



እንቋዕ ብደሐን መዳእኹም

Washington Apple Health

ማኔጅድ ክንክን



[English] Language assistance services, including interpreters and translation of printed materials, are available free of charge. Call 1-800-562-3022 (TRS: 711).

[Amharic] የቋንቋ እገዛ አገልግሎት፣ አስተርጓሚ እና የሰነዶችን ትርጉም ጨምሮ በነጻ ይገኛል። 1-800-562-3022 (TRS: 711) ይደውሉ።

[Arabic] خدمات المساعدة في اللغات، بما في ذلك المترجمين الفوريين وترجمة المواد المطبوعة، متوفرة مجاناً، اتصل على رقم 1-800-562-3022 (TRS: 711).

[Burmese] ဘာသာပြန်ဆိုသူများနှင့် ထုတ်ပြန်ထားသည့် စာရွက်စာတမ်းများဘာသာပြန်ခြင်းအပါအဝင် ဘာသာစကားအထောက်အကူပြုဆောင်ရွက်မှုများကို အခမဲ့ရရှိနိုင်ပါသည်။ 1-800-562-3022 (TRS: 711) ကိုဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။

[Cambodian] សេវាជំនួយភាសា រួមមានទាំងអ្នកបកប្រែផ្ទាល់មាត់ និង ការបកប្រែឯកសារបោះពុម្ព គឺអាចរកបានដោយឥតគិតថ្លៃ។ ហៅទូរស័ព្ទទៅលេខ 1-800-562-3022 (TRS: 711)។

[Chinese] 免费提供语言协助服务，包括口译员和印制资料翻译。请致电 1-800-562-3022 (TRS: 711)。

[Farsi (Persian)] خدمات کمک زبانی، از جمله مترجم شفاهی و ترجمه اسناد و مدارک (مطالب) چاپی، بصورت رایگان ارائه خواهد شد. شماره 1-800-562-3022 (TRS: 711) تماس بگیرید.

[French] Des services d'aide linguistique, dont des interprètes et la traduction des documents, sont disponibles gratuitement. Appelez le 1-800-562-3022 (TRS : 711).

[Korean] 통역 서비스와 인쇄 자료 번역을 포함한 언어 지원 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다. 1-800-562-3022 (TRS: 711)번으로 전화하십시오.

[Laotian] ການບໍລິການດ້ານພາສາ, ລວມທັງງານພິມພາສາ ລາວ ການແປເອກສານຕີພິມ, ມີໄວ້ໃຫ້ບໍລິໂພກໂດຍບໍ່ຄິດຄ່າ. ໂທຫາເລກ 1-800-562-3022 (TRS: 711).

[Pashto] په انګلیسي ژبه باندې ډیو هیلو، په شمول د ژباړونکي او د چاپ شوي موادو ژباړه کولو د مرستې خدمتونه، پرته له تادیبي په وړیا توګه شتون لري. دې خدمت ته لاسرسی موندلو لپاره دې شمېرې 1-800-562-3022 ته زنگ ووهئ (د اوریدلو یا خبرو کولو معلولیت لرونکي خلکو د زنگ و هلو شمېره (TRS): 711)

[Portuguese] Serviços de assistência linguística, incluindo interpretação e tradução de versões impressas, estão disponíveis gratuitamente. Ligue para 1-800-562-3022 (TRS: 711).

[Punjabi] ਭਾਸ਼ਾ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ—ਦੁਬਾਸ਼ੀਏ ਅਤੇ ਪ੍ਰਿੰਟ ਕੀਤੀ ਹੋਈ ਸਮੱਗਰੀ ਦੇ ਅੰਨੁਵਾਦ ਸਮੇਤ—ਮੁਫ਼ਤ ਉਪਲੱਬਧ ਹਨ। 1-800-562-3022 (TRS: 711) 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

[Russian] Языковая поддержка, в том числе услуги переводчиков и перевод печатных материалов, доступна бесплатно. Позвоните по номеру 1-800-562-3022 (TRS: 711).

[Somali] Adeego caawimaad luuqada ah, ay ku jirto turjubaano afka ah iyo turjumid lagu sameeyo waraaqaha la daabaco, ayaa lagu helayaa lacag la'aan. Wac 1-800-562-3022 (TRS: 711).

[Spanish] Hay servicios de asistencia con idiomas, incluyendo intérpretes y traducción de materiales impresos, disponibles sin costo. Llame al 1-800-562-3022 (TRS: 711).

[Tagalog] Mga serbisyong tulong sa wika, kabilang ang mga tagapagsalin at pagsasalin ng nakalimbag na mga kagamitan, ay magagamit ng walang bayad. Tumawag sa 1-800-562-3022 (TRS: 711).

[Tigrigna] ተርጓሚነትን ናይ ዝተፅሓፉ ማተርያላት ትርጉምን ሓዊሱ ናይ ቋንቋ ሓዝ ግልጋሎት፣ ብዘይ ምንም ክፍሊት ይርከቡ። ብ 1-800-562-3022 (TRS: 711) ደውል።

[Ukrainian] Мовна підтримка, у тому числі послуги перекладачів та переклад друкованих матеріалів, доступна безкоштовно. Зателефонуйте за номером 1-800-562-3022 (TRS: 711).

[Vietnamese] Các dịch vụ trợ giúp ngôn ngữ, bao gồm thông dịch viên và bản dịch tài liệu in, hiện có miễn phí. Gọi 1-800-562-3022 (TRS: 711).



ሳንዲቆች ትሕዝቶ

እንቋፅ ናብ ዋሽንግተን Apple Health ብደሓን መጻእኻ	[4]
Apple Health ኣገልግሎታት	[4]
ናይ ኣገልግሎታትካ ካርዲ	[5]
ማነጅድ ክንክን ኣገልግሎት ከባቢ ካርታን ማርቲክስ	[7-8]
ባህርያዊ ጥዕና	[9]
ጥዕና ኣገልግሎት	[10]
መረዳእታ ንኣሜሪካን ኢንዱያንና ኣላስካን ኔቲቭ	[12]
Apple Health Expansion	[13]
ባህርያዊ ጥዕና ተጣበቕቲ	[14]
ንስኻ ክትደልዮም እትኽእል ናይ ጥዕና ክንክን ተበጻሕነት ኣገልግሎታት	[15]
መሰልኩምን ግብ-እኹምን	[17]
ርኽቡና/ፍልፍል	[18]

እዚ ማንዋል ብዛዕባ ዘየካትቶም፡

እዚ ማንዋል ዘለውኩም ጥቕምታት የፍልጠኩምን መሰልኩምን ግብ-እኹምን ከምኡ ድማ ብናይ ጥዕና ትልምኹም ኣቢልኩም ብኸመይ ኣገልግሎት ከም እትረኽቡ ይዝርዝር። ብኸብረትኩም እዚ ማንዋል ዝኾነ ሕጋ መሰል ኣይህብን። ብዛዕባ Apple Health ናብዮት (AHFC) መረዳእታ ንምርካብ ኣብዚ ማንዋል ጥራሕ ኣይትደረኹ። ብዛዕባ AHFC ዝርዝር መረዳእታ ንምርካብ ናብ ሕግታትን ደንባታትን ናይ ሰበሰልጣን ክንክን ጥዕና ገፅ hca.wa.gov/about-hca/rulemaking ክዱ።



ናብ ዋሽንግተን Apple Health ቡክሌታት እንቋዕ ብደሓን መፃእኹም

እዚ ማንዋል ዝወሃበካ ቅድሚ ሕጂ ኣብ ዋሽንግተን Apple Health ስለ ዝተመዝገብካ እየ። ናይ ዋሽንግተን ስቴት ፕላን ክንክን ሰበሰልጣን (HCA) Apple Health (Medicaid) የመሓድርን ምስ ናይ ፕላን ትልሚ ሽፋን ውዕሊ ይሕዝ። ካብ ናይ ፕላን ትልሚ «ናይ ፕላን ማንዋል» ክትቅበል ኢኻ። ብዛዕባ ናይ ሽፋን ፕላን ትልሚ ተወሳኺ ዝርዝር ይህብ።



Apple Health ኣገልግሎት ካብ ትልሚኻ

ኩሎም Apple Health ማንጅድ ኪር እዞም ዝሰዕቡ ኣገልግሎታት ይሸፍን፡

- ምክልኻልን ፕላን ኣገልግሎትን ብዘርእ ዝመጹ ሕማማት ምሕዝም ሓዊሱ ንዘድልዩ ክንክን ምስ ሓኪም ቆይሮ ምሓዝ።
- ኣብ ሓዲጋ እዋን ሕክምና
- ናይ ምርኣይን ኣራል ክንክን ሓዊሱ ናይ ህፃናት ሕክምና ኣገልግሎት
- ናይ ላብራቶሪ ኣገልግሎታት
- መድሓኒት ምእዛዝ
- ደቂስካ ምሕዝም
- ተመላላሲ ተሓካሚ
- ዳግመ ሕውየት ሕውየትን* ኣገልግሎትን መሳርሒታትን
- ናይ ኣእምሮ ፕላን ኣገልግሎታት
- ናይ ኣዴታትን ዝውለዱ ህፃናት ክንክን
- መድሓኒት ብኣግባብ ናይ ዘይምጥቃም ፀገም ኣገልግሎት፡

*ብቑዕ ከም ዝኾንካ ንምፍላጥ ናፕ ፕላን ትልሚ ርኽብ

መዘካከሪ፡ እዚ ዝርዝር ንሓፈሻዊ ሓበሬታ ጥራይ ዝግለመ ኮይኑ፡ ኩሎም ፕላን ኣገልግሎት ኣገልግሎት ኣገልግሎት ከም ዝሸፍኑ ውሕስነት ኣይህብን።

ንስኻ (ወይ ውላድካ) ናይ ፕላን ትልሚ ኣባላት ኣገልግሎት ቁፅሪ ርኽብ፡

- ምስ ናይ ፕላን ትልሚ ፀገም እንተድኣ ኣለካ።
- ቀዳማይ ደረጃ ክንክን ኣቕራቢ ክትረከብ እንተድኣ ደሊኻ።
- ናይ ቀዳማይ ደረጃ ክንክን ኣቕራቢ (PCP) ክትልውጥ እንተድኣ ደሊኹም።
- ናይ ፕላን ትልሚ መለለይ መንነት እንተድኣ ጠፊእካን ካልእ እንተድኣ ደሊኻ።
- ፍሉይ ናይ ፕላን ክንክን ድልየት ኣለካ።
- ናይ ኣእምሮ ፕላን ኣገልግሎት ክትረከብ እንተድኣ ደሊኻ።
- መድሓኒት ብዘይኣግባብ ምጥቃም ፀገም ሕክምና ኣገልግሎት ክትረከብ ትደሊ።

ናትካ ናይ ጥዕና ትልሚ ርእ

ክልተ ካርድ ከበፊትክ እዩ እቲ ሓደ ካብ ዋሽንግተን Apple Health (ናይ ኣገልግሎት ካርድ) ሓደ ድማ ከንክካ ካብ ዘመሓደሮ ናይ ጥዕና ትልሚ እዩ።



ኣብ ወሽንግተን Apple Health ምስ ተመዝገብካ ብዋሽንግተን Healthplanfinder

wahealthplanfinder.org ፣ ወይ ዋሽንግተን መራኽቢ washingtconnection.org ፣ ከምቲ ኣብሪ ምስሊ ዘሎ ሰማያዊ ናይ ኣገልግሎት ካርድ (ብተወሳኺ ProviderOne ካርድ ተባሂሉ ይፅወዎ) ከበፊትክ እዩ። እዚ ካርድ ኣቐምጥም፡ ናይ ኣገልግሎት ካርድኻ ኣብ Apple Health ከም ዝተመዝገብካ የመላኽት። ናይ ኣገልግሎት ካርድኹም ዘካትቶ፡

