

## SeniorCare Complete (HMO D-SNP) Buug-gacmeedka Xubinka

**Janaayo 1 - Disembar 31, 2026**

**Caymiskaaga caafimaadka ee Medicare iyo Medical Assistance, adeegyada iyo taageerooyinka muddada dheer, iyo caymiska daawooyinka ee aad ku helayso SeniorCare Complete.**



**Haddii su'aalo qabtid, fadlan wac Adeegyada Macaamiisha ee callSeniorCare Complete Wicitaanka Bilaashka ah: 1-866-567-7242, Isticmaaleyaasha TTY wac 1-800-627-3529 ama 711.**

Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo, Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo, 7 maalmood usbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka waa bilaash. **Si aad u hesho xog dheeraad ah, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).**

NO ENGLISH



1-866-567-7242

TRS: 711

ATTENTION: If you speak English, free language assistance services are available to you free of charge and without unnecessary delay. Additionally, appropriate auxiliary aids and services to provide information in accessible formats are available free of charge and in a timely manner. Please call the number above or speak to your provider. English

ማሳሰቢያ:- አማርኛ ተናጋሪ ከሆኑ ፤ ነጻ የቋንቋ ድጋፍ አገልግሎቶች ካለምንም ክፍያ እና ካለአላስፈላጊ መዘግየት ማግኘት ይችላሉ። በተጨማሪም መረጃን በቀላሉ ለማግኘት በሚያስችል ቅርጽ ለማቅረብ ተገቢ የሆኑ የመስማት ድጋፍ እና አገልግሎቶች ከክፍያ ነጻ በሆነ እና ግዜውን በጠበቀ መልኩ ማግኘት ይችላሉ። እባክዎ ከላይ ባለው ቁጥር ይደውሉ ወይም አቅራቢዎን ያነጋግሩ። Amharic

تنبيه: نقدم لمتحدثي اللغة العربية خدمات مساعدة لغوية مجانية وفورية، بالإضافة إلى وسائل وخدمات مساعدة مناسبة، وبصيغة معلومات سهلة بدون تكلفة وبشكل سريع. يرجى التواصل على الرقم الموضح أعلاه أو مراجعة مقدم الخدمة المباشرة. Arabic

သတိပြုရန် - အကယ်၍ သင်သည် မြန်မာဘာသာစကား ပြောဆိုသူဖြစ်လျှင် အခမဲ့ ဘာသာစကားဆိုင်ရာ ပံ့ပိုးထောက်ပံ့ပေးမှု ဝန်ဆောင်မှုများအား မလိုအပ်သည့် နှောင့်နှေးကြန့်ကြာမှုများ မရှိစေဘဲ သင် အခမဲ့ ရရှိနိုင်မည် ဖြစ်သည်။ ထို့ပြင် အချက်အလက်များအား အလွယ်တကူ ဝင်ရောက်ရယူနိုင်စေသော ဖောမတ်ပုံစံများဖြင့် ထောက်ပံ့ပေးထားသည့် သက်ဆိုင်ရာ ဖြည့်စွက် ထောက်ပံ့မှုများနှင့် ဝန်ဆောင်မှုများကိုလည်း အခမဲ့ အချိန်မ ရရှိနိုင်စေရန် စီမံပေးထားပါသည်။ ကျေးဇူးပြုပြီး အထက်ဖော်ပြပါ ဖုန်းနံပါတ်သို့ ခေါ်ဆိုပါ သို့မဟုတ် သင်၏ ထောက်ပံ့သူဖြင့် ပြောဆိုဆွေးနွေးပါ။ မြန်မာဘာသာစကား Burmese

၈

យកចិត្តទុកដាក់៖ ប្រសិនបើអ្នកនិយាយភាសាខ្មែរ (ខ្មែរ) សេវាកម្មជំនួយភាសាភាគតិចត្រូវបានផ្តល់ជូនអ្នកដោយមិនគិតថ្លៃ និងដោយគ្មានការពន្យារពេលមិនចាំបាច់ឡើយ។ លើសពីនេះ ជំនួយ និងសេវាកម្មដែលសមស្របក្នុងការផ្តល់ព័ត៌មានក្នុង ទម្រង់ដែលអាចចូលប្រើបានគឺអាចរកបានដោយឥតគិតថ្លៃ និងទាន់ពេលវេលា។ សូមហៅទូរសព្ទទៅលេខខាងលើ ឬនិយាយជាមួយអ្នកផ្តល់សេវារបស់អ្នក។ ភាសាខ្មែរ (ខ្មែរ) Cambodian (Khmer)

注意：如果您說簡體中文，您可以免費獲得語言協助服務，且不會有不必要的延誤。此外，還能免費及時獲取以無障礙格式提供資訊的適當輔助工具和服務。請撥打上面的電話號碼，或與您的服務提供商溝通。 Cantonese (Traditional Chinese)

ATTENTION : Si vous parlez français, des services d'assistance linguistique gratuits sont à votre disposition, sans frais et sans délai. En outre, des aides et services auxiliaires appropriés pouvant fournir des informations dans des formats accessibles sont disponibles gratuitement et rapidement. Veuillez appeler le numéro ci-dessus ou contacter votre fournisseur. French

CEEB TOOM: Yog koj hais lus Hmoob, muaj kev pab txhais lus dawb rau koj siv. Koj tsis tas them nqi thiab yuav tsis qeeb. Kuj muaj cuab yeej thiab kev pab los pab koj nyeem cov ntaub ntawv kom yooj yim nkag siab. Koj hu tau rau tus xov tooj saum toj no lossis nrog koj tus kws kho mob tham. Hmong

NO ENGLISH



1-866-567-7242

TRS: 711

ဟ်သုဉ်ဟ်သး- နမ့ၢ်ကတိၤကညီကိၣ်အဃိ, နမၤန့ၢ် ကိၣ်တၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢၤ လၢတလၢ်ဘျုးလၢ်စ့ၤ ဒီးတအိၣ်ဒီး တၢ်မၤယံၢ်မၤနီၢ်သးဘၣ်န့ၣ်လီၤ. အါန့ၢ်အန့ၣ်, တၢ်အိၣ်စ့ၢ်ကီးဒီး တၢ်မၤစၢၤတၢ်န့ၢ်ဟူၤဒီး တၢ်မၤစၢၤတၢ်မၤတဖၣ် လၢကဟ့ၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤ လၢပုၤအါဂၤန့ၢ်ပၢ်အီၤသ့ လၢတအိၣ်ဒီးအဘျုးအလဲ ဒီးချုးဆၢချုးကတိၤန့ၣ်လီၤ. ဝံသးစ့ၤ ကီးနီၣ်ဂံၢ်လၢထး မ့တမ့ၢ် တဲသကိးတၢ်ဒီး ပုၤလၢအဟ့ၣ်န့ၢ်တၢ်မၤစၢၤ တက့ၢ်. ကညီကိၣ် Karen

안내: 한국어를 사용하시는 분께는 언어 지원 서비스를 무료로, 지체 없이 제공해 드립니다. 또한, 정보 접근성을 위한 적절한 보조 기구 및 서비스가 무료로, 시의적절하게 제공됩니다. 위에 있는 번호로 전화하시거나 담당자에게 말씀해 주십시오. Korean

ຫຼາຍເຫດ: ຖ້າທ່ານເວົ້າພາສາລາວ, ທ່ານຈະໄດ້ຮັບບໍລິການຊ່ວຍເຫຼືອດ້ານພາສາໂດຍບໍ່ເສຍຄ່າ ແລະ ບໍ່ມີການຊັກຊ້າ ທີ່ບໍ່ຈຳເປັນ. ນອກຈາກນັ້ນ, ເຄື່ອງມືຊ່ວຍເຫຼືອແລະ ບໍລິການເສີມທີ່ເໝາະສົມເພື່ອໃຫ້ຂໍ້ມູນໃນຮູບແບບທີ່ເຂົາເຈົ້າໄດ້ ໂດຍບໍ່ເສຍຄ່າໃຊ້ຈ່າຍ ແລະ ທັນເວລາ. ກະລຸນາໂທຫາເບີໂທລະສັບຂ້າງເທິງ ຫຼື ສົນທະນາກັບຜູ້ໃຫ້ບໍລິການຂອງທ່ານ. Lao

HUBADHAA: Yoo Afaan Oromoo dubbattu ta'e, tajaajila gargaarsa turjumaana afaanii biliisaan akkasumas turtii barbaachisaa hin taane hambisu danda'u isiniif dhihaatee jira. Dabalataanis, odeeffannoo haala salphaan argamuu danda'an dhiyeessuuf gargaarsa fi tajaajiloota deeggarsaa qama midhamtootaaf mijatoo ta'an, kaffaltii tokko malee fi yeroo isaa eeggatee kennamu dhihaatee jira. Odeeffanno dabalataaf lakkoofsa armaan oliitti fayyadamuun namoota gargaarsa kana isiniif kennan qunnamaa. Oromo

ВНИМАНИЕ: Если вы разговариваете на русском языке, воспользуйтесь услугами языковой поддержки бесплатно и без лишних проводов. Также бесплатно и незамедлительно предоставляются соответствующие вспомогательные средства и услуги по обеспечению информацией в доступных форматах. Позвоните по указанному выше номеру или обратитесь к своему поставщику услуг. Russian

FIIRO GAAR AH: Haddii aad ku hadasho Soomaali, waxaa si bilaash ah kuugu diyaar ah adeegyada caawinada luuqadeed oo aan lahayn daahitaan aan munaasib ahayn. Intaas waxaa dheer, waxaa la heli karaa adeegyada iyo kaabitaanka naafada ee haboon si macluumaadka loogu bixiyo qaabab la adeegsan karo oo bilaash ah laguna bixinayo waqigeeada. Fadlan wac lambarka kore ama la hadal adeegbixiyahaaga. Somali

ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición los servicios gratuitos de traducción sin costo alguno y sin demoras innecesarias. Además, se encuentran disponibles de forma gratuita y oportuna ayuda y servicios auxiliares adecuados con el fin de brindarle información en formatos accesibles. Llame al número indicado anteriormente o hable con su proveedor. Spanish

LƯU Ý: Nếu bạn nói tiếng Việt, bạn có thể được hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí mà không phải chờ đợi lâu. Ngoài ra, các thiết bị hỗ trợ và dịch vụ phù hợp để cung cấp thông tin ở định dạng dễ tiếp cận cũng có sẵn miễn phí và kịp thời. Vui lòng gọi số điện thoại phía trên hoặc trao đổi với nhân viên y tế của bạn. Vietnamese

## Ogaysiiska Xuquuqda Madaniga ah

**Takoorku waxa uu ku lid yahay sharciga. South Country Health Alliance (South Country)** wax kuma takoorto qaabka ku salaysan waxyaabaha soo socda:

- |                  |                                                            |                                                                                     |                                          |
|------------------|------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|
| • isirka         | • heerka caawimada dad waynaha                             | • Jinsiga (ay ku jirto faalooyinka laga bixiyo jinsiga qofka iyo aqoonsiga sinjiga) | • heerka caafimaadka                     |
| • midab          | • da'da:                                                   | • xaalada guurka                                                                    | • helida adeegyada daryeelka caafimaadka |
| • asalka qaranka | • naafanimada (ay ku jirto liidashada jidhka ama maskaxda) | • rumaynta siyaasadeed                                                              | • waayo aragnimada sheegashada           |
| • caqiidada      |                                                            | • xaalada caafimaadka                                                               | • taariikhda caafimaadka                 |
| • diinta         |                                                            |                                                                                     | • macluumaadka hide sida                 |
| • qaabka galmada |                                                            |                                                                                     |                                          |

Waxaad xaq u leedahay inaad soo xarayso cabashada takoorka haddii aad rumaysan tahay inay kuula dhaqmay qaab takoor ah South Country. Waxaad soo xarayn kartaa cabasho oo waxaad waydiisan kartaa caawimada soo xaraynta cabashada qof ahaan ama boostada, telefoonka, fagaska, ama iimaylka xaga:

Civil Rights Coordinator

South Country Health Alliance

6380 West Frontage Road, Medford, MN 55049

Wicitaan bilaasha ah 866-567-7242 TTY: 800-627-3529 or 711 Fagas: 507-444-7774

iimaylka: [grievances-appeals@mnscha.org](mailto:grievances-appeals@mnscha.org)

**Kaalmada Caawinta ah iyo Adeegyada: South Country** waxay bixisaa kaalmada caawinta iyo adeegyada, sida turjumaano takahasus leh ama macluumaadka qaabab la heli karo, bilaash ah iyo wakhti habboon si loo xaqiijiyo fursada loo siman yahay si looga qayb galo barnaamijyadayada daryeelka caafimaadka. **La xidhiidh** Xubinta Adeega [members@mnscha.org](mailto:members@mnscha.org) ama soo wac 866-567-7242, TTY 800-627-3529 ama 711.

