MedStar Family Choice

DISTRICT OF COLUMBIA

የዲሲ ጤናማ ቤተሰቦች ፕሮግራም ምዝገባ መመሪያ መጽሐፍ

2026

የተመዝጋቢ አገልግሎቶች 888-404-3549
MedStarFamilyChoiceDC.com

ይህ ፕሮግራም በኮሎምቢያ ዲስትሪክት መንግስት የጤና እንክብካቤ ፋይናንስ(Government of the District of Columbia Department of Health Care Finance) ለእርስዎ ቀርቧል።

GOVERNMENT OF THE DISTRICT OF COLUMBIA
MURIEL BOWSER, MAYOR

MedStar Family Choice District of Columbia

በቀን 24 ሰዓት፣ በሳምንት 7 ቀናት ሊደውሉልን ወይም የማህበረሰብ ጤና ማእከላችን መጎብኘት ይችላሉ። የማህበረሰብ ደህንነት ማእከል ከሰኞ እስከ አርብ ከ9:00 am እስከ 5:00 p.m. ክፍት ነው። የተመዝጋቢው ያለ ቀጠሮ መግቢያ ሰዓት ከ 9:00 a.m. እስከ 3:00 p.m. ሰዓት ነው።

እኛን እንዴት እንደሚጎበኙ መመሪያዎችን ለማግኘት
202-363-4348 ወይም **855-798-4244 ይደውሉ።**

3924 Minnesota Ave., NE
Washington, DC 20019

የተመዝጋቢ አገልግሎቶች፥ **202-363-4348** ወይም
888-404-3549 (ነጻ-የስልክ-መስመር)

ድረገጽ፥ **MedStarFamilyChoice.com**

MedStar Family Choice District of Columbia የሚመለከታቸውን የፌዴራል ሲቪል መብቶች ህጎችን ያከብራል እና በዘር፣ በቆዳ ቀለም፣ በብሄራዊ ማንነት፣ በብሔር፣ በእድሜ፣ በሃይማኖት፣ በአካል ወይም በአእምሮአዊ አካል ጉዳተኝነት፣ እርግዝና፣ ጾታ፣ ጾታዊ ማንነት ወይም ዝንባሌ፣ ቋንቋ፣ የመክፈል አቅም፣ ወይም ማህበራዊ ኢኮኖሚያዊ ሁኔታ ላይ በመመስረት አድልዎ አያደርግም። MedStar Family Choice DC ሰዎችን በዘር፣ በቆዳ ቀለም፣ በብሔራዊ ማንነት፣ በብሔር፣ በዕድሜ፣ በሃይማኖት፣ አካል ወይም በአእምሮአዊ አካል ጉዳተኝነት፣ በእርግዝና፣ በጾታ፣ በጾታዊ ዝንባሌ፣ የጾታ ምድብ፣ በጋብቻ ሁኔታ፣ በጾታ፣ በጾታ ማንነት ወይም በአገላለጽ፣ ቋንቋ፣ የመክፈል አቅም፣ ወይም ማህበራዊ ኢኮኖሚያዊ ሁኔታ ላይ በመመስረት አያገልም ወይም በተለየ ሁኔታ አያስተናግድም። ለበለጠ መረጃ፣ እባክዎ የእኛን ድረገጽ በ **MedStarFamilyChoiceDC.com/Notice-of-Nodiscrimination ላይ ይጎብኙ።**

የቋንቋ ተደራሽነት

English

Attention: If you do not speak and/or read English, please call 888-404-3549 between 8:00 a.m. and 5:30 p.m. A representative will assist you.

Spanish/Español

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

Amharic/አማርኛ

ማሳሰቢያ፡ አማርኛ የማይናገሩ እና/ወይም የማይጽፉ ከሆነ፣ እባክዎ ከ 8:00 a.m. እስከ 5:30 p.m. ባለው ሰአት ውስጥ ወደ 888-404-3549 ይደውሉ። ተወካይ እርስዎን ያግዝዎታል።

العربية/Arabic

تنبيه: إذا كنت لا تتحدث أو تقرأ اللغة العربية، يُرجى الاتصال بـ٨٨٨-٤٠٤-٣٥٤٩ بين الساعة ٨:٠٠ صباحًا و٥:٣٠ مساءً. أحد مندوبينا سيقوم بمساعدتك.

Bassa /Ɓăsɔ́ɔ̀

DÈ ƉƐ NÌÀ KƐ DYÉƉÉ GBO: Ɔ̃ Jŭ ké m̀ se Ɓăsɔ́ɔ̀ wùdù poɛ dyuò mɔɔ wuḍuún zàà dyuò ní, ḍá nɔ̀ɓà nìà kɛ 888-404-3549 sɔ̀ìn 8:00 AM ké 5:30 PM gbo muɛ. À kɛ́-ɓaḍa-nyɔ̀ ḍó mu m̀ gbo kpáùn.

Burmese/မြန်မာဘာသာစကား

သတိပြုရန် သင်သည် မြန်မာဘာသာစကား ကို ပြောခြင်း နှင့်/သို့မဟုတ် ဖတ်ခြင်း မရှိလျှင် ကျေးဇူးပြု၍ နံနက် ၈၀၀ နာရီနှင့် ညနေ ၅၃၀ နာရီအကြားတွင် ၈၈၈၄၀၄၃၅၄၉ သို့ ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။ ကိုယ်စားလှယ်တစ်ဦးက သင့်ကို ကူညီပါမည်။

Cantonese / 粵語

注意: 如果你不會說或讀 粵語，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 (Mandarin) / 普通

注意:“如果你不会或 普通 ，在早上8点到下午5点半之间打888-404-3549。有个代表会帮助你的。

Farsi

توجه: اگر قادر به صحبت کردن و/یا خواندن به زبان 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 le Français, veuillez composer le 888-404-3549 entre 8h00 et 17h30, un représentant vous répondra”.

Gujarati/ગુજરાતી

ધ્યાન આપો: જો તમે બોલી શકતા ન હોય અને / અથવા ગુજરાતી વાંચી શકતા ન હોય, તો કૃપા કરીને સવારે 8:00 થી સાંજે 5:30 ની વચ્ચે 888-404-3549 પર કૉલ કરો. કોઈ પ્રતિનિધિ તમને સહાય કરશે.

Haitian Creol/Kreyòl Ayisyen

ATANSYON: Si w pa pale ak/oubyen li Kreyòl Ayisyen, tanpri rele 888-404-3549 ant 8:00 a.m. ak 5:30 p.m. Yon reprezantan pral ede w.

Hindi

ध्यान दें: यदि आप इंग्लिश 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 Hmong, 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 NT: O buru na I nagh as ma/màb ag Ìgbò, biko kp 888-404-3549 ihe dikà ebe 8:00 nke ututu na 5:30 nke mgbede. Onye nnch anya ga-enyere g aka.

Italian/Italiano

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

Japanese /日本語

お知らせ：日本語を話せないまたは読めない場合、888-404-3549までご連絡ください。8:00～17:30までこちらの代表者が対応いたします。

Korean/한국어

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

Polish/Polsku

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

Portuguese/Português

ATENÇÃO: Se Você não fala e não lê na Português chame pelo número 888-404-3549; hora de recepção de chamadas – das 8.00 de manhã às 05.30 de tarde. Nosso representante ajudar-lhe.

PUNJABI/ਪੰਜਾਬੀ

ਧਿਆਨ ਦਿਓ: ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪੰਜਾਬੀ 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/русском

ВНИМАНИЕ. Если вы не говорите и/или не можете читать на русском 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 akhrin karin Soomaaliga, 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

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

اردو/Urdu

م اش ے س ے ج ب 8:00 ح ب ص ر ب 888-404-3549 م ر ک ہ ا ر ب و ت ں ی ہ ں ی ہ ن ے ت ھ ڑ پ ا ی /ا ر و ا ے ت ل و ب و د ر ا پ آ ر گ ا :ں ی ئ ا م ر ف ہ ج و ت
۔ گ ا ے ر ک د و م ی ک پ آ ہ د ن ئ ا م ن ک ی ا ۔ ں ی ر ک ل ا ک ن ا ی م ر د ے ک ے ج ب 5:30

Vietnamese/Tiếng Việt

Chú ý: Nu bn không nói và/hoc đc Ting Vit, vui lòng gi 888-404-3549 gia 8 gi sáng đn 5 gi 30 chiu. Mt ngi đi din s h tr bn

Yoruba / Yorùbá

IPÀKÍYÈSÍ: Tí o ko bá s/tàbí ka èdè Yorùbá, Jw pe 888-404-3549 láàrin 8:00 a.m. àti 5:30 p.m. Asojú wa kan máá èrànw fún.

◄ እዚህ ጋ ይቀደዱት ◄

አስፈላጊ የስልክ ቁጥሮች

ስለ MedStar Family Choice District of Columbia ጥያቄዎች፥	የተመዝጋቢ አገልግሎቶች	**202-363-4348** ወይም **888-404-3549** (ነፃ የስልክ መስመር)	በቀን 24 ሰዓት፣ በሳምንት 7 ቀን
	TTY/TDD የተመዝጋቢ አገልግሎቶች	**711**	
የሀኪምዎ ቢሮ ከተዘጋ በኋላ እንክብካቤ ካስፈለገዎ፥	የነርስ የእርዳታ መስመር	**855-798-3540** (ነፃ የስልክ መስመር)	በቀን 24 ሰዓት፣ በሳምንት 7 ቀን
	TTY/TDD የነርስ የእርዳታ መስመር	**711**	
ሃኪም በ24 ሰዓታት ውስጥ ማግኘት ካስፈለገዎ ("አስቸኳይ ህክምና")፣	የእርስዎ PCP ቢሮ	________________________________ (የእርስዎን PCP መረጃ እዚህ ይሙሉ)	
	የነርስ የእርዳታ መስመር	**855-798-3540** (ነፃ የስልክ መስመር)	በቀን 24 ሰዓት፣ በሳምንት 7 ቀን
ወደ ቀጠሮዎ የሚያደርስዎ መጓጓዣ ከፈለጉ፥	የትራንስፖርት አገልግሎቶች	**866-201-9974** (ነፃ የስልክ መስመር)	በቀን 24 ሰዓት፣ በሳምንት 7 ቀን
የባህሪ ጤና እንክብካቤ ከፈለጉ ወይም የባህሪ ጤና ጥያቄ ካለዎት፦	የእርስዎ BHP ቢሮ	________________________________ (የእርስዎን BHP መረጃ እዚህ ይሙሉ)	
	የነርስ የእርዳታ መስመር	**855-798-3540** (ነፃ የስልክ መስመር)	በቀን 24 ሰዓት፣ በሳምንት 7 ቀን
እርስዎ የሚናገሩትን ቋንቋ የሚናገር ሰው ከፈለጉ ወይም መስማት የተሳንዎት ከሆነ በዚህ ቁጥር ይደውሉ፥	የተመዝጋቢ አገልግሎቶች	**202-363-4348** ወይም **888-404-3549** (ነፃ የስልክ መስመር)	በቀን 24 ሰዓት፣ በሳምንት 7 ቀን
	TTY/TDD የተመዝጋቢ አገልግሎቶች	**711**	
የጥርስ ህክምና ጥያቄዎች፥	Avēsis	**844-391-6678** (ነፃ የስልክ መስመር)	በቀን 24 ሰዓት፣ በሳምንት 7 ቀን
የእይታ ህክምና ጥያቄዎች፥	Avēsis	**844-391-6678** (ነፃ የስልክ መስመር)	በቀን 24 ሰዓት፣ በሳምንት 7 ቀን

ለድንገተኛ የጤና ሁኔታ፣ ወደ 911 ይደውሉ ወይም በአቅራቢያዎ ወደሚገኝ የድንገተኛ ሕክምና ክፍል ይሂዱ።

▲ እዚህ ጋ ይቆርጡት ▲

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፥ ____________________

የእኔ የባህሪ ጤና አቅራቢ (BHP)፥ ____________________

የእኔ የባህሪ ጤና አቅራቢ (BHP) አድራሻ፥ ____________________

____

የእኔ የባህሪ ጤና አቅራቢ (PHP) ስልክ፦ ____________________

የልጅ/ልጆች የባህሪ ጤና አቅራቢ (PHP)፦ ____________________

የልጅ/ልጆች የባህሪ ጤና አቅራቢ (PHP) አድራሻ፦ ____________________

____

የልጅ/ልጆች የባህሪ ጤና አቅራቢ (PHP) ስልክ፦ ____________________

ማውጫ ሠንጠረዥ

እንኳን ወደ MedStar Family Choice District of Columbia በደህና መጡ........... 5

Welcome to MedStar Family Choice-DC 5

About MedStar Family Choice-DC 5

ይህ የመመሪያ መጽሐፍ እንዴት እንደሚያገለግል........................6

ይህ የመመሪያ መጽሐፍ እንዴት እንደሚረዳዎት..........................6

መብቶችዎ 7

የእርስዎ ሃላፊነቶች 8

የእርስዎ የተመዝጋቢ መታወቂያ ቁጥር................ 9

ተቀዳሚ የጤና ክብካቤ ሰጪ (PCP) 10

የእርስዎን PCP መምረጥ 10

የእርስዎን PCP እንዴት መቀየር ይችላሉ..............................11

የመጀመሪያ የጥርስ ህክምና ሰጪዎ (PDP) 12

የእርስዎን PDP መምረጥ..12

የእርስዎን PDP እንዴት መቀየር ይችላሉ 13

መደበኛ እንክብካበቤ፣ አስቸኳይ እንክብካቤ እና ድንገተኛ እንክብካቤ.................................. 14

መደበኛ እንክብካበቤ 14

አስቸኳይ እንክብካቤ...14

ድንገተኛ እንክብካቤ...14

ድንገተኛ የጤና ሁኔታ ካጋጠምዎ ምን ማድረግ እንዳለብዎ 14

Emergency Care (What to do if you have an emergency) 14

ከከተማ ውጪ በሆኑ ጊዜ የሚሰጥ እንክብካቤ 15

መደበኛ እንክብካበቤ 15

አስቸኳይ እንክብካቤ...15

ድንገተኛ እንክብካቤ...15

በኔትወርክ እና ከኔትወርክ ውጪ ያሉ አገልግሎት ሰጪዎች... 16

ቀጠሮ ማስያዝ 16

ከእርስዎ PCP ጋር ቀጠሮ መያዝ...16

ቀጠሮን መቀየር ወይም መሰረዝ 16

የእርስዎ PCP ወይም PDP ቢሮ ዝግ በሆነ ጊዜ እንክብካቤ ስለማግኘት 17

ሃኪምን ለማግኘት ምን ያህል ጊዜ ይወስድቦዎታል?................17

የድጋፍ አገልግሎቶች..19
የትራንስፖርት አገልግሎቶች 19
የአስተርጓሚ እና የትርጉም አገልግሎቶች እንዲሁም መስማት እና ማየት ለተሳናቸው የሚሰጡ የእገዛ መሳሪያ አገልግሎቶች 19
Services if you don't speak English very well 19
Services if you have trouble hearing or seeing 19
How to get specialty care 20
Self-referral services..20

የልዩ ሙያተኛ እንክብካቤ እና ሪፈራሎች.............20
የልዩ ሙያተኛ እንክብካቤ እንዴት ማግኘት ይቻላል 20
ራስን ሪፈር የማድረግ (Self-Referral) አገልግሎቶች............20
የባህሪ ጤና (የአዕምሮ ጤና ወይም የአደንዛዥ ዕፅ አጠቃቀም ችግር አገልግሎቶች) 21
ለመጠጥ ወይም ሌሎች የአደንዛዥ ዕጽ መጠቀም አገልግሎቶች..22
የወሊድ መቆጣጠሪያ እና ሌሎች የቤተሰብ ዕቅድ አገልግሎቶች..22
የመድሃኒት ቤት አገልግሎት እና የሃኪም ትዕዛዝ የሚያስፈልጋቸው መድሃኒቶች..24
በሽታን መቆጣጠር..25
የእንክብካቤ ማስተባበር እና የእንክብካቤ አስተዳደር ፕሮግራሞች 25

አዋቂዎች እንዳይታመሙ የሚረዱ አገልግሎቶች..26
የጤና ምርመራን የተመለከቱ ምክሮች ("ምርመራዎች")..........26
የበሽታ መከላከል የምክር አገልግሎት..26
የአዋቂዎች ክትባት..26
Check-ups ("screenings") 26
How to stay healthy..26
Immunizations or "shots" for adults........................26

እርግዝና 27
የቅድመ ወሊድና ድህረ ወሊድ እንክብካቤ 27
Before and after you have a baby 27

የልጅዎ ጤና 29
ለልጆች የ HealthCheck ጥቅማጥቅም ፕሮግራም (EPSDT) 29
ለልጅዎ ጥርስ እንክብካቤ 30
ልዩ የጤና እንክብካቤ ፍላጎት ያላቸው ህጻናት 31
የአካል ጉዳት ያለባቸው ግለሰቦች የትምህርት ህግ (IDEA) ፕሮግራም..31
ክትባቶች (በመርፌ የሚሰጡ) ለህጻናትና ለወጣቶች...............32

የጤና ጥቅሞችዎ..33
በMedStar Family Choice District of Columbia (MFC-DC) የሚሸፈኑ አገልግሎቶች 33
የማንከፍልባቸው አገልግሎቶች (የማይካተቱ) 33

የእንክብካቤ ማለፊያ 39

ማወቅ የሚገቡዎት ሌሎች አስፈላጊ ነገሮች........39
አድራሻ ከቀየርኩ ምን ማድረግ አለብኝ?..39
ገቢዬ ከተለወጠ ምን ማድረግ አለብኝ?..39
ልጅ ካለኝ ምን ማድረግ አለብኝ?..39
ልጅ በጉዲፈቻ ከወሰድኩ ምን ማድረግ አለብኝ?.......................39
ከቤተሰቤ ውስጥ አንድ ሰው ከሞተ ምን መድረግ አለብኝ?.....39
የእኔን MCP እንዴት መቀየር እንደሚቻል..39
ሽፋን ለሚሰጠው አገልግሎት ክፍያ መጠየቂያ ቢል ከቀረበልኝስ ምን ማድረግ አለብኝ?..40
ሽፋን ለማይሰጣቸው አገልግሎቶች መክፈል 40
አዲስ ቴክኖሎጂ እንዴት እንደሚገመገም ይማሩ። 40
የቀደመ መመሪያ 40
ሌላ ኢንሹራንስ ካለኝ ማድረግ የሚገባኝ ምንድን ነው?............41
ለሁለቱም Medicaid እና Medicare ብቁ ቢሆን ምን ማድረግ አለብኝ 41
ማጭበርበር ምንድን ነው? 41
የሃኪም (ዶክተር) የክፍያ ሁኔታን ማሳወቅ 41

አቤቱታዎች፣ ቅሬታዎች፣ ይግባኞችና ፍትሃዊ የክስ ማሰማት ሂደቶች 42
ቅሬታ..42
ይግባኞች..42
ፍትሃዊ የክስ ማሰማት ሂደት..42
የተፋጠነ (አስቸኳይ) ቅሬታዎች እና የይግባኝ መስማት ሂደት...43
ቅሬታዎች፣ ይግባኞች እና ፍትሃዊ የክስ መስማት ችሎት ጥያቄዎች ባቀረቡበት ወቅት የሚኖሩዎ መብቶች...................43

የግላዊነት ተግባራት ማሳወቂያ 44
የጤና መረጃን እንዴት ልንጠቀም እንደምንችል 44

Medicare Part D Notice............................51

The Office of Health Care Ombudsman and Bill of Rights..51

Medicare እና Medicaid በአንድ ጊዜ ሁለቱም ላላቸው ተመዝጋቢዎች የMedicare ክፍል D ማስታወቂያ 51

የጤና ጥበቃ የሕዝብ እንባ ጠባቂ ቢሮ እና ቢል ኦፍ ራይትስ..51

እንኳን ወደ MedStar Family Choice District of Columbia በደህና መጡ

MedStar Family Choice District of Columbiaን (DC) ስለመረጡ እናመሰግናለን። እኛ የእርስዎ በMedicaid የሚተዳደር የእንክብካቤ እቅድ (MCP) ስለሆን ደስተኞች ነን። ከእርስዎ እና ከቤተሰብዎ ጤና በላይ አስፈላጊ የሆነ ምንም ነገር እንደሌለ እናውቃለን። እርስዎ እና ቤተሰብዎ በምትፈልጉት እና በሚገባችሁ እንክብካቤ እና ክብር ዓይነት እንድትስተናገዱ ለማረጋገጥ ጠንክረን የምንሰራው ለዚያ ነው። እኛ ጤናዎን ለመጠበቅ ቁርጠኞች ነን እና እርስዎ እና ቤተሰብዎ የሚቻለውን ከፍተኛ የእንክብካቤ ጥራት እንድትቀበሉ ማረጋገጥ እንፈልጋለን።

ይህ የእጅ መጽሀፍ አስፈላጊ መረጃ ይዟል። እባክዎ በጥንቃቄ ያንብቡት። ከእኛ ምን አይነት አገልግሎቶችን ማግኘት እንደሚችሉ ይማራሉ። እርስዎ ላይ ተጽዕኖ የሚፈጥሩ ለውጦችን MedStar Family Choice DC ላይ ካደረግን፣ 30 ቀናት አስቀድመን እንነግርዎታለን።

ሁሉም አዲስ ተመዝጋቢዎች የአዲስ ተመዝጋቢ የመተዋወቂያ ስብሰባ (ኦሬንቴሽን) ላይ እንዲገኙ ይጋበዛሉ። በመተዋወቂያ ስብሰባው ላይ፣ ከMedStar Family Choice DC ሰራተኞች ጋር መነጋገር እና ሊኖሩዎት የሚችሉ ማንኛውም ጥያቄዎችን መጠየቅ ይችላሉ። ከተወሰኑ የቡድናችን 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።

ጥያቄዎች አሉዎት?