- ProviderOne መለሊይ ቁፅሪ
- ዝኣተወሉ ዕለት
- ProviderOne መርብብ ባይታ
- ዓማውል ኣገልግሎት መራኽቢ መረዳእታ

እቲ ሓድሽ ናይ ኣገልግሎት ካርድኹም ከተንጥፍዎ እዩ፡፡ HCA ቅድሚ ናባኻ ምልእኹ ከብርሃ እዩ። ሕድሕድ ሰብ ክሳብ ዕለተ ሞቱ ምስኡ ዝፀንሕ ዝተፈላለየ ናይ ProviderOne ዓሚል ቁፅሪ ኣለዎ።

ናይ ኣገልግሎት ካርድ እንተዘይረኽብካ ወይ እንተድኣ ጠፊእካ

Apple Health ምዝገባ ብዝተሳኸመ መልክዑ ድሕሪ ምምዝጋብካ ኣብ ውሽጢ ክልተ ሰሙናት ናይ ኣገልግሎት ካርድ እንተዘይተቐበልካ ወይ እንተድኣ ጠፊእካ፡ መተካእታ ካርድ ከትሐትት ትኽእል ኢኻ።

• WAPlanfinder app:

ናይ ዋሽንግተን Healthplanfinder ሒሳብ እንተድኣ ኣለካ ዲጂታል ኣገልግሎት ካርድ ኣብ WAPlanfinder app ከትረከብን ኣብ Apple App store ወይ Google Play ከትረከብ ኣለካ።

• ኣንላይን ዓማውል ፖርታል:

<https://www.waproviderone.org/client>

- ደውል: 1-800-562-3022 (ናዓ መስመር ስልኪ) ከምኡ ድማ ናይ ውልቃዊ ኣገልግሎት መማረጊ 1፣ በምቕጻል መለሊይ ኣገልግሎት ንምርካብ 1 ምረፅ።

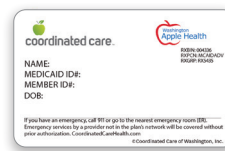
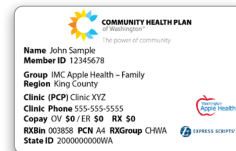
ናትካ ናይ ጥዕና ትልሚ ርእ

እቲ ናይ ጥዕና ትልሚ ስም ዝሓዘ ደብዳቤ ከትቐበል ኢኻ፡፡ ኣብ ዝኾነ ግዜ ኣብ ናይ ጥዕና ትልሚኻ ለውጢ ናይ ምሕታት መሰል ኣለካ። ትልሚታት ከመይ ከምዝልወጡ ንዝበለጸ ሓበሬታ ንምርካብ “ምቕያር ናይ ጥዕና ትልሚ” ዝብል ኣብ ገጽ 6 ርእ።

ካብዞም ዝሰዕቡ ሓደ ወይ ልዕሊኡ ዝምልከተካ እንተድኣ ክይኑ ናብ **1-800-562-3022 (TRS: 711)** ደውል።

- ን Medicare ወይ ውልቃዊ ኢንሹራንስ ብቐፅይኻ።
- ህንድ ኣሜሪካዊ ወይ ኔቲቭ ኣላስካዊ ዲኻ?። ብማንጅድ ኪር ትልሚ ኣቢልኩም ካብ ሽፋን ወፃኢ መማረጊ ከትወስዱ ትኽእሉ ኢኹም።
- ተመዝገብካ ወይ ንምምዝጋብ እንተድኣ መሬፅካ ኣብ ዋሽንግተን ናይ ዓቢይቲ ኩሉ ዘካተተ ክንከን (PACE)።
- ክረጋገፅ ዝኽእል ኩነታት ኣለካ፤ ሓኪም ምቕያር ወይ ናይ ጥዕና ትልሚ ምቕያር ሕክምናኻ የቋርፅን ጥዕናኻ ኣብ ሰማኣት ከውድቕካ ይኽእል።

ናይ ጥዕና ትልሚ ካርድ



ማኔጅድ ናይ ጥዕና ክንከን መራኽቢ	ቀንዲ ቴሌፎን	መርብብ ሓበሬታ
Community Health Plan of Washington (CHPW)	1-800-440-1561	chpw.org
Coordinated Care (CC)	1-877-644-4613	coordinatedcarehealth.com
Molina Healthcare of Washington (MHW)	1-800-869-7165	molinahealthcare.com
UnitedHealthcare Community Plan (UHC)	1-877-542-8997	uhccommunityplan.com
Wellpoint Washington (WLP)	1-833-731-2167	wellpoint.com/wa/medicaid
መዘከርታ: ኣብ ኩሎም ሀገራት ወይ መደባት ኩሎም ትልሚታት የውን።		

ProviderOne

ኣብ ናይ ኣገልግሎት ካርድኹም “ProviderOne” ዝብል ክትሪኡ ኢኹም ProviderOne ናይ ጥዕና ትልሚ ዘዋድድን ኣብ ዝተፈላለዩ ግዛታት መረዳእታ ዝልእኽ ናይ መረዳእታ ስርዓት እዩ። ኣብቲ ካርድ ዘሎ ቁፅሪ ናይ ProviderOne ናይ ዓሚል ቁፅርኹም እዩ (ትሽዓንተ ኣሃዝ ዘለዎን መወዳእትኡ WA እዩ)። ምዝገባኻ ከም ዝጀመረ ኣብ ኣንላይን ምርኣይ ትኽእል ወይ ብ ProviderOne ናይ ዓማውል ኣገልግሎት ፖርታል ኣቢልካ ናይ ጥዕና ትልሚ ንምቕያር ናብ <https://www.waproviderone.org/client> ክድ። ብተወሳኺ ድማ ናይ ጥዕና ክንክን ኣቕረብቲ ተሓከምቲ ኣብ Apple Health ከም ዝተመዝገቡ ንምርግጋፅ ProviderOne ከጥቀሙ ይኽእሉ።

Apple Health ንምርካብ ብቐፅ ዝኾነ ሕድሕድ ኣባላት ስድራ ናይ ዓርሱ ኣገልግሎት ካርድ ክረክቡ ብቐፅ እዩ። ሕድሕድ ሰብ ክሳብ ዕለተ ሞቱ ምስኡ ዝፀንሕ ዝተፈላለዩ ናይ ProviderOne ዓሚል ቁፅሪ ኣለዎ።

ናይ Apple Health ሽፋን እንተድኣ ነይርኩም ሓድሽ ካርድ ኣይንልእኽልኩም ኢና። ዋላ ን ብተኸታታሊ ሽፋን ተዘይረኺብኩም እቲ ዝፀንሕ ካርድኹም ሕጅ እውን ቅቡል እዩ። ናይ ዓሚል ቁፅርኹም ሕጅ እውን ተመሳሳሊ ኮይኑ ይፀንሕ።

- Apple Health ናይ ዓማውል ኣገልግሎት ብ 1-800-562-3022 ደውል። ኣውቶማቲክ ስርዓት ን 24 ሰዓት ብ ሰሙን 7 ግዘ።

ኣብዚ ማንዋል ናይ ጥዕና ትልሚ መለኮኒን ውፅኢትን ዘርኢ ናይ ትልሚ መወዳደሪ ሳፀን ኣሎ። እዚ ውፅኢት ኣየናይ ናይ ጥዕና ትልሚ ዝሓሸ ከም ዝኾነ ንምውሳን ክሕግዝካ ይኽእል እዩ። ናይቲ ከይዲ ዝርዝርን እዚ ክንክን ንዓኻን ወይ ንስድራኻ ኣገዳሲ ዝኾነሉ ምኽንያት ዝርዝር ክትረክብ ኢኻ።

ካርድኻ ቅድሚ ምምፅኡ ናይ ጥዕና ክንክን ኣገልግት እንተድኣ ደሊኻ

ናይ ጥዕና ትልሚኻ ዘርኢ ደብዳቤ ክበፅሓካ እዩ። ካርድኻ ቅድሚ ምምፅኡ ናብ ናይ ጥዕና ክንክን ኣቕራቢ ክትከድ እንተድኣ ደሊኻ ወይ መድሓኒት ክተምልእ እንተድኣ ደሊኻ፣ እዚ ደብዳቤ ናብ ናይ ጥዕና ኣቕራቢኻ ወይ ፋርማሲ ውሰድ። እቲ ኣቕራቢኻ ኣብ ውሽጢ ናይ ትልሚ ኔትዎርክ ክሳብ ዝኾነ (ምስ ናይ ጥዕና ትልሚ ውዕሊ ዘለዎ) ናብ ዝኾነ ሓኪም፣ ናይ ጥዕና ክልኒክ ወይ ፋርማሲ ክትከይድ ትኽእል ኢኻ። ናይ ኣቕርብቲ ዝርዝር ንምርካብ ናይ ጥዕና ትልሚኻ ርኽብ።

ዋላ ናይ ኣገልግሎት ካርድ ወይ ናይ ጥዕና ትልሚ ካርድ እንተዘይተቐበልካ ሓገዝ ንምርካብ ናብ ጥዕና ትልሚኻ ክትድውል ትኽእል ኢኻ።

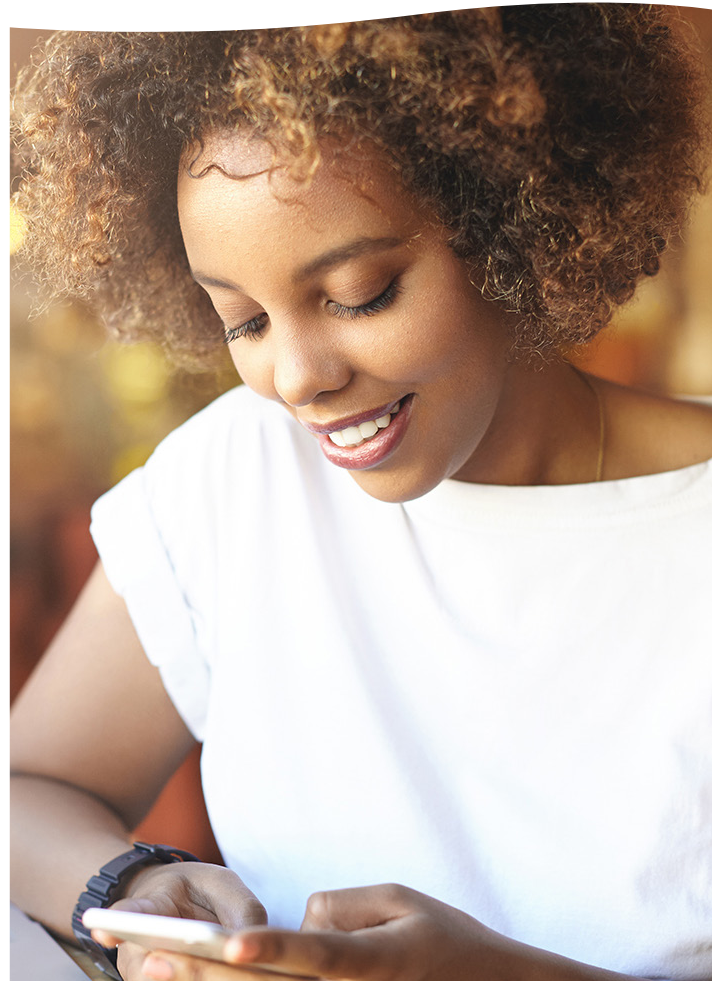
ናይ ጥዕና ትልሚ ካርድ

ኣብ Apple Health ድሕሪ ምምዝጋብካ ሒደት ሰሙናት፣ ናይ ጥዕና ትልሚ መለይ ካርድኻ ከምኡ ድማ ቀዳማይ ደረጃ ኣቕራብን (PCP) ሓኪም ብኸመይ ከም እትመርፅ መረዳእታ ይበፅሓካ። እዚ ካርድ ኣቐምጥዎ። ናብ ሓኪም፣ ፋርማሲ ወይ ካልእ ናይ ጥዕና ክንክን ኣቕራብቲ ክትከዱ ከለኹም ክልቲኡ ናይ ኣገልግሎት ካርድኻ ናይ ጥዕና ትልሚኹምን ሒዝኩም ከዱ። ብተወሳኺ እውን ናይ መለይ መንነት ፎቶ ክድልየኩም እዩ።