**Adeegyada Caawimada Luqadda: South Country** waxay bixisaa dhokumenti turjumaan oo turjumaada luqadda lagu hadlo, oo bilaash ah iyo wakhti ku haboon, marka adeegyada caawimada luqadda ay lama huraan u yihiin si loo xaqiijiyo dadka ku hadlo Ingiriisiga xadidan inay si macno buuxda leh u heli karaan macluumaadkayaga iyo adeegyada. **La xidhiidh** Xubinta Adeega [members@mnscha.org](mailto:members@mnscha.org) ama soo wac 866-567-7242, TTY 800-627-3529 ama 711.

## Cabashooyinka Xuquuqda Madaniga ah

Waxaad xaq u leedahay inaad soo xarayso cabashada takoorka haddii aad rumaysan tahay inay kuula dhaqmay qaab takoor ah South Country. Waxaad la xidhiidhi kartaa sidoo kale mid kasta oo ka mid ah wakaaladaha soo socda si toos ah si aad u soo xarayso cabashada takoorka.

### Waaxda Caafimaadka Iyo Adeegyada Aadamaha Maraykanka ee Xuquuqda Aadamaha (U.S. Department of Health and Human Services Office of Civil Rights) (OCR)

Waxaad xaq u leedahay inaad soo xarayso cabashada OCR, wakaalada federaalka, haddii aad rumaysan tahay in lagu takooray sababtoo ah wax ka mid ah waxa soo socda:

- |          |                  |                  |                               |
|----------|------------------|------------------|-------------------------------|
| • isirka | • asalka qaranka | • naafanimadooda | • diinta (xaaladaha qaarkood) |
| • midab  | • da'da:         | • sinjiga        |                               |

Ula xidhiidh **OCR**si toos ah si aad u soo xarayso cabasho.:

Office for Civil Rights, U.S. Department of Health and Human Services  
Midwest Region  
233 N. Michigan Avenue, Suite 240 Chicago, IL 60601  
Xarunta Jawaabta Macmiilka 800-368-1019, TTY: 800-537-7697  
limaylka: [ocrmail@hhs.gov](mailto:ocrmail@hhs.gov)

### **Waaxda Xuquuqaha Aadamaha ah (Minnesota Department of Human Rights) (MDHR)**

Gudaha Minnesota, waxaad xaq u leedahay inaad soo xarayso cabashada MDHR, haddii lagu takooray sababtoo ah wax ka mid ah waxa soo socda:

- isirka
- caqiidada
- heerka caawimada dad waynaha
- midab
- sinjiga
- naafanimadooda
- asalka qaranka
- qaabka galmada
- diinta
- xaalada guurka

Ula xidhiidh **MDHR**si toos ah si aad u soo xarayso cabasho.:

Minnesota Department of Human Rights  
540 Fairview Avenue North, Suite 201, St. Paul, MN 55104  
651-539-1100 (codka), 800-657-3704 (wicitaanak bilaashka ah), 711 ama 800-627-3529 (MN Relay),  
651-296-9042 (fagaska), [Info.MDHR@state.mn.us](mailto:Info.MDHR@state.mn.us) (iimaylka)

### **Waaxda Minnesota ee Adeegyada Aadamaha Minnesota (DHS)**

Waxaad xaq u leedahay inaad soo xarayso cabashada DHS, haddii aad rumaysan tahay in lagu takooray barnaamijyadaya daryeelka caafimaadka sababtoo ah wax ka mid ah waxa soo socda:

- isirka
- diinta (xaaladaha qaarkood)
- naafanimada (ay ku jirto liidashada jidhka ama maskaxda)
- Jinsiga (ay ku jirto faalooyinka laga bixiyo jinsiga qofka iyo aqoonsiga sinjiga)
- midab
- da'da:
- asalka qaranka

Cabashooyinka waa inay qornaadaan oo lagu soo xareeyo gudaha 180 maalmood laga bilaabo taariikhda aad ogaatay takoorka la tuhunsan yahay. Cabashada waa inay ka koobnaataa magacaaga iyo cinwaanka oo faahfaahi takoorka aad ka cabanayso. Dib ayaanu u eegi doonaa oo waxaanu kugu wargelin doonaa wax ku saabsan haddii aanu oggolaanay inaanu baadho. Haddii aanu oggolaano, waanu baadhi doonaa cabashada.

DHS ayaa qoraal ahaan kugu wargelin doono natiijada baadhitaanka. Waxaad leedahay xaq aad ku qaadata rafcaanka haddii aad khilaaf go'aanka. Si rafcaan aad u qaadata waa inaad codsi qoran u soo dirtaa inaad hesho dib u eegida DHS natiijada baadhitaanka. Soo koob oo sheeg sababta aad u diiday go'aanka. Ku dar macluumaad dheeraad ah oo aad u malaynayso inay muhiim tahay.

Haddii aad cabasho usoo xarayso qaabkan, dadka u shaqeeya wakaalada ee lagu magacaabay cabashada kaama aar goosan karaan. Tan macnaheedu waxa weeye kuma ciqaabi karaan adiga qaabnaba inaad soo xaraysay cabasho awgeed. Ku soo xaraynta cabashada qaabkan kaama joojiso adiga raadinta tallaabooyinka kale ee sharci ama maamul.

Ula xidhiidh **DHS**si toos ah si aad u soo gudbiso cabashada takroorka:

Civil Rights Coordinator

Minnesota Department of Human Services

Equal Opportunity and Access Division

P.O. Box 64997

St. Paul, MN 55164-0997

651-431-3040(cod) ama isticmaal adeega xidhiidhka dadka maqalka ka naafada ah

Hindida Maraykanka ah waxay sii wadi karaan ama bilaabi karaan isticmaalka adeegyada Qabiilka iyo rugaha Caafimaadka Hindida(IHS). Uma baahnaan doono oggolaanshe hore ama kuma soo rogn shuruudo adiga si aad uga hesho adeegyada rugahan. Dadka waayeelka ah ee 65 sanadood iyo ka wayn kuwan waxaa ku jira adeegyada ka Dhaafida Waayeelka ee lagu helo qabiilka. Haddii dhakhtarka ama adeeg bixiyaha kale ee qabiilka ama rugta IHS uu kuu gudbiyo adeeg bixiye ku jira shabakadaada, kaavama baahnaan doono adiga inaad aragto adeeg bixiya daryeelka koowaad ka hor gudbinta.

## ***Buug-gacmeedka Macaamiisha Hordhac***

Buug-gacmeedkan *Macmiilka*, oo sidoo kale loo yaqaan *Caddaynta Daboolista*, ayaa kuu sheegaya caymiskaaga hoos yimaada qorshaheena illaa Diseembar 31, 2026. Wuxuu sharxayaa adeegyada daryeelka caafimaadka, caafimaadka dhimirka (caafimaadka maskaxda iyo cilladda isticmaalka muqaadaraadka), caymiska daawada, iyo adeegyada iyo taageerada muddada-dheer haddii loo baahdo. Erayada muhiimka ah iyo qeexitaankoodu waxay u soo baxayaan siday u kala horreeyeen alifbeetada cutubka 12 ee buug-gacmeedkaan *Macmiilka*.

**Kani waa dukumeenti sharci ah oo muhiim ah. Fadlan dhigo meel ammaan ah.**

Marka *Buug-gacmeedkan Macmiilku* uu yiraahdo “annaga,” “-keena,” ama “-ayaga,” ama “qorshaheena”, waxaa loola jeedaa SeniorCare Complete.

Waxaad heli doontaa dukumeentigan oo u qoran qaabab kale sida, isagoo far waawayn ku daabacan, farta indhoolaha ku qoran, iyo/ama cod ah marka aad Adeegyada Xubinta ka wacdo lambarka ku qoran xagga hoose ee boggan. Wicitaankaan waa bilaash.

Si aad u samayso ama aad u bedesho codsiga joogtada ee aad ku helayso dukumeentigan, hadda iyo mustaqbalka, oo ku qoran luuqad aan Ingiriisi ahayn ama isagoo qaab kale u qoran, Adeegyada Xubinta ka wac lambarka ku qoran xagga hoose ee boggan.

## **Jadwalka Tusmooyinka**

|                                                                                                                                               |            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| <b><i>Buug-gacmeedka Macaamiisha Hordhac</i></b> .....                                                                                        | <b>1</b>   |
| <b>Afeef</b> .....                                                                                                                            | <b>2</b>   |
| <b>Cutubka 1: Bilaabista ka xubin ahaan</b> .....                                                                                             | <b>3</b>   |
| <b>Cutubka 2: Lambaro taleefan iyo khayraad muhiim ah</b> .....                                                                               | <b>11</b>  |
| <b>Cutubka 3: U isticmaalista qorshaheena caymiska daryeelka caafimaadkaaga iyo adeegyada la caymiyay</b> .....                               | <b>25</b>  |
| <b>Cutubka 4: Jaantuska Dheefaha</b> .....                                                                                                    | <b>39</b>  |
| <b>Cutubka 5: Helida daawooyinkaaga bukaan socodk</b> .....                                                                                   | <b>85</b>  |
| <b>Cutubka 6-aad: Waxaad ka bixinayso daawooyinkaaga Medicare iyo Medical Assistance</b> .....                                                | <b>101</b> |
| <b>Cutubka 7: Inaad naga codsato bixinta biil ku saabsan adeegyada ama dawooyinka la caymiyay</b> .....                                       | <b>111</b> |
| <b>Cutubka 8: Xaquuqahaaga iyo Masuuliyadahaaga</b> .....                                                                                     | <b>117</b> |
| <b>Cutubka 9: Waxa aad sameynayso haddii aad dhibaato la kulanto, ama cabasho qabto (go'aamada caymiska, racfaanada, cabashooyinka)</b> ..... | <b>127</b> |
| <b>Cutubka 10: Joojinta xubinnimadaada qorshaheenna</b> .....                                                                                 | <b>163</b> |
| <b>Cutubka 11: Ogeysiisyada Sharciga</b> .....                                                                                                | <b>171</b> |
| <b>Cutubka 12: Qeexitaanada kelmadaha muhiimka ah</b> .....                                                                                   | <b>173</b> |



## Afeef

---

- ❖ SeniorCare Complete waa qorshe caafimaad oo qandaraas kula jira barnaamijka Medicare iyo Barnaamijka Minnesota Medical Assistance si dheefo loo siiyo dadka ka diiwaangashan labada barnaamij. Diiwaan gelinta SeniorCare Complete waxay ku xiran tahay cusbooneysiinta qandaraaska.
- ❖ Faa'idooyinka iyo/ama qarash wadaaga caymiska way isbadeli karaan Janaayo 1, 2027.
- ❖ Daawooyinkeena caymisku daboolo, shabakada farmashiyaha, iyo/ama shabakada dhakhaatiirta ayaa isbedeli kara wakhti kasta. Waxaad heli doontaa ogeysiis ku saabsan isbeddel kasta oo ku saameyn kara ugu yaraan 30 maalmood kahor.