ማንኛውም አይነት ጥያቄ ካለዎት፣ እባክዎ ወደ ተመዝጋቢ አገልግሎቶቻችን ክፍል በ **888-404-3549** ይደውሉ።

ይህ የመመሪያ መጽሐፍ እንዴት እንደሚያገለግል

MedStar Family Choice DC እርስዎ የጤና እንክብካቤ እንዲያገኙ ለመርዳት በኮሎምቢያ ዲስትሪክት የሚከፈል ቁጥጥር የሚደረግበት የእንክብካቤ እቅድ ነው። በዚህ የመመሪያ መጽሃፍ፣ MedStar Family Choice DC እንዴት እንደሚሰራ፣ ሃኪሞችን እንዴት ማግኘት እንደሚቻል፣ እንዴት እንደሚደውሉልን እና ምን እንደምንሸፍን እንነግርዎታለን። በጤና እንክብካቤ እና በዶክተርዎ ጥቅም ላይ የሚውሉ ቃላት አንዳንድ ጊዜ ለመረዳት አስቸጋሪ ሊሆኑ ይችላሉ። ከዚህ መፅሃፍ በስተጀርባ ላይ የቃላት ትንታኔ ክፍል ውስጥ እነዚህን ቃላት አብራርተናቸዋለን።

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

ይህ የመመሪያ መጽሐፍ እንዴት እንደሚረዳዎት

ይሄ የአባል መመሪያ መጽሐፍ የሚነግርዎ፥

- የጤና እንክብካቤ እንዴት ማግኘት እንደሚቻል
- በ MedStar Family Choice DC የተሸፈኑ አገልግሎቶችዎ
- በ MedStar Family Choice DC የማይሸፈኑ አገልግሎቶች
- የእርስዎን ተቀዳሚ እንክብካቤ አቅራቢ እና ተቀዳሚ የጥርስ ህክምና አቅራቢ (የእርስዎ PCP ወይም PDP) እንዴት እንደሚመርጡ
- ከታመሙ ምን ማድረግ እንደሚገባዎት
- በMedStar Family Choice DC ስለተሰጠ ውሳኔ ቅሬታ ካለዎት ወይም መለወጥ (ይግባኝ ማለት) ከፈለጉ ምን ማድረግ እንዳለብዎት።

ይህ የተመዝጋቢ መመሪያ መጽሐፍ MedStar Family Choice DC እንዴት እንደሚሰራ መሰረታዊ መረጃ ይሰጣል። ማንኛውም ጥያቄዎች ካለዎት፣ እባክዎ ለMedStar Family Choice DC የተመዝጋቢ አገልግሎቶች በማንኛውም ጊዜ፣ በቀን 24 ሰዓታት፣ እና በሳምንት 7 ቀናት ይደውሉ።

መብቶችዎ

የሚከተሉት መብቶች አሉዎት፥

- ከሃኪሞችዎ እና ከሌሎች አገልግሎት ሰጪዎችዎ ጋር ሲነጋገሩ ሚስጥራዊ መሆኑን ማወቅ።
- ህመም ወይም ህክምና በሚረዱት ቋንቋ እንዲብራራልዎ የመጠየቅ።
- ሕክምናውን ያለመቀበል መብትዎን ጨምሮ፣ የጤና እንክብካቤዎ በሚመለከት ውሳኔዎች ላይ መሳተፍ።
- በመረጃ ላይ የተደገፈ ውሳኔ ማድረግ እንዲችሉ ስለ ህክምና አማራጮች እና እያንዳንዱ አማራጭ ስለሚያስከትለው አደጋ 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 Family Choice DC አውታረ መረብ መምረጥ እና የእርስዎን PCP/PDP መቀየር።
- ለእርስዎ የቀረበ እንክብካቤ ላይ ቅሬታ ማሰማት እና ምላሽ ማግኘት።
- MedStar Family Choice DC አገልግሎትን ወይም ዕቃን መከልከሉ፣ መቀነሱ ወይም ማቆሙ ትክክል አልነበረም ብለው ካመኑ ይግባኝ ወይም ፍትሃዊ የችሎት ሂደት መጠየቅ።
- ከፈለጉት የአገልግሎት ሰጪ አካል የቤተሰብ ምጣኔ አገልግሎቶችን እና ግብዓቶችን መቀበል።
- ያለአስፈላጊ መጓተት የህክምና እንክብካቤ ማግኘት።
- በኔትወርክ ውስጥ ካለ ብቁ የጤና ጥበቃ ባለሞያ 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 Family Choice DC የተመዝጋቢ መመሪያ መጽሐፍ እና/ወይም የአቅራቢ ማውጫ ቅጂ ማግኘት።
- አዲስ የህክምና ዕቅድ እስከሚኖርዎ ድረስ እየተደረገልዎት ያለውን ህክምና መቀጠል።
- የትርጉም እና የአስተርጓሚ አገልግሎቶችን በነፃ መቀበል።
- የቃል የትርጉም አገልግሎቶችን አለመፈለግ።
- ያለምንም ክፍያ የመጓጓዣ አገልግሎት ማግኘት።
- ስለ ቅድመ ፈቃድ ሂደቶች ገለጻ ማግኘት።
- ስለ MedStar Family Choice DC የገንዘብ ሁኔታ እና ለሀኪሞቻችን የምንከፍለውን ማናቸውንም ልዩ መንገዶች በተመለከተ መረጃ ማግኘት።
- የደንበኞች እርካታን በተመለከተ የተሰራ የዳሰሳ ጥናትን ማጠቃለያ ማግኘት።
- በሃኪም ለታዘዙ መድሃኒቶች የMedStar Family Choice DCን "በተጻፈው መሰረት መስጠት" የሚል ፖሊሲን መቀበል።
- ሽፋን ያላቸውን ሁሉንም መድሃኒቶች ማግኘት።
- የእርስዎን ክብር እና የግላዊነት መብትዎን በጠበቀ መልኩ በክብር በአግባቡ መስተናገድ።

የእርስዎ ሃላፊነቶች

ለሚከተሉት ሃላፊነት ይወስዳሉ፦

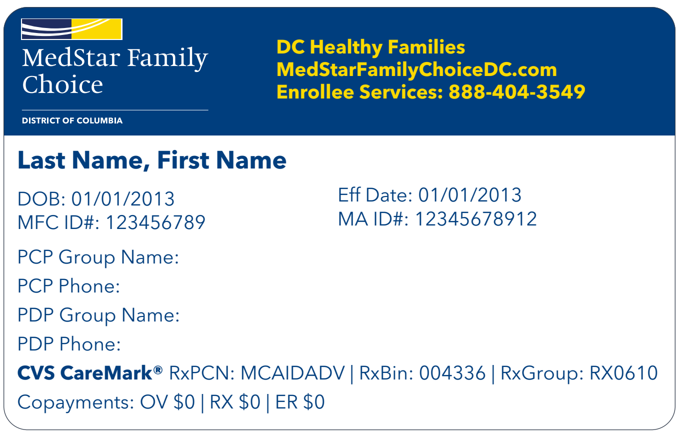
- እንክብካቤ የሚያደርጉልዎትን ሰዎች ክብር እና ሞገስ መጠበቅ።
- የዲሲ በMedicaid የሚመራ እንክብካቤ ፕሮግራም እና MedStar Family Choice DC ህጎችን መከተል።
- ከሃኪሞችዎ እና ሌሎች አገልግሎት ሰጪዎች የሚያገኙትን መመሪያዎች መከተል።
- የተያዙ ቀጠሮዎች ላይ መገኘት።
- ቀጠሮዎን መሰረዝ ካለብዎ ለሃኪምዎ ቢያንስ ከ24 ሰዓት በፊት ማሳወቅ አለብዎ።
- የሃኪምዎን መመሪያ ካልተረዱ ተጨማሪ ማብራሪያ መጠየቅ።
- ድንገተኛ ህመም ካጋጠምዎ ወደ ድንገተኛ ክፍል መሄድ።
- ጤናዎን የሚጎዱ የህክምና ወይም የግል ችግሮችን ለእርስዎ PCP/PDP መንገር።
- እርስዎ ወይም የቤተሰብ ተመዝጋቢ ሌላ የጤና መድን ካላቹ ወይም የአድራሻ ወይም የስልክ ቁጥር ለውጥ ካለዎት ለኢኮኖሚ ዋስትና አስተዳደር (ESA) እና ለMedStar Family Choice DC ሪፖርት ማድረግ።
- በቤተሰብዎ ውስጥ ለውጥ ካለ (ማለትም፣ ሞቶች፣ ውልደቶች፣ወዘተ) ለኢኮኖሚ ዋስትና አስተዳደር (Economic Security Administration, ESA) እና MedStar Family Choice DC ሪፖርት ማድረግ።
- የጤና ችግርዎን ለመረዳት መሞከር እና የህክምና ግቦችን ማሻሻል ላይ መሳተፍ።
- ሃኪምዎ ከዚህ በፊት ሲከታተሉበት ከነበሩበት የአገልግሎት ሰጪዎች የህክምና መረጃዎን እንዲያገኝ መርዳት።
- በአደጋ ወይም በስራ ምክንያት ጉዳት ከደረሰብዎት ለMedStar Family Choice DC መንገር።

የእርስዎ የተመዝጋቢ መታወቂያ ቁጥር

ተቀዳሚ የእንክብካቤ አቅራቢ (PCP) ከተመደበልዎት በኋላ፣ የተመዝጋቢ የመታወቂያ ካርድን በፖስታ እንልክልዎታለን። ይህ ካርድ ሃኪሞችዎ፣ ሆስፒታሎችዎ፣ መድሃኒት ቤቶችዎ እና ሌሎች የMedStar Family Choice DC ተመዝጋቢ መሆንዎን እንዲያውቁ ያደርጋል። እባክዎ የተመዝጋቢ መታወቂያ ካርድዎ ላይ ያለው መረጃ ትክክለኛ መሆኑን ያረጋግጡ። ማንኛውም ችግር ካለ፣ ወይም ካርድዎ ከጠፋ ወደ ተመዝጋቢ አገልግሎቶች በ **888-404-3549** ይደውሉ። እንዲሁም የተመዝጋቢ ፖርታልን መጎብኘት ይችላሉ። አንዴ ከተመዘገቡ በኋላ፣ የመታወቂያ ካርድዎን ማየት እና ማተም ይችላሉ። ወደ ተመዝጋቢ ፖርታል የሚወስደው አገናኝ መስመር በድረ-ገጻችን በ**MedStarFamilyChoiceDC.com/Enrollees/General-Benefits** ላይ ይገኛል።

እያንዳንዱ MedStar Family Choice DC ተመዝጋቢ ካርድ አለው። ልጆችዎም የራሳቸው ካርዶች ይኖራቸዋል። እንዳይጠፋባቸው የልጆችዎን ካርዶች እርስዎ ጋር ማስቀመጥ አለብዎት። የእርስዎን የተመዝጋቢ መታወቂያ ካርድ ሌላ ሰው እንዲጠቀምበት ማድረግ ከህግ ውጪ ነው።

የተመዝጋቢ መታወቂያዎ ይሄንን ይመስላል፥



የካርዱ የፊተኛው ገጽ

የካርዱ የጀርባ ገጽ

እባክዎ የተመዝጋቢ መታወቂያ ካርድዎን እና ፎቶ ያለው መታወቂያዎን ሁል ጊዜ መያዝዎን ያስታውሱ። ሁልጊዜ ህክምና ከማግኘትዎ በፊት ወይም መድሃኒት ከፋርማሲ ከመውሰድዎ በፊት መታወቂያ ካርድዎን ያሳዩ።

ተቀዳሚ የጤና ክብካቤ ሰጪ (PCP)

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። ለMedStar Family Choice DC ከመመደብዎ በፊት PCP ካለዎት፣ እባክዎ ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች በ **888-404-3549** ይደውሉ። ክእርስዎ PCP ጋር ለመቆየት የእኛን ዕርዳታ ከፈለጉ ልንረዳዎ እንችላለን።

የእርስዎን PCP መምረጥ

1፡፡በMedStar Family Choice DC ሲመዘገቡ አንድ PCP ይምረጡ። እርስዎ የMedStar Family Choice DC ተመዝጋቢ ሆነው በሚቆዩበት ጊዜ ይህ ሰው የእርስዎ PCP ይሆናል።

- አሁን ያለው የእርስዎ PCP የMedStar Family Choice DC አውታረመረብ አቅራቢ ከሆነ፣ ከዚያው ሃኪም ጋር ሊቆዩ ይችላሉ።
- PCP ከሌለዎት፣ ከአገልግሎት ሰጪዎቻችን ዝርዝር ውስጥ ካሉት ሃኪሞች መካከል ወይም በ**MedStarFamilyChoiceDC.com መምረጥ ይችላሉ።** የአቅራቢ ማውጫ የወረቀት ቅጂ ለመጠየቅ እባክዎ ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች በ **888-404-3549**ይደውሉ።
- ሃኪም ለመምረጥ እርዳታ ከፈለጉ በ**888-404-3549** ለተመዝጋቢ አገልግሎት ይደውሉ።
- በእቅዳችን ውስጥ ከሆኑ ጀምሮ ባሉት የመጀመሪያ 10 ቀናት ውስጥ PCP ካልመረጡ፣ ለእርስዎ ሃኪም እንመርጥልዎታለን። እኛ የመረጥንልዎትን PDP ካልወደዱት፣ የእርስዎን PDP መቀየር ይችላሉ። በሚፈልጉት PCP ስም ደህንነቱ የተጠበቀ መልእክት ለመላክ በ**888-404-3549** ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች ይደውሉ ወይም የተመዝጋቢ ፖርታልን ይጎብኙ። የተመዝጋቢ ፖርታልን ለማግኘት **MedStarFamilyChoiceDC.com/Enrollees/General-Benefits** ላይ የእኛን ድረ-ገጽ ይጎብኙ።
- MedStar Family Choice DC የተመዝጋቢ መታወቂያ ካርድ ይልክልዎታል። ካርድዎ የእርስዎ PCP ስምና ስልክ ቁጥር ይኖረዋል።

2።ልጆችዎን ጨምሮ በእቅዳችን ውስጥ ላለው ለእያንዳንዱ የቤተሰብ ተመዝጋቢ 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 ልጆች እና አዋቂዎችን ያያሉ
- የልጆች ሃኪም – ልጆችን ከአራስ 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።

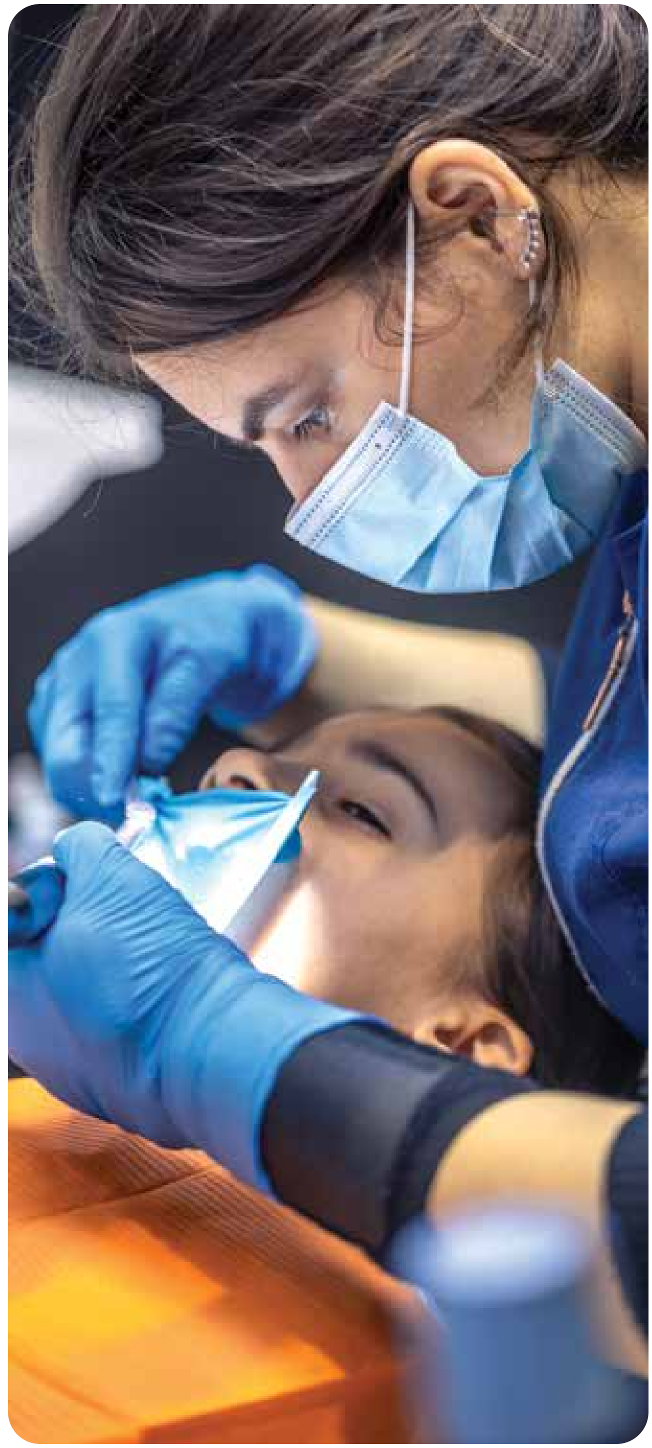
3. የእርስዎን PCP ሲመርጡ፣ እባክዎ፥

- ወደሚፈልጉት ሆስፒታል ሊልክዎት የሚችለውን ሃኪም ለመምረጥ ይሞክሩ። ሁሉም ሃኪሞች ታካሚዎችን ወደ ሁሉም ሆስፒታሎች መላክ አይችሉም። የአቅራቢ ማውጫችን PCP ሊልክዎ የሚችሉባቸውን ሆስፒታሎች ይዘረዝራል። ዕርዳታ ለማግኘት ወደ ተመዝጋቢ አገልግሎቶች መደወል ይችላሉ።
- አንድ አንድ ጊዜ የመረጡት PCP አዲስ ታካሚዎችን ለወስዱ አይችሉም። ሌላ ሃኪም መምረጥ የሚያስፈልግዎት ከሆነ እናሳውቅዎታለን።
- ለቤትዎ ወይም ለስራዎ የሚቀርብ ሃኪም ይምረጡ።

የእርስዎን PCP እንዴት መቀየር ይችላሉ

የእርስን PCP በማንኛውም ጊዜ መቀየር ይችላሉ። ከአገልግሎት ሰጪ መዝገቡ ላይ አዲስ PCP መምረጥ ብቻ ነው የሚጠበቅብዎት። በሚፈልጉት PCP ስም ደህንነቱ የተጠበቀ መልእክት ለመላክ አዲስ PCP ከመረጡ በኃላ በ**888-404-3549** ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች ይደውሉ ወይም የተመዝጋቢ ፖርታልን ይጎብኙ። የተመዝጋቢ ፖርታልን ለማግኘት **MedStarFamilyChoiceDC.com/Enrollees/General-Benefits** ላይ የእኛን ድረ-ገጽ ይጎብኙ። አዲስ PCP መምረጥ ላይ እገዛ የሚሹ ከሆነ፣ የተመዝጋቢ አገልግሎቶች ሊያግዞት ይችላሉ።

የመጀመሪያ የጥርስ ህክምና ሰጪዎ (PDP)



አሁን እርስዎ የMedStar Family Choice DC ተመዝጋቢ ስለሆኑ፣ የእርስዎ ተቀዳሚ የጥርስ ህክምና አቅራቢ (PDP) እርስዎ እና ቤተሰብዎ የሚያስፈልጋችሁን የጤና እንክብካቤ እንድታገኙ ይረዳል።

እንክብካቤ ባስፈለገዎ ጊዜ መጀመሪያ ለPDPዎ መደወል አስፈላጊ ነው። በ MedStar Family Choice DC ከመመዝገብዎ በፊት የጥርስ ሃኪም ከነበረዎት እባክዎ በ **844-391-6678** ለጥርስ ህክምና ተመዝጋቢ አገልግሎቶች ይደውሉ። የሚፈልጉ ከጥርስ ሐኪሙ ከራሱ/ራሷ ጋር እንዲቀጥሉ ልናግዝዎ እንችላለን።

የእርስዎን PDP መምረጥ

1።በMedStar Family Choice DC በሚመዘገቡበት ጊዜ አንድ PDP ይምረጡ። እርስዎ የMedStar Family Choice DC ተመዝጋቢ ሆነው በሚቆዩበት ጊዜ ይህ ሰው የእርስዎ PDP ይሆናል።

- አሁን ያለው የእርስዎ PDP የMedStar Family Choice DC አውታረመረብ 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 ማውጫ የወረቀት ቅጂ ለመጠየቅ እባክዎ ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች በ **888-404-3549**ይደውሉ።
- የጥርስ ሃኪም ለመምረጥ እርዳታ ከፈለጉ፣ ለጥርስ ህክምና ተመዝጋቢ 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 ለመቀየር የተመዝጋቢ አገልግሎቶችን በ **844-391-6678** ደውለው ያግኙ።
- MedStar Family Choice DC የተመዝጋቢ መታወቂያ ካርድ ይልክልዎታል። ካርድዎ የእርስዎ PDP ስምና ስልክ ቁጥር ይኖረዋል።

- 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።

2።የእርስዎን PDP ሲመርጡ፣ እባክዎትን የሚከተሉትን ነገሮች ከግምት ውስጥ ያስገቡ፦

- የአገልግሎት አቅራቢዎቻችን መዝገብ የእርስዎ PDP ወደ የትኛዎቹ ሆስፒታሎች እርስዎን መላክ እንደሚችሉ ያሳያሉ። ዕርዳታ ለማግኘት ወደ ተመዝጋቢ አገልግሎቶች መደወል ይችላሉ።
- አንድ አንድ ጊዜ፣ የመረጡት PDP አዲስ ታካሚዎችን መውሰድ ላይችሉ ይችላሉ። ሌላ የጥርስ ሃኪም መምረጥ የሚያስፈልግዎት ከሆነ እናሳውቅዎታለን።

የእርስዎን PDP እንዴት መቀየር ይችላሉ

የእርስን PDP በማንኛውም ጊዜ መቀየር ይችላሉ። ከአገልግሎት ሰጪ መዝገቡ ላይ አዲስ PDP መምረጥ ብቻ ነው የሚጠበቅብዎት። አዲሱን PDP ከመረጡ በኃላ፣ ለጥርስ ህክምና ተመዝጋቢ አገልግሎት በ **844-391-6678** ይደውሉ። አዲስ PDP መምረጥ ላይ እገዛ የሚሹ ከሆነ፣ የጥርስ ህክምና የተመዝጋቢ አገልግሎቶች ሊያግዝዎት ይችላል።