ናይ ጥዕና ትልሚ ምቕያር

ኣብ ዝኾነ ግዜ ኣብ ናይ ጥዕና ትልሚ ለውጢ ናይ ምሕታት መሰል ኣለካ፡ እቲ ሕቶ ተቐርብሉ ግዜ መሰረት ብምግባር፣ እቲ ሓድሽ ትልሚኻ ኣብ ቀፃሊ ወርሒ ይጅምር። ትልሚኹም ንምልዋጥ ብዙሓት መንገድታት ኣለው።

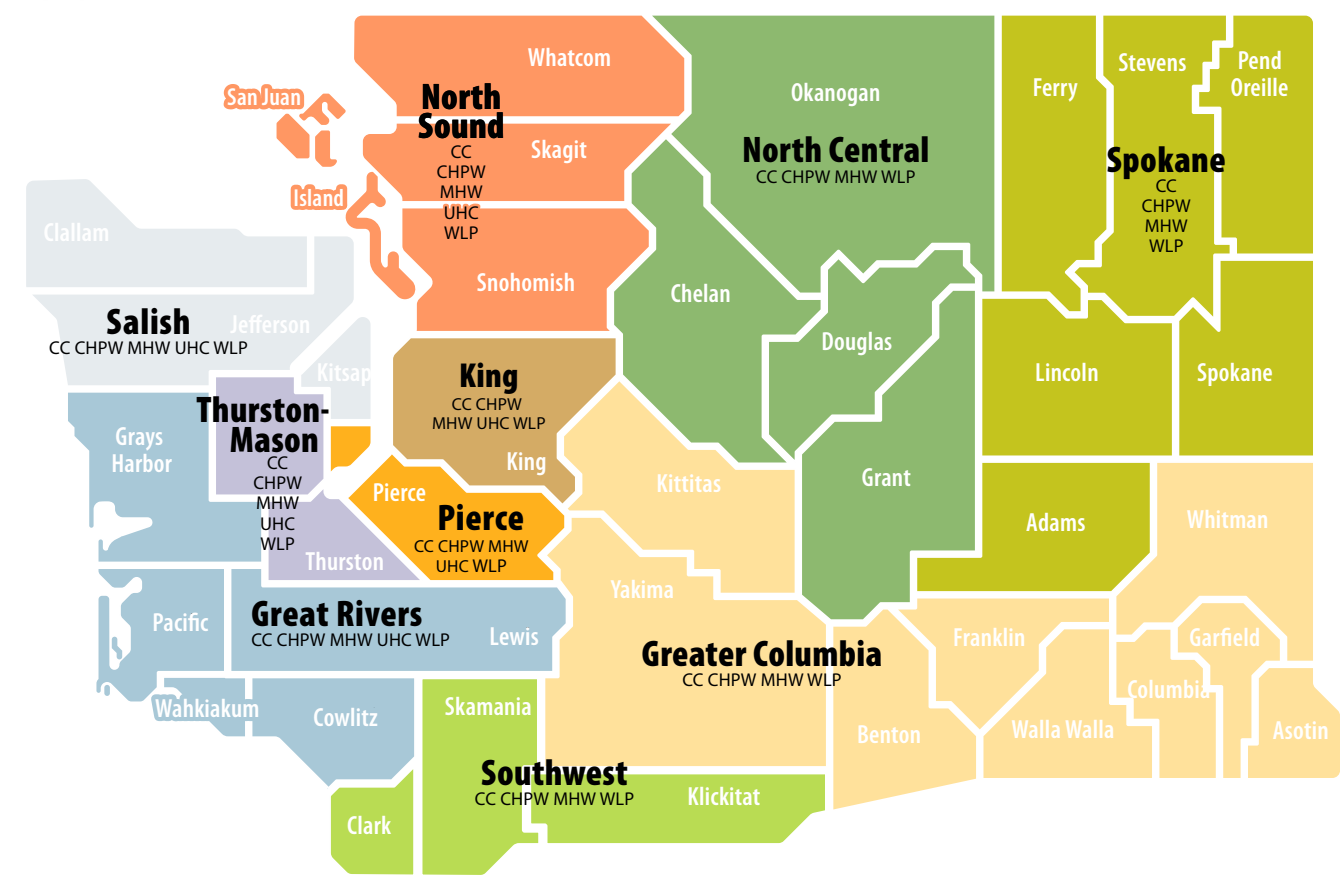
- Apple Health ዓማውል ምስ ዋሽንግተን Healthplanfinder ሒሳብ ትልሚ ኣብ ኣንላይን ብ wahealthplanfinder.org ክትቅይሩ ትኽእሉ ኢኹም።
- ንኩሉ Apple Health ዓማውል፣ ProviderOne ናይ ዓማውል ፖርታል መርበብ ባይታ ረኣይ <https://www.waproviderone.org/client>.
- ኣንላይን ለውጥታ ንምግባር <https://fortress.wa.gov/hca/p1contactus/> ። «ዓሚል» ብምምራፅ ርእሲ ብምምራፅ «ኣብ ናየረ ጥዕና ትልሚ ተመዝገብ/ተለወጠ»



ማንጅድ ከንክን እንታይ እዩ?

Apple Health ኣብ መላእ ስቴት ማንጅድ ከንክን ትልሚ የቐርብ። ትልምኹም ኣካላዊ ጥዕና፡ ኣእምሯዊ ጥዕናን ሳብስታንስ ዩዝ ፀገም ሕክምና ኣገልግሎት ብምውዳድ ኣብ ሓዲ ናይ ጥዕና ትልሚ መሉእ ናይ ሕክምና ኣገልግሎት የቐርብ።

Apple Health ማንጅድ ከንክን ኣገልግሎት ከባቢ ካርታን



Greater Columbia

Pierce

Salish

North Central

King

Spokane

Great Rivers

North Sound

Thurston-Mason

Southwest Washington

Apple Health Foster Care (ኃብመላዕ ስቴት ዝዋሃብ)[†]

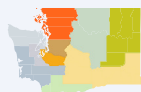
[†] Apple Health Foster Care ኣብ መላዕ ስቴት ዝነጥፍ ፕሮግራም እዩ። ኢንተግሬትድ ማንጅድ ኬር ብ Apple Health ቀንዲ ምትእስሳር ዝቐርብ እዩ (Coordinated Care of Washington - CC)።

ዝዋሃቡ ትልሚታት ከንክን ጥዕና	
CC	– Coordinated Care
CHPW	– Community Health Plan of Washington
MHW	– Molina Healthcare of Washington
UHC	– UnitedHealthcare Community Plan of Washington
WLP	– Wellpoint Washington (ቅድሚ ሕጂ Amerigroup)

Apple Health ማነጅድ ከንክን አገልግሎት ከባቢ ማርቲክስ

ናይ አገልግሎት ከባቢ ማትሪክስ - ጁንዋሪ 2025

County	Community Health Plan of Washington	Coordinated Care	Molina Healthcare of Washington	United Healthcare of Washington	Wellpoint Washington (ቅድሚያ ሕጂ Amerigroup)
Adams	X	X	X		X
Asotin	X	X	X		X
Benton	X	X	X		X
Chelan	X	X	X		X
Clallam	X	X	X	X	X
Clark	X	X	X		X
Columbia	X	X	X		X
Cowlitz	X	X	X	X	X
Douglas	X	X	X		X
Ferry	X	X	X		X
Franklin	X	X	X		X
Garfield	X	X	X		X
Grant	X	X	X		X
Grays Harbor	X	X	X	X	X
Island	X	X	X	X	X
Jefferson	X	X	X	X	X
King	X	X	X	X	X
Kitsap	X	X	X	X	X
Kittitas	X	X	X		X
Klickitat	X	X	X		X
Lewis	X	X	X	X	X
Lincoln	X	X	X		X
Mason	X	X	X	X	X
Okanogan	X	X	X		X
Pacific	X	X	X	X	X
Pend Oreille	X	X	X		X
Pierce	X	X	X	X	X
San Juan	X	X	X	X	X
Skagit	X	X	X	X	X
Skamania	X	X	X		X
Snohomish	X	X	X	X	X
Spokane	X	X	X		X
Stevens	X	X	X		X
Thurston	X	X	X	X	X
Wahkiakum	X	X	X	X	X
Walla Walla	X	X	X		X
Whatcom	X	X	X	X	X
Whitman	X	X	X		X
Yakima	X	X	X		X
ፎስተር ኬር (ኣብ መላእ ስቴት)		X			



ማስታወሻ: Apple Health ፎስተር ኬር ኣብ መላእ ሀገር ብ Apple Health ቀንዲ መራኽቢ (ዝተዋደደ ናይ ዋሽንግተን ከንክን) ኣቢሉ ዝዋብ መደብ እዩ።

ደረጃ ናይ ክንክን ኣቕራቢ ምምራፅ

ቀዳማይ ደረጃ ተኸናኻኒ ኣቕራቢ (PCP) ምምራፅ ኣገዳሲ እዩ። PCP ተዘይመሪፅካ ናይ ጥዕና ትልምኻ ንግኻ ከመርፀልካ እዩ። PCP ፈላማይ ናይ ጥዕና ሰብ ምዃ እንተድኣ ኮይኑ። ብዛዕባ ናይ ጥዕና ታሪኽ ምፍላጥ፣ እዋናዊ ናይ ጥዕና ጉዳይ፣ ናብ ስፔሻሊስት ክተወከስ ትኽእል። ውፉይ ዝኾነ PCP ምርካብ ጥዕናኻ ንምክንኻን የቐልሎ።

PCP ንምምራፅ ብጥዕና ትልምኻ ዝምረፅ ዝለኣኸልካ ተኸተል ወይ ናብ ጥዕና ትልሚ ኣባላት ኣገልግሎት ቁፅሪ ተለፎን ደውል። PCP ብናይ ጥዕና ትልሚ መርበብ ባይታ ክትመርፅ ትኽእል።

እቲ እትደልዮ PCP ኣብ ትሕቲ ናይ ጥዕና ትልሚ ኔትዎርክ እንተዘይኮይኑ፣ እቲ ኣቕራቢ ዝሰርሓሉ ናይ ጥዕና ትልሚ ኔትዎርክ ሕተት። እንተኾነ ግና PCP ናይ ጥዕና ትልሚ ኔትዎርክ ኣካል ክኸውን ይግባእ።

ጾታ እቲ ናትካ PCP እንታይ ኸኸውን ከምዝትደሊ ክትሕብር ትኽእል ኢኻ። ናይካ ቋንቋ ዝዛረብ ኣቕራቢ፣ ኣብ ናይካ ስንክልና ስፔሻላይዝድ ዝገበረ ወይ ባህልኻ ዝርዳእ ኣቕራቢ ንምርካብ ክትሓትት ትኽእል ኢኻ።

