልዎ መዝገብዎ ውስጥ ካልተያዘ፣ መዝገብዎ ላይ ማሻሻያ የማስደረግ ጥያቄዎን መከልከል እንችላለን። ጥያቄዎን ከከለከልን፣ ብዙውን ጊዜ በ60 ቀናት ውስጥ ማስታወቂያ ይደርስዎታል። ማሻሻያዎን ብንቀበል እንኳ፣ ቀድሞውኑ በመዝገቦችዎ ውስጥ ያለው ማንኛውም መረጃን አናስወግድም።

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 በኤሌክትሮኒክስ)። 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 አንገደድም፣ 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፣ እንድንነጋገር 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 ይጥቀሱ)። 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

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 የማድረግ መብት እንይዛለን። ያሁኑ ማስታወቂያችን ቅጂን በእያንዳንዱ የMedStar Health ተቋም እና በድረገጻችን፣ 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 수있습니다.
مذكرة الخصوصية متاح باللغة العربية.
通知隐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፣ ማህበረሰብን-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 ፖሊሲዎቹን ማስጠበቅ እና ለሰራተኛ ጥሰቶች ተገቢ የስነ-ምግባር ወይም ሌሎች እርምጃዎችን መውሰድ የእያንዳንዱ የ MedStar አካላት ሀላፊነት ነው። የዚህ የግላዊነት ልምምዶች ማሳወቂያ ዓላማዎች ሲባል፣ 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፤ የተቆራኙ 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 ፆታን 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**.

Medicare እና Medicaid በአንድ ጊዜ ሁለቱም ላላቸው ተመዝጋቢዎች የMedicare ክፍል D ማስታወቂያ

Medicare እና Medicaid በአንድ ጊዜ ካለዎት መድሃኒቶችዎን ከ Medicare Part D ፕሮግራም ያገኛሉ።

MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ለሚከተሉት ብቻ መድሀኒቶችዎን ይሸፍናል፥

- ያለ ሃኪም ትዕዛዝ የሚገኙ መድሃኒቶች ፎርሙላሪ፣ ቫይታሚኖች፣ እና ማዕድናት በሃኪምዎ እንደታዘዙ።

ስለ መድሃኒቶችዎ ማንኛውንም ጥያቄ ካለዎት፣ እባክዎ ለ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የተመዝጋቢ አገልግሎቶች **888-404-3549** ይደውሉ። ስለ Medicare Part D ጥያቄ ካለዎት፣ በተጨማሪም ለ Medicare በ **800-MEDICARE (800-633-4227)** መደወል ወይም በ **Medicare.gov** መጎብኘት ይችላሉ።

የጤና ጥበቃ የሕዝብ እንባ ጠባቂ ቢሮ እና ቢል ኦፍ ራይትስ

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

- የመቀበል መብት ያለዎትን የጤና ጥበቃ እንክብካቤዎች ማብራራት፤
- ስለ ጤና ጥበቃ ላሉዎት ጥያቄዎችና ስጋቶች ምላሽ መስጠት፤
- እንደ MCO ተመዝጋቢ የእርስዎን መብቶች እና ግዴታዎች እንዲረዱ ያግዛታል፤
- የሚያስፈልጎትን በሕክምና አስፈላጊ አገልግሎቶችን እንዲያገኙ ድጋፍ ይሰጣል፤
- ስለ ጤና ጥበቃ አገልግሎቶችዎ ጥራት ላሉዎት ጥያቄዎችና ስጋቶች ምላሽ መስጠት፤
- ከዶክተርዎ ጋር ወይም ከሌላ የጤና ጥበቃ አገልግሎት አቅራቢ ጋር ያጋጠምዎትን ችግር ለመቅረፍ ማገዝ፤
- ከእርስዎ MCO ጋር የሚኖረውን አቤቱታ እና ችግሮችን መቅረፍ ላይ ድጋፍ ይሰጣል፤
- የይግባኝ ሂደት ላይ ድጋፍ ይሰጣል፤ እና
- ለእርስዎ 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**

DC Medicaid HealthCheck Periodicity Schedule

Based on Recommendations from Preventive Pediatric Health Care
from Bright Futures/American Academy of Pediatrics (AAP)

HealthCHECK

The DC HealthCheck Periodicity Schedule follows AAP health recommendations in consultation with the local medical community. The recommendations are for the care of children who have no manifestations of any important health problems. Additional visits or interperiodic screens may become necessary if circumstances suggest the need for more screens, i.e., medical conditions, referral by parent, Head Start, DC Public Schools, early intervention services and programs. Developmental, psychosocial, and chronic disease issues may require frequent counseling and treatment visits separate from preventive care visits. Additional visits also may become necessary if circumstances suggest variations from normal. If a child comes under care for the first time, or if any items are not done at the suggested age, the schedule should be brought up to date as soon as possible. The recommendations in this statement do not indicate an exclusive course of treatment or standard of medical care. Variations, taking into account individual circumstances, may be appropriate.