መደበኛ እንክብካበቤ፣ አስቸኳይ እንክብካቤ እና ድንገተኛ እንክብካቤ

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

መደበኛ እንክብካበቤ

መደበኛ እንክብካቤ ከPCP በቋሚነት የሚያገኙት እንክብካቤ ነው። እንዲሁም የእርስዎ መደበኛ ህክምና የእርስዎ PCP የሚላክሎት ከሌሎች አገልግሎት ሰጪዎች የሚያገኙት እንክብካቤ ነው። መደበኛ እንክብካቤ መታየት፣ የአካለ ምርመራ፣ የጤና ዳሰሳ እና እንደ ስኳር፣ ግፊት እና አስም ያሉ የጤና ችግሮችን መንከባከብን ያጠቃልላል። መደበኛ 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 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 በነርስ የእርዳታ መስመር በ**855-798-3540** ላይ ይደውሉ። አንድ ነርስ ወደ ሃኪም ባስቸኳይ መሄድ እንዳለብዎት ወይም እንደሌለብዎት ለመወሰን ይረዳዎታል። በተጨማሪም ነርስ እንዴት እንክብካቤ ማግኘት እንዳለብዎ ይነግርዎታል። ለመደበኛ ወይም ለአስቸኳይ እንክብካቤ ድንገተኛ ክፍል መግባትም ሆነ አምቡላንስ መጠቀም የለብዎትም።

ድንገተኛ እንክብካቤ

የድንገተኛ ሁኔታ እንክብካቤ ፈጣን፣ ከባድ (አንዳንድ ጊዜ በሕይወት ላይ አደጋ የሚያመጣ) ጉዳት ወይም በሽታ ማለት ነው። ለድንገተኛ ሁኔታ እንክብካቤ ማንኛውም ሆስፒታል የመጠቀም መብት አለዎት። ለድንገተኛ እንክብካቤ አገልግሎቶች አስቀድሞ ፈቃድ ማግኘት አያስፈልግም።

የድንገተኛ ህክምና ሁኔታዎች ምሳሌዎች የሚያካትቱት፥

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

ድንገተኛ የጤና ሁኔታ ካጋጠምዎ ምን ማድረግ እንዳለብዎ

- ወደ **911** መደወል ወይም አቅራቢያዎ ወደሚገኘው ድንገተኛ ክፍል (ER) መሄድ።
- የእርስዎን የMedStar Family Choice DC የተመዝጋቢ መታወቂያ ካርድ ያሳዩ።
- በቻሉት ፍጥነት ለእርስዎ PCP ይደውሉ።

ከከተማ ውጪ በሆኑ ጊዜ የሚሰጥ እንክብካቤ

ከከተማ ውጪ እያሉ ሃኪም ጋር መታየት ወይም መድሃኒት ማግኘት ሲኖርብዎት፥

መደበኛ እንክብካበቤ

ከከተማ ውጪ ሲሆኑ አንድ ሃኪም ወይም አገልግለት አቅራቢ ጋር ለመታየት ደውለው ለሚያገኙት ህክምና እንከፍል እንደሆነና እንዳልሆነ መጠየቅ አለብዎ ምክንያቱም ከኮሎምቢያ ዲስትሪክት ውጪ ያሉ ሃኪሞች የMedStar Family Choice DC አካል አይደሉም። የ MedStar Family Choice DC እንክብካቤውን ከማግኘትዎ በፊት ካላጸደቀው እርስዎ እራስዎ እንዲከፍሉ ይጠየቃሉ። 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። አንድ ነርስ ወደ ሃኪም ባስቸኳይ መሄድ እንዳለብዎት ወይም እንደሌለብዎት ለመወሰን ይረዳዎታል። ነርሷ እንዴት እንክብካቤ ማግኘት እንዳለቦት ትነግሮታለች። ለመደበኛ ወይም ለአስቸኳይ እንክብካቤ ድንገተኛ ክፍል መግባትም ሆነ አምቡላንስ መጠቀም የለብዎትም።

ድንገተኛ እንክብካቤ

ድንገተኛ ሁኔታ ያጋጠምዎት እንደሆነ፣ የአዕምሮ ጤና፣ መጠጥ፣ ሌሎች የአደንዛዥ ዕፅ ድንገተኛ ሕመምን ጨምሮ፣ ወዲያውኑ እንክብካቤ ለማግኘት ወደ አቅራቢያው የሚገኝ የድንገተኛ ሕክምና መስጫ (ER) ይሂዱ። ወደ ድንገተኛ ክፍል ከሄዱ፣ የክፍሉን ሰራተኛ የእርስዎ PCP ጋር እንዲደውል መጠየቅ አለብዎ። ወደ ድንገተኛ ክፍል ከሄዱ፣ በተቻለዎት ፍጥነት ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች መደወል አለብዎት። **ለድንገተኛ እንክብካቤ አገልግሎቶች አስቀድሞ ፈቃድ ማግኘት አያስፈልግም።**

በኔትወርክ እና ከኔትወርክ ውጪ ያሉ አገልግሎት ሰጪዎች

ከሃኪሞቻችን ወይም ከሌሎች የጤና እንክብካቤ አቅራቢዎቻችን ውስጥ ወደ አንዱ በሚሄዱበት ጊዜ MedStar Family Choice DC ለህክምናዎ የሚከፍል ይሆናል። እነዚህን ሃኪሞች እና የጤና እንክብካቤ አገልግሎት ሰጪዎች የኛ "ኔትወርክ" አገልግሎት ሰጪዎች እንላቸዋለን። ከእኛ ሃኪሞች ወይም አገልግሎት ሰጪዎች አንዱ ያልሆነው "ከኔትወርክ ውጪ" አገልግሎት ሰጪ ይባላል። እነዚህ በእኛ "ኔትወርክ ውስጥ ያሉ" ሃኪሞች በሙሉ የአገልግሎት ሰጪ መዝገብ ላይ ይገኛሉ።

"ከኔትወርክ-ውጪ" ወደ ሆነ ሃኪም፣ ሆስፒታል ወይም ቤተ-ምርመራ ከሄዱ፣ ለሚያገኙት አገልግሎት እራስዎ መክፈል ሊኖርብዎት ይችላል። እኛን መጀመሪያ ከጠየቁ እና ከነገርኖት፣ ብዙ ጊዜ በጽሁፍ፣ እሱ ችግር የለዉም። ይሄንን "ቅድመ ፈቃድ" ብለን እንጠራዋለን። MedStar Family Choice DC ለተሸፈኑ አገልግሎቶች ማቅረብ የሚይችል በኔትወርክ ውስጥ ያለ አገልግሎት ሰጪ ከሌለው፣ MedStar Family Choice DC ከጸደቀ የኔትወርክ ውጪ አገልግሎት ሰጪ (በቂ እና ጊዜውን የጠበቁ) የተሸፈኑ አገልግሎቶችን ያቀርባል።

ቅድመ ፈቃድ (PA) ማለት በ MedStar Family Choice DC በመደበኛነት የማይሸፈን የጤና አገልግሎት ፍቃድ ማግኘት ማለት ነው። አገልግሎቱን ከማግኘቶ በፊት ፍቃድ ማግኘት ያስፈልጋል። ድንገተኛ ህክምና ለማግኘት PA አያስፈልግዎትም።. PA ለማግኘት ለመጠየቅ የተመዝጋቢ አገልግሎቶች ክፍል በቁጥር **888-404-3549** ይደውሉ።

ወደሚመርጡት የቤተሰብ እቅድ አገልግሎት ሰጪ መሄድ ይችላሉ፣ ምንም እንኳ ከኔትወርክ-ውጪ ቢሆንም። የቅድመ መፍቀድ አስፈላጊ አይደለም። ስለቤተሰብ ዕቅድ አገልግሎቶች የበለጠ መረጃ ለማግኘት ገጽ 22 ይመልከቱ።

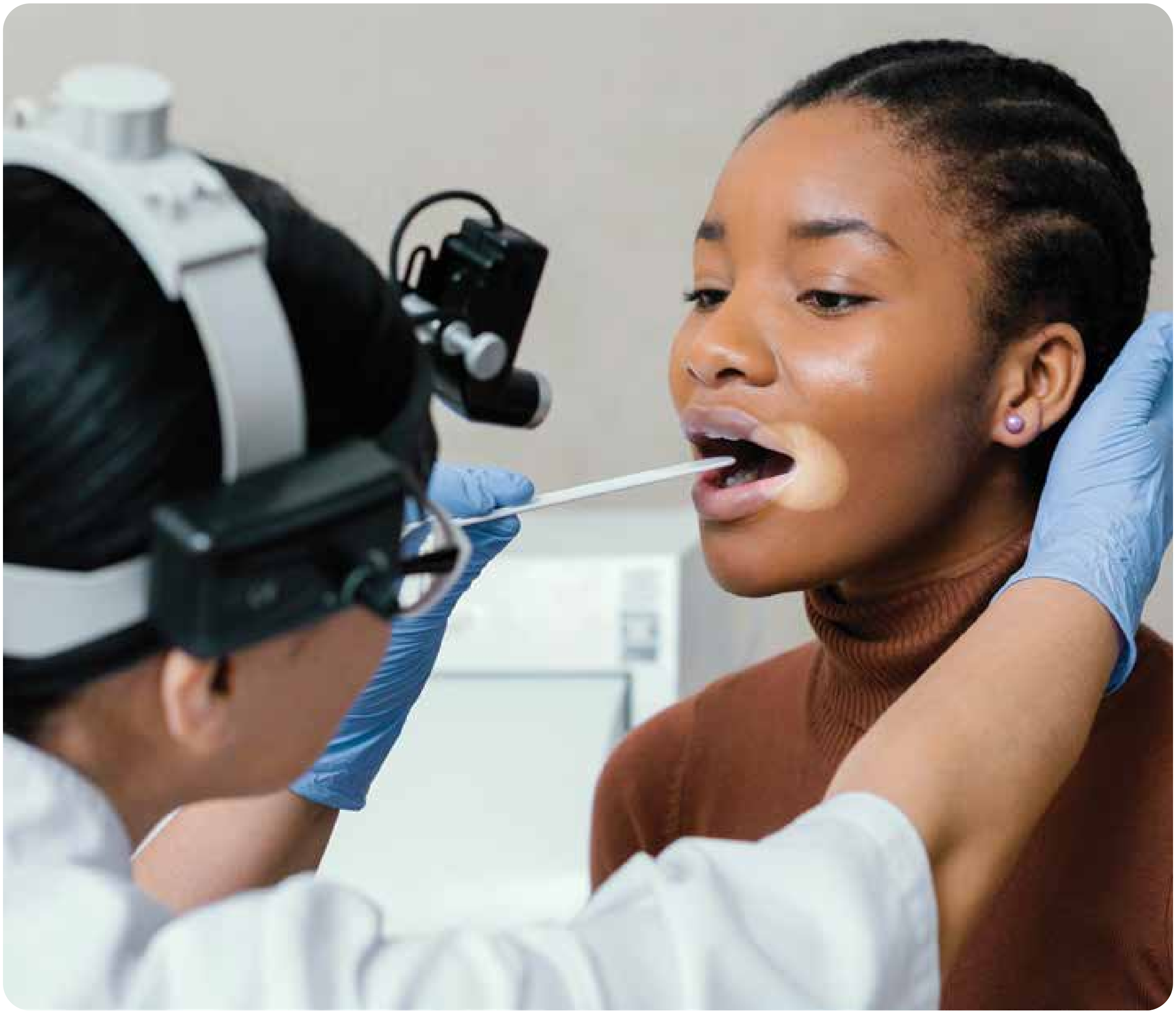
ቀጠሮ ማስያዝ

ከእርስዎ PCP 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 ለሚያንሳው ሰው የMedStar Family Choice District of Columbia 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 ለሃኪም ይደውሉ።
- ለአንዳንድ ቀጠሮዎችን፣ ከመሰረዝዎ በፊት ከ 24 ሰዓታት በፊት አስቀድመው መደወል ይጠበቅብዎታል።
- ከቀጠሮው ከቀሩ ወይም ካረፈዱ ሃኪምዎ የእርሱ ወይም የእርሷ ታካሚ እንዳይሆኑ መወሰን ይችላል/ትችላለች።

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 ቁጥርዎ። በተቻለ ፍጥነት አንድ ሰው መልሶ ይደውልሎታል። ድንገተኛ ሁኔታ ካጋጠመዎት፣ **911** ላይ ይደውሉ ወይም ወደ ድንገተኛ ክፍል ይሂዱ። እንዲሁም ለነርስ ጥሪ መስመር በቀን 24 ሰዓታት በ 855-798-3540 መደወል ይችላሉ።

ሃኪሞን ለማግኘት ምን ያህል ጊዜ ይወስድቦዎታል?

የሃኪምዎ ቢሮ ከደወሉ በኋላ በጥቂት ቀናት ውስጥ ቀጠሮ መያዝ አለበት። በተጠቀሱት ጊዜዎች ውስጥ ቀጠሮ ማግኘት ካልቻሉ እባክዎ በ 888-404-3549 ይደውሉ። ከዚህ በታች ያለው ሰንጠረዥ ቀጠሮ ለማግኘት ምን ያህል ጊዜ እንደሚወስድ ያሳያል።

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
መደበኛ ህክምና	መለስተኛ ህመም ወይም ጉዳት ሲኖርብዎ ወይም መደበኛ ምርመራ ማድረግ ሲኖርብዎ ሆኖም ግን አስቸኳይ ቀጠሮ አስፈላጊ ሳይሆን።	በ 30 ቀናት ውስጥ
ለክትትል መጎብኘት	ከታከሙ በኋላ በደንብ እየተሻልዎ እንደሆነ ለማረጋገጥ ሃኪምዎን ማየት ያስፈልግዎታል።	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

ያልተሸፈኑ አገልግሎቶች በMedStar Family Choice DC ያልተሸፈኑ አገልግሎቶች ናቸው ነገር ግን በጤና እንክብካቤ ፋይናንስ መምሪያ (DHCF) ወይ ሌሎች የዲስትሪክት ኤጀንሲዎች ተሸፍነዋል። MedStar Family Choice DC ካስፈለገዎ ወደ ሃኪም ቀጠሮዎ የትራንስፖርት አገልግሎት ያቀርባል። እንዲሁም MedStar Family Choice DC ከ/ወደ ብዙ ያልተሸፈኑ አገልግሎቶች ለመሄድ የመጓጓዣ አገልግሎትን ያቀርባል።

- ለትራንስፖርት 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።
- የመጓጓዣ ዓይነቶች አውቶቢስ፣ ባቡር፣ የኡበር፣ ሊፍት፣ ታክሲ መክፈያ ቮቸሮች፣ የዊልቼር መኪናዎች፣ እና አምቡላንሶች ናቸው። የሚያገኙት የትራንስፖርት አይነት በህክምና ፍላጎትዎ ላይ ይመሰረታል።
- ሲደውሉ ለትራንስፖርት አገልግሎት አቅራቢው የአባልነት መታወቂያ ቁጥርዎን፣ ስልክ ቁጥርዎንና መጥቶ የሚወስድዎበትን አድራሻ ይስጡት። በተጨማሪም፣ የሚሄዱበትን ሃኪም/የጥርስ ህክምና ቤት ወይም የሃኪም ቢሮ ስም፣ አድራሻ እና ስልክ ቁጥር ይንገሩ።

የአስተርጓሚ እና የትርጉም አገልግሎቶች እንዲሁም መስማት እና ማየት ለተሳናቸው የሚሰጡ የእገዛ መሳሪያ አገልግሎቶች

የአስተርጓሚ አገልግሎቶች

MedStar Family Choice DC የቃል የትርጉም አገልግሎቶችን በሆስፒታል ውስጥንም ጨምሮ በነጻ ያቀርባል።

የአስተርጓሚ 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። ሁሉም የአስተርጓሚ አገልግሎቶች ለማግኘት እባክዎ ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች በ**888-404-3549** ይደውሉ።

የትርጉም አገልግሎቶች

ከMedStar Family Choice DC መረጃ ካገኙ እና ወደ ሌላ ቋንቋ እንዲተረጎምልዎ የሚፈልጉ ከሆነ፣ እባክዎ ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች በ **888-404-3549** ይደውሉ።

መስማት እና ማየት ለተሳናቸው የሚሰጡ የአጋዥ መሳሪያ አገልግሎቶች

የመስማት ችግር ካለብዎት፣ የቴሌኮሙኔኬሽን የማስተላለፊያ አገልግሎት (TRS) ለማነጋገር፣ እባክዎ **711** ላይ ይደውሉ። የ TRS ረዳት ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች በ **888-404-3549** እንዲደውሉ 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 ማግኘት ይቻላል

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፣ በ MedStar Family Choice DC አውታረመረብ ውስጥ ያሉ OB/GYN ወይም የቤተሰብ እቅድ አቅራቢን ያለ ሪፈራል የማየት መብት አለዎት። ሁለተኛ ሀሳብ እንደሚያስፈልግዎ ከተሰማዎ፣ ከሌላ የአውታረመረብ-ውስጥ አቅራቢ አንድ የማግኘት መብት አለዎት። ሌላ የአውታረመረብ-ውስጥ አቅራቢ የማይገኝ ከሆነ፣ MedStar Family Choice DC እርስዎ ምንም ሳይከፍሉ ሁለተኛ ሀሳብን ከ MedStar Family Choice DC አውታረመረብ 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 Family Choice DC ለጉብኝቱ እንደማይከፍል ከነገረዎ፣ የሚከተሉትን ማድረግ ይችላሉ፥

- በMedStar Family Choice DC ኔትወርክ ውስጥ ካለው ሌላ ሃኪም ጋር ቀጠሮ መያዝ እና ሁለተኛ ሃሳብ ማግኘት
- ውሳኔያችን ላይ ይግባኝ ማለት (ስለ ይግባኝ ገጽ 42 ላይ ይመልከቱ)
- የፍትህ ችሎት ሂደትን መጠየቅ (ስለገጽ 42ፍትሃዊ ችሎቶችን 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 እንክብካቤ ማግኘት
- በMedStar Family Choice DC አውታረመረብ ውስጥ ካሉ የOB/GYN ሃኪምዎ መደበኛ ወይም የመከላከያ አገልግሎቶችን (ለሴት ተመዝጋቢዎች ብቻ) ያግኙ
- የቤተሰብ እቅድ አገልግሎት ማግኘት
- በግብረ ሥጋ ግንኙነት ለሚተላለፉ በሽታዎች (STIs) አገልግሎቶች ማግኘት
- ክትባት ማግኘት (በመርፌ)
- በኔትወርክ ውስጥ ያለ የአይን ሃኪም ለማየት
- ልጅዎን በኔትወርክ ውስጥ በሚገኝ የጥርስ ሕክምና ሰጪ ጋር ይውሰዱ
- ለመጠጥ ወይም ለሌሎች አደንዛዥ እጽ መድሃኒቶች ሱስ ላሉ ችግሮች የአይምሮ ጤና አገልግሎትን ማግኘት

የባህሪ ጤና (የአዕምሮ ጤና ወይም የአደንዛዥ ዕፅ አጠቃቀም ችግር አገልግሎቶች)

የባህሪ ጤና አገልግሎቶችን ከማግኘትዎ በፊት የእርስዎን PCP ማየት **አይጠበቅብዎትም**። ነገር ግን እንክብካቤዎን በአውታረመረባችን ውስጥ ካለ ሰው ማግኘት አለብዎት። አሁን ህክምና እያገኙ ከሆነ፣ አቅራቢዎ MedStar Family Choice DCን ይይዙ እንደሆነ ይጠይቁ።

ከመጀመሪያ ጉብኝትዎ በፊት፡-

- የበፊቱ ሃኪምዎ የእርስዎን መዝገቦች ለአዲሱ አቅራቢዎ እንዲልክ ይጠይቁ። ይህ ምንም ወጪ አያስወጣዎትም። አቅራቢዎ ስለ እርስዎ ፍላጎቶች እንዲያውቅ ይረዱታል።
- ከአዲሱ አቅራቢዎ ጋር ቀጠሮዎን ለመያዝ በሚደውሉበት ጊዜ የMedStar Family Choice DC ካርድዎን ዝግጁ ያድርጉ።
- የMedStar Family Choice DC ተመዝጋቢ መሆንዎን ይናገሩ እና የMedicaid መታወቂያ ቁጥርዎን ይስጡ።
- የቀጠሮዎን ቀን እና ጊዜ ይጻፉ። አዲስ ታካሚ ከሆኑ፣ አቅራቢው ቀደም ብለው እንዲመጡ ሊጠይቁዎት ይችላሉ። እዚያ እንዲገኙ እርስዎን የጠየቁበትን ጊዜ ይጻፉ።
- አቅራቢዎን መጠየቅ የሚፈልጓቸውን ጥያቄዎች ዝርዝር ያዘጋጁ። ያሉብዎትን ማንኛውንም ችግሮች ይዘርዝሩ።

በቀጠሮው ቀን፡-

- አቅራቢዎ እንዴት ሊረዱዎ እንደሚችሉ እንዲያውቁ ሁሉንም መድሃኒቶችዎን እና የጥያቄዎች ዝርዝር ይያዙ።
- ለጉብኝትዎ በሰዓቱ ይገኙ። ቀጠሮዎ ላይ መገኘት ካልቻሉ እባክዎ አዲስ የቀጠሮ ጊዜ ለማግኘት ለአቅራቢዎ ይደውሉ።
- የMedStar Family Choice DC ID ካርድዎን ይያዙ። አቅራቢዎ ቅጂውን ሊያዘጋጁ ይችላሉ።

ወደ **855-798-3540** በመደወል ወዲያውኑ የባህሪ ጤና እና/ወይም የአደንዛዥ ዕፅ አጠቃቀም ችግር እርዳታ ማግኘት ይችላሉ። ለእርስዎ/ለልጅዎ ምርጥ አቅራቢ እንዲያገኙ እንረዳዎታለን። በቀን 24 ሰዓት፣ በሳምንት 7 ቀናት መደወል ይችላሉ።

