Ogaysiiska Ku-dhaqanka Macluumaadka

Warbixintaan La Soo Wada Saaray ee Ogaysiiska Ku-Dhaqanka Macluumaadka (Ogaysiis) waxa uu kuu sharaxayaa sida warbixintaada caafimaadka loo isticmaalayo ee loo bixin karo iyo sida aad ku heli karto warbixintaas. Fadlan si taxadar leh u aqri. Ogaysiiskaan waxa kuu soo diyaariyay **Providence Health & Services (Providence)**, shaqaalaheeda iyo dhaqaatiirta kale (oo si wadajir ah halkaan lagu wacayo “anaga” ama “kuweena”).

Providence waxa uu ku ballanqaadayaa inuu ilaalin doono macluumaadka ku qoran warbixintaada caafimaadka

Waxaa uu sharcigu na farayaa inaanu badbaadino macluumaadka ku qoran Warbixinta Caafimaadka ee La badbaadiyo (caadi ahaana loo yaqaan PHI ama warbixinta caafimaadka) oo ay ku jiraan habka elekterooniga ah ee PHI. Waxaa sidoo kale nalaga doonayaa inaanu kuu soo sheegno waajibaadka sharciga iyo sida loogu dhaqmo macluumaadka quseeynaysa warbixintaada caafimaadka iyo inaanu raacno habka ku qoran Ogaysiiska, haddii aanay sharciyo ka adag iyo qodobo kale quseyn. Ogaysiiskaani waxa uu quseeyaa dhamaanba dhismayaasha Providence, adeegyada iyo barnaamijyada xanaanada caafimaadka ee lagu qabto.

Habka uu u shaqeeyo Ogaysiiskaan

Warbixinta habka macluumaadka ku qoran Ogaysiiskaan waxaa raacaya:

- Dhaqtar kasta oo xannaanada caafimaadka oo kugu daaweeya goobaheena caafimaadka.
- Dhammaanba dhismayaasha, qeybaha, iyo xarumaha, oo ay ku jiraan isbitaalada, xarumaha qaliinka, xanaanada guriga, klinigyada iyo xarumaha kale.
- Dhammaanba xubnaha sida shaqaalaha, shaqaalaha caafimaadka, tababartayaasha, ardayda, tabarucayaasha, iyo shaqsiyaadka kale ee aanu maamulno haddii lacag la siiyo iyo haddii kalaba.
- Dhaqaatiirta kale ee xannaanada caafimaadka ee ogolaaday inay raacaan Ogaysiiska Ku-Dhaqanka Macluumaadka.

Ogaysiiskaani waxa uu ku siinayaa warbixin tafatiran oo ah sida aanu u isticmaalayno iyo u bixin karno warbixintaada caafimaadka haddii aad noo ogolaato ama aadan noo ogolaanba iyo sido kale warbixin dheeraad ah oo ku saabsan xaquuqdaada qaaska ah ee quseeysa warbixintaada caafimaadka.

Isticmaalida iyo bixinta warbixintaada caafimaadka ee aanu sameeyn karno annagoon fasax kaa helin

Si Lagula Soo Xariiro: Warbixintaada waxaa laga yaaba inaanu u isticmaalno si aanu kula soo xariirno oo aanu ku xasuusino balamahaada, ku siino natiijada baaritaanka, kugu sheegno warbixinta daawooyinka ama aanu kaala talino faa'iidooyinka iyo adeegyada kale ee la xariira caafimaadka.

Daaweynta: Warbixintaada waxa laga yaaba in lala wadaago dhaqaatiirta kale ee caafimaadka ee ku qabanaya adeegyo xanaanada caafimaadka. Kuwaan waxaa ka mid ah iskuduwida xanaanadaada ee dhaqaatiirta xannaanada caafimaadka iyo siinta u diritaanka dhaqaatiirta kale ee xanaanada caafimaadka. Tusaale ahaan dhaqaatiirta xanaanada caafimaadka ee laga yaabo inay u baahdaan waxaa ka mid ah dhaqtarkaada, farmashiistaha, kalkaalisada, iyo dhaqatiirta kale sida tarabiistaha korka, dhaqaatiirta xannaanada guriga, shaqaalaha raajada. Waxaa laga yaaba inaanu elekteroonik ahaan la wadaagno warbixintaada dhaqaatiirta xannaanada caafimaadka si loo hubiyo inay u helaan warbixintaada sida ugu dhaqsaha badan ee maquulka ah si ay kugu daaweeyaan.