PCP ምቹት ዝህበካ ክኸውን ይግባእ። ብዝኾነ ምኽንያት ብ PCP ሕጉስ እንተዘይኮይንካ፣ ኣቕራቢ ንምቕያር ናብ ናይ ትልምኻ ኣባላት ኣገልግሎት መስመር ደውል።

ቀዳማይ ደረጃ ናይ ክንክን ኣቕራቢ እንተድኣ ኣለካ

እትደልዮ PCP እንተድኣ ኣለካ፣ ወይ ክትመክሮ እትደሊ እንተድኣ ኣሎ እቲ ኣቕራቢ ክትሓትት ትኽእል ኢኻ። እንተኾነ ግና እዚ PCP ናይቲ ጥዕና ትልሚ ኔትዎርክ ክኸውን ይግባእ (ምስ ናይ ጥዕና ትልምኻ ውዕሊ ምስ ዘለዎም)።

እቲ እትደልዮ ኣቕራቢ ኣብ ትሕቲ ናይ ጥዕና ትልሚ ኔትዎርክ እንተዘይኮይኑ፣ እቲ ኣቕራቢ ዝሰርሓሉ ናይ ጥዕና ትልሚ ኔትዎርክ ሕተት።

ቆይሮ ብኸመይ ትሕዝ

PCP ድሕሪ ምምራፅኩም ቆይሮ ንምሓዝ ደውሉ። PCP ንምርካብ ቆይሮ ክትሕዙ ይግባእ። ህፁፅ ሕቶ ወይ ድልየት እንተድኣ ኣለኩም ኣብ ውሑድ መዓልታት PCP ክትረኽቡ ይግባእ። ዋላኳ ህፁፅ ናይ ሕክምና ፀገም እንተዘይሃልዩካ፣ ንኣጠቓላሊ ምርመራ (ናይ ጥዕና ምርመራ ተባሂሉ ይፅዋዕ) ቆይሮ ሓዝ። ኣጠቓላሊ ምርመራ ንምግባር ነዊሕ ግዜ ይወስድ እንተኾነ ግና ኣይተቋርፅ።

ዝተለመደ ክንክን	ምስ PCP ወይ ካልኣት ኣቕራብቲ ቆፀሮ ምሓዝ። ኣብ ውሽጢ 10 መዓልታት ምስ PCP ወይ ካልኣት ኣቕራብቲኻ ቆይሮ ክትሕዝ ኣለካ።
ናይ ምክልኻል ክንክን	ምስ PCP ወይ ካልኣት ኣቕራብቲ ቆፀሮ ምሓዝ። ኣብ ውሽጢ 30 መዓልታት ቆይሮ ክትረኽቡ ክትከእሉ ኣለኩም።
ፍሉይ ክንክን	ናይ ጥዕና ትልምኻ ወይ PCP ደውል።
ናይ ኣእምሮ ጥዕና	ናይ ጥዕና ትልምኻ ወይ PCP ደውል።
መድኣኒት ብኣግባብ ናይ ዘይምጥቃም ፀገም ኣገልግሎት፡	ናይ ጥዕና ትልምኻ ወይ PCP ደውል።
ካብ ስራሕ ሰዓት ወገእ ክንክን	ብመዓልቲ 24 ሰዓታትን ብሰሙን ሸውዓተ መዓልታት ናብ ናይ ጥዕና ትልሚ ነርስኹም ናይ ምኽሪ መስመር ደውሉ።
ንህፁፅ ክንክን	ምስ ናይ ጥዕና ትልምኹም ውዕሊ ናብ ዘለዎ ማእኸል ክንክን ክዱ ወይ ናብ PCP ወይ ናይ ነርስታት መማኸሪ መስመር ደውሉ። ኣብ ውሽጢ 24 ሰዓታት ናብ PCP ወይ ካልኣት ኣቕራብቲ ክትኸዱ ይግባእ።
ንናይ ሓደጋ እዋን ኣገልግሎታት	ናብ 911 ደውሉ ወይ ናይ ሓደጋ እዋን ኣቕራብቲ ክሕግዝኩም ናብ ዝኽእልሉ ኣብ ቀራባኹም ናብ ዝርከብ ከባቢ ክዱ። ብዝተኸኣለኩም ፍጥነት ፡ ንሸኻ ዝፈልጠካ ሰብ ናብ PCP ወይ ናብ ጥዕና ትልምኹም እዚ ሓደጋ ሪፖርት ክትገብሩ ይግባእ።
ካብ ዝሃርሒቑ ንዝግበር ክንክን	ህፁፅ ሓደጋ እንተዘይኮይኑኣብ ናይ ትልሚ መለላይ ካርድኹም ብዘሎ ናብ PCP ወይ ነርስታት ምኽሪ መስመር ደውሉ።

ባህርያዊ ጥዕና አገልግሎት

ኣብ Apple Health ናብዮት እንተድኣ ተመዝጊብካ ንናይ ኣእምሮ ጥዕናን መድሓኒት ብዝግባእ ናይ ዘይምጥቃም ፀገም ሕክምና አገልግሎት (ብሓባር ናይ ባህሪ ጥዕና አገልግሎት ተባሂሉ ይፅዋዕ) ክትረክብ ትክእል። ባህርያዊ ጥዕና አገልግሎት ኣብ ማኅጅድ ክንክን ትልሚ ጥቕሚ ፓኬጅ ዝካተት እዩ።

ክንክንካ ንምውዳድ ሓገዝ እንተድኣ ደሊኻ ናይ ጥዕና ትልምኻ ወይ ቀዳማይ ደረጃ ክንክን ርኽብ።



መድሓኒት ብዘይአገባብ ምጥቃም ሕክምና ከካትቶ ዝክእል፡

ገምጋም— ናይ ጥዕና ኣቕረብቲ ዘድልዮም አገልግሎት ንምውሳኝ «ቃለ መሕተት» ከካየድ እዩ።

ሓፂር ናይ ኢንተርቬንሽን ሕክምና— ፀገም ንምንካይ፣ ናይ ግዘ ደረት። ናይ ሳብስታንስ ምጥቃም ፀገም ገምጋም ናይ ተመላላሲ ተሓካሚ ገምጋም ኣየድልየካን ።

ናይ ምልቃቕ ምምሕዳር (ምእላይ መርዚ)— ብከይዲ ግዘ ምጥቃም ደው ንምባል ድሕንነቱ ዝተሓለወ ክሳብ ዝኸውን ኣጠቓቕማ ኣልኮል መድሓኒት ኣብ ምንካይ ሓገዝ። ናይ ሳብስታንስ ምጥቃም ፀገም ገምጋም ናይ ተመላላሲ ተሓካሚ ገምጋም ኣየድልየካን ።

ናይ ተመላላሲ ተሓካሚ ሕክምና— ኣብ ኮምና ውልቃውን ናይ ጉጅለ ምምኻር።

ፅዑቕ ናይ ተመላላሲ ተሓካሚ ሕክምና— ተኻታታሊ ውልቃውን ናይ ጉጅለ ምምኻር።

ዓራት ሒዞ ዝሕክም ሕክምና— ሰፊሕ ዝኾነ ናይ ውልቀን ጉጅለን ምምኻር፤ ናይ ውልቀ ምምኻርን ትምህርትም 24 ሰዓት ክትትል ኣብ ዘለዎ ትካል።

ናይ ኢፓይት መዐወኒ ሕክምና አገልግሎት— ኣብ ኢፓይት ወልፊ ንዘለዎም ናይ ተመላላሲ ገምጋምን ሕክምና። ተቀባልነት ዘለዎ ሕክምናን ምምኻርን የካትት።

ምምሕዳር ጉዳይ— ሕክምና፣ ማሕበራዊ፣ ትምህርትን ካልኣት አገልግሎታት ኣብ ምርካብ ሓገዝ።





ኮማንድ ሕክምና ገምጋምን ሕክምናን – ብሕክምና ኣድላይ ዝኾነ ናይ ተመላላሲ ሕክምና ፀገም ክንከን ኣብ ሆስፒታል ንነዊሕ እዋን ምፅናሕ ወይ ምሽት ምፅናሕ ወይ ንባህርያዊ ሕክምና ፅኑዕ ዝኾነ ክንከን ዝቐርበሎም ኩነታት የካትት። ቅድሚ እዚ ኣገልግሎት ናይ ተመላላሲ ሕክምና ባህሪ ጥዕና ኣየድልየካን።

ናይ ምርግጋዕ ኣገልግሎት – ሆስፒታል ንኺይትኣትው ኣብ ገዛ ወይ ገዛ ኣብ ዝመስል ከባቢ ምቕራብ። ተመላላሲ ባህርያዊ ጥዕና ገምጋም ናይ መእተዊ ገምጋም ክትወስድ ኣይግበኣካን።

ናይ ዳግመ ሕውየት ጉዳይ ኣማሓዳሪ – ደቂስቃ ምሕካምን ተመላላሲ ምሕካም ናይ ኣእምሮ ጥዕና ምውሃሃድ። ተመላላሲ ባህርያዊ ጥዕና ገምጋም ናይ ተመላላሲ ተሓካሚ ገምጋም ኣየድልየካን ፡

ኣብ መንበሪ ዝቐርብ ናይ ኣእምሮ ጥዕና ኣገልግሎት – ኣብ ጉጅላኣዊ ኩነታት ትነብር እንተድኣ ኮይንካ ዝቐርብ ኣገልግሎት።

ፍሉይ ናይ ህዝቢ ገምጋም – ከም ህፃናት፣ ዓባይቲ ቆልዑ ወይ ካብ ካልእ ባህሊ ምስ ዝመጡ ሰባት ዝኣመሰሉ ካብ በዓል ሞያታት ናይ ሕክምና ትልሚ ደገፍ።

ስነ ኣእምራዊ ገምጋም – ናይ ሕክማና ትልሚ ገምጋም ሕክምና ትልሚ ሓገዝ።

ናይ ሓደጋ ኣገልግሎት

ናይ ሓደጋ እዋን ኣገልግሎት ኣብ እዋን ፀገምካ ንምርግጋዕን ድልየትካ ንምምላእ ዘድሊ ከባቢ ዝቐርብ 24 ሰዓት ኣገልግሎት እዩ። ናይ ተመላላሲ ተሓካሚ ኣእምሮ ጥዕና ገምጋም ናይ ተመላላሲ ተሓካሚ ገምጋም ኣየድልየካን።

- ህፁፅ ሓገዝ ንምርካብ ናብ 911 ደውል ወይ ኣብ ከባቢኻ ናብ ዝርከብ ሆስፒታል ክድ። ንኣእምሮ ጥዕና ህፁፅ ሓገዝ ናብ 988 ደውል። ንናይ ሓደጋ ኣገልግሎት ፈቓድ ኣየድልየካን።
- ናይ ስቴት ሓደጋ መስመር መመሓደሪ: hca.wa.gov/mental-health-crisis-lines ረኣይ።
- ናይ ዋሽንግተን ዳግመ ሕውየት ሓገዝ መስመር 24 ሰዓት ናይ ሓደጋ ምፍታሕን ሪፈራልን መስመር ምስ ናይ ጥዕና ኣእምሮ፣ መዐወኒን ናይ ቁማር ፀገም ዝተተሓሓዙ ሰባት ኣገልግሎት ይህብ። ናብ 1-866-789-1511 (TTY 206-461-3219) ደውል፣ ናብ recovery@crisisclinic.org ኢመል ግበር ወይ warecoveryhelpline.org ክድ። ኣብ ዝተፈለየ ሰዓት መናእሰይ ምስ መናእሰይ ክራኽቡ ይኽእሉ። ናብ 1-866-833-6546 ደውሉ፣ ናብ teenlink@crisisclinic.org ኢመል ግበር ወይ 866teenlink.org ክድ።
- ንህገራዊ ዓርስቲ ምጥፋእ ምክልኻል መስመር፡ ደውል ወይ ናይ ፅሑፍ መልእኽቲ 988 ለኣኽ 1-800-273-8255 (TTY ተጠቀምቲ 1-800-799-4889) ደውሉ።