እርስዎ/ልጅዎ ለህይወት አስጊ የሆነ የባህሪ ጤና ድንገተኛ የጤና ሁኔታ ካጋጠማችሁ ወደ **911** ሊደውሉ ይገባል። እንዲሁም ወደ ቀውስ ማዕከል ወይም በቅርብ ወደሚገኝ ድንገተኛ ሕክምና ክፍል መሄድ ይችላሉ። እርዳታ ለማግኘት ድንገተኛ ሁኔታ እስኪፈጠር መጠበቅ የለብዎትም።

እንዲሁም ወደ **988 መደወል ይችላሉ።** የ988 ራስን የማጥፋት እና ቀውስ መስመር ራስን የማጥፋት ችግር ወይም ከአዕምሮ ጤና ጋር የተያያዘ ጉዳት ውስጥ ላሉ እና የአደንዛዥ ዕፅ አጠቃቀም ችግር ስጋቶች እያጋጠማቸው ላሉ ሰዎች የ24/7፣ ሚስጥራዊ ድጋፍ ያቀርባል።

- የሞባይል ቀውስ አገልግሎቶች (ልጆች/ወጣቶች) CHAMPS በ **202-481-1440፣** በሳምንቱ ውስጥ የባህሪ ወይም የአእምሮ ጤና ችግር ላለባቸው ልጆች በቤት፣ በትምህርት ቤት ወይም በማህበረሰብ ውስጥ ተንቀሳቃሽ፣ በጣቢያ የድንገተኛ ጊዜ እርዳታ ይሰጣል። አገልግሎቶቹ ከ6-21 አመት ለሆኑ ህጻናት እና ወጣቶች ያተኮሩ ናቸው። በሳምንቱ መጨረሻ፣ እባክዎን ለማህበረሰብ ምላሽ ቡድን ይደውሉ።
- የቅድመ ልጅነት የአእምሮ ጤና አገልግሎቶች (Healthy Futures) በ **202-698-1871** ላይ እስከ 5 አመት ለሆኑ ህጻናት የቀውስ ጣልቃ ገብነት እና እያንዳንዱን የልጆች ባህሪ እና የክፍል አስተዳደር በተመለከተ የድጋፍ ማእከል ሰራተኞች ያቀርባል።

ሌላ ቋንቋ የሚናገሩ ከሆነ፣ ወደ **888-404-3549** መደወል ይችላሉ። መስማት የተሳነዎት ወይም ለመስማት የሚቸገሩ ከሆነ በ **711** ላይ ለ TTY መስመራችን ይደውሉ።

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

- ለ MedStar Family Choice DC የነርስ የእርዳታ መስመር በ **855-798-3540፣** በቀን 24 ሰአት፣ እና በሳምንት 7 ቀናት ይደውሉ።
- የግምገማ እና ሪፈራል ማዕከልን በቀጥታ በ **202-727-8473** ያግኙ ወይም 75 Florida Ave. NE, Washington, DC 20002 ይጎብኙ። ARC የሱስ ህክምናን፣ በመድሃኒት የታገዘ ህክምና እንዲሁም የግል እና የቡድን የምክር አገልግሎትን ጨምሮ ለአደንዛዥ ዕፅ አጠቃቀም ህክምና ለሚፈልጉ ግለሰቦች የተመሳሳይ ቀን ግምገማ እና ሪፈራል ያቀርባል።
- የዲሲ የማረጋጊያ ማዕከልን በ **202-839-3500** ያግኙ ወይም 35 K Street NE Washington, DC 20001 ይጎብኙ። የዲሲ የማረጋጊያ ማዕከል በአደንዛዥ ዕፅ አጠቃቀም ህመም ችግር ተጽዕኖ ስር ያሉ ሰዎች የሚያስፈልጋቸውን እገዛ እንዲያገኙ አስተማማኝ ቦታ ያቀርባል እንዲሁም በቦታው ላይ የጸደቀ መድሃኒት፣ የምክር አገልግሎት እንዲሁም ለረጅም ጊዜ ለሚቆዩ የህክምና አማራጮች ምደባ እና ሪፈራሎችን ያቀርባል። በቀን 24 ሰዓት፣ በሳምንት 7 ቀናት ክፍት ነው።
- 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 ማንኛውም 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 Family Choice DC የተመዝጋቢ አገልግሎቶች ይደውሉ።

የቤተሰብ እቅድ አገልግሎቶች የሚያካትተው:

- የእርግዝና ምርመራ
- ለሴቶችና ለጥንዶች የማማከር አገልግሎት
- መደበኛና 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
- የመሃንነት ህክምና

የቤተሰብ እቅድ አገልግሎቶች የሚከተሉትን አያጠቃልሉም፥

- መደበኛ የመሃንነት ጥናት ወይም ህክምናዎች
- ለማኮላሸት የሚደረግ የማህጸን ማስወጣት ሂደት
- በፍቃድ የተደረገ ማኮላሸትን መመለስ
- የኤችአይቪ/ኤድስ (HIV/AIDs) ህክምና
- ውርጃ

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 ህክምና ማግኘት ከፈለጉ፣ የእርስዎ PCP እንክብካቤውን እንዲያገኙ ይረዳዎታል ወይም በ **888-404-3549** መደወል ይችላሉ። እንዲሁም እርስዎ ወይም ሃኪምዎ ለኤችአይቪ/ኤድስ የመጋለጥ ኢድልዎ ሰፊ እንደሆነ የሚያምኑ ከሆነ የቅድመ-ተጋላጭነት የመከላከያ መድሃኒት (PrEP) ማግኘት ይችላሉ።

የመድሃኒት ቤት አገልግሎት እና የሃኪም ትዕዛዝ የሚያስፈልጋቸው መድሃኒቶች

የመድሃኒት ቤቶች መድሃኒትዎን ሄደው የሚወስዱበት ቦታዎች ናቸው። ሃኪምዎ የመድሃኒት ማዛዣ ከሰጥዎ በMedStar Family Choice DC ኔትወርክ ውስጥ ወዳሉ መድሃኒት ቤቶች መሄድ አለብዎት።

በMedStar Family Choice DCC ኔትወርክ ውስጥ ያሉ የሁሉም ፋርማሲዎች ዝርዝርን በአቅራቢ መዝገብዎ ውስጥ ወይም በ**MedStarFamilyChoiceDC.com ማግኘት ይችላሉ።**

ከከተማ ውጭ ከሆኑ፣ ድንገተኛ ችግር ካጋጠመዎት ወይም አስቸኳይ እንክብካቤ ከፈለጉ፣ እባክዎን መመሪያ ለማግኘት የዚህን መመሪያ መጽሀፍ ገጽ 15 እና 16 ይመልከቱ።

በሃኪም የታዘዘ መድሃኒት እንዴት እንደሚወስዱ

- የMedStar Family Choice 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 Family Choice DC የተመዝጋቢ መታወቂያዎን ይስጡት።
- እገዛ የሚፈልጉ ከሆነ፣ እባክዎ ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች በ **888-404-3549** ይደውሉ።

ማስታወስ ያሉብዎ ነገሮች

- ለመድሐኒቶቹ ክፍያ እንዲፈጽሙ አይጠየቁም። ፋርማሲው ወይም የመድሃኒት መደብሩ እንዲከፍሉ ከጠየቁዎ ለMedStar Family Choice DC የተመዝጋቢ አገልግሎቶች ይደውሉ።
- አንዳንድ ጊዜ ሃኪምዎ ለመድሃኒት የቅድመ ፈቃድን (PA) ከ MedStar Family Choice DC ማግኘት ሊኖርብዎት ይችላል። ሐኪምዎ PA በመጠባበቅ ላይ እያለ መድሃኒቱን እስከ 72 ሰአታት ድረስ የማግኘት መብት አለዎት።

መድሃኒትዎ ካልደረስዎት፥

- ዛሬ መድሃኒትዎን ከማግኘት የከለከለዎት ችግር እስከሚፈታ ድረስ ለሶስት ቀን የሚሆን የመድሃኒት አቅርቦት ከፋርማሲ ባለሞያዎ መጠየቅ ይችላሉ።
- በሃኪም የታዘዘልዎትን መድሃኒት መቀበል ካልቻሉ መድሃኒት ቤትዎ የጽሁፍ ማስታወቂያ እና ምክንያቶቹን ያቀርባል።
- አስተዳደራዊ ፍትሃዊ ችሎት ከመጠየቅዎ በፊት የእርስዎ የሚተዳደር የእንክብካቤ እቅድ የሚያቀርባቸውን ሁሉንም የክልከላ ሂደቶች ማጠናቀቅ አለብዎት።
- የመድሃኒት ጥያቄዎ በስህተት እንደተከለከለ ወይም እንደተቀነሰ ካሰቡ አስተዳደራዊ ፍትሃዊ ችሎት መጠየቅ ይችላሉ። ችሎት ለመጠየቅ፦
  - ለ DHCF እቤቱታ ሰሚ በ **202-724-7491** ይደውሉ ወይም healthcareombudsman@dc.gov ኢሜይል ይላኩ
  - ለአስተዳደራዊ ችሎቶች ቢሮ በ **202-442-9094** ይደውሉ ወይም 441 4th Street, NW, Suite 450 North, Washington, DC 20001 ይጎብኙ።

በሽታን መቆጣጠር

በጣም ስር የሰደደ በሽታ ወይም እንደ አስም፣ ከፍተኛ የደም ግፊት፣ HIV ወይም የአዕምሮ በሽታ የመሳሰሉ ልዩ የጤና ሕክምና የሚያስፈልግዎት ከሆነ፣ በእኛ በሽታ መቆጣጠሪያ ፕሮግራም ውስጥ እንዲታቀፉ እናደርጋለን። ይህ ማለት የእንክብካቤ ሃላፊ ይኖርዎታል ማለት ነው። የእንክብካቤ አስተዳዳሪ ለMedStar Family Choice DC የሚሰራ ሲሆን ህመምዎን ለመቆጣጠር እና ጤናማ እንዲሆኑ የሚያስፈልግዎትን አገልግሎቶች እና መረጃ እንዲያገኙ ያግዛል።

የእንክብካቤ ማስተባበር እና የእንክብካቤ አስተዳደር ፕሮግራሞች

እርስዎ ወይም ልጆችዎ ስር የሰደደ በሽታ ወይም እንደ ስኳር፣ ከፍተኛ የደም ግፊት፣ HIV፣ የአዕምሮ በሽታ፣ ወይም አስም የመሳሰሉ ልዩ ሕክምና የሚያስፈልጋቸው በሽታዎች ያለባችሁ እንደሆነ፣ MedStar Family Choice DC በጤና እንክብካቤ ፍላጎትዎ እርዳታ ለመስጠት ልዩ አገልግሎቶች እና ፕሮግራሞች ሊያቀርብልዎ ይችላል። እርስዎ ወይም የእርስዎ ልጅ በሽታዎን እንዲያስታሙ እና የበሽታ ሁኔታዎን ለማሻሻል አገልግሎቶች እና መረጃዎችን በመስጠት የሚያግዝ የእንክብካቤ አስተዳዳሪ ይኖራችኋል።

የMedStar Family Choice DC የእንክብካቤ አስተዳዳሪዎች እርስዎን እና ልጅዎን በሚከተሉት ነገሮች ላይ መርዳት ይችላሉ፡

- የተሸፈኑ አገልግሎቶችዎን በማግኘት እና በመረዳት፤
- የሕክምና ቀጠሮ እና ምርመራዎችን ማቀናጀት፤
- ትራንስፖርት ማመቻቸት፤
- ትክክለኛውን አገልግሎት እያገኙ እንደሆነ ለማረጋገጥ መንገዶችን መፈለግ፤
- ልዩ የጤና እንክብካቤ ፍላጎቶች ላይ ግብአቶችን እንዲያገኙ ማገዝ እና ለእርስዎ እንክብካቤ ሰጪዎች የእለት ተእለት የሥራ ጫናዎችን እንዲቋቋሙ እገዛ ማቅረብ፤
- ከህብረተሰብ እና ማህበራዊ አገልግሎቶች ጋር መገናኘት፤ እና
- የእርስዎ ጥቅማጥቅሞች ሲያልቁ ወደ ሌላ እንክብካቤ መሸጋገር፣ ሌላ MCP ይመርጣሉ፣ ወይም ወደ DC Medicaid ፕሮግራም ይተላለፋሉ፣ አስፈላጊ ከሆነ።

ሰራተኞቻችን ተጨማሪ መረጃ ሊሰጡዎት ይችላሉ። እንደዚሁም በአሁኑ ሰዓት ላይ የትኛው ፕሮግራሞች ላይ እንደተመዘገቡ እንዲያውቁ ያሳውቆታል። እንዲሁም ለፕሮግራም ሪፌር መጠየቅ ወይም ከፕሮግራም ለመውጣት መጠየቅ ይችላሉ። ለተጨማሪ መረጃ፣ የMedStar Family Choice DC የእንክብካቤ አስተዳደርን በ **202-363-4348** ወይም **855-798-4244** ያግኙ።

አዋቂዎች እንዳይታመሙ የሚረዱ አገልግሎቶች

MedStar Family Choice DC ጤናዎን እንዲጠብቁ ይፈልጋል። እንደዚሁም ለጤና እና ጤንነት አገልግሎቶች እንዲመዘገቡ እንፈልጋለን። የጤናና የደህንነት አገልግሎቶች ምርመራን፣ ማመከርንና ክትባትን ይጨምራሉ።

MedStar Family Choice 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 ለመመርመር የእርስዎን PCP ይጎብኙ። በምርመራዎ ጊዜ ከእርስዎ PCP ጋር ስለሚያወሯቸው ነገሮች "የጤናዎ ጥቅማጥቅሞች" ክፍል ዉስጥ "የአዋቂ ጤንነት አገልግሎቶች" ዝርዝርን ይመልከቱ።

የበሽታ መከላከል የምክር አገልግሎት

የበሽታ መከላከል የማማከር አገልግሎት ጤናማ ሆነው እንዲቆዩ ያግዞታል። በሚከተሉት ርዕሶች ላይ የበሽታ መከላከል ላይ ያተኮረ የምክር አገልልግሎት ማግኘት ይችላሉ፣

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

የአዋቂዎች ክትባት

አዋቂ ከሆኑ የተወሰኑ ክትባቶች (መርፌዎች) ሊያስፈልጉዎት ይችላሉ። እባክዎ የትኛዎቹ ክትባቶች ለእርስዎ እንደሚያስፈልጉ ከእርስዎ PCP ጋር ይነጋገሩ።

እርግዝና

ነፍሰ ጡር ከሆኑ ወይም ነኝ ብለው ካሰቡ፣ ወዲያውኑ ወደ እርስዎ የጽንስና የማህጸን ሃኪም (OB/GYN) መሄድዎ ግድ 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**
- ለ MedStar Family Choice DC የእንክብካቤ አስተዳደር ቢሮ በ **202-363-4348** ወይም **855-798-4244** ይደውሉ።
- የእርስዎ PCP

እርጉዝ ከሆኑ መመርመር ያለብዎ አንዳንድ ነገሮች አሉ። ይህ ጤናማ የሆነ እርግዝና፣ ወሊድ እና ልጅ እንዲኖርዎት ይረዳል። ይህ ደግሞ የቅድመ ወሊድ ክትትል ይባላል። የቅድመ ወሊድ ክትትል የሚያገኙት ልጅዎ ከመወለዱ በፊት ነው።

የቅድመ ወሊድና ድህረ ወሊድ እንክብካቤ

የእርስዎ OB/GYN ሃኪም በመላው የእርግዝናዎ ጊዜ ሊያይዎት ይፈልጋል። ልጅዎን የሚወልዱበት ጊዜ እየተቃረበ ሲመጣ፣ የእርስዎ OB/GYN ሃኪም የበለጠ ደጋግመው ሊያዩዎት ይፈልጋሉ። እነዚህን ቀጠሮዎች አለመቅጣት ለጤናዎ እና ለልጅዎ ጤና አስፈላጊ ነው።

እባክዎ ነፍሰ-ጡር መሆንዎን እንዳወቁ በፍጥነት ለMedStar Family Choice DC ይደውሉ። ጥሩ የቅድመ-ወሊድ እንክብካቤን የሚያበረታታ ልዩ ፕሮግራም ለነፍሰ-ጡር ሴቶች ይኖረናል። እርስዎ የ 28 ሳምንት በታች እርጉዝ ከሆኑ፣ የMedStar Family Choice DC አብሮ የማደግ የቅድመ ወሊድ (Growing Together Prenatal) ፕሮግራም ለመቀላቀል ብቁ ሊሆኑ ይችላሉ።

ይህ ፕሮግራም ከመውለድዎ በፊትና በኋላ ለራስዎና ለልጅዎ እንክብካቤ እንዲያደርጉ ማበረታቻ ይሰጣል። አብሮ የማደግ የቅድመ ወሊድ ፕሮግራም ተሳታፊ እንደመሆንዎ መጠን

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

የትምህርት ቁሳቁሶችንም ያገኛሉ። ስለ ፕሮግራሙ ተጨማሪ መረጃ ለማግኘት፣ እባክዎ ለእንክብካቤ አስተዳደር መምሪያ በ **202-363-4348** ወይም **855-798-4244** ይደውሉ እና የስምሪት ጥቆማን ይምረጡ እና ከቅድመ-ወሊድ አስተባባሪ ጋር ለመነጋገር ይጠይቁ።

ለእነዚያ በ MedStar Family Choice DC አብሮ የማደግ የቅድመ ወሊድ ፕሮግራም ውስጥ ላልተመዘገቡ እናቶች፣ አብሮ የማደግ የድህረ ወሊድ ፕሮግራምም 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 አብሮ የማደግ የቅድመ ወሊድ ፕሮግራም ተጨማሪ መረጃ ለማግኘት፣ እባክዎ ለእንክብካቤ አስተዳደር መምሪያ በ **202-363-4348** ወይም **855-798-4244** ይደውሉ እና የስምሪት ጥቆማን ይምረጡ እና ከድህረ-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

ለልጆች የ HealthCheck ጥቅማጥቅም ፕሮግራም (EPSDT)

MedStar Family Choice DC ልጆችዎ ጤናማ ሆነው እንዲያድጉ ለመርዳት ይፈልጋል። ልጅዎ በዲሲ ጤናማ ቤተሰቦች (Medicaid) ፕሮግራም ውስጥ ከተመዘገበ፣ ለHealthCheck ፕሮግራም ብቁ ይሆናሉ እንዲሁም የቅድመ እና ወቅታዊ የማጣሪያ፣ የምርመራ እና ህክምና (EPSDT) አገልግሎቶች ጥቅማጥቅሞች በመባል ይታወቃል። ይህ የMedicaid ፕሮግራም የህፃናት ህክምና ክፍል ሲሆን የሚጀምረው ልጅዎ ከተወለደ/ች በኋላ ነው እና ልጅዎ 21 አመት እስኪሞላው/ላት ድረስ ይቆያል። የ HealthCheck ፕሮግራም ልጅዎ በርካታ ጠቃሚ ምርመራዎችን እንዲያገኝ ያስችላል።

በዚህ መመሪያ መጽሃፍ ላይ የ HealthCheck (EPSDT) የመረጃ ሉህ ይገኛል (በገጽ 51 ላይ መውጣት የሚችል ማካተቻን ይመልከቱ)። በተጨማሪም የ HealthCheck (EPSDT) የድግግሞሽ መርሃ ግብር ቅጂ ለማግኘት፣ የእርስዎን ሃኪም መጠየቅ፣ ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች መደወል ወይም ድረ ገጻችንን በ **MedStarFamilyChoiceDC.com መጎብኘት ይችላሉ።** መርሃ-ግብሩ ልጅዎ መቼ ወደ ሃኪም መሄድ እንዳለበት/ባት ይነግርዎታል።

እንደ HealthCheck/EPSDT አገልግሎቶች ጥቅማጥቅሞች አካል፣ ልጅዎ ከታች ያለው "የተመዝጋቢ የጤና ጥቅማጥቅሞች" ክፍል ዉስጥ የተገለጹትን ሌሎች የMedicaid ጥቅማጥቅሞች ማግኘት ይችላል።

ለልጅዎ ጥርስ እንክብካቤ

ሁሉም የጥርስ ጤና ምርመራዎች እና ህክምናዎች እድሜያቸው ከ21 አመት በታች ለሆኑ የ MedStar Family Choice DC ተመዝጋቢዎች ነጻ ሲሆኑ ሁሉም ልጅ የመጀመሪያ ደረጃ የጥርስ ህክምና አቅራቢ ሊኖረው ይገባል። የጥርስ ሃኪሞች የጥርስ መቦርቦርን ይከላከላሉ እና እርስዎ እና ልጅዎ ለጥርሳችሁ እንዴት እንክብካቤ እንደምትሰጡ ያስተምሩዎታል።

- ከውልደት እስከ 3 አመት የልጅዎ PCP በመደበኛ ምርመራዎች ላይ የአፍ ጤና ህክምና ሊሰጥ ይችላል። PCP ለጥርስ ህክምና አገልግሎቶች ልጁን ወደ ጥርስ ሃኪም ሊልክ ይገባል።
- ከ 3 ዓመት እድሜ ጀምሮ፣ ሁሉም ልጆች በየዓመቱ ለምርመራ በ MedStar Family Choice DC አውታረመረብ ውስጥ ያሉ የጥርስ ሃኪሞችን ማየት አለባቸው። እባክዎ ለቀጠሮ የጥርስ ሃኪሙ ቢሮ ይደውሉ በአቅራቢያዎ ያለው የጥርስ ሃኪም ለመምረጥ በ MedStar Family Choice DC የአቅራቢ መዝገብ ውስጥ ወይም በመስመር ላይ በ **MedStarFamilyChoiceDC.com** ይመልከቱ። የጥርስ ሃኪም ለመምረጥ እርዳታ ከፈለጉ፣ ለጥርስ ህክምና የተመዝጋቢ አገልግሎቶች በ 844-391-6678 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 Family Choice DC ልጅዎ ልዩ የጤና እንክብካቤ ፍላጎቶች እንዳሉት ለማወቅ የጤና ምርመራ እንዲያከናውኑ የሚያነጋግርዎት ይሆናል። በ MedStar Family Choice DC ጥሪ ካልተደገልዎ፣ እባክዎ ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች በ **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።