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).



## Cutubka 1: Bilaabista ka xubin ahaan

### Hordhac

Cutubkan waxa ku jira macluumaad ku saabsan SeniorCare Complete, qorshe caymis caafimaad oo daboolayo dhammaan adeegyadaada Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka, iyo xubinimadaada. Waxay sidoo kuu sheegaysaa waxa aad filayso iyo nooca kale ee macluumaadka aad naga heli doonto. Erayada muhiimka ah iyo qeexitaankoodu waxay u soo muuqan doonaan siday ugu kala horreeyeen alifbeetada cutubka u dambeeya ee *Buug-gacmeedka Xubinka*.

#### Jadwalka Tusmooyinka

|                                                                                                 |          |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|
| <b>Hordhac</b> .....                                                                            | <b>3</b> |
| <b>A. Ku soo dhawoow qorshaheena</b> .....                                                      | <b>4</b> |
| <b>B. Macluumaad ku saabsan Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka</b> .....                         | <b>4</b> |
| B1. Medicare .....                                                                              | 4        |
| B2. Medical Assistance .....                                                                    | 4        |
| <b>C. Faa'iidooyinka qorshaheena</b> .....                                                      | <b>4</b> |
| <b>D. Aaggeena adeega ee qorshaheena</b> .....                                                  | <b>5</b> |
| <b>E. Maxaa kaa dhigaya mid u qalma xubin qorshaha ka tirsan</b> .....                          | <b>6</b> |
| <b>F. Waxa aad filanayso marka ugu horraysa ee aad ku soo biirto qorshaha caafimaadka</b> ..... | <b>6</b> |
| <b>G. Kooxdaada daryeelka iyo qorshahaaga daryeelka</b> .....                                   | <b>6</b> |
| G1. Kooxda daryeelka .....                                                                      | 6        |
| G2. Qorshaha daryeelka .....                                                                    | 6        |
| <b>H. Kharashkaaga billaha ah ee SeniorCare Complete</b> .....                                  | <b>7</b> |
| <b>I. Buug <i>Gacmeedka Xubinta</i></b> .....                                                   | <b>7</b> |
| <b>J. Macluumaadka kale ee muhiimka ah ee aad naga helayso</b> .....                            | <b>7</b> |
| J1. Kaarkaaga Aqoonsiga Xubinimada .....                                                        | 7        |
| J2. <i>Hagaha Dhakhtarka iyo Farmashiga</i> .....                                               | 8        |
| J3. <i>Liiska Daawooyinka la Caymiyay</i> .....                                                 | 9        |
| J4. <i>Sharaxaadda Dheefaha</i> .....                                                           | 9        |
| <b>K. Ka dhigida xogtaada xubinimo mid cusub</b> .....                                          | <b>9</b> |
| K1. Asturnaanta macluumaadka caafimaadka ee shaqsigu ah (PHI) .....                             | 10       |



## A. Ku soo dhawoow qorshaheena

Qorshaheenu wuxuu siiyaa adeegyada Medicare iyo Medical Assistance shakhsiyaadka u qalma labada barnaamijba. Qorshaheena waxaa ku jira dhakhaatiir, cusbitaalo, farmashiyaal, bixiyeyaasha adeegyada iyo taageerada muddada-dheer, bixiyeyaasha caafimaadka dabeecadda, iyo bixiyeyaasha kale. Waxaan sidoo kale leenahay isku-duwayaasha daryeelka iyo kooxaha daryeelka si ay kaaga caawiyaan maamulidda bixiyayaashaada iyo adeegyadaada. Dhammaantood way wada shaqeeyaan si ay u bixiyaan daryeelka aad u baahan tahay.

## B. Macluumaad ku saabsan Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka

### B1. Medicare

Medicare waa barnaamijka caymiska caafimaadka dowladda federaalku ugu talagashay:

- dadka jira da'da 65 sannadood ama ka wayn,
- dadka ka yar 65 sannadood ee qaba naafonimo cayiman, **iyo**
- dadka ku jira heerka ugu dambeeya ee kelyo xanuunka (kelyuhu fadhiisteen).

### B2. Medical Assistance

Medical Assistance waa magaca barnaamijka Medicaid ee Minnesota. Medical Assistance waxaa maamula gobolka waxaana bixiya gobolka iyo dowladda dhexe. Medical Assistance waxay ka caawisaa dadka dakhligoodu xaddidan yahay iyo agabka ay ku bixiyaan adeegyada iyo Taageerada Muddada-dheer (LTSS) iyo kharashyada caafimaadka. Waxay dabooshaa adeegyada dheeraadka ah iyo daawooyinka aysan daboolin Medicare.

Gobol kasta wuxu go'aamiyaa:

- waxa loo xisaabinayo dakhli ama il dhaqaale ahaan,
- cidda u qalmaysa,
- nooca adeegyada la daboolayo ama la cayminayo, **iyo**
- qiimayaasha adeegyada.

Goboladu way go'aansan karaan siday u maamulayaan barnaamijyadooda, illaa intay u hogaansamayaan shuruucda federaalka.

Medicare iyo gobolka Minnesota ayaa ansixiyay qorshaheena. Waxaad ka heli kartaa Adeegyada Medicare iyo Medical Assistance Qorshahayaga ilaa inta:

- dooranayno bixinta qorshaha, **iyo**
- Medicare iyo gobolka Minnesota noo ogol yihiin inaanu sii wadno bixinta qorshahan.

Xitaa haddii qorshaheenu shaqada joojiyo mustaqbalka, u qalmistaada adeegyada Medicare iyo Medical Assistance wax saameyn ahi ma soo gaadhayso.

## C. Faa'iidooyinka qorshaheena

Waxa aad hadda dhammaan adeegyada Medicare iyo Medical Assistance, oo ay ku jiraan daawooyinka lagu qoro, ka heli doontaa qorshaheenna. **Kharash dheeraad ah kama bixin doontid ku biirista qorshahan caymiska caafimaadka.**



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abril - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

Waxa aanu kaalmo ka geysanaa sidii dheefahaaga Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka si fiican ugu wada shaqeyn lahaayeen ee ay qaab sidan ka fiican leh kuugu shaqeyn lahayeen. Qaar kamid ah faa'iidooyinka waxaa kamid ah:

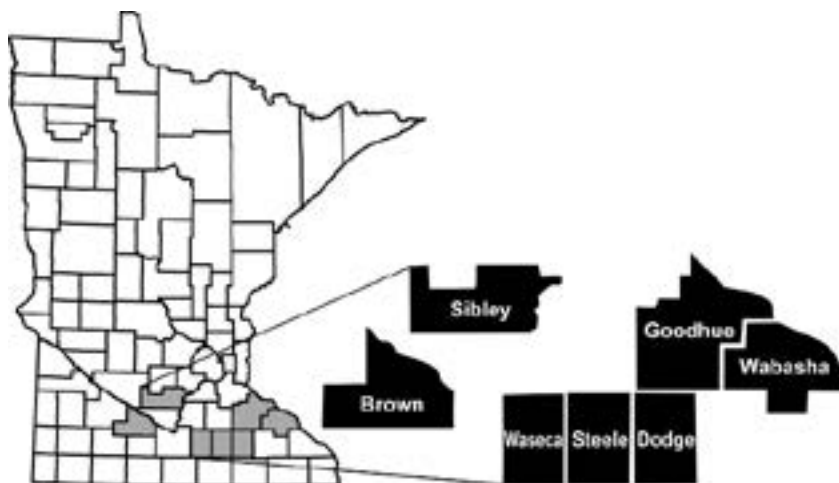
- Waad nagala shaqeyn kartaa **baahiyahaaga daryeelka caafimaadka** intooda badan.
- Waxaad leedahay koox daryeel oo aad caawiso in la isku keeno. Kooxdaada daryeelka waxaa laga yaabaa inay ku jiraan naftaada, daryeelahaaga, takhaatiirta, kalkaalisooyinka, la-taliyayaasha, ama xirfadlayaasha kale ee caafimaadka.
- Waxaad heli kartaa isku-duwaha daryeelka. Kani waa qof la shaqeyn doona adiga, qorshaheena, iyo kooxdaada daryeelka si uu uga caawiyo sameynta qoshe daryeel.
- Waxaad u awood u leedahay inaad jirayso oo hagto daryeelkaaga adigoo caawimo ka helaya kooxdaada daryeelka iyo isku-duwahaaga daryeelka.
- Kooxdaada daryeelka iyo iskuduwaha daryeelka ayaa kula shaqaynaya si ay u sameeyaan qorshe daryeel oo loogu talagalay in lagu daboolo baahiyahaaga **caafimaadka**. Kooxda daryeelka waxay kaa caawiyaan iskudubaridka adeegyada aad u baahan tahay. Tusaale ahaan, tani waxay la macno tahay in kooxda daryeelkaagu ay hubiyaan:
  - » Dhakhtarkaagu ogyahay dhammaan daawooyinka aad qaadato si ay u hubin karaan inaad qaadanayso daawooyinkii saxda ahaa oo u yareeyaan wixii astaamo xun ah ee laga yaabo inaad kala kulanto daawooyinka.
  - » Natiijooyinka baadhitaanadaada waxa sida ku habboon loola wadaagi doonaa dhammaan dhakhaatiirtaada iyo bixiyayaasha kale.

## D. Aaggeena adeega ee qorshaheena

Aagga adeegeenu waxa ku jira degmooyinka Minnesota: Brown, Dodge, Goodhue, Sibley, Steele, Wabasha, iyo Waseca.

Keliya dadka ku nool aagga adeegeena ayaa ku soo biiri kara qorshaheena.

**Ma joogi kartid qorshahayaga haddii aad ka guurto meel ka baxsan aagga adeegga.** Ka eeg **cutubka 8-aad, qaybta I**, ee *Buug-gacmeedkan Xubinta* wixii macluumaad dheeraad ah ee ku saabsan saamaynta ka guurista aagga adeeggayaga.



## E. Maxaa kaa dhigaya mid u qalma xubin qorshaha ka tirsan

Qorshaheena xaq ayaad u leedahay inta aad:

- ku nooshahay aagga adeegeena (dadka xabsiyada ku jira looma tixgeliyo inay ku nool yihiin aagga adeega xitaa haddii ay aagga si toos ah ugu sugan yihiin), **iy**
- haysato Medicare Qaybta A iyo Medicare Qaybta B labadaba, **iy**
- tahay muwaadin Maraykan ah ama qof sifo sharci ah u deggan waddanka United States, **iy**
- hadda u qalanto Kaalmada Caafimaadka, **iy**
- da'dooda ah 65 ama ka weyn.

Haddii aad lumiso u-qalmitaanka laakiin laga yaabo inaad dib u hesho 90 maalmood gudahood markaa waxaad weli xaq u leedahay qorshahayaga.

Wac Adeegyada Xubinta wixii macluumaad dheeraad ah.