Waxaa laga yaaba inaanu la wadaagno warbixintaada caafimaadka xubnaha qoyskaada ama saaxiibada ku lugta leh inay kaa caawiyaan xannaanada caafimaadka. Waxaanu sidaas sameeynaynaa oo kaliya haddii aad adigu noo ogolaato ama aadan diidin, iyo waxaanu u sheegaynaa oo kaliya warbixinta ay u baahan yihiin si ay ku caawiyaan. Haddii aadan awoodin inaad ogolaato ama diido bixintaas, waxaa laga yaaba inaanu bixino warbixintaada xanaanada caafimaadkaaga haddii aanu u aragno inay muhiim u tahay xanaaneeyntaada muhiimka. Waxaa laga yaaba inaanu siino warbixintaada caafimaadka xubnaha qoyskaada, qaraabadaada, ama qofkii kale ee ku lug leh xanaanada caafimaadkaada ama lacag bixinta xanaanadaada caafimaadka markii aad dhimato haddii aanay sidaasi ka soo horjeedin waxyaabahii aad horay u codsatay.

Lacag Bixinta: Si aanu ku helno lacag bixinta adeegyada caafimaadka lagu qabtay, waxaa laga yaaba inaanu siino warbixintaada caafimaadka qeybta masuulka ka ah bixinteeda. Kuwaas waxaa ka mid noqon kara Medicare, Medicaid (ceymiska caafimaadka gobolka) ama shirikada ceymiskaada ama qorshaha caafimaadka ayaa laga yaaba inuu u baahdo warbixintaada sida adeegyada eegitaanka u qalmidaada, dib u eegida muhiiimada daaweeynta adeegyada caafimaadka ee lagu qabtay ama siinta ogolaashada adeegyada isbitaalka ama joogistiisa.

Hawlaha Xanaanada Caafimaadka: Warbixintaada caafimaadka waxaa laga yaaba in loo isticmaalo si aanu u caawino shaqooyinkeena iyo u hubino tayada adeegyada xanaanada caafimaadka ee lagu qabanayo. Qaar ka mid ah hawlahaas waxaa ka mid ah eegitaanka tayada, dib u eegida shaqaalaha, tababarka shaqaalaha caafimaadka, shahaado siinta iyo dalacsiinta, eegitaanka macluumaadka iyo baaritaanka hayada ilaalinta sharciga.

Waxaa laga yaaba inaanu la wadaagno PHI-kaada hayad saddexaad oo hawl qabanaysa sida qoraalka ama biilasha. Mararkaasna, waxaanu heshiisyo qoraal ah la leenahay hayadaas sadexaad ah inaysan isticmaali karin ama bixin karin warbixinta caafimaadka wixii aan ahayn sida u sharcigu u fasaxayo.

Waxaa kaloo laga yaaba inaanu isticmaalno warbixintaada (magaca, cinwaanka, taariikhda dhalashada, taariikhda daaweynta, natiijada) una isticmaalno adeegyadeena deeq aruuriska. **Waxaad xaq u leedahay inaad iskaga baxdo helitaanka la soo xariiridaas.** Haddii aadan doonayn inaad hesho waxyaabahaas, fadlan la soo xariir xafiiska ururkeena oo codso inaan waxyaabahaas lagu soo dirin.

Inaad diido mooyaane, magacaada iyo goobtaada waxaa laga yaaba in lagu daro diiwaanka bukaankeena. Haddii lagu daro, waxaanu la wadaagaynaa oo kaliya warbixintaada oo kooban, sida goobtaada isbitaalka iyo xaaladaada guud, qofkii na weydiya magacaada. Haddii aad go'aansato inaad noo sheegto diintaada oo aadan diidin, waxaa laga yaaba inaanu u sheegno magacaada iyo lambarka qolkaada wadaadka diintaada ama bulshada diimaha