KEY: • = to be performed ★ = risk assessment to be performed with appropriate action to follow, if positive ← • → = range during which a service may be provided

	CPT CODE	INFANCY								EARLY CHILDHOOD							MIDDLE CHILDHOOD						ADOLSECENCE										
AGE[1]		PRENATAL[2]	NEWBORN[3]	3-5 d[4]	By 1 mo	2 mo	4 mo	6 mo	9 mo	12 mo	15 mo	18 mo	24 mo	30 mo	3 y	4 y	5 y	6 y	7 y	8 y	9 y	10 y	11 y	12 y	13 y	14 y	15 y	16y	17 y	18 y	19 y	20 y	21 y
HISTORY Initial/Interval	99381-5; or 99391-5	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
PHYSICAL EXAMINATION[5]			•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
MEASUREMENTS																																	
Length/Height and Weight	Included as part of preventive medicine visit CPT codes		•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
Head Circumference			•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•																				
Weight for Length			•	•	•	•	•	•	•	•	•	•																					
Body Mass Index[6]													•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
Blood Pressure[7]			★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
ANTICIPATORY GUIDANCE		•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
ORAL HEALTH																																	
Oral Health Assessment[8]	D0191							•[9]	•[9]	★		★	★	★	★	★	★	★															
Fluoride Varnish[10]	99188							←				•		→																			
SENSORY SCREENINGS																																	
Vision[11]	99173, 99174		★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	•	•	•	•	★	•	★	•	★	•	★	★	•	★	★	★	★	★	★
Hearing	92551-2, 92587		•[12]	•[13]		→	★	★	★	★	★	★	★	★	★	•	•	•	★	•	★	•	←		•[14]	→	←	•	→	←		•	→
DEVELOPMENTAL/BEHAVIORAL HEALTH																																	
Developmental Surveillance	Included as part of History		•	•	•	•	•	•		•	•		•		•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
Developmental Screening[15]	96110								•			•		•																			
Autism Spectrum Disorder Screening[16]	96110											•	•																				
Psychosocial/Behavioral Surveillance	Included as part of History		•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
Psychosocial/Behavioral Screening[17]	96127		•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
Tobacco, Alcohol, or Drug Use Screening[18]	99420																						★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★
Behavioral Health Screening[19]	96127																							•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
Maternal Depression Screening[20]	96161				•	•	•	•																									
PROCEDURES[21]																																	
Immunization[22]	90460-1; 90471-4		•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
Newborn Screening[23]	Bill as applicable depending on provider capacity		•	•		→																											
Lead[24]	83655							★	★	• or ★[25]		★	• or ★[25]		★	★	★	★															
Anemia[26]	Include all applicable CPT codes						★			•	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★
Dyslipidemia[27]													★			★		★		★	←	•	→	★	★	★	★	★	←			•	→
Tuberculosis[28]					★			★		★			★		★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★
Cervical Dysplasia[29]																																	•
Sexually Transmitted Infections[30]																							★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★
HIV[31]																							★	★	★	★	←		•	→	★	★	★

የልጅ እድገት ወሳኝ ጊዜያት

By the end of their THIRD MONTH, most babies:

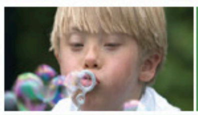
- Lift head and chest when lying on stomach
- Hold upper body up with arms when lying on stomach
- Kick legs
- Open and shut hands
- Bring hands to mouth
- Grab and shake toys
- Watch moving objects
- Watch faces closely
- Recognize familiar objects and people
- Start using hands and eyes together
- Begin to babble and to imitate some sounds
- Smile when they hear their parents' voices
- Enjoy playing with other people
- May cry when playing stops[1]

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 mirrors[1]

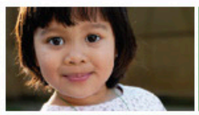
By their FIRST BIRTHDAY, most babies:

- 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 easily[1]



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 themselves[1]



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 daytime[2]

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 assistance[2]

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)