## F. Waxa aad filanayso marka ugu horraysa ee aad ku soo biirto qorshaha caafimaadka

Marka ugu horraysa ee aad ku soo biirto qorshaheena, waxaad mari doontaa qiimaynta khatarta caafimaadka (HRA) mudo 30 maalmood gudahood ah ka hor ama ka dib taariikhda diiwaangelintaadu dhaqangasho.

Waa inaan kuu sameyno HRA. HRA-kan waa saldhigga horumarinta qorshahaaga daryeelka. HRA waxaa ku jira su'aalo lagu aqoonsanayo caafimaadkaaga, caafimaadka dabeecadda, iyo baahiyaha shaqada.

Waxaan kula soo xiriirnay si aad u dhammaystirto HRA. Waxaan ku buuxin karnaa HRA booqasho shaqsi ah, wicitaan telefoon, ama boostada.

Macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan HRA-gan ayaanu kuu soo diri doonaa.

## G. Kooxdaada daryeelka iyo qorshahaaga daryeelka

### G1. Kooxda daryeelka

Kooxda daryeelka ayaa kaa caawin karta inaad sii hesho daryeelka aad u baahan tahay. Kooxda daryeelka waxa ku jiri kara dhakhtarkaaga, isuduwaha daryeelka, ama qof kale oo caafimaad oo aad doorato.

Iskuduwaha daryeelka waa qof loo tababaray inuu kaa caawiyo maareynta daryeelka aad u baahan tahay. Waxaad heleysaa iskuduwaha daryeelka marka aad isdiiwaangeliso qorshahayaga. Qofkani waxa kale oo uu kuu tixraacayaa ilaha kale ee beesha ee laga yaabo in aanu qorshahayagu ku siin waxana uu kala shaqayn doonaa kooxdaada daryeelka si ay u caawiyaan iskudubaridka daryeelkaaga. Naga soo wac lambarada ku yaal bogga hoose si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan isku-duwaha daryeelkaaga iyo kooxda daryeelkaaga.

### G2. Qorshaha daryeelka

Kooxdaada daryeelka ayaa kaala shaqaynaysa samaynta qorshe daryeel. Qorshe daryeel ayaa u sheega adiga iyo takhaatiirtaada adeegyada aad u baahan tahay iyo sida aad u heli lahayd. Waxaa ku jira caafimaadkaaga, caafimaadka dabeecadda, iyo LTSS.

Qorshaha daryeelkaaga waxa ku jira:

- yoolashaada daryeelka caafimaadka, **iy**
- jadawalka waqti ee aad ku helayso adeegyada aad u baahan tahay.



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

Kooxdaada daryeelka ayaa kula kulmaya HRA-gaaga kadib. Waxay ku weydiinayaan adeegyada aad u baahan tahay. Waxay kaloo kuu sheegaan adeegyada laga yaabo inaad rabto inaad ka fikirto inaad hesho. Qorshahaaga daryeelka waxaa loo abuuray iyadoo lagu salaynayo baahiyahaaga iyo yoolalkaaga. Kooxda daryeelkaaga ayaa kula shaqaynaysa si ay u cusboonaysiiyaan qorshahaaga daryeelka ugu yaraan sannad kasta.

## H. Kharashkaaga billaha ah ee SeniorCare Complete

Qorshaheenu ma leh wax khidmad caymis ah.

## I. Buug Gacmeedka Xubinta

Buug -gacmeedka Xubintu waa qayb ka mid ah qandaraaska aan kula leenahay. Tani waxay ka dhigan tahay in aan raacno dhammaan sharciyada ku qoran dukumeentigan. Haddii aad u malaynayso inaanu samaynay wax ka hor imanaya xeerarkan, waxa laga yaabaa inaad racfaan ka qaadata go'aankayaga. Macluumaad ku saabsan racfaanka, tixraac **Cutubka 9-aad, Qaybta E2**, ee *Buug Gacmeedka Xubinta*, ama wac 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227).

Waxaad codsan kartaa *Buug-gacmeedka Xubinta* adoo ka wacaya Adeegyada Xubinta lambarada ku yaal salka hoose ee bogga. Waxa kale oo aad tixraaci kartaa *Buug-gacmeedka Xubinta* ee laga helayo mareegahayaga oo ku yaal ciwaanka shabakadda ee bogga hoose.

Heshiisku wuxu dhaqangal yahay bilaha aad ka diiwaangashan tahay qorshaheena inta u dhexaysa Jannaayo 2026i, iyo Diseembar 31, 2026.

## J. Macluumaadka kale ee muhiimka ah ee aad naga helayso

Macluumaadka kale ee muhiimka ah ee aanu ku siinaynayno waxa ka mid ah Kaarkaaga Aqoonsiga Xubinimada, macluumaad ku saabsan sida aa ku helayso *Tusaha Bixiyaha iyo Farmashiyaha* iyo macluumaad ku saabsan sida aad ku helayso *Liiska Daawooyinka la Daboolo*, oo sidoo kale loo yaqaano *Liiska Daawada ama Dookhyada Daawada*.

### J1. Kaarkaaga Aqoonsiga Xubinimada

Qorshaheena markaad ku jirto, waxaad yeelanaysaa hal kaar oo loogu talagalay adeegyada Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka, oo ay ku jiraan LTSS, adeegyo caafimaadka hab-dhaqanka oo cayiman, iyo daawooyinka lagu qoro. Waxaad tusi doontaa kaarkan marka aad hesho wax adeeg ama warqad dhakhtar ah.

Waa kan tusaalaha ama muunadda Kaarka Aqoonsiga Xubinta:

Haddii kaadhka aqoonsiga xubinta uu halaabo, lumo, ama la xado, wac Adeegyada Xubinta lambarka ku yaal bogga hoose ee bogga. Waxaan kuu soo diri doonaa kaar cusub.

Ilaa iyo inta aad xubin ka tahay qorshahayaga, uma baahnid inaad isticmaasho kaarkaada casaanka, caddaanka, iyo buluugga ah ee Medicare ama kaarka Caawimada Caafimaadka si aad u hesho adeegyada ugu badan. Kaararkaas dhig meel ammaan ah, haddii aad u baahato mar dambe. Haddii aad tusto kaarka Medicare-ka halkii aad ka heli lahayd kaarka aqoonsiga xubinta, bixiyaha waxa laga yaabaa in uu dalacsiyo Medicare bedelkii qorshahayaga, waxaana laga yaabaa inaad



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).



hesho biil. Waxaa laga yaabaa in lagu weydiiyo inaad tusiso kaarka Medicare-ka haddii aad u baahan tahay adeegyada isbitaalka, adeegyada hospice-ka, ama aad ka qayb-qaadato daraasaadka cilmi-baarista bukaan-socodka ee Medicare-ansixisay (sidoo kale loo yaqaan tijaabooyinka bukaan-socodka). Tixraac **cutubka 7** ee *Buug-gacmeedka Xubinta* si aad u ogaato waxa la sameeyo haddii aad biil ka hesho bixiyaha.

Faa'iidooyinka lagu daboolay ka baxsan qorshahayaga waxaa laga yaabaa inaad u baahato inaad isticmaasho kaarka Medical Assistance. Lasoco **cutubka 4-aad, qaybta E**.

## **J2. Hagaha Dhakhtarka iyo Farmashiga**

Hagaha *Dhakhtarka iyo Farmashiga* waxaa ku jira liiska iyo farmasiyada shabakada qorshahayaga. Inta aad xubin ka tahay qorshaheena, waa inaad isticmaashaa bixiyayaasha shabakadda si aad u hesho adeegyada la caymiyay.

Waxaad waydiisan kartaa *Tusaha Bixiyaha iyo Farmasiga* (qaab elektaroonik ah ama qaab nuqul ah) adoo wacaya Adeegyada Xubinta lambarada ku yaal boggan hoose. Codsiga nuqulka adag ee Bixiyaha iyo Tusmooyinka Farmashiyaha ayaa laguugu soo diri doonaa seddex maalmood oo shaqo gudahood. Waxaad tixraaci kartaa *Tusaha Bixiyaha* iyo Farmasiga oo ku yaal ciwaanka shabakadda ee bogga hoose.

Labada Adeegyada Xubinta iyo mareegaha ayaa ku siin kara macluumaadka ugu cusub ee ku saabsan isbeddelada farmashiyayaashayada iyo bixiyayaashayada shabakada. Waxa kale oo aad ka raadin kartaa bixiyayaasha addoo isticmaalaya bixiyaha Raadinta Onlineka ah ee ku taal mareegaha.

**Haddii SeniorCare Complete kugu cusub yahay**, waxaad sii wadi kartaa isticmaalka dhakhaatiirta aad hadda isticmaasho ilaa 120 maalmood sababo gaar ah dartood. Wixii macluumaad dheeraad ah, eeg **Cutubka 3-aad, qaybta B**.

120 maalmood kadib, waxaad u baahan doontaa inaad isticmaasho bixiyayaasha kale ee shabakadda ku jira. Dhakhtarka shabakadu waa dhakhtar la shaqeeya qorshaheena caafimaadka. Ka eeg **Cutubka 3-aad, Qaybta B**, Xog dheeraad ah oo ku saabsan helitaanka daryeelka.

### **Qeexitaanka Bixiyayaasha Shabakadda**

- **Bixiyayaasheena shabakadda waxa ka mid ah:**
  - dhakhaatiir, kalkaalisooyin, iyo xirfadlayaasha caafimaad ee kale ee aad isticmaalo karto ka xubin qorshaheena ka tirsan ahaan;
  - xarumaha caafimaadka, xarumaha xannaanaynta, iyo goobaha kale ee adeegyada ku bixiya qorshaheena; **iyo**
  - LTSS, adeegyada caafimaadka hab-dhaqanka, wakaalaha caafimaadka guriga, iibiyayaasha qalabka caafimaadka waara (DME), iyo ciddii kale ee bixisa adeegyada iyo alaabooyinka aad ku hesho Medicare ama Kaalmada Caafimaadka.

Bixiyayaasha shabakada waxay aqbaleen inay lacagbixinta qorshaha ee adeegyada caymisku daboolo u aqbalaan lacagbixin buuxda.

### **Qeexitaanka farmashiyayaasha shabakadda**

- Farmashiyayaasha shabakadu waa farmashiyaal ku heshiiyey inay buuxiyaan daawoyinka xubnaha qorshaheena. Adeegso *Tusaha Bixiyaha iyo Farmasiga* si aad u hesho farmasiga shabakada ee aad rabto inaad isticmaasho.
- Marka laga reebo xaaladaha degdega ah, waa *inaad* daawooyinka lagu qoray ka soo qaadato farmeesiyaada shabakadda ka tirsan haddii aad rabto inuu qorshaheenu kaa caawiyo bixinta lacagta daawada.



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

Ka wac Adeegyada Xubinta lambarada ku yaal bogga hoose si aad u hesho macluumaad dheeraad ah. Labada Adeegyada Xubnaha iyo shabakadayada ayaa ku siin kara macluumaadka ugu cusub ee ku saabsan isbeddelada farmashiyeyaashayada shabakadaha iyo bixiyeyaasha.