Ogaysiiskaan waxa uu sidoo kale sharaxayaa habka loogu dhaqmayo macluumaadka ee Organized Health Care Arrangement ("OHCA") ee naga dhaxeeya anaga iyo hayadaha qaarkood oo ah dhaqaatiirta xanaanada caafimaadka ee u qalma iyo ururo. OHCA waxa u ogolaanayaa sharciga kala saaraya hayadaha sida ay u isticmaali karaan iyo u bixin karaan PHI-kaada iyagoo wada qabanaya howlo ay wadaagaan. Waxaanu ka qeyb galnaa heshiisyada noocaas oo kala ee hayadaha xanaanada caafimaadka kuwaasoo ogolaaday inay kawada shaqeeyaan si ay u fududeeyaan helitaanka warbixinta caafimaadka ee la xariirta xanaanada. Tusaale ahaan, haddii aad timaado isbitaalka qeybta degdegta oo aadan u sheegi karin warbixinta caafimaadkaada, OHCA waxa uu noo ogolaanayaa inaanu isticmaalno PHI-kaada ay hayso hayada ka qeyb galaysa OHCA si ay ku daaweeyso. Markii loo baahdo, helitaanka diyaarka ee PHI-gaadu waa xanaano ku wanaagsan. Waxaanu ku haynaa warbixinta caafimaadkaada habka xogta elekterooniga oo lala wadaago dhaqaatiirta kale ee xanaanada

caafimaadka ee ka qeyb galaya OHCA. Providence iyo xubnaha kale ee OHCA waa inay awoodaan inay wadaagaan inay si xoriyada u qeybsadaan warbixinta caafimaadka si ay ku daaweeyaan, lacag bixinta iyo ujeedooyinka hawlaha xannaanada caafimaadka, waxaanu la wadaagaynaa OHCA Ogaysiiskaan. Xubnaha OHCA waxa ay iskood u sameeyn karaan Ogaysiiskooda. Warbixinta hayadaha ku jira OHCA-geena, fadlan kala xariir Xafiiska Macluumaadka ee ku qoran Ogaysiiskaan.

Isticmaalada kale iyo bixinta laga yaabo inaanu sameeyno anaga oo <u>aan</u> fasax kaa helin

Waxaa jira habab fara badan oo warbixintaada caafimaadka loo isticmaali karo ama loo bixin karo iyadoon fasax laga helin. Guud ahaan isticmaalkaas ama bixintaas waxaa badanaa na faraya sharciga ama caafimadka bulshada iyo ujeedooyin nabadgelyada.

Markii Uu Sharcigu Na Farayo: Waxaa laga yaaba inaanu isticmaalno ama bixino warbixintaada caafimaadka markii uu sharcigu na farayo. Haddii ay midaasi dhacdo, waxaanu raacaynaa sharciga oo waxaanu bixinaynaa oo kaliya warbixinta muhiimka ah.

Caafimaadka Bulshada: Waxaa laga yaaba inaanu siino warbixintaada caafimaadka maamulka caafimaadka bulshada howlo caafimaadka bulshada la xariira dartood. Adeegyada caafimaadka bulshada waxaa ka mid ah ka hortaga ama ilaalinta cudurada, dhaawaca, curyaanimada, iyo ka jawaabida warbixinta waxyeelida, dayacaada ama dagaalka qoyska. Waxaa laga yaaba inaanu siino warbixintaada caafimaadka shaqsiga ama hayada la doonayo in loo sheego raadka xun (adverse events), dhibaatooyinka daawada, xumaanta waxsoosaarka bayoolajiga, ama alaabta dib loo celinayo, dayactirka ama bedelida. Wixii bixin ah ee noocaan la xariira waxaa loo sameeyn doona si waafaqsan sharciyada gobolka iyo federaalka.

La Socoshada Caafimaadka: Waxaa laga yaaba inaanu siino warbixintaada caafimaadka hayadaha la socoshada caafimaadka si ay u qabtaan adeegyada la socoshada ee sharcigu u fasaxayo, sida xisaabtanka, baaritaanka, iyo insbagshanka. Hayadaha la socoshada caafimaadka waxaa ka mid ah hayadaha dowlada ee la socda habka xanaanada caafimaadka, barnaamijyada caawinaada, barnaamijyada ay maamusho dowlada iyo ururada shacabka.