ናይ ኣእምሮ ጥዕና ኣገልግሎት እዞም ዝሰዕቡ ከካትት ይኽእል፡

ናይ ተመላላሲ ተሓካሚ ኣእምሮ ጥዕና ገምጋም – ድልየትኩምን ሽቶኹምን ምልላይን ናይ ኣእምሮ ጥዕና ክንከን መቐረቢኹም ካልኣት ናይ ሕክምና ኣገልግሎታትን ትልምታትን ንምምኻር ይሕግዝ።

ናይ ውልቀ ሕክምና ኣገልግሎት – ኣብ ኣገልግሎት ትልምኹም ዘሎ ሽቶ ንምምላእ ምምኻርን ካልኣት ምንቅስቓሳትን ዲዛይን ምግባር።

ናይ መድሓኒት ምምሕዳር – ሊቸንጎሳ ዘለዎም ሰራሕተኛታት መድሓኒት ይእዝዙን ብዛዕባ ሳዕቤን የምህሩ።

ናይ መድሓኒት ክትትል – ሕክምናኻ ከም ዝሰርሕ ዘሎን ብትኽክል ንኺትወስዶ ንምሕጋዝ ናይ ክትትል ኣገልግሎት።

ናይ ጉጅለ ሕክምና ኣገልግሎት – ተመሳሳሊ ለውጢ ምስ ዘለዎም ሰባት ምምኻር።

ናይ መስታ ሓገዝ – ናይ ኣእምሮ ጥዕና ስርዓት ኣብ ምምራሕን ናይ ዳግመ ሕውየት ሽቶ ምስኻሪን፣ ብዝሰልጠኑ ኣካላት ሓገዝ ይቀርበልካ።

ሓፂር ኢንተርቪዝን ሕክምና – ኣብ ገለገለ ፀገማት ትኹረት ዝገበረ ሓፂር እዋን ምምኻር።

ናይ ስድራ ሕክምና – ስጡም ዝኾነ ርክብ ንምፍጣርን ፀገም ንምፍታሕ ስድራ ማእኸል ዝገበረ ምምኻር።

ፅዑቕ ዝኾነ ሕክምና – ኣብ ናይ ኣገልግሎት ትልሚ ሽቶ ንምምላእ ናይ ኣእምሮ ጥዕና ጉጅለ ሓገዝ የቐርቡ።

ቴራፒቲክ ስነ ኣእምራዊ ትምህርቲ – ሓገዝን ናይ ሓገዝ ኣገልግሎት ሓዊሱ ብዛዕባ ሕማም ኣእምሮ፣ ናይ ኣእምሮ ጥዕና ሕክምና መማረቂ፣ ሕክምናን ምድሓንን።

መዓልታዊ ሓገዝ – ዓርስቲ ኣብ ምኽኣል ፅዑቕ ናይ ምምሃር መደብ።

መረዳኦታ ንህንዲ ኣሜሪካውያን ንናይ ኣላስካ መቐል ዘለዎምን

መቐል ኣሜሪካን ኢንድያን ወይ ኣላስካ እንተድኣከይኑ ናይ ጥዕና ክንከን ኣግልግሎታት ብ ኢንድያን ኣግልግሎት ቀረብ፣ ትሪባል ጥዕና ክንከን መደብ ወይ ናይ ከተማ ኢንድያን ናይ ጥዕና መደብ (UIHP) ከም ናይ ሲያትል ኢንድያን ጥዕና ቦርድ ን ስፖንሳ ፕሮጀክት መቐልከተረከብ ትክእል። እቶም ኣብዞም ትካላት ዘለዉ ኣቕረብቲ ባህልኻ፣ ማሕበረሰብኻ፣ ከምኡድማ ናይ ጥዕና ክንከን ድልየታትኻ ይፈልጡ እዮም።

እቲ እትደልዮ ክንከን ከቕርቡልካ ወይ ናብ በዓል ሞያ ከሰዱኻ ይኸእሉ እዮም፡ ምሕዱር ክንከን ትልሚ(ናይ ባህርያዊ ጥዕና ኣግልግሎት ፕራሕ [BHSO] ትልሚ ከኸውን ይኸእል እዩ) ወይ Apple Health ሽፋን ብዘይ ምሕዱር ክንከን(እዚ Apple Health ጥዕና ናጻ ኣግልግሎት እውን ይበሃል እዩ) ከትመርጽ እንተድኣኣለካ ንክትውስን ከሕግዞኻ ይኸእሉ እዮም። ብዛዕባ ናይ ጥዕና ክንከን ወይ ናይ ጥዕና ክንከን ሽፋን ሕቶታት እንተድኣኣለካ ናትካ ትሪባል ወይ ናይ UIHP ሰራሕተኛ ከሕግዞካ ይኸእል እዩ።



ናይ ቀዳማይ ደረጃ ክንከን ኬዝ ምሕደራ

ብዘይ ዝተማሕደረ ናይ ክንከን መደብ ዝመሃብ ናይ Apple Health ሽፋን እንድሕር መሪጽካ ገለ ናይ IHS ትካላት፣ ታራ ናይ ጥዕና ክንከን ፕሮግራማት፣ ከምኡድማ UIHP ናይ ቀዳማይ ደረጃ ክንከን ኬዝ ምሕደራ (PCCM) የቕርቡ እዮም። PCCM ንዓኻ ናብ ስፔሻሊስት ሪፈሪ ምባልን ናትካ ናይ ሕክምናን ጥዕናን ሓበሬታ ንመርመራን ሕክምናን ኣድላዩ ከኸውን እንከሎ ንስፔሻሊስታት ምሃብ ሓዊሱ ኣብ ናይ ጥዕናኻ ክንከን ምሕደራን ምውህሃድን ዝሕግዝ ናይ Apple Health ፕሮግራም እዩ። ኣብቲ ናይ PCCM ፕሮግራም ከትሳተፍ እንድሕር ትደሊ፡ ንናይ IHS ትካልካ፡ ከባቢያዊ ናይ ጥዕና ፕሮግራምካ፡ ወይድማ UIHP ኣብቲ ናይ PCCM ፕሮግራም ዝሳተፉ

እንተኾይኖምን ንስኻ እውን ከትሳተፍ ትኸእል እንተኾንካን ሕተቶም። ኣብቲ ናይ PCCM ፕሮግራም ኣብ ዝደለኻዮ ግዜ ከትሳተፍን ተሳትፎኻ ከተቋርጽን ትኸእል ኢኻ፡ እንተኾን ተሳትፎኻ ይኹን ካብ ተሳትፎ ምውጻእካ ክሳብ እቲ ዝቐጽል ወርሒ ግብራዊ ኣይኸውንን።

ናይ ጥዕና ክንከን ዝርከብሉ መንገድታት

HCA ንኣሜሪካን ኢንድያንን ኣልኣስካን መቐሎም ዝኾኑን ኣብ ዋሺንግተን ዝርከቡን ምሕዱር ክንከን Apple Health ን ሽፋን ካብ ምሕዱር ክንከን ወጻእ ዝኾን ናይ Apple Health ሽፋንን ንከመርጹ ኣማራጺ ይህብ። HCA ብምኽንያት ናይ ኢንድያን ትዕና ክንከን ምቕራብ ስርዓት ዝተሓላለኸ ምኻንን ንባህሊ ግብእ ዝኾን ናይ ጥዕና ክንከን ንምሃብን ብናይ ፌዴራል ሕግታት ኣይመሓደረን።

- ኣብ ናይ Apple Health ሽፋን ብዘይ ምሕዱር ክንከን ዝኾን ኣብ Apple Health ናጻ ኣግልግሎት መደብ ዝሳተፍን ካብ ምሕዱር ክንከን ትካል(MCO) ወይ ባህርያዊ ጥዕና ትካል ናትካ ክንከን ዝከታተል ዘሎ ወጻኢ ተሓከምቲ ዝቐበል ዘሎ ዝኾን ኣቕራቢ ከትመርጽ ትኸእል ኢኻ፡ ናይ ጥዕና ክንከን ኣግልግሎታት ወይ ክንከን ንምምሕዳር ናይ MCO ኣይህልወካን። እቶም ኣቕራብቲ ብስቴት ዝተውሃብ ፍቓድ ኩሎም መለከዲታቶም ከማልኡ እዮም። ናይ Apple Health ናጻ ኣግልግሎት ናይ ጥዕና ኣቕራቢ ንምርካብ ኣብ <https://fortress.wa.gov/hca/p1findaprovider> ርክ።

እዚ ምርጫ እንተድኣተመሓዲርካ ትርጉም ይህልዎ፤ ብከም ትሪባል ጥዕና መደብ ወይ UIHP።

- ምስ ናይ Apple Health ምሕዱር ክንከን ናይ ጥዕና ክንከን ብ ማነጅድ ኬር ትካል MCO ን/ይመሓደር። እዚ ማለት MCO ኣግልግሎታት ንምርካብን ክንከን ንምምሕዳር ንምሕፋዝን ከም ሓደ ናይ ርክብ ናቕጣ ኮይኖም

እዚ ውሳኔ ትርጉም ይህልዎ፤ እንተድኣ ዝኾን ኣካል ክንከን ዘይመሓደሮ ኮይኑ።

ኣብ ዝኾን እዋን ምርጫኻ ከትቐይር ትኸእል ፤ እቲ ለውጢ ክሳብ እቲ ቀጻሊ ወርሒ ተግባራዊ ኣይኸውንን። ምስ ትሪባል ኣሲስተር ብ IHS ቀረብ ትሪባል ጥዕና መደብ ወይ UIHP እንተዛሳሲርካ ወይ እንተደኣተሸገኻ ንክትውስን ከሕግዞኻ ይኸእሉ እዮም። ከትገብር እትደሊ ለውጢን ሕቶታትን ንምሕታትን ሓዊሱ ውሳኔኻ ከተፍልጠና ንናይ ጥዕና ክንከን በዓል ስልጣን ብ1-800-562-3022 ምድዋል ትኸእል።

መረዳኢታ ኣብ Apple Health Expansion

ንዝተመዝገቡ ዓማውል

እቲ ስደተኛ ዕድምኡ 19 ወይ ልዕሊኡ እንተድኣ ኮይኑን ብቐዕነት ዘማልእ እንተድኣ ኮይኑ፣ ኣብ ትሕቲ Apple Health Expansion ጥዕና ሽፋን ይረክብ።

ኣብ ትሕቲ እዚ መደብ ኣብ ወረዳኻ ዝቐርብ ናይ ጥዕና ትልሚ ተመዝጊብካ ኢኻ። እዚ ናይ ጥዕና ትልሚ ናይ ጥዕና ሽፋንካ የመሓድርን ኣገልግሎት ንምርካብን ክንክን ንምምሕዳር መራኽቢኻ እዩ።

ብዛዕባ Apple Health Expansion ኣብ hca.wa.gov/apple-health-expansion ተወሳኺ መረዳኢታ ርኽቡ።

ዝቐረቡ ናይ ጥዕና ትልምታት

ኣብ እትነብረሉ ወረዳ እንተነኣሰ ሰለስተ ናይ ጥዕና ትልሚ መማረፅታት ኣለውኻ። ኣብ ወረዳኻ ዝርከቡ ትልምታት ንምርካብ hca.wa.gov/ahe-service-area-map ንብንይ።