### **J3. Liiska Daawooyinka la Caymiyay**

Qorshahayagu waxa uu leeyahay *Liiska Dawooyinka la daboolay*. Waxaan ugu yeernaa *Liiska Dawooyinka* si kooban. Waxay sheegaysaa daawooyinka uu qorshahayagu daboolayo. Daawooyinka liiskan ku jira waxa doortay qorshaheena annagoo kaashanayna dhakhaatiirta iyo farmashiistaha. *Liiska Dawooyinka* waa inuu buuxiyaa shuruudaha Medicare. Dawooyinka leh qiimaha gorgortanka ah ee hoos yimaada Barnaamijka gorgortanka Qiimaha Dawooyinka ee Medicare waxa lagu dari doonaa *Liiska Dawooyinkaaga* ilaa aan laga saarin oo la beddelo sida lagu qeexay **Cutubka 5, qaybta E**. Liiska Daawada ay Medicare Ansixisay ee SeniorCare Complete.

Liiska *Dawooyinka* waxa kale oo uu kuu sheegayaa haddii ay jiraan wax shuruuc ah ama xaddidaad daroogo ah, sida xaddidaadda qaddarka aad heli karto. Ka eeg **Cutubka 5, qaybta C**, ee *Buug-Gacmeedkan Xubinta* wixii macluumaad dheeraad ah.

Sannad kasta, waxaanu kuu soo dirnaa macluumaadka ku saabsan sida loo galo *Liiska Dawooyinka*, laakiin isbeddelada qaarkood ayaa dhici kara inta lagu jiro sanadka. Si aad u hesho macluumaadka ugu casrisan ee ku saabsan dawooyinka la daboolay, wac Adeegyada Xubinta ama booqo boggayaga internetka oo ku yaal ciwaanka hoose ee bogga.

### **J4. Sharaxaadda Dheefaha**

Marka aadisticmaasho dheefahaaga daawooyinka lagu qoro ee Medicare Qaybta D, waxa aanu kuu soo diri doonaa warbixin la soo koobay oo kaa caawin doonta fahamka iyo la socoshada lacagbixinaha daawooyinka lagu qoray ee Medicare Qaybta D. Warbixintan kooban waxaa lagu magacaabaa *Sharaxaadda Dheefaha* (EOB).

EOB waxay kuu sheegaysaa wadarta guud ee adiga, ama kuwa kale oo magacaaga ku hadlaya, aad ku kharash garaysay daawadaada Qaybta D ee Medicare iyo wadarta cadadka aanu ku bixinay mid kasta oo ka mid ah daawooyinkaaga Medicare Qaybta D inta lagu jiro bisha. EOB-daan maaha biil. EOB waxay haysaa macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan dawooyinka aad qaadato sida qiimaha korodhka iyo daawooyinka kale ee leh kharash-wadaaga hoose oo laga yaabo in la heli karo. Waxaad kala hadli kartaa dhakhtarkaaga wax ku saabsan doorashooyinkan qiimaha jaban. **Cutubka 6, Qaybta A**, ee *Buug-gacmeedkaan Xubinta* waxa uu ku siinayaa macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan EOB iyo sida ay kaaga caawiso la socodka caymiskaaga dawada.

Waxaad sidoo kale codsan kartaa EOB. Si aad nuqul u hesho, fadlan kala xidhiidh Adeegyada Xubinta lambarada ku yaal xagga hoose ee bogga.

## **K. Ka dhigida xogtaada xubinimo mid cusub**

Xogtaada xubinimo waxa aad ugu dhigi kartaa mid cusub adigoo nagu soo wargeliya marka maclumaadkaagu isbeddelo.

Waxaan u baahanahay macluumaadkan si aan u hubinno inaan xogtaada saxda ah ku hayno diiwaanadayada. Dhakhaatiirta, isbitaalada, farmashiistayaasha, iyo bixiyeyaasha kale ee ku jira shabakada qorshahayaga ayaa isticmaala diiwaanka xubinnimadaada si ay u ogaadaan adeegyada iyo daawooyinka la daboolay iyo cadadkaaga qaybsiga kharashka. Sababtaas awgeed, aad bay muhiim u tahay in aad naga caawiso in aan xogtaada dib u dhigno.

Islamarkiiba noo sheeg waxyaabahan soo socda:

**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).



- isbeddellada ku yimaadda magacaaga, cinwaankaaga, ama lambarka taleefankaaga;
- isbeddelada ku yimaadda caymisyada caafimaad ee kale, sida caymiska shaqaaleysiiyahaaga, shaqaaleysiiyahaaga lamaanahaaga ama shaqaaleysiiyaha saaxiib-guriyeedkaaga, ama magdhowga shaqaalaha;
- wixii qaamo lagugu leeyahay ah, sida qaamaha ka dhasha shilalka baabuurta;
- dhigitaanada xarun xannaanayneed ama isbitaal;
- daryeel aad ka heshay isbitaal ama qolka gurmada degdega ah;
- isbeddelada ku yimaadda daryeel-bixiyahaaga (ama cid kasta oo kaa masuul ah); iyo
- ka qaybgalka daraasad cilmi-baaris caafimaad. (**FIIRO GAAR AH:** Lagaama rabo inaad noo soo sheegto daraasadda cilmi-baarista caafimaadka ee aad ku jirto ama ka qayb noqonayso, laakiin waanu kugu dhiirigelinaynaa inaad ka qaybqaadato.)

Haddii wax macluumaad ahi isbedelaan, wac Adeegyada Xubinta lambarada ku yaal xagga hoose ee bogga.

Intaa waxaa dheer, wac shaqaalaha degmadaada si aad uga warbixiso isbeddeladan:

- Isbeddelada magaca ama cinwaanka
- Haddii lagu geeyo guriga xannaanaynta
- Xubin qoyska ku soo biirta ama ka baxda
- Kaarka aqoonsiga Minnesota Health Care Program oo kaa lumay ama la xaday
- Caymis cusub - taariikhda bilawga iyo dhammaadka
- Shaqo cusub ama isbeddel dakhliga ku yimi

## K1. Asturnaanta macluumaadka caafimaadka ee shaqsiga ah (PHI)

Macluumaadka ku jira diiwaanka xubinnimadaada waxaa ku jiri kara macluumaadka caafimaadka gaarka ah (PHI). Sharciyada dawladda dhexe iyo kuwa gobolka ayaa na faraya in aan PHI-gaaga ilaaino. Waanu ilaalinayna PHI-gaaga. Faahfaahin dheeraad ah oo ku saabsan sida aan u ilaalinno PHI-gaaga, eeg **Cutubka 8** ee *Buug-Gacmeedka Xubinta*.



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. illaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).



## Cutubka 2: Lambaro taleefan iyo khayraad muhiim ah

### Hordhac

Cutubkani wuxuu ku siinayaa macluumaadka xidhiidhka ee ilaha muhiimka ah ee kaa caawin kara inaad ka jawaabto su'aalahaaga ku saabsan qorshahayaga iyo faa'iidooyinka daryeelka caafimaadkaaga. Waxa kale oo aad u isticmaali kartaa cutubkan si aad u hesho macluumaad ku saabsan sida loola xidhiidho isku-duwahaaga daryeelka iyo kuwa kale si ay ugu doodaan magacaaga. Erayada muhiimka ah iyo qeexitaankoodu waxay u soo baxayaan siday u kala horreeyeen alifbeetada cutubka u dambeeya ee *Buug-gacmeedkaan Xubinta*.

#### Jadwalka Tusmooyinka

|                                                                                                                                                   |           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>A. Adeegyada Xubninta.....</b>                                                                                                                 | <b>12</b> |
| <b>B. Adeegyada Cafimaadka Ilkaha .....</b>                                                                                                       | <b>14</b> |
| <b>C. Isku-duwaha daryeelkaaga .....</b>                                                                                                          | <b>14</b> |
| <b>D. Khadka talobixinta kalkaalisada ee 24-ka saac .....</b>                                                                                     | <b>15</b> |
| <b>E. Khadka Khalkhalka Caafimaadka Maskaxda ee Minnesota.....</b>                                                                                | <b>16</b> |
| <b>F. Minnesota Aging Pathways.....</b>                                                                                                           | <b>16</b> |
| <b>G. Quality Improvement Organization (QIO) .....</b>                                                                                            | <b>17</b> |
| <b>H. Medicare .....</b>                                                                                                                          | <b>18</b> |
| <b>I. Kaalmada Caafimaadka .....</b>                                                                                                              | <b>19</b> |
| <b>J. Dhexdhexaadiyaha Barnaamijyada Daryeelka Caafimaadka Dadwaynaha ee Maaraysan (Ombudsperson for Public Managed Health Care Program).....</b> | <b>20</b> |
| <b>K. Xafiiska ee Dhexdhexaadiyaha Daryeelka Muddada Dheer (Office of Ombudsman for Long Term Care, OOLTC).....</b>                               | <b>20</b> |
| <b>L. Barnaamijyada Dadka Ka Caawiya Bixinta Kharashka Daawooyinka Loo Qoro.....</b>                                                              | <b>21</b> |
| L1. Caawinaad dheeraad ah oo ka timid Medicare.....                                                                                               | 21        |
| L2. AIDS Drug Assistance Program (ADAP) .....                                                                                                     | 22        |
| L3. Qorshaha Lacag-bixinta Daawada ee Medicare .....                                                                                              | 22        |
| <b>M. Social Security .....</b>                                                                                                                   | <b>22</b> |
| <b>N. Guddida Hawlgabka Waddada-tareenka (RRB) .....</b>                                                                                          | <b>23</b> |
| <b>O. Caymis kooxeedka ama caymis kale oo uu bixiyo shaqaaleysiye.....</b>                                                                        | <b>23</b> |



**A. Adeegyada Xubninta**

|                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|---------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>WAC</b>                | <p>1-866-567-7242. Wicitaankani waa bilaash.</p> <p>Saacadaha Adeeggu waa 8 subaxnimo ilaa 8 fiidnimo, Isniinta - Jimcada (<i>Abriil - Sebteembar</i>); 8 subaxnimo ilaa 8 subaxnimo., 7 maalmood asbuucii (<i>Oktoobar - Maarso</i>).</p> <p>Dadka aan ku hadlin luuqadda Ingiriisida waxa aanu u haynaa adeeg turjumaad oo bilaash ah.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>TTY</b>                | <p>711 ama isticmaal adeegga gudbinta ee aad door bidayso. Wicitaankaani waa bilaash.</p> <p>AMA</p> <p>1-800-627-3529. Lambarkan waxaa loogu talagalay dadka ay ku adag tahay maqalka ama hadalka. Waa inaad haysataa qalab telefoon oo gaar ah oo aad ku wacdo.</p> <p>Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo ilaa 8 fiidnimo., Isniinta - Jimcaha (<i>Abriil - Sebteembar</i>); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (<i>Oktoobar - Maarso</i>).</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>FAAKIS</b>             | 1-507-431-6328                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>WARQAD<br/>UGU DIR</b> | <p>South Country Health Alliance<br/>Attn: Member Services<br/>6380 W Frontage Rd<br/>Medford, MN 55049</p> <p><b>Warqadda aad noo soo dirayso waa inay ku saabsanaato Go'aamada Caymiska Daawooyinka Daawooyinka lagu qoro ee Qaybta D keliya</b></p> <p>South Country Health Alliance<br/>Attention: Prior Authorization<br/>200 Stevens Drive, 4th Floor<br/>Philadelphia, PA 19113</p> <p><b>Warqadda aad noo soo dirayso waa inay ku saabsanaato Racfaanada Daawooyinka lagu qoro ee Qaybta D oo keliya</b></p> <p>South Country Health Alliance<br/>Attention: Appeals<br/>200 Stevens Drive, 4th Floor<br/>Philadelphia, PA 19113</p> <p><b>Warqadda aad noo soo dirayso waa inay ku saabsanaato Codsiyada Lacagbixinta Daawooyinka lagu qoro ee Qaybta D keliya</b></p> <p>South Country Health Alliance<br/>Attention: Direct Member Reimbursement<br/>200 Stevens Drive, 4th Floor<br/>Philadelphia, PA 19113</p> |
| <b>IIMAYLKA</b>           | members@mnscha.org                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>WEBSAYDKA</b>          | <a href="http://www.mnscha.org">www.mnscha.org</a>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