የልጅዎ ሐኪም የልጅዎን
የህክምና እቅድ እንደሚፈርሙ ያረጋገጡ። የሕክምና ዕቅድ የሌሎት እንደሆነ፣ ለልጅዎ የሕክምና ዕቅድ ለመጠየቅ ለ MedStar Family Choice DC የተመዝጋቢ አገልግሎቶች ይደውሉ።

የአካል ጉዳት ያለባቸው ግለሰቦች የትምህርት ህግ (IDEA) ፕሮግራም

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

የዲሲ የእድገት ቻርት (ሊወጣ የሚችል ማካተቻን ከገጽ 57 ይመልከቱ) ልጅዎ ዕድገት እና ለውጥ ላይ የመዘግየት ችግሮች ያለበት/ባት ከሆነ እንዲያውቁት ሊረዳዎት ይችላል።

ልጅዎ ማደግ ባለባቸው መንገድ እያደጉ ካልመሰልዎ፣ ያስመርምሩት (የ"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 Family Choice DC ስለ IDEA እና ልጅዎ ማግኘት ስለሚችላቸው ሌሎች አገልግሎቶች ተጨማሪ የሚነግሩዎ የጉዳይ አስተዳዳሪዎች አሉት።

MedStar Family Choice DC ልጅዎ ለቅድመ ጣልቃገብነት አገልግሎቶች ብቁ ከሆነ/ች ከዚህ በታች የተዘረዘሩትን አገልግሎቶች ይሸፍናል፦

- እድሜያቸው እስከ 3 ለሆነ ልጆች አገልግሎቱ በልጅዎ የህክምና እቅድ ውስጥ ቢካተትም እንኳን MedStar Family Choice DC ሁሉንም የጤና እንክብካቤ አገልግሎቶች ይሸፍናል።
- እድሜያቸው 3 ዓመት እና ከዚያ በላይ ለሆኑ ልጆች MedStar Family Choice DC፦
  - ልጅዎ ከትምህርት ቤት ውጪ ሲሆኑ ለሚያስፈልጋቸው 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 የተመዝጋቢ አገልግሎቶችን በ **888-404-3549** 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 Family Choice DC ለልጅዎ ክትባቶች ቀጠሮዎችን ይይዛል። ለልጅዎ ክትባቶች ቀጠሮ የጊዜ ሰሌዳ ቻርት (መውጣት የሚችል ማካተቻን በ ገጽ 51 ላይ ይመልከቱ)።

የጤና ጥቅሞችዎ

በMedStar Family Choice District of Columbia (MFC-DC) የሚሸፈኑ አገልግሎቶች

ከታች ያለው ዝርዝር ለሁሉም MedStar Family Choice DC ተመዝጋቢዎች የሚሰጡ የጤና እንክብካቤ አገልግሎቶች እና ጥቅማጥቅሞችን ያሳያል። አንዳንድ ጥቅሞችን ለማግኘት እድሜዎ የተወሰነ መሆን ወይም ለአገልግለቱ በተወሰነ መልኩ ለእርስዎ አስፈላጊ የሆነ መሆን አለበት። MedStar Family Choice DC የአሁን አባላት በኔትወርክ ውስጥ ወዳለ ማንኛውም አገልግሎት ሰጪ ወይም ሆስፒታል የሄዱ ከሆነ፣ ለማንኛውም የጤና አገልግሎቶች ክፍያ አያስከፍልም።

MedStar Family Choice DC የተወሰኑ የጤና እንክብካቤ ይሸፍን እንደሆነ እና አገልግሎቶችን እንዴት እንደሚያገኙ ላይ ጥያቄዎች ካሉዎት፣ ለ MedStar Family Choice DC የተመዝጋቢ አገልግሎቶች በ **888-404-3549** ይደውሉ።

የማንከፍልባቸው አገልግሎቶች (የማይካተቱ)

- 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
- እድሜያቸው ከ 21 አመት በታች ለሆኑ ሰዎች የማምከኛ ህክምና
- በህክምና አስገዳጅ ያልሆኑ አገልግሎቶች
- አንድ አንድ የምክር ወይም የሪፌር አገልግሎቶች በሃይማኖታዊ ወይም ስነ-ምግባር እምነቶች ምክንያት በMedStar Family Choice DC ላይሸፈኑ ይችላሉ። ለተጨማሪ መረጃ DHCFን በ **202-442-5988** ያግኙ።

ጥቅሞች	የሚያገኙት ምንድን ነው	ይህንን ጥቅም ማን ሊያገኝ ይችላል
የአዋቂዎች የደህንነት አገልግሎቶች	• ክትባቶች • በግብረስጋ ግንኙነት ለሚከሰቱ በሽታዎች መደበኛ ምርመራ • ኤቸአይቪ/ኤድስ ምርመራ፣ ማጣራት እና የምክር አገልግሎት • የጡት ካንሰር ምርመራ • የማህጸን ካንሰር ምርመራ (ለሴቶች ብቻ) • የኦስቴፖሮሲስ ምርመራ (ላረጡ ሴቶች) • የኤችፒቪ (HPV) ምርመራ • ፕሮስቴት ካንሰር ምርመራ (ለወንዶች ብቻ) • የሆድ ኦሮቲክ አንዩሪዝም 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
የባህሪ ጤና ሕክምና	በአዕምሮ ጤና አገልግሎት ሰጪዎች የሚሰጡ አገልግሎቶች፣ የሚከተሉትን ጨምሮ ነገር ግን በእነዚህ ብቻ ሳይገደቡ፥ • የምርመራና የግምገማ አገልግሎቶች • የሃኪም እና የመካከለኛ-ደረጃ ጉብኝቶች፣ የሚከተሉትን ጨምሮ፡- – የግል የምክር አገልግሎት – የቡድን የምክር አገልግሎት – የቤተሰብ የምክር አገልግሎት – የFQHC አገልግሎት • የመድሃኒት/አካላዊ ህክምና • የቀውስ አገልግሎቶች • በሆስፒታል ተኝቶ የሚታከም እና የድንገተኛ ክፍል አገልግሎቶች • ጥብቅ የቀን ህክምና • የጉዳይ አስተዳደር አገልግሎቶች • እርግዝናን ሊያወሳስብ የሚችል ማንኛውም የአዕምሮ ሁኔታ ሕክምና • የስነ-ልቦና ታማሚ የመኖሪያ ቤት ህክምና ተቋም አገልግሎቶች (PTRF) ዕድሚያቸው ከ 22 በታች ለሆኑ ተመዝጋቢዎች ለ30 ተከታታይ ቀናት • በ IEP ወይም IFSP ውስጥ ለተካተቱ ህጻናት በበዓል ቀናት፣ ትምህርት ዝግ በሚሆንበት ጊዜ፣ ወይም ታመው ከትምህርት ቤት በሚቀሩበት ጊዜ የሚሰጡ በትምህርት ላይ የተመሰረቱ የአእምሮ ጤና አገልግሎቶች • ማህበረሰብ ላይ የተመሰረቱ ጣልቃገብነቶች • ባለብዙ ስርዓት ህክምና (Multi-systemic therapy (MST)) • አሰርቲቭ ኮሚዩኒቲ ትሪትመንት (Assertive community treatment (ACT)) • የማህበረሰብ ድጋፍ • በአእምሮ በሽታ ተቋማት ውስጥ የአእምሮ ጤና እና አደንዛዥ እጽ አላግባብ የመጠቀም አገልግሎቶች	ሁሉም ተመዝጋቢዎች
	ለአደንዛዥ እጽ አጠቃቀም የቀረቡ አገልግሎቶች፡- • የምርመራ ግምገማ • የቀውስ አገልግሎቶች • ክሊኒካዊ እንክብካቤ ማስተባበር • የምክር አገልግሎት • የአዕምሮ ህመም ህክምና • የህክምና ቡድኖች • መድሃኒት የሚታገዝ ህክምና • የተኝቶ ታካሚ መልቀቂያ አስተዳደር/የአልኮል ወይም የአደንዛዥ እጽ ህክምና • የተኝቶ ታካሚ ህክምና • የጉርምስና-ማህበረሰብ ማጠናከሪያ አቀራረብ (ACRA) • MET-CBT (የማበረታቻ ማሻሻያ ቴራፒ-የግንዛቤ ባህሪ ሕክምና) • የአደንዛዥ እጽ አጠቃቀም	ሁሉም ተመዝጋቢዎች

ጥቅሞች	የሚያገኙት ምንድን ነው	ይህንን ጥቅም ማን ሊያገኝ ይችላል
የህጻናት የደህንነት አገልግሎቶች	ምርመራዎችንና መታየቶችን ጨምሮ የታመሙ ህጻናትን ለመንከባከብና ጤናማ ህጻናትን በጤና ለማቆየት የሚያስፈልጉት የሚከተሉትን የመሳሰሉ ነገሮች በጠቅላላ፥ • የጤናና የእድገት ታሪክ ምርመራ • የአካላዊና የአእምሮ ጤና እድገትና ምርመራ • አጠቃላይ የጤና ምርመራ • ክትባቶች • በደም ውስጥ ያለ የሊድ መጠንን ጨምሮ የላብራቶሪ ምርመራዎች • የጤና ትምህርት/የሚጠበቅ መመሪያ • 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።	ከ21 ዓመት 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 • ሲላንት (Sealant) ማድረግ	ከ21 ዓመት በታች የሆኑ ተመዝጋቢዎች እድሜያቸው ከ 21 ዓመት እና ከዚያ በላይ የሆነ ተመዝጋቢዎች ከ Medicaid የጥርስ ህክምና አገልግሎቶችን ማግኘት ይችላሉ። ለMCP የጥርስ ህክምና እርዳታ መስመር በ **866-758-6807** 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 • (X-rays) ራጆች (ሙሉ ዙር በየ ሶስት (3) ዓመቱ አንድ (1) ጊዜ ብቻ) • ሙሉ የአፍ ውስጥ የማደስ ህክምና (mouth debridement) • ጥልቅ ማጽዳቶች ቅድሚያ ፈቃድ ሊኖራቸው ይገባል (ቅድመ-መጽደቅ) • ኦራል ፕሮፊላክሲስ (Oral Prophylaxis) በአመት ሁለት (2) ጊዜ ብቻ የተገደበ • ባይትዊንግ ሲረስ (Bitewing series) • ፓሊዬቲቭ (Palliative) ህክምና • የሚወገዱ ሙሉ እና ከፊል የጥርስ መደገፊያዎች • የጥርስ ስር ክፍተት ህክምና • 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። • ታካሚው በሆስፒታል ቆይቶ እንዲታከም የሚጠይቅ ማንኛውም 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፣ ካቴተሮች	ሁሉም ተመዝጋቢዎች
የድንገተኛ አገልግሎቶች	• ድንገተኛ የጤና ሁኔታ ያለዎት እንደሆነ የእርስዎን ጤና ሁኔታ የማጣሪያ ምርመራ፣ ድህረ-ማረጋጋት አገልግሎቶች፣ እና የማረጋጋት አገልግሎቶች፣ ምንም እንኳን አገልግሎት ሰጪው በ MedStar Family Choice DC አውታረመረብ ውስጥ ወይም ወጪ ቢሆንም። • ለድንገተኛ ሁኔታዎች ህክምና	ሁሉም ተመዝጋቢዎች

ጥቅሞች	የሚያገኙት ምንድን ነው	ይህንን ጥቅም ማን ሊያገኝ ይችላል
የቤተሰብ እቅድ	• የእርግዝና ምርመራ፣ የምክር አገልግሎት ለሴቶች • መደበኛና ድንገተኛ የወሊድ ቁጥጥር አገልግሎት • እድሜያቸው ከ21 ዓመት በላይ ለሆኑ አባላት በፈቃደኝነት ላይ የተመሰረተ ማምከን (ህክምናው ከመደረጉ ከ30 ቀናት በፊት በአባሉ በጸደቀ የማምከን ቅጽ ላይ መፈረም አለበት) • ምርመራ፣ የምክር አገልግሎትና ክትባ (ሂዩማን ፓፒሎማ ቫይረስ (Human Papilloma Virus — HPV) ጨምሮ) • ለሁሉም በግብረስጋ ለሚተላለፉ በሽታዎች ምርመራ እና የበሽታ መከላከል ሕክምና • ነርስ የአዋላጅ ነርስ እና የ ዶላ አገልግሎቶች 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 አግልገሎትና የቤት ውስጥ ተንከባካቢ ህክምና • በቤት ውስጥ ጤና አገልግሎት አቅራቢዎች የሚሰጡ የቤት ውስጥ ተንከባካቢ አገልግሎቶች • አካላዊ ቴራፒ፣ የሥራ-ነክ ቴራፒ፣ የንግግር ፓቶሎጂ እና የድምጽ ማገዣ አገልግሎቶች	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 PCPያቸው ሪፈራል ያላቸው ወይም የአስቸኳይ ሁኔታ ያላቸው ማንኛውም ተመዝጋቢዎች
የላብራቶሪ እና የራጅ አገልግሎቶች	• የላብራቶሪ ም ርመራዎችና ራጆች	ሁሉም ተመዝጋቢዎች
የነርሲንግ ሆም እንክብካቤ	• እስከ 90 ተከታታይ ቀናት የሙሉ ቀን የቤት ለቤት የብቁ ባለሞያ ነርስ እንክብካቤ	ሁሉም ተመዝጋቢዎች
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)	• የ MedStar Family Choice DC የመድሃኒት ፎርሙላሪ (ዝርዝሩን) ውስጥ የተካተቱ በሃኪም የታዘዙ መድሃኒቶች። የመድሃኒት ዝርዝሩን በ **MedStarFamilyChoiceDC.com** ወይም የተመዝጋቢ አገልግሎቶች ጋር በመደወል ማግኘት ይችላሉ። • በኔትወርክ ውስጥ ካሉ መድሃኒት ቤቶች የሚሰጡ መድሃኒቶችን ብቻ ያካትታል • የሚከተሉትን የሐኪም ትዕዛዝ የማያስፈልጋቸው (ከመድሐኒት መደብር የሚገዙ) መድሐኒቶችን ያካትታሉ: – የላቴክስ ኮንዶሞች – የድንገተኛ ጊዜ የወሊድ መቆጣጠሪያ (እንደ Plan B ዓይነት) ሙሉ ዝርዝር በድረገጽ ላይ ወይም የአባል አገልግሎቶች ላይ በመደወል ይገኛል። ያለ-ማዘዣ የሚሸጡ መድሃኒቶችን ለማግኘት ከሃኪምዎ የመድሃኒት ማዘዣን ማግኘት አለብዎት።	ከጣምራ ብቁነት ውጪ የሆኑ ሁሉም ተመዝጋቢዎች (Medicaid/ Medicare) የመድሃኒት ማዘዣቸው በ Medicare ክፍል መ 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 የሚደግፉ 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	• በDHCF 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 Family Choice DC ለእርስዎ አዲስ ከሆነ፣ ቀጠሮ የተያዘላቸው የዶክተር ቀጠሮችዎ እና የመድሃኒት ትእዛዛትን ለመጀመሪያ 90 ቀናት ማቆየት ይችላሉ። ባሁኑ ጊዜ አቅራቢዎ MedStar Family Choice DC አውታረ መረብ ዉስጥ ከሌለ፣ በ MedStar Family Choice DC አውታረ መረብ ዉስጥ ያለ አዲስ አቅራቢን እንዲመርጡ ይጠየቃሉ።

ሃኪምዎ MedStar Family Choice DC አውታረ መረብን ትቶ ከወጣ፣ አዲስ አቅራቢ ለመምረጥ ጊዜ እንዲያገኙ በ15 ቀናት ዉስጥ እናሳዉቆታለን። MedStar Family Choice DC የእርስዎን አቅራቢ ካቋረጠ፣ የማቋረጫ ቀኑ ተፈጻሚ ከሚሆንበት ቀን በፊት በ30 የቀን መቁጠሪያ ቀናት ውስጥ የምናሳውቅዎ ይሆናል።

ማወቅ የሚገቡዎት ሌሎች አስፈላጊ ነገሮች

አድራሻ ከቀየርኩ ምን ማድረግ አለብኝ?

- የመገኛ መረጃዎን በመስመር ላይ በ **https://districtdirect.dc.gov ላይ ያዘምኑ።**
- ለ MedStar Family Choice DC የተመዝጋቢ አገልግሎቶች በ **888-404-3549** ይደውሉ።

ገቢዬ ከተለወጠ ምን ማድረግ አለብኝ?

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

ልጅ ካለኝ ምን ማድረግ አለብኝ?

- ለኢኮኖሚያዊ ዋስትና አስተዳደር (ESA) የለውጥ ማዕከል በ **202-727-5355** ይደውሉ።
- ለMedStar Family Choice DC የእንክብካቤ አስተዳደር ቢሮ በ **202-363-4348** ወይም **855-798-4244** ይደውሉ።

ልጅ በጉዲፈቻ ከወሰድኩ ምን ማድረግ አለብኝ?

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

ከቤተሰቤ ውስጥ አንድ ሰው ከሞተ ምን መድረግ አለብኝ?

- ለኢኮኖሚያዊ ዋስትና አስተዳደር (ESA) የለውጥ ማዕከል በ **202-727-5355** ይደውሉ።
- ወደ MedStar Family Choice DC የተመዝጋቢ አገልግሎቶች በ **888-404-3549** ይደውሉ።

የእኔን MCP እንዴት መቀየር እንደሚቻል

- የእርስዎን MCP መቀየር ይችላሉ፥
  - ከመጀመሪያ ምዝገባ ቀንዎ በኋላ በ90 የካሌንደር ቀናት ውስጥ ወይም ከዲስትሪክቱ የምዝገባ ማስታወቂያ ከደረሰዎ በኋላ በ90 ካሌንደር ቀናት ውስጥ፣ የትኛውም በኋላ የመጣ።
  - በዓመት አንድ ጊዜ በክፍት ምዝገባ ወቅት።
  - ጊዜያዊ የብቁነት ማጣት የክፍት ምዝገባ እድል እንዲያጡ ካደረገ።
  - ዲስትሪክቱ በMedStar Family Choice DC ላይ ቅጣቶችን ከጣለ ወይም ምዝገባ ካቆመ።
  - በማንኛውም ጊዜ፣ ጥሩ ምክንያት ያለዎት ከሆነ፣ የሚከተሉትን ዓይነት፥
    - » ከአገልግሎት አካባቢ ወደ ሌላ ቦታ ከተዛወሩ፤
    - » የMedStar Family Choice DC፣ በሥነ ምግባራዊ ወይም ሃይማኖታዊ ምክንያቶች፣ የሚፈልጉትን አገልግሎት(ቶች) የማይሸፍን ከሆነ፤
    - » የተያያዙ አገልግሎቶች በተመሳሳይ ጊዜ እንዲከናወኑ ያስፈልግዎታል፣ እና ከተያያዙ አገልግሎቶች ሁሉም የሚገኙ ካልሆነ፣ እና አቅራቢዎ አገልግሎቶቹን ለብቻ ለብቻ መቀበል ጉዳት እንዳለው ከወሰነ፤

- » በእርስዎ ዘር፣ ጾታ፣ ብሄር፣ የብሄራዊ አመጣጥ፣ ሃይማኖት፣ አካል ጉዳተኝነት፣ እርግዝና፣ እድሜ፣ የዘረመል መረጃ፣ የጋብቻ ሁኔታ፣ የወሲባዊ ዝንባሌ፣ የጾታ መለያ፣ የግል ገጽታ፣ የቤተሰብ ሀላፊነቶች፣ የፖለቲካ አመለካከት፣ እና የገቢ ምንጭ ወይም የመኖሪያ ቦታ ላይ ተመስርቶ የ MedStar Family Choice DC አድልዎ እንደፈጸመብዎ ካመኑ፣ ወይም፣
  - » ጥራት የጎደለ እንክብካቤ እንዳገኙ፣ ለተሸፈኑ አገልግሎቶች ተደራሽነት ካጡ፣ ወይም የጤና እንክብካቤ ፍላጎቶችዎን በማስተናገድ ልምድ ያላቸው አቅራቢዎች ተደራሽነትን እንዳጡ ካመኑ።
- DC Healthy Families ከክፍት ምዝገባ ቀን በፊት ሁለት ወራት አስቀድሞ ደብዳቤ ይልክልዎታል። ደብዳቤው እንዴት MCPs መለወጥ እንደሚችሉ ይነግርዎታል።
- የእርስዎን MCP ሲቀይሩ፣ የሚፈልጉትን እንክብካቤ ማግኘት መቀጠል እንዲችሉ፣የጤና እንክብካቤ መረጃዎ ወደ አዲሱ MCP ይተላለፋል።

የእርስዎን MCP ለመቀየር፥

- በስልክ፣ በ**202-639-4030** ወይም **800-620-7802** ይደውሉ። የስራ ሰዓት፥ ከሰኞ እስከ ዓርብ፣ ከጧት ከሰዓት 8:00 እስከ ምሽት 6:00
- 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 Family Choice 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፣ ከ MedStar Family Choice 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፤
- የMedicaid ማጭበርበርን ከፈጸሙ፤ ወይም
- የአባልነት ሃላፊነትዎን ካልተወጡ።

ሽፋን ለሚሰጠው አገልግሎት ክፍያ መጠየቂያ ቢል ከቀረበልኝስ ምን ማድረግ አለብኝ?

ከገጽ 33 እስከ 38 ላይ ለተዘረዘረው የተሸፈነ አገልግሎት የክፍያ መጠየቂያ ከተቀበሉ፣ እባክዎን ወደ ተመዝጋቢ አገልግሎቶች በ**888-404-3549** ይደውሉ።

ሽፋን ለማይሰጣቸው አገልግሎቶች መክፈል

- እኛ የማንከፍልበትን አገልግሎት እንደሚፈልጉ ከወሰኑና ከMedStar Family Choice 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 ማሳየትና አገልግሎቶችን ከማግኘትዎ በፊት ለሃኪሞችዎ የMedStar Family Choice DC ተመዝጋቢ መሆንዎን መንገርዎን ያስታውሱ።

አዲስ ቴክኖሎጂ እንዴት እንደሚገመገም ይማሩ።

MedStar Family Choice DC አዲስ ቴክኖሎጂን እና አስቀድሞ ለሚገኝ ቴክኖሎጂ አዳዲስ ጥቅሞችን እንዳስፈላጊነቱ ይገመግማል። በኢንደስትሪ ለውጦች እና ደረጃዎች ጋር ለመሄድ አዲስ ቴክኖሎጂን እንገመግማለን። ይህም ተመዝጋቢዎች ደህንነት ያለው እና ውጤታማ የሆነ 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።

የቀደመ 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 ለእርስዎ የህክምና ምርጫዎችን መወሰን የሚችል ሰውን እንዲመርጡ ያስችልዎታል። የላቀ መመሪያ በተጨማሪም ፍላጎቶችዎን ለሌሎች ለመናገር እስከማይችሉበት ደረጃ ድረስ በጠና ቢታመሙ ምን አይነት ህክምና መውሰድ 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 እንዲያግዙዎት ይጠይቁ ወይም ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች በ **888-404-3549** ይደውሉ፣ እና እነሱ ያግዙዎታል።

ሌላ ኢንሹራንስ ካለኝ ማድረግ የሚገባኝ ምንድን ነው?