Habka Sharciga: Waxaa laga yaaba inaanu u isicmaalno ama aanu siino warbixintaada caafimaadka si aanu ugu jawaabno maxkamada ama amar maamul

ama dacwad socota, ama jawaab maxkamadeed, codsiga baaritaanka ama hab kale oo maxkamadeed.

Dhaqangelinta Sharciga: Waxaa laga yaaba inaanu u isticmaalno ama aanu siino warbixintaada caafimaadka hayadaha dhaqangelinta sharciga. Tusaale ahaan (1) ka jawaabida amar maxkamadeed; (2) bixinta warbixin kooban oo lagu aqoonsanayo ama lagu helayo danbiile; (3) bixinta warbixinta ku saabsan dhibane danbi; (4) sheegitaanka shakiga laga qabo inay dhimasho timid danbi dhacay daraadiis ah; (5) sheegida danbi ka dhacay dhismaheen; iyo (6) dhacdooyinka daawada ee degdegta ah, ee loo maleeynayo inay tahay danbi dhacay.

Ka-hortagidda Dhibaato Qatar ah: Waxaa laga yaaba inaanu isticmaalno ama bixino warbixintaada caafimaadka haddii aanu aaminsan nahay inay haboon tahay inaanu isticmaalno ama bixino iyadoo lagama maarmaan u ah in laga hortago ama la badbaadiyo dhibaato qatar ah iyo dhibaato muuqata oo caafimaadka ama nabadgelyada qof kale ama bulshada la xariirta. U sheegitaankaas waxaa kaliya oo la siinayaa qofka ay maquulka tahay inuu badbaadiyo ama yareeyo dhibaatadaas.

Dhaqtarka Meydka, Agaasimaha Aaska, Ku-dDeeqidda Xubnaha: Waxaa laga yaaba inaanu siino warbixintaada caafimaadka dhaqtarka meydka ama baaraha meydka ujeedooyin aqoonsi daraadood, aqoonsiga sababta dhimashada, ama habab kale oo sharcigu na farayo. Waxaa laga yaaba inaanu warbixintaada caafimaadka siino agaasimaha aaska si loogu ogolaado asaga ama iyadu inay qabaan hawshooda. Waxaa laga yaaba inaanu bixino warbixintaada caafimaadka si aanu u fududeeyno ku deeqida bixinta xubno korka, isha ama unug kala.

Baaritaanka: Waxaa laga yaaba inaanu siino warbixintaada caafimaadka baarayaasha, kuwaaso noo xaqiijiyay in baaritaankaas ay ogolaatay Gudiga Dib u eegida iyo Gudiga Sirta, iyo in habka baaritaankaas la ogolaaday inuu ilaalinayo sirtaada. Waxaa laga yaaba inaanu siino warbixintaada xanaanada caafimaadka dadka diyaarinaya barnaamijka baaritaanka.

Adeegyada Militariga iyo Nabadgelyada Qaranka: Waxaa laga yaaba inaanu u siino warbixintaada caafimaadka shaqaalaha ciidamada qalaba sida: (1) adeegyada loo arko inay muhiim u yihiin haboonaanta amarka madaxda militariga; (2) Ujeedo eegitaanka u qalmidaada Caawinaada Qeybta Arimaha Ciidamada; ama (3) Maamulka ciidamo ajnabi ah haddii aad xubin ka tahay ciidamadaas ajnabiga. Waxaa kaloo laga yaaba inaanu siino warbixintaada caafimaadka shaqaalaha federaalka ee fasaxa u haysta inay qabtaan howlo la xariira nabadgelyada qaranka iyo adeegyada qarsoodiga, oo ay ku jiraan qeybta

adeegyada badbaadinta Madaxweynaha ama madaxda kale ee sharciga ee fasax u leh inay helaan warbixintaas.

Maxaabiista/La-xirayaasha: Waxaa laga yaaba inaanu siino warbixintaada caafimaadka hayadaha dhaqan celinta ama saraakiisha dhaqangelinta sharciga haddii aad tahay maxbuus xabsiga ku jira ama lagu soo xiray oo wabixintaasi ay muhiim u tahay in lagu daaweeyo ama la badbaadiyo caafimaadkaada iyo nabadgelyadaada, maxaabiista kale, shaqaalaha hayada dhaqan celinta ama dadka kale.