ኣብ ዝኾነ ሰዓት ናይ ጥዕና ትልምኹም ክትቅይሩ ትኽእሉ ኢኹም። መብዛሕትኡ እዋን ለውጥታት ተፈፀምቲ ዝኾኑ፣ በቲ ዝተደለየ ለውጢ መሰረት ብምግባር ኣብቲ ቀዳሚ ወርሒ ተፈፃሚ ይኸውን። ናይ ጥዕና ክንክን ሰበሰልጣን ኣብ 1-800-562-3022 ብምርካብ ዝመረፅክምዎምን እትደልዩዎም ለውጥታትን ክትሓትዎ እትደልዩዎ ሕቶ ክትሓቱና ትኽእሉ ኢኹም። ትልምኹም እትቐይርሉ ዝተፈለለዩ መንገድታት ዘለው እንትኸውን ተወሳኺ መረዳኢታ ኣብ hca.wa.gov/change-my-plan ርኽቡ።

ጥቕምታትን ኣገልግሎታትን

Apple Health Expansion ኣብ ትሕቲ ካልኣት Apple Health መደባት ዝካተቱ ኣገልግሎታት የካትት። ኣብ ትሕቲ Apple Health Expansion ሽፋን ናይ ሕክምና፣ ሕክምና ስኒ፣ ቤት መድሓኒትን ናይ ባህሪ ጥዕና ኣገልግሎት ክትረኽቡ ትኽእሉ።

ገለገለ ኣገልግሎታት ኣብ Apple Health Expansion ትሕቲ ሽፋን ኣይቐርቡን፡ በዚ እንክይተገደብ እዞም ዝሰዕቡ የካትት፡

- ኣቕዲሙ ዝካየድ እዋናዊ ምልላይ፡ ምፍላይን ሕክምና (EPSDT)
- ደገፍ ዘለዎ ክትትል
- ናይ ውልቀ ስራሕ ነርሲንግ
- ናይ ነዊሕ እዋን ነርሲንግ ክንክን ትካል
- ማእኸላይ ክንክን ትካል
- ናይ ገዛ ጥዕና መደብ
- ናይ ጥንሰን ድሕሪ ጥንሲ ዝተሓላዙ ኣገልግሎታት

ብዛዕባ ናይ ጥዕና ሽፋን ሕቶታት እንተድኣ ኣለካ ንጥዕና ሽፋን ርኽበና። ናይ ጥዕና ትልሚ ቴሌፎን ቁፅሪ ኣብዚ ማንዋል ገፅ 5 ተዘርዚሩ ኣሎ።

Apple Health ንስድራኹም ሽፋን

እዞም ዝሰዕቡ Apple Health መደባት ዘለካ ናይ ዜግነት ወይ ስደተኝነት ኩነታት ብዘየግድስ ንኹሉ ሰብ ይቐርብ እዩ።

Apple Health ንህፃናት

- ዕድምኡም ክሳብ 19 ዓመት ዝኾኑ ህፃናት ነዚ ናፃ ሽፋን መማረፅታት ብቐዓት ክኾኑ ይኽእሉ እዮም። ተወሳኺ መረዳኢታ ንምርካብ ኣብ hca.wa.gov/apple-health-children ርኽቡ።

Apple Health ንነፍፁር ሰባት

- ኣብ Apple Health Expansion ተመዝጊብኪ እናሃለኺ እንተድኣ ጠኒስኪ ንነፍሰፁር ሰባት ናብ Apple Health ክትሳገሪ ትኽእሊ ኢኺ። ተወሳኺ መረዳኢታ ንምርካብ ኣብ hca.wa.gov/apple-health-pregnant-individuals ርኽቡ።
- ጥንሲ ሓዊሱ፡ ኣብ ውሽጢ 30 መዓልታት ሪፖርት ብምግባር መመልከቲኻ ብብግዝኡ ኣመሓይሽ።

ድሕሪ ናይ ጥንሲ ሽፋን

- እዚ መደብ ኣብ ውሽጢ 12 ኣዋርሕ ጥንሳ ዝተወድኣ ሰብ ሽፋን የቐርብ። ተወሳኺ መረዳኢታ ንምርካብ ኣብ hca.wa.gov/apc ርኽቡ።
- እቲ ጥንሲ ዝተወደኣሉ እዋን ሓዊሱ፡ ኣብ ውሽጢ 30 መዓልታት ሪፖርት ብምግባር መመልከቲኻ ብብግዝኡ ኣመሓይሽ።

ናይ ስድራ ትልሚ ጥራሕ

- እዚ መደብ ንውልቀ ሰባት ናይ ስድራ ትልሚ ኣገልግሎት ሽፋን የቐርብ። ተወሳኺ መረዳኢታ ንምርካብ ኣብ hca.wa.gov/family-planning ርኽቡ።



ባህርያዊ ጥዕና ተጣባቂዎች

ባህርያዊ ጥዕና ተጣባቂ ማለት ምስ ባህርያዊ ጥዕና አገልግሎት ዝተሓላዘ ናፃን ምሽራዊ ደገፍ ዘቐርብ ሰብ እዩ። ናይ ባህርያዊ ጥዕና ጥርግን፣ ይግባይ ወይ ኣብ ዝተሓተ ደረጃ ፀገማት ንምፍታሕ ምምሕዳራዊ ፍትሓዊ መግባእያ። ባህርያዊ ጥዕና ተጣባቂዎቲ ዘይሻራዊ ናይ ጥዕና ትልሚ ወይ ባህርያዊ ጥዕና ምምሕዳር አገልግሎት ትካል (BH-ASO) እዩ።

ኩሎም ክልላት ብ1-800-366-3103 ክትረኽቡ ትኽእሉ። ወይ ናብ ባህርያዊ ጥዕና ተጣባቂ ቤት ፅሕፈት ብ info@obhadvocacy.org ኢሜይል ግበሩ።

ክባቢ	ካውንቲ	ኢሜይል	ቁጽሪ ተሌፎን
Great Rivers	Cowlitz, Grays Harbor, Lewis, Pacific, Wahkiakum	greatrivers@obhadvocacy.org	360-561-2257
Greater Columbia	Asotin, Benton, Columbia, Franklin, Garfield, Kittitas, Walla Walla, Whitman, Yakima	greatercolumbia@obhadvocacy.org	509-808-9790
King	King	kingcounty@obhadvocacy.org	206-265-1399
North Central	Chelan, Douglas, Grant, Okanogan	northcentral@obhadvocacy.org	509-389-4485
North Sound	Island, San Juan, Skagit, Snohomish, Whatcom	northsound@obhadvocacy.org	360-528-1799
Pierce	Pierce	piercecounty@obhadvocacy.org	253-304-7355
Salish	Clallam, Jefferson, Kitsap	salish@obhadvocacy.org	360-481-6561
Spokane	Adams, Ferry, Lincoln, Pend Oreille, Spokane, Stevens	spokaneregion@obhadvocacy.org	509-655-2839
Southwest	Clark, Klickitat, Skamania	southwestern@obhadvocacy.org	509-434-4951
Thurston-Mason	Mason, Thurston	thurstonmason@obhadvocacy.org	360-489-7505



ንዓኻ ንምትርጓም ስድራ ወይ መሓዙት ካብ ምጥቃም ሞያ ዘለዎም መተርጎምቲ ምጥቃም ይሓይሽ። እቶም መተርጎምቲ ናይ ጥዕና ክንከን ቃላት ንኸርድኡ ዝሰልጠኑ እዮም። ንዓኻን መቐረቢኻን ንኸትረዳድኡ የኽእሉኻ እዮም። ተወሳኺ መረዳኢታ hca.wa.gov/interpreter-services ርኽብ።



ኣብ መጎዓዓዝያ ሓገዝ ክትረከብ ትኽእል ኢኻ

ናብ ናይ ጥዕና ክንከን ቆፀሮኻ ንምኽድ መጎዓዓዝያ ንምርካብ ብቐዕ ክትከውን ትኽእል ኢኻ። እቶ ቆፀሮ ድማ ብApple Health ንዝሸፈኑ ኣገልግሎታት ክኸውን ይግባእ። እቶ ዝተለመዱ ዓይነታት መጎዓዓዝያ እዚ እም የካትቱ፡ ናይ ህዝቢ ኣውቶቡስ፣ ናይ ኑዳዲ ኩፖን፣ ናይ ዓማውልን ወለንተኛታት ናይ ኑዳዲ ካሕሳ፣ ብወለንታ መኪና ምግናሕ፣ ታክሲ፣ ዊልፔር ቫን ወይ ቀለል ተንቀሳቓሲን ናይ ንግዲ ኣውቶቡስን ኣየር። ናይ ደለልቲ ዝርዝር ኣብ፡ hca.wa.gov/transportation-help መጎዓዓዝያ ሓገዝ ዝርዝር ትረኽቡ ኢኹም።

ናይ ጥዕና ክንከን ኣገልግሎት ክትረከብ ትኽእል

«ብዘይ ማነጅድ ኬር» (ብተወሳኺ ድማ ክፍሊት ንኣገልግሎት እናተብሃለ ይፅዋዕ) Apple Health ዝሸፍኖም ኣገልግሎታት፡ ዋላኳ ኣብ ናይ ጥዕና ትልሚ እንተተመዝገብኩም ገለገለ ጥቕምታትን ኣገልግሎታትን ይሸፍን። እቶም ጥቕምታት እዞም ዝስዕቡ የካትቱ፡

- ናይ ነዊሕ እዋን ክንከን ኣገልግሎታትን ሓገዛት።
- ናይ ዕብየት ስንክልና ንዘለዎም ውልቀ ሰባት ኣገልግሎት
- ናይ ስኒ ሕክምና ኣገልግሎታት
- ንህፃናት ናይ መነፀርን ናይ ምልካእ ኣገልግሎት (ትሕቲ 21 ዕድመ)
- ናይ ኣዴታት ሓገዝ ኣገልግሎት፣ ቅድመ ወሊድ ምኽርን ሙቁራፅ ጥንሲ።

ኣብዚ ብዛዕባ ዘይተዘርዘሩ ጥቕምታት ወይ ኣገልግሎታት ሕቶ እንተድኣ ኣለኩም ናብ Apple Health ናይ ዓማውል ኣገልግሎት ብ1-800-562-3022 ክትድውሉ ትኽእሉ ኢኹም።

ናይ ጥዕና ክንከን ኣገልግሎት ክትረከብ ትኽእል



ስንክልና እንተድኣ ኣለኩም

ናይ ምስማዕ ስንክልና፣ ናይ ምስማዕን ምርኣይን ስንክልና እንተድኣ ኣለካን ናይ ምልክት ቋንቋ መተርጎሚ እንተድኣ ደሊኻ፣ ብክብረትካ ንታ ጋሻ ተቐባሊት ሓብረላ። ብዘይገለ ክፍሊት መተርጎሚ በዓል ሞያ ክቐርበልኩም እዩ።