የ MedStar Family Choice DC ተመዝጋቢ ከሆኑ፣ ሌላ ማንኛውም መድን ካለዎት ወዲየውኑ ይህንን ለእኛ ማሳወቅ አለብዎት። እባክዎ ወደ ተመዝጋቢ አገልግሎቶች በ **888-404-3549** ይደውሉ።

ለሁለቱም Medicaid እና Medicare ብቁ ቢሆን ምን ማድረግ አለብኝ

ሁለቱም Medicare እና Medicaid ካለዎት፣ እባክዎ የ Medicare አቅራቢዎችን እንዲመርጡ ለ MedStar Family Choice DC ያሳውቁ። Medicare ካለዎት በማዘዣ ለሚሰጡ መድሃኒቶችዎ ለ Medicare ክፍል መ መመዝገብ አለብዎት። Medicaid የጋራ-ክፍያዎችዎን ይከፍላል። ለተጨማሪ መረጃ የዚህ የእጅ መጽሃፍ ገጽገጽ 51 ይመልከቱ።

ማጭበርበር ምንድን ነው?

ማጭበርበር ከባድ ጉዳይ ነው። ማጭበርበር ማለት በእውነተኛው መንገድ ማግኘት የማይቻል የነበረን ጥቅም ወይም ክፍያ ለማግኘት የሃሰት መረጃን መስጠት ወይም እውነታዎችን ማዛባት ማለት ነው። ላልተሰጡ አገልግሎቶች ወይም አቅርቦቶች ሂሳብ ማስከፈል በአገልግሎት አቅራቢዎች የሚፈጸሙ የማጭበርበር ተግባራት ምሳሌ ነው። በአባላት የሚደረግ የማጭበርበር ድርጊት ምሳሌ አንድ አባል ከዲስትሪክት ኦፍ ኮሎምቢያ ውጪ እየኖረ በዲትሪክቱ ውስጥ እንደሚኖ አድርጎ በሃሰት ከቀረበ ነው።

አንድ የማጭበርበር ድርጊት እንደተፈጸመ ከተጠራጠሩ እባክዎ ያሳውቁን። ማንነትዎን ማሳወቅ ወይም ስም መስጠት አይጠበቅብዎትም። ማጭበርበርን ሪፖርት ለማድረግ፣ ለMedStar Family Choice DC የተገዢነት ነጻ የስልክ መስመር፣ **877-811-3411**፣ ወይም ለ DC የጤና እንክብካቤ ፋይናንስ መምሪያ ነጻ የስልክ መስመር በ **877-632-2873** ይደውሉ። ስለ ማጭበርበር ተጨማሪ መረጃ ከፈለጉ የMedStar Family Choice DC ድረገጽን በ**MedStarFamilyChoiceDC.com** ይጎብኙ።

የሃኪም (ዶክተር) የክፍያ ሁኔታን ማሳወቅ

MedStar Family Choice DC ከMedStar Family Choice DC ሃኪሞች ጋር ልዩ የፋይናንስ ማስተካከያዎች ካሉት፣ የማወቅ መብት አለ ዎት።

ለዚህ መረጃ፣ እባክዎ ለMedStar Family Choice DC የተመዝጋቢ አገልግሎቶች በ **888-404-3549** ይደውሉ።

አቤቱታዎች፣ ቅሬታዎች፣ ይግባኞችና ፍትሃዊ የክስ ማሰማት ሂደቶች

MedStar Family Choice DC እና የዲስትሪክት መንግስት ስላገኙት እንክብካቤ ወይም MedStar Family Choice DC ስለሚያቀርብልዎ አገልግሎቶች ቅሬታ የሚያቀርቡበት መንገዶች አላቸው። እዚህ በታች እንደተገለጸው አቤቱታዎን የሚያቀርቡበትን መንገድ 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
- ቅሬታ ለማቅረብ፣ ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች በ **888-404-3549** መደወል አለብዎት።
- እንዲሁም አገልግሎት ሰጪዎ እርስዎን በመወከል ቅሬታ ሊያቀርብ ይችላል

ያላስደሰተዎ ነገር ከተከሰተ በኋላ በማንኛውም ጊዜ ቅሬታ ማቅረብ ይችላሉ። MedStar Family Choice DCበአብዛኛው ጊዜ ወሳኔ የሚሰጠው በ 90 ቀናት ውስጥ ነው ነገር ግን ዉሳኔ ለመስጠት ተጨማሪ ጊዜ (ግን በአጠቃላይ 104 ቀናት ያልበለጠ) ሊጠይቅ ይችላል።

ለMedStar Family Choice DC ቅሬታ ለማቅረብ፣ ወደሚከተለው አድራሻ የፖስታ መልዕክት ይላኩ፥

MedStar Family Choice District of Columbia
ትኩረት፥ የተመዝጋቢ አገልግሎቶች አስተባባሪ
3007 Tilden Street, NW, POD 3N
Washington, DC 20008

ይግባኞች

ጥቅማጥቅሞችዎ ፍትሃዊ ባልሆነ መንገድ እንደተከለከሉ፣ እንደተቀነሱብዎ፣ እንደዘገዩ ወይም እንዲያቆሙ የሚያምኑ ከሆነ ለMedStar Family Choice DC ይግባኝ ማለት ይችላሉ። ይግባኝዎን ያቀረቡት በስልክ በመደወል ከሆነ፣ MedStar Family Choice DC በስልክ ያቀረቡትን ይግባኝ ወደ ደብዳቤ ይቀይርና እርስዎ እንዲፈርሙበት የደብዳቤዉን ቅጂ ይልክልዎታል። ደብዳቤውን በጥንቃቄ ማንበብዎን እርግጠኛ ይሁኑ እና ለመረጃ እንዲሆንዎ ያስቀምጡት።

ይግባኝዎ ገቢ ከተደረገበት ቀን ጀምሮ በሚታሰቡ 30 ተከታታይ ቀናት ውስት በMedStar Family Choice DC ውሳኔ ይሰጥባቸዋል

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

ስለይግባኝዎ MedStar Family Choice DC የሰጠውን ውሳኔ የሚገልጽ የጽሁፍ ማታወቂያ በፖስታ ይደርስዎታል።

MedStar Family MedStar Family Choice DC ስለይግባኝዎ በሰጠው ውሳኔ ደስተኛ ካልሆኑ፣ ፍትሃዊ የችሎት ሂደት መጠየቅ ይችላሉ።

MedStar Family Choice DC ጋር ይግባኝ ለማለት፣ ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች በ **888-404-3549** ይደውሉ። ወደ MedStar Family Choice DC ይግባኝ ለማቅረብ ወደ ሚከተለው በፖስታ ይላኩ፦

MedStar Family Choice District of Columbia
Appeals Processing
P.O. Box 43790
Baltimore, MD 21236

ፍትሃዊ የክስ ማሰማት ሂደት

ለ MedStar Family Choice DC ባቀረቡት ይግባኝ ውጤት ካልረኩ፣ ከዲሲ አስተዳደራዊ ችሎቶች ቢሮ "ፍትሃዊ ችሎት" መጠየቅ ይችላሉ።

ፍትሃዊ የችሎት ሂደት ጥያቄ ለማቅረብ በሚከተለው አድራሻ ለዲስትሪክቱ መንግስት ይደውሉ ወይም ይጻፉ፡-

የኮሎምቢያ ዲስትሪክት የፍርድ ቤት
አስተዳደራዊ ችሎት ፀሐፊ
441 4th Street, NW, Room N450
Washington, DC 20001
ስልክ ቁጥር፡- **202-442-9094**

ማብቂያ ጊዜዎች

- ያልተፈለገ የጥቅማጥቅም ውሳኔ ማሳወቂያ ከተላከበት ቀን ጀምሮ በ60 የካሌንደር ቀናት ዉስጥ ይግባኝ መጠየቅ አለብዎት።
- ከMedStar Family Choice 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:
  - ከ MedStar Family Choice DC የሚሰጠው ያልተፈለገ ጥቅማጥቅም ውሳኔ ማስታወቂያ ማህተም ከተደረገበት ወይም የይግባኝ ውሳኔ ማስታወቂያ ከደረሰ በኋላ በ10 የቀን መቁጠሪያ ቀናት ውስጥ፤ ወይም
  - በ MedStar Family Choice DC የቀረበው እርምጃ ተፈጻሚ ይሆናል ተብሎ የታቀደበት ቀን (ወይም፣ በሌላ አነጋገር፣ ጥቅማጥቅሙ የሚቆምበት ቀን)።

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

የተፋጠነ (አስቸኳይ) ቅሬታዎች እና የይግባኝ መስማት ሂደት

የእርስዎ ይግባኝ አስቸኳይ እንደሆነ ከተወሰነ፣ MedStar Family Choice DC በ72 የካሌንደር ቀናት ውስጥ ውሳኔ ይሰጥዎታል። እንዲሁም MedStar Family Choice 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 ፍትሃዊ የክስ መስማት ችሎት ጥያቄዎች ባቀረቡበት ወቅት የሚኖሩዎ መብቶች

- ፍትሃዊ የክስ መሰማት ሂደት መብት አለዎት። በMedStar Family Choice DC የአንድ-ደረጃ የይግባኝ ሂደት ውስጥ ካለፉ በኋላ ፍትሃዊ ችሎትን ከአስተዳደራዊ ችሎት ቢሮ ሊጠይቁ ይችላሉ። የይግባኝ ውሳኔ ማሳወቂያ የተላከበት ቀን ጀምሮ ከ120 ያልበለጡ የቀን መቁጠሪያ ቀናት ውስጥ ፍትሃዊ ችሎት መጠየቅ አለብዎት።
- ይግባኝዎን በተመለከተ MedStar Family Choice DC ማስታወቂያ ካልሰጠዎት ወይም በሰአቱ ማስታወቂያ ካልሰጠዎት የይግባኝ ሂደቱ እንደተጠናቀቀ ይቆጠራል እና ፍትሃዊ ችሎት መጠየቅ ይችላሉ።
- ይግባኝዎ ወይም የፍትሃዊ የክስ መሰማት ሂደት ጥያቄዎ በሚስተናገድበት ወቅት ተከልክለው የነበሩትን ጥቅሞች እየተቀበሉ የመቆየት መብት አለዎት። በፍትሃዊ የክስ ማሰማት ችሎት ጥያቄዎ በሚስተናገድበት ወቅት ጥቅማጥቅሞችዎን መቀበልዎን ለመቀጠል፣ የፍትሃዊ የክስ ማሰማት ችሎት ጥያቄዎን ማቅረብ ያለብዎት በተወሰኑ ቀናት ውስጥ ነው - ይህ እስከ 10 ካሌንደር ቀናት ሊያጥር ይችላል።
- አቤቱታና ቅሬታዎ በሚስተናገድበት ሂደት ወቅት ከMedStar Family Choice DC አንድ የሚግዝዎ ሰው የማግኘት መብት አለዎት።
- ራስዎን ወክለው የመቅረብ፣ በቤተሰብዎ ተንከባካቢዎ፣ በጠበቃዎ፣ ወይም በሌላ ሰው በመወከል የመቅረብ መብት አለዎት
- ላለዎት ለማንኛውም ልዩ የጤና 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 ማሰማት ሂደት ጥያቄው ጋር የተያያዙ ሰነዶችን በጠቅላላ የመመልከት መብት አለዎት።

ስለቅሬታው፣ ይግባኙ/ፍትሃዊ የችሎት ሂደቱ ማንኛውም ጥያቄዎች ካለዎት እባክዎ ለተመዝጋቢ አገልግሎትቶች በ**888-404-3549** ይደውሉ።

የግላዊነት ተግባራት ማሳወቂያ

ይህ የግላዊነት አሰራሮች ማስታወቂያ (ማስታወቂያ) እርስዎን የሚመለከት የህክምና መረጃ እንዴት ጥቅም ላይ ሊውል እና ይፋ ሊደረግ እንደሚችል እና ይህንን መረጃ እንዴት ማግኘት እንደሚችሉ ይገልጻል። እባክዎ በጥንቃቄ ይመልከቱት።

ይህንን ማስታወቂያ ማን ይከተላል?

ይህ ማስታወቂያ ለMedStar Health ተዛማጅ የሆነ የሚሸፈን ተቋም ተፈጻሚ ይሆናል። አሁን ላለው ተዛማጅ የሆነ የሚሸፈን ተቋም አባላት ዝርዝር፣ እባክዎ አገናኙን ይጎብኙ፦ **MedStarHealth.org/Patient-Privacy-Policy/HIPAA-Affiliated-Covered-Entity-Designation**. እንዲሁም ይህ ማስታወቂያ በMedStar Health ተዛማጅ የሆነ የሚሸፈን ተቋም የጤና እንክብካቤ ባለሙያዎች፣ ሰራተኞች፣ የህክምና ሰራተኞች፣ ሰልጣኞች፣ ተማሪዎች እና በጎ ፈቃደኞች ሁሉ ይሰራል።

እኛ ለእርስዎ ያለን ግዴታ

MedStar Health የህክምና መረጃዎን ለመጠበቅ ቁርጠኛ ነው። ታካሚዎቻችንን በማገልገል ተልዕኮአችን ውስጥ ሰዎችን በመንከባከብ እና ጤናን በማሻሻል የሚታመን መሪ መሆን ራዕያችን ነው። ስለ እርስዎ መረጃ እናዘጋጃለን እና እናገኛለን እንዲሁም ጥራት ያለው እንክብካቤ ለእርስዎ ለመስጠት እና አንዳንድ ህጋዊ መስፈርቶችን ለማክበር እንጠቀምበታለን። የጤና መረጃዎን ግላዊነት እንድንጠብቅ እና ይህን የህግ ግዴታዎቻችን፣ 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። ተጨማሪ ጥበቃዎችን ሊሰጡ የሚችሉ ልንከተላቸው የሚገቡ ሌሎች ሕጎች አሉ ለምሳሌ፣ ከአዕምሮ ጤና፣ የባህሪ ጤና፣ አልኮል እና ሌላ የአደንዛዥ ዕፅ አላግባብ አጠቃቀም፣ የዘረመል መረጃ ወይም ሌሎች የጤና ሁኔታዎች።

የጤና መረጃን እንዴት ልንጠቀም እንደምንችል

ሕክምና

ህክምና ወይም አገልግሎት ለመስጠት፣ የጤና እንክብካቤዎን ለማስተባበር ወይም ለማስተዳደር፣ ወይም ለህክምና ምክክሮች ወይም ሪፈራሎች የእርስዎን የጤና መረጃ ልንጠቀም እና ልንገልጽ እንችላለን። ለምሳሌ የጤና መረጃዎን ልንጠቀም ወይም ለሃኪሞች፣ ለነርሶች፣ ለቴክኒሻኖች፣ ለክሊኒክ ታዛቢዎች፣ ለህክምና ተማሪዎች እና እርስዎን በመንከባከብ ለተሳተፉ ሌሎች ሰራተኞች፣ በተቋሞቻችን በተገቢው ቁጥጥር ስር እንክብካቤዎን ለመመልከት ወይም ለመሳተፍ በስልጠና ላይ ያሉ ባለሙያዎች ወይም ከተቋሞቻችን ውጪ ላሉ እንዲህ ያሉ ሰዎች ይፋ ልናደርግ 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 ተቋም ውጭ ላሉ፣ እንደ ቤተሰብ አባላት፣ የቤት ውስጥ የጤና ኤጀንሲዎች፣ ቴራፒስቶች፣ የአረጋውያን መንከባከቢያ ቤቶች፣ ለካህናት እና ለሌሎች ላሉ ከኛ ተቋም ውጭ ላሉ ሰዎች ስለእርስዎ መረጃ ልንገልጽ እንችላለን። ሪፈራል ወይም ምክክር ለማዘጋጀት ለጤና 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። ምን አይነት ጥቅማጥቅሞችን ለማግኘት ብቁ መሆንዎን ለማረጋገጥ፣የቅድሚያ ፍቃድ ለማግኘት እና ስለ ህክምናዎ ለመንገር የኢንሹራንስ ኩባንያዎን ማነጋገር እንችላለን። እርስዎን ሂሳብ ለማስከፈል ወይም ለክፍያ ሃላፊነት

የሚወስዱትን ሂሳብ ለማስከፈል መረጃን ለሶስተኛ ወገኖች ይፋ ልናደርግ እንችላለን ለምሳሌ፣ በክፍያዎ የሚሳተፉ የቤተሰብ አባላት። እንደ የክፍያ መጠየቂያ ኩባንያዎች፣ የይገባኛል ጥያቄ አቅራቢ ኩባንያዎች እና ሰብሳቢ ኩባንያዎች ያሉ ክፍያዎችን እንድናከናውን የሚረዱን ለሦስተኛ ወገኖች መረጃ ልንሰጥ እንችላለን።

የጤና እንክብካቤ አሰራሮች

በሕግ በሚፈቀደው መሰረት የጤና መረጃዎን ለMedStar Health ስራዎች ልንጠቀም ወይም ይፋ ልናደርግ እንችላለን። ተቋማችንን ለማንቀሳቀስ እና ሁሉም ታካሚዎቻችን ጥራት ያለው እንክብካቤ እንዲያገኙ ለማድረግ የእርስዎን የጤና መረጃ እንደ አስፈላጊነቱ ልንጠቀም እና ልንገልጽ 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። ለግምገማ እና ለትምህርት አላማዎች መረጃን ለተማሪዎች፣ ባለሙያዎች እና የክሊኒክ ታዛቢዎች 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)።

ተጠያቂ የእንክብካቤ ድርጅቶች (ACO) እና የመድን አቅራቢዎች (ሜሪላንድ ብቻ)

ለክፍያ፣ ለጤና እንክብካቤ ስራዎች እና በህግ ለሚፈቀድ ማንኛውም ሌላ አላማ መረጃዎን ልንጠቀም ወይም ለ ACO እና የመድን ኩባንያ ይፋ ልናደርግ እንችላለን። ለምሳሌ የታካሚ እንክብካቤን ለማሻሻል ወይም ለማቀናጀት፣ ክፍያ ለማግኘት፣ የጥራት ግምገማ ለማካሄድ እና እንቅስቃሴዎችን ለማሻሻል እና ንግዳችንን ለማስተዳደር ከህክምና መዝገቦችዎ መረጃን ለመድን አቅራቢዎች ይፋ እናደርጋለን። ለእኛ በ**acodatasharing@medstar.net** ላይ ጥያቄ በማቅረብ ለእንክብካቤ ቅንጅት አላማዎች በሌላ መንገድ ለመድን አቅራቢ ወይም ACO ይፋ ከሚደረግ አንዳንድ የህክምና መዝገቦችን ከማጋራት መርጠው ሊወጡ ይችላሉ።

አስፈላጊ ሲሆን የስቴት ህጎች እኛ ለመድን ኩባንያ ወይም ACO ይፋ ልናደርግ የምንችለውን የጤና መረጃ አጠቃቀም ላይ ገደቦችን ይጥላሉ። ለምሳሌ በሜሪላንድ ስቴት ህክምና ካገኙ፣ ለእንክብካቤ ቅንጅት አላማዎች ለመድን ኩባንያ ይፋ ማድረግ ለሽፋን ወይም ለአጠቃቀም ግምገማ አላማዎች ጥቅም ላይ ላይውል ይችላል።

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።

የንግድ ተባባሪዎች

ከሌሎች ሻጮች ወይም አቅራቢዎች ጋር በተደረጉ ውሎች በMedStar Health የሚሰጡ የተወሰኑ አገልግሎቶች አሉ እነዚህም የንግድ ተባባሪዎች ተብለው ይጠራሉ። ለምሳሌ፣ የጤና መዝገብዎን ቅጂዎች ስናዘጋጅ፣ ከአማካሪዎች፣ ከሂሳብ ባለሙያዎች፣ ጠበቃዎች፣ ከህክምና ግልባጭ ባለሙያዎች እና ከሶስተኛ ወገን የክፍያ ኩባንያዎች ጋር ስንሰራ የቅጂ አገልግሎት ልንጠቀም እንችላለን። 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።

የማረሚያ ተቋማት

እርስዎ የማረሚያ ተቋም እስረኛ ወይም የህግ አስከባሪ ባለሙያ ጥበቃ ስር ከሆኑ፣ የጤና መረጃዎን ለማረሚያ ተቋም ወይም የህግ አስከባሪ ባለስልጣን ልንሰጥ እንችላለን። የእርስዎን የጤና መረጃ ለእርስዎ ጤና እና ደህንነት፣ ለሌሎች ጤና እና ደህንነት፣ ወይም ለማረሚያ ተቋም ጥበቃ እና ደህንነት ሲባል ልንሰጥ 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። ለገንዘብ ማሰባሰብ ወይም ለበጎ አድራጎት አላማዎች እኛ ወይም ማናቸውም የእኛ ወኪሎች ካነጋገርንዎት፣ ለወደፊት ግንኙነት እንዴት መርጠው እንደሚወጡ የምንነግርዎ ይሆናል።

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 መለዋወጥን ለማሳለጥ የጤና መረጃ ልውውጦች ውስጥ ልንሳተፍ እንችላለን። እርስዎን የሚመለከት መረጃን ለህክምና፣ ክፍያ፣ የጤና እንክብካቤ አሰራሮች ወይም የጥናት ዓላማዎች በ CRISP አማካኝነት ልንጋራ 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። በ CRISP አማካኝነት የሚገኘውን የጤና መረጃዎ ተደራሽነትን "ለመውጣት-መምረጥ" ወይም እንዳይሰራ ልናደርግ እንችላለን በ 1-877-952-7477 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።