Source: www.earlystagesdc.org

ትንታኔዎች	
የላቀ መመሪያ	የላቀ መመሪያ ማለት እርስዎ በጣም ታመውና ተጎድተው ለራስዎ መናገር በማይችሉበት ወቅት ሌሎች ሰዎች የጤና እንክብካቤ ምርጫዎችዎን እንዲያውቁ ለማድረግ የሚፈርሙት የህግ ሰነድ ነው።
ጠበቃ	የጤና እንክብካቤና ሌሎች የሚያስፈልግዎትን አገልግሎቶች እንዲያገኙ የሚያግዝዎ ሰው።
ይግባኝ	ይግባኝ ማለት MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ለጤና እንክብካቤ አገልግሎቶች ወይም ቀድሞውኑ የወሰዷቸው አገልግሎቶች ክፍያን ለመከልከል 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 የሚወስኑት የሆነ ጊዜ እና ቀን ነው።
የእንክብካቤ አስተዳዳሪ	ለ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የሚሰራ 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
ነጻ ማድረግ (Detoxification)	ከሰውነት ውስጥ እንደ እጾችና አልኮል የመሳሰሉ ጎጂ ነገሮች ነጻ ማድረግ።
እድገት (Development)	ልጅ የሚያድግበት መንገድ።
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 የሚያሰጉ ሁኔታዎች ሲፈጠሩ ወዲያውኑ ማግኘት ያለብዎ ሕክምና።
ተመዝጋቢ	በMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የአቅራቢ ኔትወርክ አማካኝነት የጤና እንክብካቤ የሚያገኝ ሰው

ትንታኔዎች	
የተመዝጋቢ መታወቂያ ካርድ (Member identification (ID) card)	ይህ ካርድ የእርስዎ ሃኪሞች፣ ሆስፒታሎች፣ መድሃኒት መደብሮች እና ሌሎች እርስዎ የMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC አባል መሆንዎን እንዲያውቁ ያደርጋል።
EPSDT **በጊዜ እና በየጊዜው የሚደረግ ፍተሻ፣ ምርመራ እና የሕክምና ፕሮግራም**	ከተወለዱ እስከ 21 ዕድሜ እስከሚደርሱ ህፃናት የህክምና ምርመራዎች፣ መታየቶች፣ የሕክምና ክትትል፣ እና የሚያስፈልጋቸውን ልዩ እንክብካቤ እንዲያገኙ መንገድ የሚያቀርቡ አገልግሎቶች። እንዲሁም*Health Check Program* ፕሮግራም በመባል ይታወቃሉ።
ፍትሃዊ የክስ አሰማም ሂደት	ይግባኝዎን በተመለከተ በተሰጠው ውሳኔ ካልረኩ ፍትሀዊ 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።
የቤተሰብና አጠቃላይ ሃኪሞች (Family and general practice doctor)	ቤተሰቡን በሙላ የሚያክም ሃኪም።
ቅሬታ (Grievance)	እርስዎ በሚያገኙት የጤና ጥበቃ እንክብካቤ ወይም የMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC በሚሰጥዎት የጤና እንክብካቤ ደስተኛ ካልሆኑ፣ ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች ቅሬታዎን ለማቅረብ መደወል ይችላሉ።
የእጅ መጽሀፍዎ	ይህ መጽሃፍ ስለ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC እና ስለእኛ አገልግሎቶች መረጃ ይሰጥዎታል።
HealthCheck ፕሮግራም	EPSDT የሚለውን ይመልከቱ።
መስማት የተሳናቸው (Hearing impaired)	በደንብ የማይሰሙ ከሆነ ወይም ሙሉ በሙሉ መስማት የማይችሉ ከሆነ።
IDEA	የአካል ጉዳት ያለባቸው ግለሰቦች ትምህርት ህግ (Individuals with Disabilities Education Act)፤ የእድገት ዝግመት እና ልዩ የጤና እንክብካቤ ፍላጎት ላላቸው ልጆች አገልግሎት የሚሰጥ የፌዴራል መንግስት ህግ።
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።