**La Xidhiidh Adeegyada Xubinta si lagaaga caawiyo:**

- Su'aalaha ku saabsan qorshaha
- Su'aalaha ku saabsan sheegashooyinka ama biilasha



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

- Go'aamada caymiska ee ku saabsan daryeelka caafimaadkaaga
  - Go'aanka caymiska ee ku saabsan daryeelka caafimaadkaaga waa go'aan ku saabsan:
    - » dheefahaaga ama adeegyada la daboolay **iy**
    - » qaddarka aanu ka bixino adeegyadaada caafimaadka.
  - Na soo wac haddii aad qabto su'aalo ku saabsan go'aan caymis oo khuseeya daryeelka caafimaadkaaga.
  - Siaad wax badan uga barato go'aamada caymiska, eeg **Cutubka 9, Qaybta E**, ee *Buug-gacmeedkan Xubinta*.
- Racfaan ka qaado daryeelka caafimaadkaaga
  - Racfaanku waa hab rasmi ah oo aad nooga dalban karto in aanu dib u eegno go'aan ka qaadanay daboolista caymiskaaga oo aad nagaga dalbanayso inaanu beddelno go'aanka haddii aad aaminsan tahay inaanu khaladanay ama aadan ku raacsanayn go'aan.
  - Si aad wax badan uga ogaato nidaamka racfaan qaadashada, tixraac eeg **Cutubka 9, Qaybta E**, ee *Buug-gacmeedkan Xubinta* ama la xiriiir Adeegyada Xubinta.
- Cabashooyinka ku saabsan daryeelka caafimaadkaaga
  - Waxaad samayn kartaa cabasho nagu saabsan ama dhakhtar kasta (oo ay ku jiraan dhakhtar aan shabakadda ku jirin ama ku jira). Dhakhtarka shabakadu waa dhakhtar la shaqeeya qorshaheena. Waxaad sidoo kale noo soo gudbin kartaa cabasho ama u gudbin kartaa Quality Improvement Organization (QIO) taas oo ku saabsan tayada daryeelka aad heshay (ka eeg **Qaybta G**).
  - Si aad noogu sharraaxdo cabashadaada waxaad naga soo wici kartaa lambarka 1-866-567-7242. TTY 1-800-633-3529 ama 711.
  - Haddii cabashadaadu ku saabsan go'aanka daboolista ee daryeel caafimaad oo aad heshay, racfaan ayaad qaadan kartaa (tixraac qaybta sare).
  - Waxaad u diri kartaa cabasho ku saabsan qorshahayaga Medicare. Waxaad isticmaali kartaa foomka onlaynka ah ee ku jira [www.medicare.gov/my/medicare-complaint](http://www.medicare.gov/my/medicare-complaint). Ama waxaad wici kartaal 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227) si aad caawimo u dalbato.
  - Si aad wax badan uga barato nidaamka cabashada ee daryeelka caafimaadka, tixraac **Cutubka 9, Qaybta K**, ee *Buug-gacmeedka Xubinka*.
- Go'aamada caymiska ee ku saabsan daawooyinkaaga
  - Go'aanka caymiska ee ku saabsan daawooyinkaagu waa go'aan ku saabsan:
    - » dheefahaaga ama daawooyinka la daboolay, **ama**
    - » qaddarka aanu ka bixino daawooyinkaaga.
  - Kani wuxu ku saabsan yahay daawooyinka Medicare Qaybta D, daawooyinka lagu qor; wooyinka lagu gato riijeeto la'aan (OTC) ee Kaalmada Caafimaadka.
  - Si aad wax badan uga barato go'aamada daawooyinkaaga, tixraac **Cutubka 9, Qaybta G**, ee *Buug Gacmeedka Xubinta*.
- Racfaanada ku saabsan daawooyinkaaga
  - Racfaanku waa qaab aad nooga dalbanayso go'aan daboolitaan caymis oo aan qaadanay.
  - Wixii macluumaad dheeraad ah ee ku saabsan racfaanka daawooyinka lagu qoro, tixraac **Cutubka 9, Qaybta G**, ee *Buug -gacmeedkan Xubinta*.



- Cabashooyinka ku saabsan daawooyinkaaga
  - Waxaad ka dacwoon kartaa anaga ama farmashi kasta. Tan waxaa ku jira cabasho ku saabsan daawooyinkaaga.
  - Haddii cabashadaadu ku saabsan go'aanka daboolista ee daryeel caafimaad oo aad heshay, racfaan ayaad qaadan kartaa. (tixraac qaybta sare).
  - Waxaad u diri kartaa cabasho ku saabsan qorshahayaga Medicare. Waxaad isticmaali kartaa foomka onlaynka ah ee ku jira [www.medicare.gov/my/medicare-complaint](http://www.medicare.gov/my/medicare-complaint). Ama waxaad wici kartaa 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227) si aad caawimo u dalbato.
  - Wixii macluumaad dheeraad ah ee ku saabsan cabashooyinka daawooyinka lagu qoro, tixraac **Cutubka 9, Qaybta G**, ee *Buug-gacmeedkan Xubinta*.
- Lacagbixinta daryeel caafimaad ama daawo aad horay u bixisay
  - Ma oggolaaneyno bixiyayaasha SeniorCare Complete inay kugu soo dallacaan adeegyada. Si toos ah ayaan u bixinaa bixiyayaashayada, waxaan kaa ilaalinaynaa kharash kasta. Marka laga reebo waa haddii aad bixiso daawooyinka Medicare Qaybta D. Haddii aad lacag ku bixisay adeeg aad u malaynayso in aanu daboolnay, kala xidhiidh Adeegyada Xubinta lambarka taleefoonka ee ku daabacan xagga hoose ee boggan.
  - Wixii macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan codsashada lacagcelinta, ama bixinta biil aad heshay, ka eeg **Cutubka 7, Qaybta A**, ee *Buug-gacmeedkan Xubinta*.
  - Haddii aad naga codsato inaanu kaa bixino biil oo aanu diidno qayb ka mid ah codsigaaga, racfaan ayaad ka qaadan kartaa go'aan. Ka eeg **Cutubka 9, Qaybta E**, ee *Buug-gacmeedkan Xubinta*.

## B. Adeegyada Cafimaadka Ilkaha

|            |                                                                                                                                                                                                                                                    |
|------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>WAC</b> | Adeegga Macaamiilka Delta Dental: 1-866-398-9419 Wicitaankani waa bilaash.<br>Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo ilaa 5 galabnimo, Isniinta – Jimcaha<br>Dadka aan ku hadlin luuqadda Ingiriisida waxa aanu u haynaa adeeg turjumaad oo bilaash ah. |
| <b>TTY</b> | 711 ama isticmaal adeegga gudbinta ee aad door bidayso. Wicitaankaani waa bilaash.<br>Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo ilaa 5 galabnimo, Isniinta – Jimcaha                                                                                       |

### La Xidhiidh Adeegyada Caafimaadka Ilkaha

- Si aad u hesho dhakhtarka ilkaha
- Su'aalaha ku saabsan sheegashooyinka ilkaha
- Caawi ballan ballan

## C. Isku-duwaha daryeelkaaga

Xubnahayagu waxay leeyihiin isku-duwaha daryeelka diyaar u ah inuu ka caawiyo isku-dubbaridka adeegyada loo baahan yahay. Isku-dubbaridka daryeelka waxa ku siinaya shaqaalaha bulshada ee degmada iyo kalkaaliyayaasha. Ka wac Adeegyada Xubinta lambarka hoose si aad caawimo ula xiriirto iskuduwaha daryeelka degmadaada.



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

|                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|---------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>WAC</b>                | <p>1-866-567-7242. Wicitaankani waa bilaash.</p> <p>Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo ilaa 8 fiidnimo., Isniinta - Jimcaha (<i>Abriil - Sebteembar</i>); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (<i>Oktoobar - Maarso</i>).</p> <p>Dadka aan ku hadlin luuqadda Ingiriisida waxa aanu u haynaa adeeg turjumaad oo bilaash ah.</p>                                                                                                                  |
| <b>TTY</b>                | <p>711 ama isticmaal adeegga gudbinta ee aad door bidayso. Wicitaankaani waa bilaash.</p> <p>AMA</p> <p>1-800-627-3529 Lambarkan waxa loogu talagalay dadka qaba dhibaato dhanka maqalka ama hadalka ah inaad haysato taleefan leh qalab gaar ah si aad u wacdo.</p> <p>Saacadaha Adeeggu waa 8 subaxnimo ilaa 8 fiidnimo, Isniinta - Jimcada (<i>Abriil - Sebteembar</i>); 8 subaxnimo ilaa 8 subaxnimo., 7 maalmood asbuucii (<i>Oktoobar - Maarso</i>).</p> |
| <b>WARQAD<br/>UGU DIR</b> | <p>South Country Health Alliance<br/>Attn: Member Services<br/>6380 W Frontage Rd<br/>Medford, MN 550649</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |

### La xidhiidh isku-duwaha daryeelka si lagaaga caawiyo:

- su'aalaha ku saabsan daryeelka caafimaadkaaga
- su'aalaha ku saabsan helista adeegyada caafimaadka hab-dhaqanka (caafimaadka maskaxda iyo cudurada ka dhasha isticmaalka maandooriyayaasha)
- su'aalaha ku saabsan gaadiidka
- su'aalaha ku saabsan Adeegyada iyo Taageerooyinka Muddada Dheer (LTSS)
  - Waa inaad yeelataa La-talinta Daryeelka Muddada Dheer (LTCC) oo lagu ogaado inaad u qalanto inaad hesho adeegyo ama taageero dheeraad ah. Waxaad codsan kartaa in qiimayntan lagugu sameeyo gurigaaga, aqalkaaga, xarunta aad ku nooshahay, ama meel kale oo lagu heshiiyey.