እንዲሁም በCommonWell Health Alliance® Services (CommonWell) የምንሳተፍ ሲሆን ይህም የጤና ውሂብን ደህንነቱ በተጠበቀ መልኩ ማጋራትን ለማስተላለፍ የእንክብካቤ ቅንጅትን እና የጤና ውጤቶችን የማሻሻል ግብ ያለው የተጣጣመ ብሄራዊ የድርጅቶች አውታረ መረብ ነው። በፖስታ፣ በፋክስ፣ በኢሜይል ወይም እዚህ የሚገኘውን መርጦ መውጫ ቅጽ ለእኛ በመሙላት እና በማቅረብ በCommonWell በኩል የሚገኘውን የጤና መረጃዎን መርጠው መውጣት እና እንዳይሰራ ማድረግ ይችላሉ። **MedStarHealth.org/Patient-Privacy-Policy/CommonWell**

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።

የአካል እና ህብረ ህዋስ ልገሳ እና የንቅለ ተከላ ተግባራት

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

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።

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።

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። የምርምር ፕሮጀክት ለማካሄድ እየተዘጋጀ ላለ የMedStar Health ተመራማሪ የጤና መረጃዎን 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።

ልዩ የመንግስት ተግባራት

እርስዎ በውትድርና ወይም የውትድርና ጡረተኛ ውስጥ ከሆኑ፣ የጤና መረጃን በማዘዣ ባለስልጣናት እንደተጠየቀ ይፋ እናደርጋለን። የጤና መረጃን የዩናይትድ ስቴትስ ፕሬዝዳንት ለመጠበቅ ወይም የተፈቀዱ የደህንነት አሰራሮችን ማስፈጸም ያሉ ለብሄራዊ ደህንነት ዓላማዎች ሲባል ስልጣን ለተሰጣቸው የፌዴራል ባለስልጣናት ይፋ ልናደርግ እንችላለን። ለውጭ ሀገር አገልግሎት የህክምና ምቾት ውሳኔዎችን ለማድረግ የጤና መረጃን ይፋ ልናደርግ እንችላለን።

የሠራተኞች ካሣ

በሰራተኛ የካሳ ህጎች እና ተመሳሳይ መስፈርቶች ተፈጻሚ በሚሆነው መሰረት የእርስዎን የጤና መረጃ ልንጠቀም ወይም ይፋ ልናደርግ እንችላለን።

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

የእርስዎ የህክምና መረጃዎ መዛግብት የMedStar Health ንብረት ናቸው። ይሁን እንጂ ስለ እርስዎ የምንይዘውን የህክምና መረጃ በተመለከተ የሚከተሉት መብቶች አሉዎት፦

የጤና መረጃዎን ቅጂ የመድረስ፣ የመከለስ እና የመቀበል መብት

በተወሰኑ ልዩ ሁኔታዎች ስለ እርስዎ ያለንን የህክምና እና የክፍያ መጠየቂያ መዝገቦች እና ሌሎች የጤና መረጃ ቅጂ የመድረስ፣ የመከለስ እና የመቀበል መብት አለዎት። ይህንን ለማድረግ እባክዎ ህክምና ያገኙበትን የMedStar Health ተቋም ወይም ከዚህ በታች የተዘረዘረውን የMedStar Health ግላዊነት ቢሮ ያነጋግሩ። ጥያቄዎን በጽሁፍ እንዲያቀርቡ ይጠየቃሉ።

የጤና መረጃዎን ኤሌክትሮኒክ ወይም የወረቀት ቅጂ ለማየት ወይም ለማግኘት ሊጠይቁ ይችላሉ። በተጨማሪም በጥያቄዎ ወቅት ለለዩት ሰው የመዝገብዎን ቅጂ በቀጥታ እንድንልክ መጠየቅ ይችላሉ። ይህን እንዴት እንደምናደርግ ይጠይቁን። በህግ በተፈቀደው መሰረት፣ መዝገብዎን ለመቅዳት ወይም በፖስታ ለመላክ ለሚከፍሉት ዋጋ ምክንያታዊ እና ወጪን መሰረት ያደረገ ክፍያ (እና ጥያቄው በተንቀሳቃሽ ኤሌክትሮኒክ ሚዲያ ላይ መረጃ ለመስጠት ከሆነ የኤሌክትሮኒክ ሚዲያ) ልናስከፍልዎ እንችላለን።

ብዙውን ጊዜ በ30 ቀናት ውስጥ የህክምና መዝገብዎን ቅጂ እናቀርባለን። በተወሰኑ ሁኔታዎች ውስጥ፣ ጥያቄዎን ውድቅ ልናደርግ እንችላለን። ያንን ካደረግን፣ የውድቅ ማድረጊያ ምክንያቶችን፣ በጽሁፍ፣ እንነግርዎታለን እና ውስቅ ማድረጊያው ዳግም እንዲታይልዎት የመጠየቅ መብት አለዎት።

የህክምና መዝገብዎን የማዘመን መብት

ከጤና መዝገብዎ ላይ አስፈላጊ የሆነ መረጃ እንደጎደለ ካመኑ በመዝገብዎ ላይ ማሻሻያ እንድናክል የመጠየቅ መብት አለዎት። ጥያቄዎ በጽሁፍ መሆን አለበት፣ እና የጥያቄዎን ምክንያት መያዝ አለበት። ጥያቄዎን ለማቅረብ፣ እባክዎ ህክምና ያገኙበትን ተቋም ያነጋግሩ ወይም ከዚህ በታች የተዘረዘረውን የMedStar Health ግላዊነት ቢሮ 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።

ያደረግናቸውን የይፋ ማድረጎች ዝርዝር የማግኘት መብት

ጥያቄዎ ከተጠየቀበት ቀን ቀደም ብሎ ባሉት ስድስት ዓመታት ውስጥ የጤና መረጃዎን ይፋ ያደረግንባቸውን ዝርዝር (ማለትም ሂሳብ አይያዝ) 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 መደረጎችን ዝርዝር ለመጠየቅ፣ እባክዎ ህክምና ያገኙበትን ተቋም ወይም ከዚህ በታች የተዘረዘረውን የMedStar Health ግላዊነት ቢሮ ያነጋግሩ። በ 12-ወር ጊዜ ውስጥ የመጀመሪያ የሚጠይቁት ዝርዝር በነፃ 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 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። በአጠቃላይ፣ በጥያቄዎ እንድንስማማ አንገደድም እናም መስማማት ካልቻልን እናሳውቅዎታለን። ይሁን እንጂ ጥያቄዎ መረጃዎን ለእርስዎ እና ለጤና እቅድ ወይም እርስዎን ለሚወክል ሰው ወይም በሙሉ ህክምና ወይም አገልግሎቶች ከኪስ ወጪ የሆነ ክፍያን ይፋ ማድረግን የሚመለከት ከሆነ በጥያቄዎ መስማማት አለብን።

ማስታወቂያን የመጣስ መብት

የጤና መረጃዎ ጥሰት ካለ መረጃ የማግኘት መብት አለዎት። ጥሰት ማለት የጤና መረጃ በህግ ባልተፈቀደለት መንገድ ተገኝቷል፣ መድረስ፣ ጥቅም ላይ ውሏል ወይም ይፋ ተደርጓል ማለት ነው ይህም የመረጃውን ለአደጋ መጋለጥ ያስከትላል።

የታካሚ ተወካይ የመምረጥ መብት

እርስዎን ወክሎ እንዲሰራ ተወካይ የመምረጥ መብት አለዎት። ለአንድ ሰው የህክምና ውክልና ስልጣን ከሰጡ ይህ ሰው መብቶችዎን ሊጠቀም እና ስለ ጤና መረጃዎ ምርጫዎች ሊያደርግ ይችላል። ምንም እርምጃ ከመውሰዳችን በፊት የወከሉት ሰው ይህንን ስልጣን እንዳለውና እርስዎን በመወከል መንቀሳቀስ እንደሚችል ለማረጋገጥ ጥረት እናደርጋለን።

ከ18 ዓመት በታች የሆኑ ልጆች፣ ወላጆች እና አሳዳጊዎች መብቶች

ይህ ማስታወቂያ ከ18 ዓመት በታች የሆኑ ልጆችንም ይመለከታል። ከ18 ዓመት በታች የሆኑ ልጆች ለህክምና መረጃቸው ተመሳሳይ የግላዊነት ጥበቃዎችን የማግኘት መብት አላቸው። አንድ ከ18 ዓመት በታች የሆነ ልጅ ነጻ ከወጣ ወይም በሚመለከተው ሕግ መሰረት ወላጅ ወይም አሳዳጊ ሳያውቅ ወይም ፈቃድ ሳይሰጥ ገለልተኛ የጤና እንክብካቤ ውሳኔዎችን ማድረግ ከቻለ፣ ከ18 ዓመት በታች የሆነው ልጅ በእነዚያ ገለልተኛ የጤና እንክብካቤ ውሳኔዎች ረገድ በዚህ ማስታወቂያ ውስጥ ያሉትን ሁሉንም የግላዊነት መብቶች የመያዝ ስልጣን አለው።

በሚመለከተው ህግ መሰረት አንድ ወላጅ፣ አሳዳጊ ወይም ሌላ በወላጅ ምትክ የሚሰራ ሰው ነጻ ያልሆነ ከ18 ዓመት በታች የሆነ ልጅን ወክሎ ከጤና ጋር የተያያዙ ውሳኔዎችን ለማድረግ ስልጣን ካለው፣ MedStar Health ይህንን ማስታወቂያ ጨምሮ ያንን ሰው ከ18 ዓመት በታች የሆነው ልጅ የግል ተወካይ አድርጎ ማስተናገድ አለበት።

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። ጥያቄ ለማቅረብ እባክዎ ህክምና የተቀበሉበትን ተቋም ወይም ከዚህ በታች የተዘረዘረውን የMedStar Health ግላዊነት ቢሮ ያነጋግሩ።

ከእኛ ጋር በሚስጥር የመገናኘት መብት

በደብዳቤ ወይም በሚያቀርቡት ስልክ ቁጥር ካነጋገርንዎት፣ በአማራጭ መንገድ ወይም በአማራጭ ቦታ ከእርስዎ ጋር

እንገድንገናኝ የመጠየቅ መብት አለዎት። ጥያቄዎ ምክንያታዊ መሆን አለበት፣ ለእኛ በጽሁፍ መቅረብ አለበት፣ እንዲሁም እርስዎን የምናገኝበትን ዘዴ ማቅረብ አለበት። ጥያቄዎን ወደ አንድ ወይም ከዚያ በላይ የጤና እቅዶቻችን የሚመሩ ከሆነ፣ ሁሉንም ወይም ከፊል መረጃዎን ይፋ ማድረግ እንዴት አደጋ ላይ እንደሚጥልዎት ማብራራት አለብዎት። ጥያቄዎ ከክፍያ ጋር የሚገናኝ ከሆነ ክፍያዎች እንዴት እንደሚስተናገዱ መረጃ እና ከእርስዎ ጋር ውጤታማ በሆነ መንገድ የምንገናኝበት አማራጭ ዘዴ ማቅረብ አለብዎት።

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። የአሁኑ ማስታወቂያችንን ቅጂ ለመጠየቅ፣ እባክዎ የMedStar Health ግላዊነት ቢሮን ያነጋግሩ ወይም ወደ 410-772-6606 ይደውሉ።

ጥያቄዎች ወይም ቅሬታዎች

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።

MedStar Health, Inc.
Attn: ግላዊ ቢሮ
10980 Grantchester Way, Columbia, MD 21044
410-772-6606
privacyofficer@medstar.net

ወይም

U.S. የጤና እና የሰብዓዊ አገልግሎቶች መምሪያ የሲቪል መብቶች ቢሮ
200 Independence Ave., SW
Washington, DC 20201
1-877-696-6775 (ነፃ ስልክ)
HHS.gov/OCR/Privacy/HIPAA/Complaints

ስለዚህ ማስታወቂያ ጥያቄዎች ካሉዎት ወይም የግላዊነት መብቶችዎን መለማመድ ከፈለጉ፣ እባክዎ ህክምና የወሰዱበት ተቋም ወይም የMedStar Health 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። በእያንዳንዱ የMedStar Health ተቋም እና በድረገጻችን **MedStarHealth.org** ላይ የአሁኑን ማስታወቂያ ቅጂ የምንለጥፍ ይሆናል። በተጨማሪም በአሁኑ ጊዜ በስራ ላይ ያለውን ማስታወቂያ ቅጂ ሊጠይቁ ይችላሉ እና የማስታወቂያውን ቅጂ በፍጥነት እንሰጥዎታለን።

የግርጌ ማስታወሻ፡ MedStar Health, Inc. *በኮሎምቢያ ዲስትሪክት፣ ሜሪላንድ እና ቨርጂኒያ ክልል የሚያገለግል ለትርፍ ያልተቋቋመ፣ በማህበረሰብ ላይ የተመሰረተ የጤና እንክብካቤ ስርዓት ነው። ስርዓቱ ከተለያዩ በተናጠል ያሉ የጤና እንክብካቤ አቅራቢዎች እና ሌሎች የተለያዩ የጤና እንክባክቤ አካላት የተዋቀረ ነው። እያንዳንዱ አገልግሎት አቅራቢ በሚመለከታቸው ህጎች እና ደንቦች መሰረት ለታካሚዎች የህክምና አገልግሎቶችን ሙያዊ በሆነ መንገድ የመስጠት በራሱ ሃላፊነት አለ በት።*

ተፈጻሚ የሚሆንበት ቀን፦ ኦክቶበር 1፣ 2009
መጨረሻ የተሻሻለበት ቀን፦ ኦክቶበር 30፣ 2023

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

ከወር፣ ቀን እና አመት ጀምሮ Medicare እና Medicaid በተመሳሳይ ጊዜ ከተቀበሉ መድሃኒቶችዎን በ Medicare ክፍል መ ፕሮግራም በኩል ያገኛሉ።

MedStar Family Choice DC ያለ ሃኪም ማዘዣ የሚገዛ መድሃኒትን የሚሸፍነው ለሚከተለው ብቻ ነው፦

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

ስለ መድሃኒቶችዎ ማንኛውንም ጥያቄዎች ካለዎት፣ እባክዎ ለ MedStar Family Choice DC የተመዝጋቢ አገልግሎቶች በ **888-404-3549** ይደውሉ። ስለ Medicare ክፍል መ ጥያቄ ካለዎት ለ Medicare በ **800-MEDICARE (800-633-4227)** መደወል ወይም **Medicare.gov** ድህረገጽ መጎብኘት ይችላሉ።

የጤና ጥበቃ የሕዝብ እንባ ጠባቂ ቢሮ እና ቢል ኦፍ ራይትስ

የጤና እንክብካቤ የሕዝብ እንባ ጠባቂ ፕሮግራም የጤና እንክብካቤ አገልግሎቶችን ከእርስዎ MCP ኢንዲቀበሉ እገዛ የሚሰጥ የኮሎምቢያ ዲስትሪክት ፕሮግራም ነው። የጤና ጥበቃ የሕዝብ እንባ ጠባቂ የሚከተሉትን አገልግሎቶች ሊሰጥ ይቻላል

- የመቀበል መብት ያለዎትን የጤና ጥበቃ እንክብካቤውን ማብራራት፤
- ስለ ጤና ጥበቃ ላሉዎት ጥያቄዎችና ስጋቶች ምላሽ መስጠት፤
- እንደ MCP ተመዝጋቢ የእርስዎን መብቶች እና ግዴታዎች እንዲረዱ ያግዞታል፤
- 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 MCP ጋር የሚኖረውን አቤቱታ እና ችግሮችን መቅረፍ ላይ ድጋፍ ይሰጣል፤
- የይግባኝ ሂደት ላይ ድጋፍ ይሰጣል፤ እና
- ለእርስዎ ፍትሃዊ የክስ ችሎት ጥያቄ ማንሳት ላይ ድጋፍ መስጠት።

የሕዝብ እንባ ጠባቂ ተቋም በቅሬታዎች፣ ይግባኞችና የስቴት ፍትሃዊ የክስ ማሰማት ችሎት ጥያቄዎች ላይ ውሳኔ አይሰጥም። የጤና ጥበቃ የሕዝብ እንባ ጠባቂን ለማግኘት፣ እባክዎን በ **202-724-7491** ወይም **877-685-6391** (ከክፍያ ነፃ) ይደውሉ። የጤና ጥበቃ የሕዝብ እንባ ጠባቂ ቢሮ እና ቢል ኦፍ ራይትስ የሚገኙበት ቦታ፥

One Judiciary Square
441 4th Street, NW
Suite 250 North
Washington, DC 20001
ስልክ፦ **202-724-7491**
ፋክስ፦ **202-442-6724**
ከክፍያ ነጻ ቁጥር፦ **877-685-6391**
ኢሜል፦ **healthcareombudsman@dc.gov**

DC Medicaid HealthCheck Periodicity Schedule

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

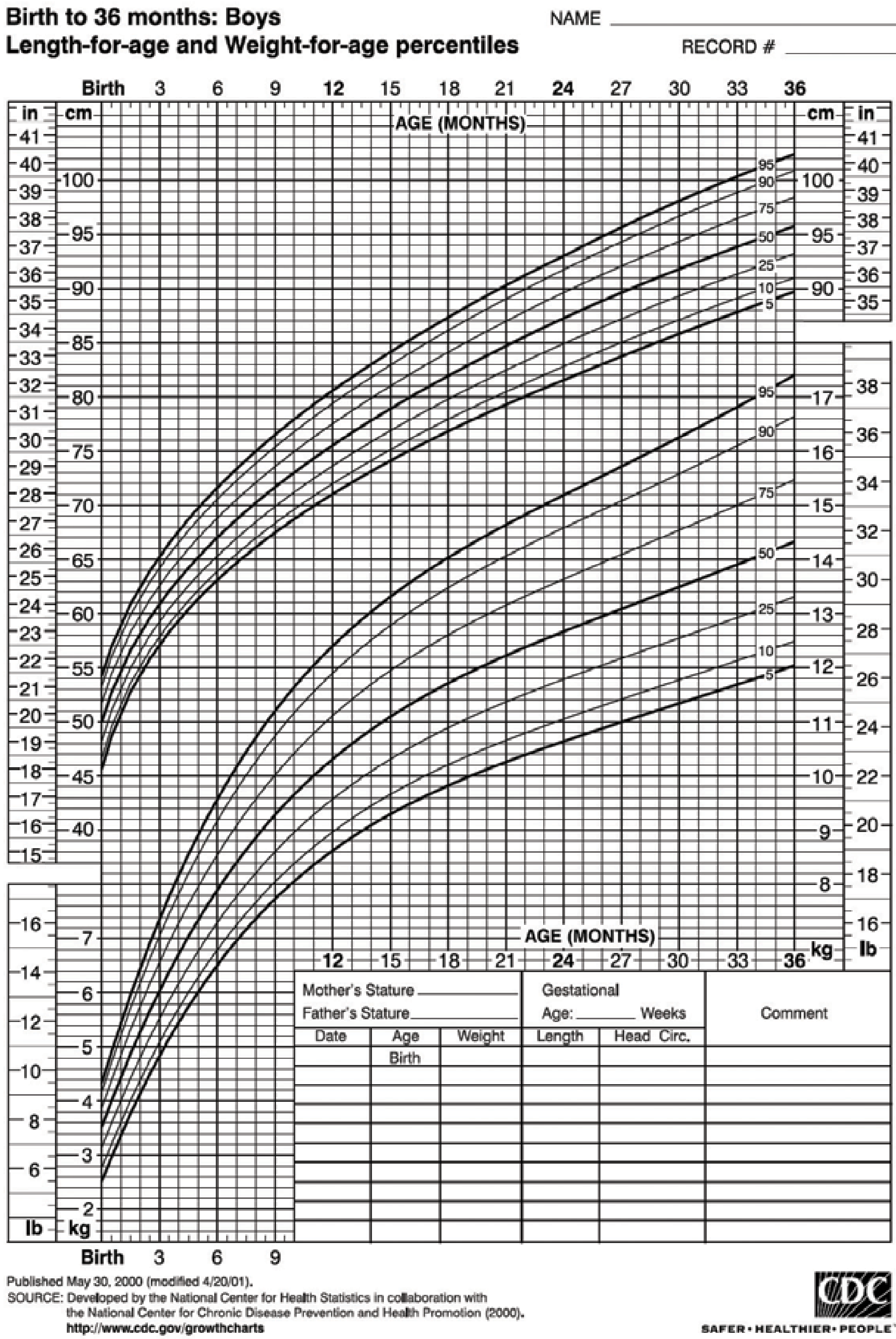
The DC HealthCheck Periodicity Schedule follows AAP health recommendations in consultation with the local medical community. The recommendations are for the care of children who have no manifestations of any important health problems. Additional visits or interperiodic screens may become necessary if 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.