ትንታኔዎች	
Mammogram (ማሞግራም)	የጡት ካንሰርዎን ለማየት የራጅ ምርመራ።
የሚተዳደር የጤና ጥበቃ ድርጅት (MCO)	የጤና እንክብካቤና ጤና ነክ አገልግሎቶችን እንዲሰጥዎ በዲስትሪክት ኦፍ ኮሎምቢያ የሚከፈለው ድርጅት።
እርግዝና (Maternity)	አንድ ሴት ከአረገዘችበት ቀን አንስቶ አራስ እስከሆነችበት ድረስ ያለው ጊዜ።
እንክብካቤ ማድረግ	አንድ ሰው በተለያዩ ሁኔታዎች ውስጥ ሆኖ የሚያስበው፣ የሚሰማው እና የሚያደርገው ነገር።
የኔትወርክ አቅራቢዎች	የአንድ የMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC አካል የሆኑና የእርስዎን ጤንነት የሚንከባከቡ ሃኪሞች፣ ነርሶች፣ ጥርስ ሃኪሞችና ሌሎች ሰዎች።
የማይሸፈኑ አገልግሎቶች	በአቅራቢ ሲጠናቀቅ MedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC የማይከፍልባቸው የጤና እንክብካቤ አገልግሎቶች።
የጽንስና የማህጸን ሃኪም (OB/GYN)	የጽንስና የማህጸን ሃኪም፥ ነፍሰ ጡር የምትሆንበትን ጊዜ ጨምሮ የሴትን ጤና ለመከታተል የሰለጠነ ሃኪም።
ከኔትወርክ ውጪ የሆኑ አቅራቢዎች	የአንድ የMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC አካል **ያልሆኑና** የእርስዎን ጤንነት የሚንከባከቡ ሃኪሞች፣ ነርሶች፣ ጥርስ ሃኪሞችና ሌሎች ሰዎች።
ፔዲትሪሺያን (Pediatrician)	የህጻናት ሃኪም።
መድሃኒት ቤት (Pharmacy)	መድሃኒት የሚወስዱበት ሱቅ።
የሃኪም ማነሳሻ እቅድ	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 በእርግዝናዋ ጊዜ በሙሉ የሚደረግላት እንክብካቤ።
የመድሃኒት ማዘዣ (Prescription)	ሃኪምዎ የሚያዝልዎ መድሐኒት፤ መድሐኒቱን ለመውሰድ ወደ 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።

ትንታኔዎች	
የአገልግሎት ሰጪ ማውጫ	የMedStar የቤተሰብ ምርጫ-DC ኔትወርክ አባል የሆኑ አቅራቢዎች ዝርዝር
አገልግሎት ሰጪዎች (Providers)	ጤናዎን የሚንከባከቡ ሃኪሞች፣ ነርሶች፣ የጥርስ ሃኪሞችና ሌሎች ሰዎች።
ሪፈራል (Referral)	ዋና ሃኪምዎ ሌላ ሃኪም ጋር እንዲታዩ የጽሁፍ ማስታወሻ ሲሰጥዎ።
ተደጋጋሚ እንክብካበቤ	ከተቀዳሚ ሃኪምዎ ወይም ተወዳሚ ሃኪምዎ እንዲያይዎ ከላክዎ ሃኪም በመደበኝነት የሚያገኙት ህክምና። የተለመደ ህክምና መታየት፣ አካላዊ የጤና ምርመራ፣ እንዲሁም እንደ ስኳር፣ አስም እና የደም ግፊት ለመሳሰሉ የጤና ችግሮች በመደበኝነት 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 አቅራቢዎ የሚያገኙት እንክብካቤ።
ልዩ የጤና ጥበቃ ፍላጎቶች (Special health care needs)	ለሌሎች ህጻናት እና አዋቂያዎች ከሚያስፈልጋቸው የጤና እንክብካቤዎች ወይም ሌሎች ልዩ አገልግሎቶች የበለጠ ወይም በተለየ ሁኔታ የሚያስፈልጋቸው ህጻናትና 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።

ማስታወሻዎች

MedStar Family Choice

DISTRICT OF COLUMBIA

በቀን ለ24 ሰዓታት፣ በሳምንት 7 ቀናት መደወል ይችላሉ ወይም ከሰኞ እስከ አርብ ከ 8 ከጠዋቱ –ከሰዓት 5:30 ወደ ቢሮአችን መምጣት ይችላሉ። እኛን የሚያገኙበት አቅጣጫ ለማግኘት፣ በዚህ ይደውሉ 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

ACCREDITED NCQA HEALTH PLAN INTERIM

ሰዎችን እንዴት እንደምናስተናግደው ነው ነገሩ።

DHCF Department of Health Care Finance

ይህ ፕሮግራም ወጪው በከፊል የሚሸፈነው በዲስትሪክት ኦፍ ኮሎምቢያ መንግስት የጤና ጥበቃ ፋይናንስ መምሪያ ነው።

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

MFCDC-001-110921