መተርጎሚ ከድልዩካ ይኽእል

ኢንግሊዝኛ ትመርፆ ቋንቋ እንተዘይኮይኑ ወይ ምስማዕ ዝተሰኣኖ፣ ምስማዕን ዓይንን ዝተሰኣኖን ምስማዕ ዝፅገም ምስዘይትኽእል፣ ናይ ምልክት ቋንቋ ሓዊሱ ብኩሉ ቋንቋታት ናይ ትርጉም በዓል ሙያታት ንዓኻ ተዳልዮም ኣለው። ናይ ጥዕና ቆፀሮ ኣብ እትዘሉ እዋን ንታ ጋሻ ተቐባሊት መተርጎሚ ከም እትደሊ ሓብረላ። እቲ ናይቲ ዝዝረብ ቋንቋ መተርጎሚ ኣብ እዋን እቲ ቆፀሮ ናብቲ ኣቐራቢ ቤት ፅሕፈት ክኸድ ወይ ብሰልኪ ክርከብ ይኽእል። ናይ ምልክት ቋንቋ መተርጎሚ ኣብ እዋን እቲ ቆፀሮ ናብቲ ኣቐራቢ ቤት ፅሕፈት ክኸድ ወይ ብቪድዮ ክርከብ ይኽእል።





2024 ናይ ዋሽንግተን Apple Health ትልሚ ሪፖርት ካርድ

እዚ ካርድ ናይ ዋሽንግተን Apple Health ትልሚ ኣብ ቁልፊ ናይ ኣፈፃፀም ነጥብታት ነንሕድሕዶም ብምንጽፃር የርኢ። እዚ ናይ ሪፖርት ካርድ ንዓኹም ዝጥዕመኩም ትልሚ ንምምራቕ ይሕግዘኩም።

ናይ ኣፈፃፀም ክባብታት	Coordinated Care	Community Health Plan of Washington	Molina Healthcare of Washington	UnitedHealthcare	Wellpoint (ቅድሚኡ ሕጺ Amerigroup)
ክንክን ምርኩብ	★☆☆	★★★	★★★	★★★	★★★
ጥዕና ደቂ ኣንስትዮን ኣዴታትን ምሕላው	★★★	★★★	★★★	★☆☆	★☆☆
ጥዕና ደቂ ኣንስትዮን ኣዴታትን ምሕላው	★★★	★★★	★★★★	★☆☆	★★★
ሕማም ምክልኻልን ምምሕዳርን	★★☆☆	★★☆☆	★★★	★★★	★★★
ግቡእ ዝኾነ ክንክን ምርግጋፅ	★★★★	★★★	★★★	★☆☆	★★★
ንህፃናት ዝቐረበ ናይ ክንክን ዕግበት	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★
ናይ ህፃናት ትልሚ ዕግበት	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★

ቁልፊ፡ ምስ ኩሎም Apple Health ትልሚታት ከነፃፀር ከሎ ኣፈፃፀም	
ካብቲ ዝግባእ ንላዕሊ	★★★★
ማእኸላይ	★★★
ትሕቲ ኣቲ ዝግባእ	★☆☆

እዞም ውፅኢታት ካብ ትልሚ ጥዕናን ኣብ 2023 ካብ ኣባላት ትልሚ ጥዕና ዳህሳስ ዝተኣከበ መሰረት ዝገበረ እዩ። (ገለገለ ኣብ ክንክን ምርኩብ ምድብ ኣብ ጥቕሚ ዝወዳሉ መረዳኢታት ካብ 2022 እዮም)።

እዞም መረዳኢታት ንምርግጋፅ ናፃ ብዝኾነ ኣዲተር ተገምጊሞም እዮም።

ናይ ጥዕና ትልሚ ኣፈፃፀም ውፅኢታት ብዘለዎም ናይ በዝሒ ኣባላት ኣፈላላይ መሰረት ወይ ናይ ኣገልግሎት ክልል ኣይተስተኻኸሉን።

ናይ ኣፈፃፀም መግለጺ

ክንክን ምርኩብ

- ኣባላት ዶክተር ይረኽቡ
- ኣባላት እቲ ዝደልዩም ኣገልግሎት ኣብ ዝደልዩም ግዜ ከም ዝረኅቡ ሪፖርት ገይሮም

ጥዕና ህፃናት ምሕላው

- ኣብዚ ትልሚ ዘለው ህፃናት ልሙድ ዝኾነ ምርመራ ይግበረሎም
- ህፃናት ኣገደስቲ ዝኾኑ መከላኸሊ ሕማማት ይረኽቡ
- ህፃናት ክሓሙ ከለው ግቡእ ዝኾነ ደረጃ ክንክን ይረኽቡ

ጥዕና ደቂ ኣንስትዮን ኣዴታትን ምሕላው

- ደቂ ኣንስትዮ ኣገዳሲ ዝኾነ ናይ ጥዕና ምርመራ ይረኽባ ፣ ከም መርመራ ካንሰር ማሕጸን ዝኣመሰለ
- ሓደሽትን ነፍሰፀር ኣዴታት ዘድልዩን ክንክን ይረኽባ

ሕማም ምክልኻልን ምክራፃር

- እዚ ትልሚ ኣባላት ከም ኣዝማ፣ ናይ ደም ፀቕጢ ምውላኽ ወይ ሸኩር ዝኣመሰሉ ናይ ነዊሕ እዋን ሕማማት ንክቆፃፀሩ ይሕግዝ
- እዚ ትልሚ ብምርመራን ግቡእ ብዝኾነ ክንክን ሕማም ይንኪ

ግቡእ ዝኾነ ክንክን ምርኩብ

- ኣባላት ንዘለዎም ኩነታት እቲ ኣዝዩ ግቡእ ዝኾነ ክንክንን ሕክምናን ይረኽቡ

ንህፃናት ዝቐረበ ናይ ክንክን ዕግበት

- ኣባላት ዝለዓለ ናይ ሓካይም፣ በዓል ሞያታትን ብሓፈሻ ክንክን ዕግበት ምስ ናይ ህፃናት ትልሚ ሪፖርት ይገብሩ

ናይ ህፃናት ትልሚ ዕግበት

- ኣባላት ናይ ዓማውል ኣገልግሎት ሓፈሻዊ ትልሚ ዝለዓለ ደረጃ ሪፖርት ይገብሩ

መሰልካን ግብአትን

ብመሰረት ሕገ ብዛዕባ እቲ እትረኽቦ ናይ ጥዕና ክንክን ኣገልግሎት መሰል ኣለካን ከምኡ ድማ ዘየድልዩ ወፃኢታት ንምንካይን ጥዕናኻ ንምሕላውን ንምምሕያሽ ግብአ ኣለካ። ናይ ጥዕና ትልምኻ ክትስእን ትኽእል ኢኻ። ናይ ኣቕራቢ ቆይታታት ካብ ተዘይታሊኻ፣ ምስ ናይ ቀዳማይ ደረጃ ናይ ክንክን ኣቕራቢ ካብ ተዘይታሊቢሮካን ብኻልኦት ምኽንያታት እዚ ክኸውን ይኽእል። ብኸብረትካ ተወሳኺ መረዳኢታ እንተድኣ ደሊኻ ርኽብና።

እዞም ዝስዕቡ መሰላት ኣለካ፡

- ሕክምና ምቕዋም ሓዊሱ ናይ ጥዕና ክንክን ውሳኔ ኣብ ምውሳኔ ምሕጋዝ።
- እቲ ወፃኢ ብዘየገድስ ብዛዕባ እቶም ዘለው ናይ ሕክምና መማረፅታት ሓበሬታ ምርካብ።
- ኣብ ናይ ጥዕና ትልምኻ ካብ ካልእ ኣቕራቢ ካልኣይ ርእዮ ምርካብ።
- ብዙሕ እንክይተፀበኻ ኣገልግሎት ርኽብ
- በኽብር ምትእንጋድ። ኣድልዎ ኣይፍቀድን እዩ። ዝኾነ ሰብ ብመሰረት ዘርእዮ ሕብረ፣ መበቆል ሀገር፣ ይታዊ ድልዎት፣ ዕድመ፣ ሃይማኖት፣ ዓሌት ወይ ሰንክልና ብፍሉይ ወይ ብዘይግባእ መንገዲ ክረኣይ የብሉን።
- ዝኾነ ዓይነት ሳዕቤን እንተይበፅሓካ፣ ብናፅነት ብዛዕባ ናይ ጥዕና ክንክን ኣትቶታትካን ምዝራብ።
- ክንክንካ ዝምልከቱ መረዳኢታት ብምሽጥር ክተሓዙን ክሕለውን።
- ናይ ሕክምና መረዳኢታ ቅዳሕ ምሕታትን ምርካብን።
- ኣድላይ ክኸውን ከሎ ኣብ ናይ ሕክምና መረዳኢታኻ ዝተገበሩ ምትዕራፊታት ምሕታትን ምርካብ።
- ብዛዕባ እዞም ዝስዕቡ መረዳኢታ ምሕታትን ምርካብን፡
 - » ናይ ጥዕና ሽፋንካን ሽፋን ዘለዎም ኣገልግሎታት።
 - » ኣቕራቢኻን ንስፔሻሊስትን ካልኦት ኣቕራቢቲ ብኸመይ ሪፈር ይግበር።
 - » ናይ ጥዕና ትልምኹም ንናይ ኣካላውን ባህርያውን ክንክንኻ ኣቕራቢኹም ብኸመይ ይኸፍል።
 - » ኩሎም ናይ ክንክን መማረፅታትን ንምንታይ ገለገለ ዓይነት ክንክን ትረክብ።
 - » ጥርዓን ወይ ብዛዕባ ክንክንካ ጥርዓን ኣብ ምምላእ ሓገዝ ብኸመይ ትረክብ።
 - » ፖሊሲ፣ ከይዲ፣ ናይ ኣፈጻጸማ መመርሒን ለውጢ ብኸመይ ሓሳብ ከም እትህብ ሓዊሱ ናይ ጥዕና ትልሚ ትካላዊ መስርሕ።
- ተነኣሰ ብዓመት ናይ ኣባላት መሰልን ግብአን ብፅሑፍ ምርካብ። መሰልካ ናይ ኣእምሮ ጥዕናን መድኣኒት ብዘይ ኣግባብ ምውሳድ ኣገልግሎት ክንክን ጥዕና የካትት።
- ናይ ሓደጋ እዋን ዝርዝር ቁፅሪ ተሌፎኖት ምርካብ።
- ናይ ኣእምሮ ወይ ኣቕዲሙ ዝወሃብ ናይ ሕክምና መመርሒ ቅጥዒ ኣብ ምምላእ ሓገዝ ምርካብ።