	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	16 y	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/SOCIAL/BEHAVIORAL																																	
Developmental Surveillance	Included as part of History		•	•	•	•	•	•		•	•		•		•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
Developmental Screening[15]	96110								•			•		•																			
Autism Spectrum Disorder Screening[16]	96110											•	•																				
Behavioral/Social/Emotional Surveillance	Included as part of History		•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
Behavioral/Social/Emotional Screening[17]	96127		•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
Tobacco, Alcohol, or Drug Use Screening[18]	99420																						★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★
Depression & Suicide Risk 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]	88655							←		• →	→	←	• →	→	• or ★ [25]	• or ★ [25]	• or ★ [25]	• or ★ [25]	★[25]	★[25]	★[25]	★[25]	★[25]	★[25]	★[25]	★[25]	★[25]	★[25]	★[25]	★[25]	★[25]	★[25]	★[25]
Anemia[26]	Include all applicable CPT codes						★			•	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★
Dyslipidemia[27]													★			★		★		★	←	•	→	★	★	★	★	★	←			•	→
Tuberculosis[28]					★			★		★			★		★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★
Cervical Dysplasia[29]																																	•
Sexually Transmitted Infections[30]																							★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★
HIV[31]																							★	★	★	★	• →	→	→	→	→	→	→
Hepatitis B Virus Infection[32]			★ →	→	→	→	→	→	→	→	→	→	→	→	→	→	→	→	→	→	→	→	→	→	→	→	→	→	→	→	→	→	→
Hepatitis C Virus Infection[33]																														• →	→	→	→
Sudden Cardiac Arrest/Death[34]																							★ →	→	→	→	→	→	→	→	→	→	→

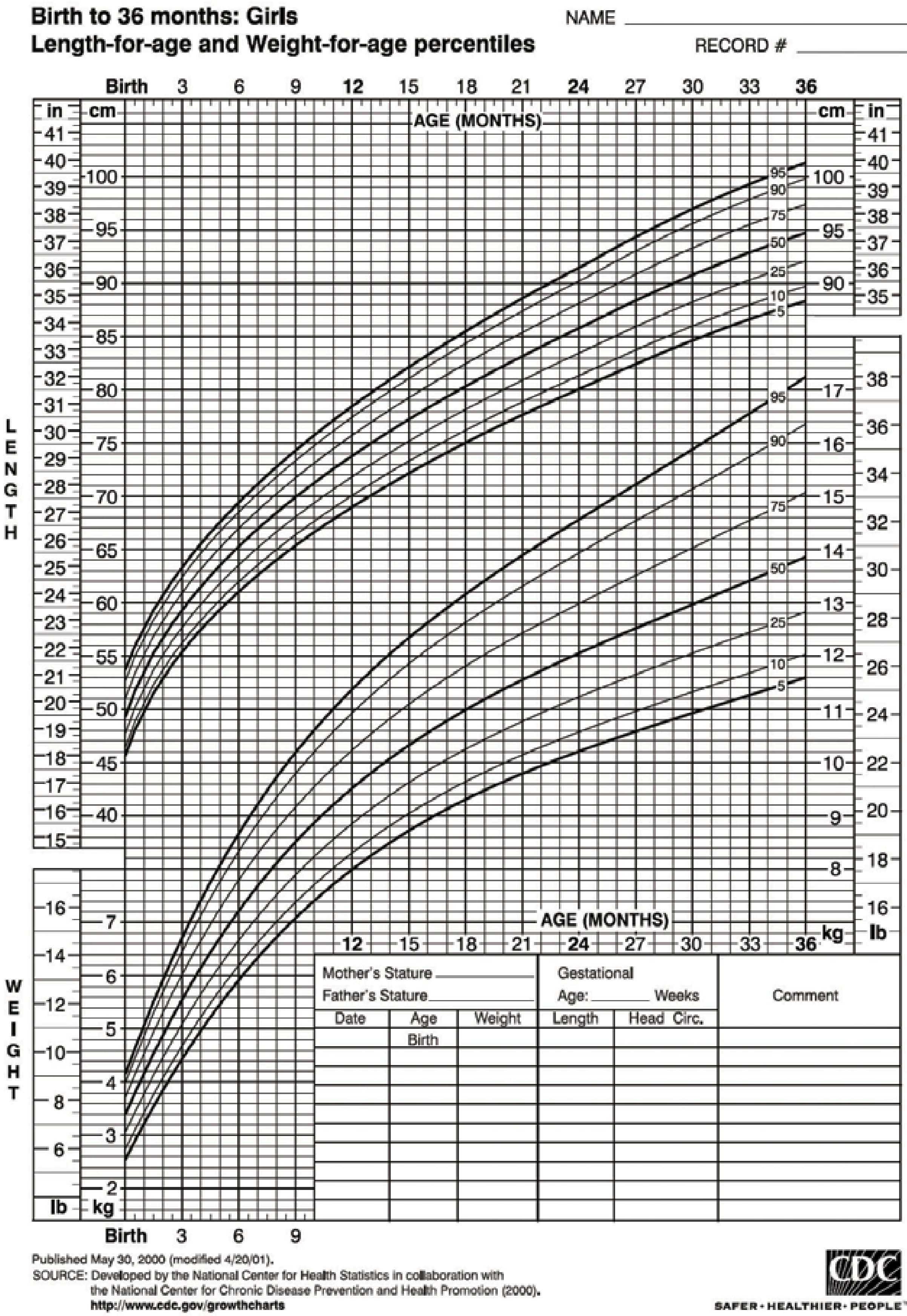
KEY: • = to be performed ★ = risk assessment to be performed with appropriate action to follow, if positive ←— • or ★ —→ = range during which a service is to be performed

ከኦክቶበር 2025 ጀምሮ፣ ይህ የአሁኑ መርሐግብር ነው።

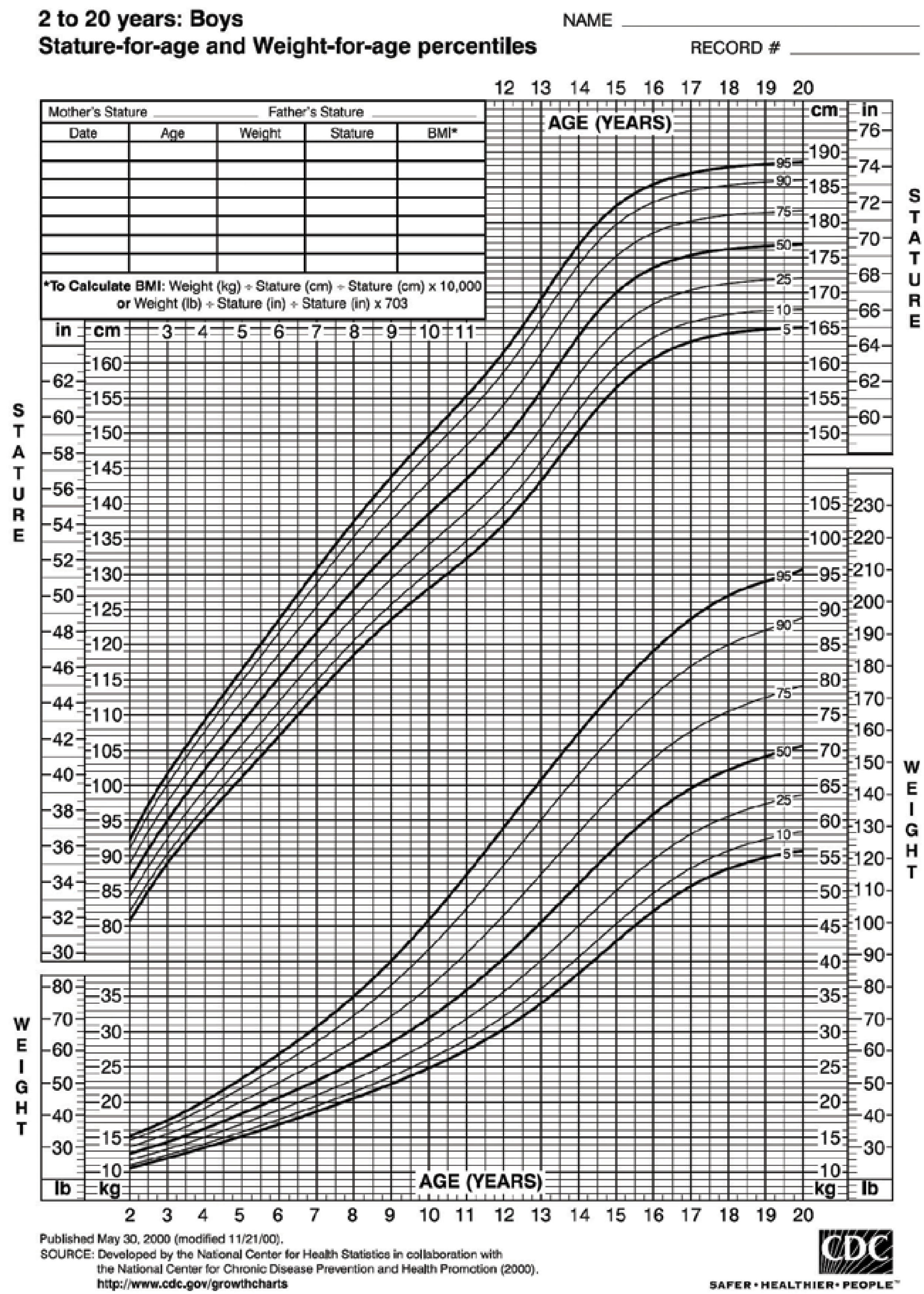
▼ እዚህ ጋ ይቅደዱት ▼



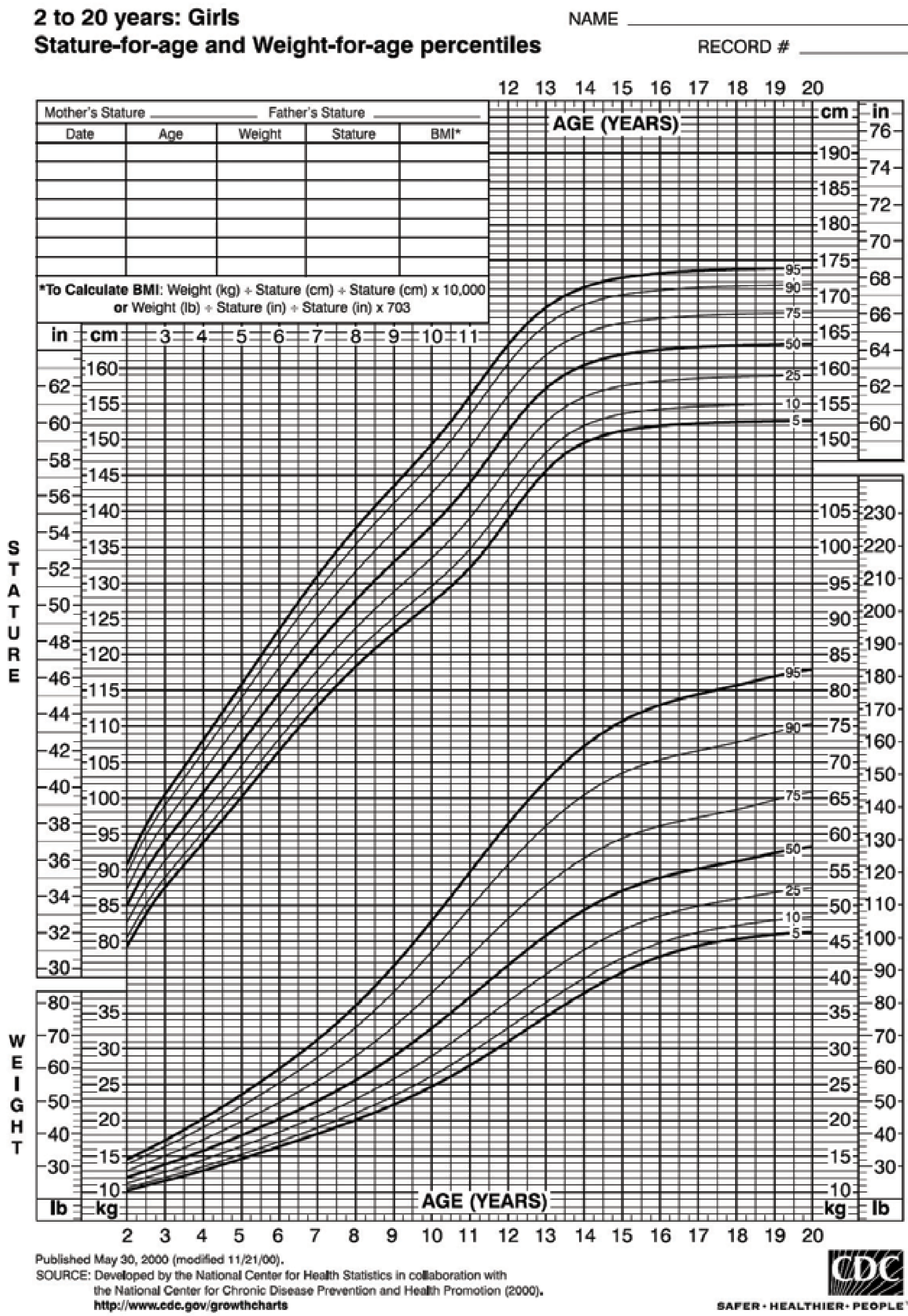
CDC የእድገት ቻርት፦ ከውልደት እስከ 36 ወራት ወንዶች (ለእድሜ ርዝመት እና ለእድሜ መቶኛ ክብደት)



CDC የእድገት ቻርት፦ ከውልደት እስከ 36 ወራት ሴቶች(ለእድሜ ርዝመት እና ለእድሜ መቶኛ ክብደት)



CDC የእድገት ቻርት፦ ከ2 እስከ 20 አመት ወንዶች (ለእድሜ ቁመት እና ለእድሜ መቶኛ ክብደት)



CDC የእድገት ቻርት፦ ከ2 እስከ 20 አመት ሴቶች(ለእድሜ ቁመት እና ለእድሜ መቶኛ ክብደት)

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	
የቀደመ መመሪያ	እርስዎ በጣም ታመውና ተጎድተው ለራስዎ መናገር በማይችሉበት ወቅት ሌሎች ሰዎች የጤና እንክብካቤ ምርጫዎችዎን እንዲያውቁ ለማድረግ የሚፈርሙበት የተጻፈ፣ የህግ ሰነድ ነው።
ጠበቃ	የጤና እንክብካቤና ሌሎች የሚያስፈልግዎትን አገልግሎቶች እንዲያገኙ የሚያግዝዎ ሰው።
ይግባኝ	ይግባኝ ማለት MedStar Family Choice 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።
ሥነ ባህሪያዊ ጤና	ለአዕምሮ ጤና ህመሞች (የአዕምሮ ህመሞች እና የስሜት መቃወስን ጨምሮ) እና ለአደንዛዥ ዕፅ አጠቃቀም ችግሮች (ሱስ እና የኬሚካል ጥገኝነት ህመሞችን የሚያካትቱ) ሰፊ ትርጓሜ ያለው ቃል እንዲሁም ቃሉ አብረው የሚከሰቱ የአዕምሮ ጤና ህመሞችን እና የአደንዛዥ ዕፅ አጠቃቀም ችግሮችን (SUDS) መከላከል እና ማከምን ያመለክታል።
የእንክብካቤ አስተዳዳሪ	ለMedStar Family Choice 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 Family Choice DC የሚከፍልባቸው የጤና እንክብካቤ አገልግሎቶች
ነጻ ማድረግ (Detoxification)	ከሰውነት ውስጥ እንደ እጾችና አልኮል የመሳሰሉ ጎጂ ነገሮች ነጻ ማድረግ።
እድገት (Development)	ልጅዎ እንዴት እንደሚያድግ/እንደምታድግ
የህመም አስተዳደር ፕሮግራም (Disease management program)	እንደ አስም፣ ከፍተኛ የደም ግፊት ወይም የአእምሮ ህመም የመሳሰሉ ስር የሰደዱ ወይም ልዩ የጤና ፍላጎቶች ያላቸውን ሰዎች አስፈላጊውን እንክብካቤ እና አገልግሎቶች 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።

ትንታኔዎች	
የተመዝጋቢ	በMedStar Family Choice DC የአቅራቢ ኔትወርክ አማካኝነት የጤና እንክብካቤ የሚያገኝ ሰው
የተመዝጋቢ መታወቂያ ካርድ (Member identification (ID) card)	ይህ ካርድ የእርስዎ ሃኪሞች፣ ሆስፒታሎች፣ መድሃኒት መደብሮች እና ሌሎች እርስዎ የ MedStar Family Choice DC ተመዝጋቢ መሆንዎን እንዲያውቁ ያደርጋል።
EPSDT **በቅድሚያ 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 የጤና ምርመራ ፕሮግራም በመባል ይታወቃሉ።
ፍትሃዊ የክስ አሰማም ሂደት	ይግባኝዎን በተመለከተ በተሰጠው ውሳኔ ካልረኩ ፍትሀዊ ችሎትን ለዲሲ አስተዳደራዊ ችሎቶች ቢሮ ጥያቄ ማቅረብ ይችላሉ
የቤተሰብ እቅድ	አገልግሎቶች የሚያካትቱት የእርግዝና ምርመራ፣ የወሊድ መቆጣጠሪያ፣ በግብረ ስጋ ግንኙነት የሚተላለፉ በሽታዎች (STIs) ምርመራና ህክምና እና የኤችአይቪ/ኤድስ ምርመራና የምክር አገልግሎቶችን ነው።
የቤተሰብና አጠቃላይ ሃኪሞች (Family and general practice doctor)	ሁሉንም ቤተሰብ ማከም የሚችል ዶክተር።
ቅሬታ (Grievance)	እርስዎ በሚያገኙት የጤና ጥበቃ እንክብካቤ ወይም የMedStar Family Choice DC በሚሰጥዎት የጤና እንክብካቤ ደስተኛ ካልሆኑ፣ ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች ቅሬታዎን ለማቅረብ መደወል ይችላሉ።
የመመሪያ መጽሐፍዎ	ይህ መጽሃፍ ስለ MedStar Family Choice 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 መዘግየት እና ልዩ የጤና እንክብካቤ ፍላጎት ላላቸው ልጆች አገልግሎት የሚሰጥ የፌዴራል መንግስት ህግ ነው።
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 Family Choice DC የሚሰጥ እገዛ።

ትንታኔዎች	
Mammogram (ማሞግራም)	የጡት ካንሰርዎን ለማየት የራጅ ምርመራ።
የሚተዳደር የጤና ጥበቃ እቅድ (MCP)	የጤና እንክብካቤና የጤና ነክ አገልገሎቶችን እንዲሰጥዎ የኮሎምቢያ ዲስትሪክት የሚከፈለው ድርጅት ነው።
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	የእርስዎን ጤንነት የሚንከባከቡ ሃኪሞች፣ ነርሶች፣ ጥርስ ሃኪሞችና ሌሎች ሰዎች የMedStar Family Choice DC አካል ናቸው።
የማይሸፈኑ አገልግሎቶች	የ MedStar Family Choice DC በአገልግሎት አቅራቢ ሲሰጥ የማይሸፍነው የጤና እንክብካቤ።
የጽንስና የማህጸን ሃኪም (OB/GYN)	የጽንስና የማህጸን ሃኪም፦ ነፍሰ-ጡር የምትሆንበትን ጊዜ ጨምሮ የሴትን ጤና ለመከታተል የሰለጠነ ሃኪም ነው።
ከኔትወርክ ውጪ የሆኑ አቅራቢዎች	የMedStar Family Choice DC አካል ያልሆኑ ጤናዎን የሚንከባከቡ ሃኪሞች፣ ነርሶች፣ የጥርስ ሃኪሞች እና ሌሎች ሰዎች።
ፔዲትሪሺያን (Pediatrician)	የህጻናት ሃኪም።
መድሃኒት ቤት (Pharmacy)	መድሃኒትዎን የሚመርጡበት ቦታ።
የሃኪም ማነሳሻ እቅድ	የእርስዎ ሃኪም ከMedStar Family Choice DC ጋር ማንኛውም ስምምነት ካለው ይነግርዎታል።
የድህረ ወሊድ እንክብካቤ	አንዲት ሴት ከወለደች በኋላ የጤና 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 እንዲየገኙ ከMedStar Family Choice DC የሚሰጥ የጽሁፍ ፈቃድ።
የአገልግሎት ሰጪ ማውጫ	የMedStar Family Choice DC ኔትወርክ አባል የሆኑ አቅራቢዎች ዝርዝር

ትንታኔዎች	
አገልግሎት ሰጪዎች (Providers)	ጤናዎን የሚንከባከቡ ሃኪሞች፣ ነርሶች፣ የጥርስ ሃኪሞችና ሌሎች ሰዎች።
ሪፈራል (Referral)	ዋና ሃኪምዎ ሌላ ሃኪም ጋር እንዲታዩ የጽሁፍ ማስታወሻ ሲሰጥዎ።
መደበኛ እንክብካበቤ	ከተቀዳሚ ሃኪምዎ ወይም ተወዳሚ ሃኪምዎ እንዲያይዎ ከላክዎ ሃኪም በመደበኝነት የሚያገኙት ህክምና። መደበኛ እንክብካቤ ምርመራዎችን፣ የአካል ምርመራዎችን፣ የጤና ማጣሪያዎችን እና እንደ የስኳር በሽታ፣ አስም እና የደም ግፊት ላሉ የጤና ችግሮች መደበኛ እንክብካቤን 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/ች መሆኑ/ኗን 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 ጆሮ፣ አፍንጫ፣ ጉሮሮ ወይም እግር ሐኪም ያለ ልዩ እንክብካቤዎችን ለመስጠት የሰለጠነ ዶክተር።
ልዩ እንክብካቤ	ልዩ አይነት የጤና እንክብካቤ እንዲሰጡ በሰለጠኑ ሃኪሞች ወይም ነርሶች የሚሰጥ የጤና እንክብካቤ።
የማምከን ህክምና	ለወደፊት ልጅ መውለድ የማይፈልጉ ከሆነ የሚሰጥ ህክምና።
የአደንዛዥ ዕፅ አጠቃቀም ችግር (SUD)	ከአልኮል እና አደንዛዥ ዕፅ አጠቃቀም የተነሳ ችግር ላይ ያለ ታካሚ አስተዳደር እና ህክምና፣ ይህም በዚያ አጠቃቀም ምክንያት እንደተከሰተ የተለየ ህመም ነው።
የትራንስፖርት አገልግሎቶች	ቀጠሮዎን ለማግኘት ከMedStar Family Choice DC የሚያገኙት እርዳታ። የሚያገኙት የትራንስፖርት አይነት በህክምና ፍላጎትዎ ላይ ይመሰረታል።
ሕክምና	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

የማህበረሰብ ደህንነት ማዕከል
3924 Minnesota Ave., NE
Washington, DC 20019

MedStar Family Choice District of Columbia
3007 Tilden Street, NW, POD 3N
Washington, DC 20008

የተመዝጋቢ አገልግሎቶች
202-363-4348 ወይም 888-404-3549 (ነፃ የስልክ መስመር)

MedStarFamilyChoice.com

ይህ ፕሮግራም በ
የኮሎምቢያ ዲስትሪክት መንግስት
የጤና እንክብካቤ ፋይናንስ መምሪያ
(Department of Health Care Finance)

GOVERNMENT OF THE DISTRICT OF COLUMBIA
MURIEL BOWSER, MAYOR

MFCDC-092025