## D. Khadka talobixinta kalkaalisada ee 24-ka saac

Khadka talada kalkaalisada ayaa ku caawin kara markaad u baahan tahay talo caafimaad. Kheyraadkani waa u bilaash xubnaha SeniorCare Complete. Adeegan waxtarka leh waxaa ka shaqeeya kalkaaliyayaal khibrad leh oo diiwaan gashan oo ka jawaabaya su'aalahaaga caafimaad. Waxay kaa caawin karaan inaad go'aansato waxaad samaynayso markaad jirran tahay ama dhaawacantay, waxayna diyaar yihiin 24 saacadood maalintii, 7 maalmood todobaadkii. Waxa kale oo aad u gali kartaa onlayn [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

|            |                                                                                                                                                                                                                                                    |
|------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>WAC</b> | <p>Soo wac lambarka ku yaal gadaasha kaarkaaga aqoonsiga.</p> <p>Wicitaannada waxaa laga jawaabaa 24 saac maalintii, 7 maalmood todobaadkii.</p> <p>Dadka aan ku hadlin luuqadda Ingiriisida waxa aanu u haynaa adeeg turjumaad oo bilaash ah.</p> |
|------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|



|            |                                                                                                                                                          |
|------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>TTY</b> | 711 ama isticmaal adeegga gudbinta ee aad doorbidayso oo aad ku tiirsan tahay. Wicitaanku waa bilaash.                                                   |
|            | AMA                                                                                                                                                      |
|            | 1-800-627-3529. Lambarkan waxaa loogu talagalay dadka ay ku adag tahay maqalka ama hadalka. Waa inaad haysataa qalab telefoon oo gaar ah oo aad ku wacdo |
|            | Wicitaannada waxaa laga jawaabaa 24 saac maalintii, 7 maalmood todobaadkii.                                                                              |

### La xidhiidh khadka talobixinta kalkaalisada si lagaaga caawiyo:

- su'aalaha ku saabsan caafimaadkaaga ama ikhtiyaaradaada daawaynaha daryeelka caafimaadka
- fahmitaanka waxa astaamahaagu ka dhigan yihiin
- go'aansashada haddii aad u tegi lahayd dhakhtar

## E. Khadka Khalkhalka Caafimaadka Maskaxda ee Minnesota

|            |                                                                                                                                                          |                |         |                |
|------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|---------|----------------|
| <b>WAC</b> | Wac lambarka u qoran degmada aad ku nooshahay. Wicitaankaan waa bilaash.                                                                                 |                |         |                |
|            | Wicitaannada waxaa laga jawaabaa 24 saac maalintii, 7 maalmood todobaadkii.                                                                              |                |         |                |
|            | Dadka aan ku hadlin luuqadda Ingiriisida waxa aanu u haynaa adeeg turjumaad oo bilaash ah.                                                               |                |         |                |
|            | Brown                                                                                                                                                    | 1-877-399-3040 | Steele  | 1-844-274-7472 |
|            | Dodge                                                                                                                                                    | 1-844-274-7472 | Wabasha | 1-844-274-7472 |
|            | Goodhue                                                                                                                                                  | 1-844-274-7472 | Waseca  | 1-844-274-7472 |
|            | Sibley                                                                                                                                                   | 1-877-399-3040 |         |                |
| <b>TTY</b> | 711 ama isticmaal adeegga gudbinta ee aad door bidayso. Wicitaankaani waa bilaash.                                                                       |                |         |                |
|            | AMA                                                                                                                                                      |                |         |                |
|            | 1-800-627-3529. Lambarkan waxaa loogu talagalay dadka ay ku adag tahay maqalka ama hadalka. Waa inaad haysataa qalab telefoon oo gaar ah oo aad ku wacdo |                |         |                |
|            | Wicitaannada waxaa laga jawaabaa 24 saac maalintii, 7 maalmood todobaadkii.                                                                              |                |         |                |

### La xidhiidh Khadka Khalkhalka Caafimaadka Maskaxda ee Minnesota si lagaaga caawiyo:

- su'aalaha ku saabsan caafimaadkaaga ama ikhtiyaaradaada daawaynaha daryeelka caafimaadka
- ballan ka qabsashada adeegyadeena caafimaadka maskaxda
- turjumaanada loogu talagalay macaamiisha aan ku hadlin luuqadda Ingiriisida ee u baahan adeegyada caafimaadka maskaxda
- su'aalaha ku saabsan adeegyada xanuunka isticmaalka khaldan ee maandooriyaha

## F. Minnesota Aging Pathways

Barnaamijka Kaalmada Caymiska Caafimaadka Gobolka (State Health Insurance Assistance Program, SHIP) waa barnaamij dawladeed oo leh la-taliyayaal tababaran oo ku sugan gobol kasta oo bixiya caawimo bilaash ah, macluumaad, iyo jawaabo su'aalahaaga Medicare.



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

Gudaha Minnesota, SHIP waxaa loo yaqaan Minnesota Aging Pathways (oo horay loogu yeeri jiray Senior LinkAge Line).

Minnesota Aging Pathways waa barnaamij gobol oo madax-bannaan (oo aan la xiriirin shirkad caymis ama qorshe caafimaad) kaas oo lacag ka hela dowladda federaalka si uu u siiyo la-talin caymis caafimaad oo maxalli ah dadka haysta Medicare.

|                       |                                                                                                                                               |
|-----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>WAC</b>            | 1-800-333-2433 Wicitaanku waa bilaash.                                                                                                        |
| <b>TTY</b>            | Adeega Gudbinta ee Minnesota (Minnesota Relay Service) ka wac 711 ama isticmaal adeega gudbinta ee aad doorbidayso. Wicitaankaan waa bilaash. |
| <b>WARQAD UGU DIR</b> | Golaha Duqayda Minnesota<br>PO Box 64976<br>St. Paul, MN 55164-0976                                                                           |
| <b>IIMAYLKA</b>       | <a href="mailto:aging_pathways@state.mn.us">aging_pathways@state.mn.us</a>                                                                    |
| <b>WEBSAYDKA</b>      | <a href="https://mn.gov/board-on-aging/direct-services/aging-pathways">https://mn.gov/board-on-aging/direct-services/aging-pathways</a>       |

### La xiriir Minnesota Aging Pathways si aad u hesho caawimo ku saabsan:

- su'aalaha la xiriira Medicare
- La-taliyayaasha Minnesota Aging Pathways ayaa ka jawaabi kara su'aalahaaga ku saabsan beddelka qorshe cusub waxayna kaa caawin karaan:
  - fahmitaanka xuquuqahaaga,
  - fahmitaanka ikhtiyaarada qorshahaaga,
  - ka jawaabaya su'aalaha ku saabsan beddelka qorshayaasha,
  - inaad cabasho ka gudbiso daryeelka caafimaadkaaga ama daawaynta, **iyo**
  - xallinta dhibaatooyinka biilashadada.

## G. Quality Improvement Organization (QIO)

Gobolkayagu waxa uu leeyahay urur la yidhaahdo Commence Health. Tani waa koox dhakhaatiir ah iyo xirfadlayaal kale oo daryeel caafimaad kuwaas oo gacan ka geysta hagaajinta tayada daryeelka dadka leh Medicare. Commence Health waa urur madax banaan. Kuma xidhna qorshahayaga.

|                     |                                                                                                                                                                                    |
|---------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>WAC</b>          | 1-888-524-9900<br><br>Isniin ilaa Jimce, 9:00 subaxnimo 5:00 galabnimo.<br>Todobaadka iyo Fasaxyada, 10:00 subaxnimo - 4:00 galabnimo.<br><br>24-saac fariin cod ah ayaa diyaar ah |
| <b>TTY</b>          | 711 ama isticmaal adeegyada gudbinta ee aad doorbidayso.<br><br>Wicitaanadan waa bilaash                                                                                           |
| <b>QORAAL U DIR</b> | BFCC-QIO Program<br>Commence Health<br>10820 Guilford Road, Suite 202<br>Annapolis Junction, MD 20701                                                                              |
| <b>WEBSEEDKA</b>    | <a href="https://www.commencehealthqio.cms.gov/en">https://www.commencehealthqio.cms.gov/en</a>                                                                                    |

**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).



**La xidhiidh Commence Health si lagaaga caawiyo:**

- su'aalaha ku saabsan xuquuqahaaga daryeelka caafimaadka
- cabasho ka soo gudbinta daryeelka aad heshay haddii aad:
  - ay dhibaato ku qabaan tayada daryeelka sida qaadashada daawada qaldan, baaritaannada ama hababka aan loo baahnayn, ama ogaanshaha khaldan,
  - u malaynayso in isbitaal jiifintaadu dhowaan dhammaanayso, **ama**
  - aad u malaynayso in adeegyadaada daryeelka caafimaadka guriga, xaruntaada xannaanaynta kalkaalisada xiradda leh, ama xarunta baxnaaninta isku-dhafan ee bukaansocodka (CORF) dhowaan dhammaanayaan.

**H. Medicare**

Medicare waa barnaamijka caymiska caafimaadka federaalka ee loogu talagalay dadka da'doodu tahay 65 sannadood ama ka weyn, qaar ka mid ah dadka ka yar 65 sannadood ee naafada ah, iyo dadka qaba Cudurka Kelyaha ee Heerka-Dhammaadka (kalyaha oo si kamadambays ah u fadhiista una baahan kelyo dhiqitaan ama kelyo beddelis).

Hay'adda federaalka ee mas'uulka ka ah Medicare waa Xarumaha Adeegyada Medicare iyo Medicaid, ama CMS. Wakaaladani waxay heshiis la gasho ururada Medicare Advantage oo uu ku jiro qorshahayaga.

|                           |                                                                                                                                                                                     |
|---------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>WAC</b>                | 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227)<br>Wicitaanada lambarkani waa bilaash, 24-ka saacadood ee maalintii, 7-da beri ee todobaadkii.                                                      |
| <b>TTY</b>                | 1-877-486-2048 Wicitaanku waa bilaash.<br>Lambarkan waxaa loogu talagalay dadka ay ku adag tahay maqalka ama hadalka. Waa inaad haysataa qalab telefoon oo gaar ah oo aad ku wacdo. |
| <b>LAYF ULA SHEEKAYSO</b> | si layf ah ugala sheekeyso <a href="http://www.Medicare.gov/talk-to-someone">www.Medicare.gov/talk-to-someone</a>                                                                   |
| <b>QORAAL U DIR</b>       | qoraal boostada ugu dir Medicare adoo adeegsanaya PO Box 1270, Lawrence, KS 66044                                                                                                   |



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).



|                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>WEBSEEDKA</b> | <a href="http://www.medicare.gov">www.medicare.gov</a> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Hel macluumaadka ku saabsan iyo qorshooyinka daawada iyo caafimaadka Medicare ee aaggaaga, oo ay ku jiraan qiimaha ay ku kacayaan iyo adeegyada ay bixiyaan.</li> <li>▪ Raadi dhakhaatiir ka qayb qaadanaya Medicare ama bixiyeyaasha daryeelka caafimaadka iyo alaab-qeybiyayaasha kale.</li> <li>▪ Soo ogow waxa Medicare daboolayo, oo ay ku jiraan adeegyada ka hortagga (sida baaritaannada, tallaallada, ama tallaallada, iyo booqashooyinka “fayoqabka” ee sannadlaha ah).</li> <li>▪ Hel macluumaadka racfaanka Medicare iyo foomamka.</li> <li>▪ Hel macluumaad ku saabsan tayada daryeelka ay bixiyaan qorshayaasha, guryaha waayeelka, isbitaallada, dhakhaatiirta, hay’adaha caafimaadka guryaha, xarumaha sifeynta kelyaha, xarumaha daryeelka degdegga ah, xarumaha baxnaaninta bukaan-jiiifka, iyo isbitaallada daryeelka muddada-dheer.</li> <li>▪ Ka raadi mareegaha wixtarka leh iyo lambarrada taleefanka.</li> <li>▪ Si aad cabasho ugu gudbis Medicare, booqo <a href="http://www.medicare.gov/my/medicare-complaint">www.medicare.gov/my/medicare-complaint</a>. Medicare cabashadaada si dhab ah ayay u qaadaa waxayna u isticmaali doontaa macluumaadkan si ay u horumariso tayada barnaamijka Medicare.</li> </ul> |
|------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## I. Kaalmada Caafimaadka

Medical Assistance wuxu kaalmeeyaa kharashaadka adeegyada iyo taageerooyinka caafimaadka ee muddada dheer loogu talagalay dadka dakhligooda iyo ilahooda dhaqaale xaddidan yihiin.