ውልቀ ሓላፊነቶም ን፡

- ሕክምና ምቕዋም ሓዊሱ ናይ ጥዕና ክንክን ውሳኔ ኣብ ምውሳኔ ምሕጋዝ።
- ቆፀሮ ምኽባርን ሰዓት ምኽባር። ቆይታ እንተድኣ ሰራዝካ ወይ ክትዝንግዕ እንተድኣ ኮይንካ ናብ ናይ ኣቕራቢ ፅሕፈት ቤት ደውል።
- ንዓኻ ኣገልግሎት ስለዝሃቡኻ ክፍሊት ንኽክፈሎም ንኣቕራቢኻ ግብአ ዝኾነ መረዳኢታ ምሃብ።
- ንኣቕራቢኻ ልክዕ ንስኻ ከምቲ እትደልዮ ክብሪ ንዕኡም እውን ሃብም።
- ናብ ኩሎም ቆይታታትካ ናይ ኣገልግሎት ካርድኻን ናይ ጥዕና ትልምኻን ሒዝኻ ምፃእ።
- ብዛዕባ ናይ ጥዕና ትልምኻን እንታይ ዓይነት ኣገልግሎታት ከም ዝሸፈኑ ፍለጥ።
- ክትደሊ ከለኻ ናይ ጥዕና ክንክን ኣገልግሎት ተጠቐም።
- ናይ ጥዕና ፀገምካ ምፍላጥን ብዝተኸለለ መጠን ስምምዕ ኣብ ዝተገበረሎም ናይ ሕክምና ሽቶታት ምስታፍ።
- እቲ ዘድልዩካ ክንክን ንምርካብ ንኣቕራቢኻን ንናይ ጥዕና ትልምኻ ብዛዕባ ጥዕናኻ ሙሉእ መረዳኢታ ሃብ።
- ኣብ ዝተሰማማዕኻሉ ክንክን ናይ ኣቕራቢኻ መምርሒ ተኸተል።
- ናይ ጥዕና ኣገልግሎታት ብዝግባእ ምጥቃም። እንተዘይኮይኑ ኣብ ናይ ተሓክምቲ ገምጋምን ተዛማዲ መደብ ክትምዝገቡ ትኽእሉ ኢኹም። ኣብዚ መደብ፣ ንሓደ ቀዳማይ ደረጃ ናይ ክንክን ኣቕራቢ፣ ሓደ ፋርማሲ ንቑፅፅር ዝግበረሎም መድኣኒታት ሓደ ዝመልእን ንናይ ሓደጋ እዋን ዘይኮኑ ክንከናት ሓደ ሀሰፒታል ይምደበልኩም። ኣብ ተመሳሳሊ ትልሚ እንተነኣሰ ን12 ኣዋርሕ ክትፀንሕ ይገረባእ።
- መጠን ስድራኻ እንተድኣ ተለዊጡ (ከም ጥንሲ፣ ወሊድ፣ ቆልዑ ምዕባይ) ወይ ኩነታት እንተድኣ ተለዊጦም (ከም ሓደሽ ኣድራሻ፣ ኣብ ኦቶት ለውጢ ወይ ን Medicare ወይ ካልእ ኢንሹራንስ ብቑፅ እንተኮይንካ) ብቕልጡፍ ክተፍልጠና ይግባእ።
- ናይ Healthplanfinder ገፅ መርበብ wahealthplanfinder.org ብምጥቃም ሽፋንካ ክትሕድስ ትኽእል ኢኻ። እዚ መርበብ ሓበሬታ ኣብ ሒሳብካ ለውጢ ከምዘሎ ንምሕባር ክትጥቀመሉ ይገባእ።

ብናይ ጥዕና ትልምኻ ሕጉስ እንተድኣ ዘይኮይንካ

ንስኻ ወይ ሕጋዊ ወኪልካ ጥርዓን ናይ ምምላእ መሰል ኣለካ። ጥርዓን፣ ፅርዮት ክንክን ወይ ብቲ ሓኪም ወይ ናይ ጥዕና ትልምኻ ብኸመይ ከም ዝተኸናኸኑኻ ብቃልካ ወይ ብፅሑፍ እተቐርቦ እዩ። ጥርዓን ምስ መላእኻ፡

- ናይ ጥዕና ትልምኻ ብስልኪ ወይ ብደብዳቤ ጥርዓንካ ከም ዝበፅሖ ኣብ ውሽጢ ክልተ ናይ ስራሕ ዕለታት ክሕበረልካ ኣለዎ።
- ዘለካ ሕቶታት ብቕልጡፍ ካብ ልዕሊ 45 መዓልታት ኣብ ዘይበለፀ ግዝ ክፍታሕ ይግባእ።

ናይ ጥዕና ትልምኻ ጥርዓን ኣብ ምምላእ ክሕግዝካ ይግባእ።

ናይ ጥዕና ትልምኻ በቲ ዝወሰኖ ናይ ሕክምና ውሳኔ ሕጉስ እንተድኣ ዘይኮይንካ

እቲ ሕጋዊ ውክልና ዘለዎ ተወካሊ ኣብ ውሽጢ ሰሳ (60) ናይ ስራሕ መዓልታት ብቃል ወይ ብፅሑፍ ይግባይ ናይ ምሕታት መሰል ኣለዎ። ይግባይ፣ ናይ ጥዕና ትልምኻ ብዛዕባ ሽፋን ወይ ናይ ዝተሸፈነ ናይ ሕክምና ኣገልግሎት ክፍሊት ብዝምልከት ዝወሰንዎ ውሳኔ ዳግማይ ንኸርእ እተቐርቦ ጥርጓን እዩ።

- ትልምኻ እቲ ውሳኔኡም ብፅሑፍ ክፍልጡኻ እዮም። ኣብቲ ውሳኔ ይግባይ ትሓትት እንተድኣ ደሊኻ፣ ናይ ጥዕና ትልምኻ ብኸመይ ይግባይ ከም ትሓትት ዘመላኸት መረዳኢታ ከካትት እዩ።
- ናይ ጥዕና ትልምኻ ይግባይ ሕቶኻ ከም ዝተቐበለ ኣብ ውሽጢ 5 ቀናት ክፍልጠካ ይግባእ።
- ዘለካ ሕቶታት ብቐልጡፍ ካብ 28 መዓልታት ኣብ ዘይነውሐ ግዜ ክምለሱ ይግባእ።

ናይ ጥዕና ትልምኻ ናይቲ ውሳኔ ምልክታ ክህቡኻን ይግባይ ንኸትሓትተት ክሕግዞኻ ይግባእ።

ህፁፅ እዩ? ኣብ ውሳኔ ይግባይ እንተሓትትካን ህፁፅ ዝኾነ ኣካላዊ ወይ ባህርያዊ ናይ ጥዕና ኩነታት እንተጋጠሙካ፣ ንሸኻ ወይ ኣቕራቢኻ ዝተቐለጠፉ (ህፁፅ) ገምጋም ወይ ከይዲ መጋባእይ ንኸግበር ክትሓትት ትኽእል። ናይ ሕክምና ኩነታትካ ዝሓቶ እንተድኣ ኮይኑ፣ ኣብ ውሽጢ ሰለስተ ናይ ስራሕ መዓልታት ውሳኔ ክውሰን እዩ። ኣብዞም ከይድታት ተወሳኺ ዝርዝር መረዳኢታት ንምካብ ናብ ናይ ኣባላት ማንዋል ተወከሱ።

ብዛዕባ ምሽጥራውነት

ናይ ኣገልግሎት ካርድኹም ብዘይካ ስምኩም ናይ ProviderOne ዓሚል ቁፅርን ዝተውህበሉ ዕለት ውልቃዊ መረዳኢታ ኣይሕዝን፡ እቲ ካርድ እንተድኣ ተሰሪቐ ወይ ጠፊኡ ውልቃዊ ምሽጥርኩም ዝተሓለወ ይኸውን። ናይ ኣገልግሎት ካርድኹም ንምትካእ ሰበሰልጣን ክንክን ጥዕና ወይ ናይ ጥዕና ትልምኹም ውልቃዊ መረዳኢታ ንምሕታት ብቐጥታ ኣይረኽበኩምን። ከም ማሕበራዊ ድሕንነት ቁፅሪ ዝኣመሰሉ ውልቃዊ መረዳኢታት ብስልኪ ወይ ብኢሜል ንዝሓተኩም ሰብ ኣይትህቡ።

ብመሰረት ሕጊ ኩሎም ናይ ጥዕና ትልምታት ናይ ጥዕና መረዳኢታኹም ክሕልው ይግባእ። ናይ ጥዕና ትልምታትን HCA እቲ ዝተሓለወ ናይ ጥዕና መረዳኢታኹም ዝጥቀሙሎምን ንካልኣት ዘካፍሎ ንዓኹም ጥቕምታት ንምቕራብ እዩ፡ ሕክምና፣ ክፍሊት ንምክያድን ናይ ሕክምና ክንክን ከይድታት እዩ፡ ስለ ዝኾነ ድማ ብሕጊ ፍቐድ እዩ። ናይ ጥዕና ትልምታትን HCA ናይ ጥዕና መረዳኢታኹም ብምሽጥር ናይ ምሓዝ ሓላፍነት ኣለዎም።

ናይ HCA ምሽጥራውነት ፖሊሲ ንምንባብ ናብ hca.wa.gov ክዱ ብምቕጻል ኣብ ትሕቲ እዚ ገፅ «ምሽጥራውነት» (“privacy”) ዝብል ጠውቐ። ናይ ጥዕና ትልምኻ ናይ ምሽጥራውነት ፖሊሲኹም ምንባብ እንተድኣ ደሊኹም፣ ናይ ጥዕና ትልምኻ ኣባላት ኣገልግሎት ደውሉ ወይ ናይ ትልምኹም መርበብ ሓበሬታ ረኣዩ።

ንሕቶታትኩም ኣባይ ምላሽ ትረኽቡ

ብዛዕባ ዝኾነ ሕቶ እንተሃልዩካ፤	ፍልፍላትና
ናይ Washington Apple Health (Medicaid) ሽፋን	ኣንላይን: hca.wa.gov/apple-health
- ናይ ጥዕና ትልሚ ምቕያር - ንናይ ጥዕና ክንክን ኣገልግሎታት ብቐፅ ምኳን - ናይ ኣገልግሎት ካርድታት	- Apple Health ናይ ዓማውል ኣገልግሎት ብ 1-800-562-3022 ወይ ሕቶኹም ናብዚ ዝስዕብ ለኻኹ https://fortress.wa.gov/hca/p1contactus/ - ProviderOne ናይ ዓማውል ፖርታል: https://www.waproviderone.org/client
- ኣቕራቢ ምምራፅ - ናይ ሽፋን ኣገልግሎት - ናይ ሕክምና ክንክንኩም - ናይ ባህርያዊ ጥዕና ክንክንካ - ናብ ስፔሻሊት ሪፈራል - ካርዲ ናይ ጥዕና ትልሚ	ናይ ጥዕና ትልሚኹም፡፡ ናይ ጥዕና ትልሚ ቴሌፎን ቁፅሪ ኣብዚ ማንዋል ገፅ 5 ተዘርዚሩ ኣሎ፡፡
ኣታዊ፣ ናይ ኣቕራቢ ኩነታት፣ ጥንሲ፣ ምውላድ ወይ ቆልዑ ምዕባይ ዝኣመሰሉ ናይ ሒሳብ ለውጢ፡፡	ንህፃናት፣ ነፈሰ ዶራት፣ ሓዳር ዘይብሎም ዓበይቲ ሰባትን ወለድን/ተኸናኸንትን ሽፋን፡ - ኣንላይን: wahealthplanfinder.org 1-855-923-4633 (TTY/TDD ናይ ተጠቀምቲ 1-855-627-9604) ደውሉ ወይ ዕድምኡም ንዝደፍኡ፣ ዓይነ ስውራት ወይ ስንክልና ዘለዎም ወይ ናይ ነዊሕ እዋን ኣገልግሎት ወይ ሓገዝ ዝደልዩ ሰባት ሽፋን፡ - ናይ DSHS ዓማውል ኣገልግሎት ቤት ፅሕፈት (CSO) ወይ ናብ ዋሽንግተን መራኽቢ washingtonconnection.org ክድ፡፡

ንሓገዝ ክትድውል ከለኻ መረዳእታ ንክትረክብ ኣብ ታሕቲ ኣቕረብትኻ ደውል፡፡

	ስምን ከባቢ	ቁጽሪ ተሌፎን
ሓኪም		
በዓል ሞያ		
በዓል ሞያ		
በዓል ሞያ		
ፋርማሲ		
ፋርማሲ		
ሆስፒታል		
ኣማኻሪ		

HCA ንምዕረ ተበዓሕነት ውፉይ እዩ፡፡ መንበሪ ወይ መረዳእታ ብኻልእ ቅዲ እንተድኣ ደሊኻ፣ ብክብረትካ ናብ 1-800-562-3022 (TRS: 711) ደውል፡፡



P.O. Box 42719
Olympia, WA 98504-2719
HCA 19-046 TI (12/24) Tigrigna