Magdhawga Shaqaalaha: Waxaa laga yaaba inaanu siino warbixintaada caafimaadka inta muhiimka u ah si loo raaco sharuucda magdhowga shaqaalaha iyo banaamijyada noocaas oo kala ee sharcigu sameeyay.

Badbaadinta Dhibaatooyinka Dabiiciga: Waxaa laga yaaba inaanu bixino warbixintaada xanaanada caafimaadka si lagu caawiyo hawlaha badbaadada dhibaatooyinka dabiiciga si qoyskaada iyo saaxiibadaa loogu sheego dhibaatadaada, xaaladaada, iyo goobta.

Isticmaalida iyo bixinta warbixintaada caafimaadka ee aanu sameeyn karno anaga oo aan fasax <u>kaa</u> haysan

Isticmaalida qaarkood iyo bixinta warbixintaada caafimaadka, oo ay ku jiraan suuq geynta, gadida warbixinta caafimaadka ama bixinta qoraalada psychotherapy-ga, waxaa la sameyn karaa oo kaliya haddii laga helo ogolaansho qoraal ah. Waxaad dib ula noqon kartaa ogolaanshadaas qoraalka waqtigii aad doonto, wixii aan ka ahayn meelihii aan horey ficil uga qaadnay ee la xariira ogolaanshadaas.

Isticmaalidda iyo bixinta aan lagu soo sheegin Ogaysiiskaan waxaa la sameyn karaa oo kaliya haddii ogolaansho qoraal ah laga helo.

Sharciyada Federalka iyo kuwa gobolka ayaa laga yaaba inay saaraan xadayn kale oo dheeraad ah sida loo bixin karo warbixintaada caafimaadka ee muqaadaraadka ama barnaamijyada daaweynta aalkolada, cudurada la is qaadsiiyo ee galmada, ama barnaamijka daaweynta caafimaadka maskaxda. Markii uu sharcigu na farayo, waxaanu ka qaadan doonaa fasaxaada ka hor inta aanan bixin warbixinta noocaan oo kala.

Xaquuqdaada

Xaquuqdaada Codsiga Xayiraada: Waxaad xaq u leedahay inaad na weydiisato inaanu xayiraad ku sameeyno habka loo isticmaalayo ama loo bixin karo

warbixintaada caafimaadka ee daaweeynta, lacag bixinta, ama qaliimada xanaanada caafimaadka. Waxaanu eegi doona codsigaada laakiin naloogama baahna inaanu kugu raacno xayiraadaas (wixii aan ka ahayn kuwa hoos lagu sheegay). Haddii aanu ogolaano xayiridaas, uma aanu isticmaali doono ama bixin doono warbixintaada caafimaadka si ka soo hor jeeda xayiridaas, haddii aan si degdeg ah loogu baahnaan. Xayiraadu haddii aanay suuragal ahayn, waanu ku soo sheegi doona.

Xaquuqdaada Xayiraada Ceymiska Caafimaadka: Waxaad si qoraal ah u codsan kartaa, waqtiga howshaas lagu qabanayo, inaan loo sheegin ceymiskaada caafimaadka warbixintaada markii aad adiga jeebkaada ka bixiso adeegyada caafimaadka ee lagu qabtay. Waa inaanu kugu raacnaa inaanan siin warbixintaada ceymiska caafimaadka haddii sharuudaha qaarkood la soo buuxiyo.

Wada Xariirka Qarsoodiga: Waxaanu si macquul ah wax uga qabanaynaa codsigaada ah inaanu kula soo xariirino warbixintaada caafimaadka habab kala duwan ama goobo kale. Tusaale ahaan, Haddii aad ceymiska caafimaadka ku jiro laakiin aadan ahayn qofka ka masuulka ah, oo aad doonayso in warbixintaada caafimaadka lagugu soo diro ciiwaan kale oo ka duwan kan qofka ka masuulka ah ceymiska, badanaa sidaas waanu sameeyn karnaa.

Ogaysiinta Jabinta: Waxaad xaq u leedahay in laguu soo sheego haddii la jabiyo warbixintaada caafimaadka sida uu na farayo sharcigu.

Helitaanka Warbixintaada Caafimaadka: Waxaad xaq u leedahay inaad koobi ka heso warbixintaada caafimaadka ee aanu hayno, iyadoo leh xadayn sugan. Waxaad si qoraal ah u soo codsan kartaa warbixintaada oo waxaad soo codsan kartaa koobiga warbixintaada oo ah hab elektroonik ah. Waxaanu xaq u leenahay inaanu kugu soo dalacno qarash maquul ah oo ah qarashka soo saaritaanka iyo siinta warbixintaada caafimaadka. Waxaad xaq u leedahay inaad codsato in warbixintaada caafimaadka loo dir qofkii aad doonto ama hayad kale, sida dhaqtar kale, xanaano bixiye ama habka xogta shaqsiga ee online-ka ah.

Wax Ka Badalida Warbixintaada Caafimaadka: Waxaad xaq u leedahay inaad na soo weydiisato inaanu wax ka badalno wixii warbixintaada caafimaadka. Codsigaan wax ka badalidaa waa inuu qoraal ahaada oo aad u soo dirtaa qeybta xogta caafimaadka ee isbitaalka. Waxaa laga yaaba inaanu diidno codsigaada xaaladaha qaarkood, sida markii warbixintaada caafimaadku uu sameeyay dhaqtar kale ama marka aanu u aragno in warbixintaada caafimaadku ay tahay mid sax ah oo dhamaystiran. Wixii diidmo ah waxay noqon doonan kuwo qoraal

ah. Waxaad xaq u leedahay inaad racfaan ka qaadato diidmadeena adigoo soo qoraaya cadeeyn qoraal ah oo aad nagu diidan tahay.

Xisaabida Bixinta Qaarkeeda: Waxaad xaq u leedahay liiska bixinta aanu ku sameeynay warbixintaada caafimaadka, wixii aan ka ahayn bixinta aanu u sameeynay daaweeynta, lacag bixinta, ama adeegyada xannaanada caafimaadka, ama bixinta aanu sameeynay anagoo raacayna fasaxaadaada. Nooca bixintaas caadi ahaan waxaa ku qoran liiska bixinta loo sameeyay ujeedooyinka caafimaadka bulshada ee qasabka, hayadaha dhaqangelinta sharciga, ama sheegitaanka kale ee nalooga baahan yahay sida shahaadooyinka dhalashada ama dhimashada.

Sameeynta Xaquuqdaada: Si aad u sameeyso mid ka mid ah xaquuqda kor ku qoran ama haddii aad doonayso inaad ula wadaagto wixii warbixintaada caafimaadka ku saabsan qof kale wixii aan ka ahayn sababaha halkaan ku qoran, la soo xariir qeybta ku haboon ee rikoorka caafimaadka.

Su'aalaha iyo Dacwadaha

Haddii aad s'aalo ama wax welwel ah ka qabto in wax ku saabsan xaquuqda sirtaada la jabiyay, falan kala soo xariir sarkaalkeena sirta **1-(800) 628-PROV (800-628-7768)**. Waxaad sido kale xaq u leedhay inaad dacwadaada u gudbiso Wasaarada Caafimaadka iyo Adeegyada Bulshada:

Office for Civil Rights (Xafiiska Xaquuqda Shacabka) – AK, WA, OR, MT
U.S. Department of Health and Human Services
2201 Sixth Avenue - M/S: RX-11
Seattle, WA 98121-1831

Office for Civil Rights (Xafiiska Xaquuqda Shacabka) – CA
U.S. Department of Health and Human Services
90 7th Street, Suite 4-100
San Francisco, CA 94103
Wax ka aargoosasho ah laguma sameeyn karo haddii aad dacwad sameeyso.

Isbedelada Loo Dhan yahay ee Ogaysiiska Ku-Dhaqanka Macluumaadka

Waxaanu xaq u leenahay inaanu wax ka badalno qodobada Ogaysiiska waqti walba. Hab cusub oo Ogaysiis ah ayaa dhaqan gelaya oo ah inuu dhamaanba badbaadiyo warbixinta caafimaadka ee aanu hayno. Waxaad ka eegi kartaa koobiga hada ee Ogaysiiska web sid-keena ah **www.providence.org**, ama ka

codsan kartaa koobiga hada qeybta xogta caafimaadka, sargaalka sirta, ama shaqaalaha qoritaanka waqti walba.