Waxaad ku jirtaa Medicare iyo Medical Assistance. Haddii aad qabto su’aalo ku saabsan caawimada aad ka helayso Kaalmada Caafimaadka, wac Waaxda Adeegyada Aadamaha ee Minnesota

|                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>WAC</b>            | Minnesota Department of Human Services<br><br>Taageerada Macaamiisha Daryeelka Caafimaadka (HCCS) 1-651-297-3672 (aaga Twin Cities Metro)<br>Ama<br>1-800-657-3672 (Aagga ka baxsan Twin Cities Metro area) Wicitaanka waa bilaash<br>Isniin ilaa Jimce, 8:00 subaxnimo 4:30 galabnimo. |
| <b>TTY</b>            | 711 ama isticmaal adeegyada gudbinta ee aad doorbidayso.<br><br>Wicitaanadan waa bilaash.                                                                                                                                                                                               |
| <b>WARQAD UGU DIR</b> | Waaxda Adeegyada Aadanaha ee Minnesota<br>444 Lafayette Road North<br>St. Paul, MN 55155                                                                                                                                                                                                |
| <b>EMAIL</b>          | DHS.info@state.mn.us                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>WEBSITE</b>        | <a href="http://www.mn.gov/dhs/people-we-serve/adults/health-care/health-care-programs/programs-and-services/medical-assistance.jsp">www.mn.gov/dhs/people-we-serve/adults/health-care/health-care-programs/programs-and-services/medical-assistance.jsp</a>                            |

**Haddii aad su’aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abril - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).



## J. Dhexdhexaadiyaha Barnaamijyada Daryeelka Caafimaadka Dadwaynaha ee Maaraysan (Ombudsperson for Public Managed Health Care Program)

Dhexdhexaadiyaha Barnaamijyada Daryeelka Caafimaadka La maareeyo ee Dadweynaha waxay u shaqeeyaan sidii u doode wakiil kaa ah. Wuxuu ka jawaabi karaa su'aalaha haddii aad qabto dhibaato ama cabasho wux-uuna kaa caawin karaa inaad fahamto waxaad samaynayso. Dhexdhexaadiyaha Barnaamijyada Daryeelka Caafimaadka la Maareeyo ayaa sidoo kale kaa caawiya adeegyada ama dhibaatooyinka biilasha. Kuma xidhna qorshahayaga ama shirkad caymis ama qorshe caafimaad. Adeegoodu waa bilaash.

|                       |                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>WAC</b>            | 1-651-431-2660 (Twin Cities Metro area)<br>Or<br>1-800-657-3729 (Aagga ka baxsan Twin Cities Metro area) Wicitaanku waa bilaash.<br>Isniin ilaa Jimce, 8:00 subaxnimo 4:30 galabnimo.                                                                         |
| <b>TTY</b>            | 1-800-627-3529 Lambarkan waxa loogu talagalay dadka qaba dhibaato dhanka maqalka ama hadalka ah. Waa inaad haysato taleefan leh qalab gaar ah si aad u wacdo.<br>Ama<br>711 ama isticmaal adeegyada gudbinta ee aad doorbidayso.<br>Wicitaanadan waa bilaash. |
| <b>WARQAD UGU DIR</b> | Waaxda Adeegyada Aadhanha ee MN<br>Dhexdhexaadiyaha Barnaamijyada Daryeelka Caafimaadka Dadwaynaha ee Maaraysan (Ombudsperson for Public Managed Health Care Program)<br>PO Box 64249<br>St. Paul, MN 55164-0249                                              |
| <b>IIMAYLKA</b>       | <a href="mailto:dhsombudsperson@state.mn.us">dhsombudsperson@state.mn.us</a>                                                                                                                                                                                  |
| <b>WEBSAYDKA</b>      | <a href="http://mn.gov/dhs/managedcareombudsman">mn.gov/dhs/managedcareombudsman</a>                                                                                                                                                                          |

## K. Xafiiska ee Dhexdhexaadiyaha Daryeelka Muddada Dheer (Office of Ombudsman for Long Term Care, OOLTC)

OOLTC waxay dadka ka caawiyaan helista macluumaadka guryaha dadka lagu xannaaneeyo iyo xallinta dhibaatooyinka ka dhex taagan guryaha xannaanaynta iyo dadka deggan ama qoysaskooda.

OOLTC wax xiriir ah lama lahan qorshaheena ama wax shirkad caymis ah ama qorshe caymis caafimaad ah.

|            |                                                                                                                                                                                 |
|------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>WAC</b> | 1-651-431-2555 (Twin Cities Metro area)<br>Ama<br>1-800-657-3591 (Banaanka aaga Twin Cities Metro) Wicitaanku waa bilaash.<br>Isniin ilaa Jimce, 8:00 subaxnimo 4:30 galabnimo. |
|------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

|                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>TTY</b>            | 1-800-627-3529<br><br>Lambarkan waxa loogu talagalay dadka qaba dhibaato dhanka maqalka ama hadalka ah. Waa inaad leedahay khaas qalabka telefoonka si aad u wacdo.<br><br>ama<br><br>711 ama isticmaal adeegyada gudbinta ee aad doorbidayso.<br><br>Wicitaanadan waa bilaash. |
| <b>WARQAD UGU DIR</b> | Xafiiska Minnesota ee Dhexdhexaadiyaha Daryeelka Muddada Dheer<br>PO Box 64971<br>St. Paul, MN 55164-0971                                                                                                                                                                       |
| <b>IIMAYLKA</b>       | mba.ooltc@state.mn.us                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>WEBSAYDKA</b>      | <a href="http://www.mn.gov/ooltc">www.mn.gov/ooltc</a>                                                                                                                                                                                                                          |

## L. Barnaamijyada Dadka Ka Caawiya Bixinta Kharashka Daawooyinka Loo Qoro

Websaydhka Medicare ([www.medicare.gov/basics/costs/help/drug-costs](http://www.medicare.gov/basics/costs/help/drug-costs)) waxa uu ku siinayaa macluumaad ku saabsan sida loo dhimi karo kharashka daawada lagu qoray. Dadka dakhligoodu xaddidan yahay, waxa kale oo jira barnaamijyo kale oo lagu caawiyo, sida hoos lagu sharxay.

### L1. Caawinaad dheeraad ah oo ka timid Medicare

Maadaama aad u qalanto Medicaid, waxaad xaq u leedahay inaad “Caawimo Dheeraad ah” ka hesho Medicare si ugu bixiso kharashaadka daawooyinka lagu qoro ee qorshaha. Uma baahnid inaad wax sameyso si aad u hesho “Caawinta Dheeraadka ah.”

|                  |                                                                                                                                                                                         |
|------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>WAC</b>       | 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227)<br><br>Wicitaanada lambarkani waa bilaash, 24-ka saacadood ee maalintii, 7-da beri ee todobaadkii                                                       |
| <b>TTY</b>       | 1-877-486-2048 Wicitaanku waa bilaash.<br><br>Lambarkan waxaa loogu talagalay dadka ay ku adag tahay maqalka ama hadalka. Waa inaad haysataa qalab telefoon oo gaar ah oo aad ku wacdo. |
| <b>WEBSEEDKA</b> | <a href="http://www.medicare.gov">www.medicare.gov</a>                                                                                                                                  |

Haddii aad u malaynayso inaad ku bixinayso lacag aan sax ahayn daawada lagu qoray farmashiyaha, qorshaheenu wuxuu leeyahay nidaam kaa caawinaya helitaanka caddaynta cadadka lacag-bixintaada saxda ah. Haddii aad hore u haysatid caddaynta cadadka saxda ah, waxaanu kaa caawin karnaa inaad nala wadaagto caddayntaan.

- Si aad u codsato caawimaad ku saabsan helitaanka caddaynta ugu fiican ee la heli karo iyo bixinta caddayntan waxaad wici kartaa Adeegyada Xubnaha lambarka ku yaal xagga hoose ee bogga

Marka aan helno caddaynta muujinaysa heerka lacag-bixinta saxda ah, waxaanu cusbooneysiin doonaa nidaamkayaga si aad u bixiso qadarka lacag-bixinta saxda ah markaad hesho warqadda soo socota. Haddii aad bixiso lacag-bixin dheeraad ah, waxaanu kugu soo celin doonaa jeeg ama credit-ka-bixinta mustaqbalka. Haddii farmashiisku uusan soo qaadin lacag-bixintaada oo aad deyn ku leedahay, waxa laga yaabaa inaan si toos ah lacagta u bixino farmashiyaha. Haddii gobol uu magacaaga wax ku bixiyo, waxaa laga yaabaa inaan si toos ah lacag ugu bixino gobolka. Ka wac Adeegyada Xubinta lambarka ku yaal xagga hoose ee bogga haddii aad su'aalo qabto.

**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).



## L2. AIDS Drug Assistance Program (ADAP)

ADAP waxay ka caawisaa dadka u qalma ADAP ee la nool HIV/AIDS inay helaan dawooyinka naf-badbaadinta ee HIV. Daawooyinka Qaybta D ee Medicare ee sidoo kale ku jira liiska ADAP waxay u qalmaan caawinta wadaagga kharashka ee daawada. Wixii macluumaad ah, ka wac Minnesota Department of Human Services lambarka 651-431-2414 ama 800-657-3761, (TTY 711).

**Fiio gaar ah:** Si aad xaq ugu yeelato ADAP ee gobolkaaga, dadku waa inay buuxiyaan shuruudo gaar ah, oo ay ku jiraan caddaynta deganaanshaha gobolka iyo heerka HIV, dakhliga hoose sida uu gobolku qeexay, iyo xaalad caymis la'aan/caymis hoosaysa. Haddii aad beddesho qorshayaasha, ogeysii shaqaalaha isdiwaangelinta ADAP ee deegaankaaga si aad u sii wadato helitaanka kaalmada macluumaadka ku saabsan shuruudaha u-qalmitaanka, daawooyinka la daboolay, ama sida loo galo barnaamijka, fadlan wac Minnesota Department of Human Services lambarka 651-431-2414 or 800-657-3761, (TTY 711).

## L3. Qorshaha Lacag-bixinta Daawada ee Medicare

Qorshaha Lacag-bixinta Daawada ee Medicare waa ikhtiyaar lacag-bixineed oo la shaqeeya caymiskaaga dawada hadda si ay kaaga caawiso inaad maareyso kharashaadkaaga jeebka ka baxsan ee dawooyinka uu daboolay qorshahayagu annagoo ku faafinayna dhammaan sannad-maaliyeedka (Janaayo- Disembar). Qof kasta oo leh qorshaha dawada Medicare ama qorshaha caafimaadka Medicare ee leh caynsanaanta daawada (sida Qorshaha Faa'iidada Medicare ee leh caymiska dawada) ayaa isticmaali kara doorashadan lacag-bixinta. **Doorashadan lacag-bixinta ayaa laga yaabaa inay kaa caawiso inaad maareyso kharashaadkaaga, laakiin kuma badbaadinayso lacag ama hoos uma dhigi doonto kharashyadaada dawada. Haddii aad ka qaybqaadanayso Qorshaha Lacag-bixinta Daawada ee Medicare oo aad ku sii jirto isla qorshaha, uma baahnid inaad wax sameyso si aad u sii wadato doorashadan.** "Extra. ee Medicare iyo caawinta ADAP kaaga, kuwa u qalma, ayaa ka faa'iido badan tahay ka qaybgalka doorashadan lacag-bixinta, iyadoon loo eegayn heerka dakhligaaga, iyo qorshayaasha la wadaaga daroogada waa inay bixiyaan doorashadan lacag-bixineed. Si aad wax badan uga barato doorashadan lacag-bixinta, wac Adeegyada Xubinta lambarka taleefoonka ee bogga hoose ee ama booqo [www.medicare.gov](http://www.medicare.gov).

## M. Social Security

Social Security wuxu go'aamiyaa u qalmitaanka oo wuxu qabtaa hawlaha diiwaangelinta Medicare.

Haddii aad guurto ama aad beddesho cinwaankaaga boostada, waa muhiim inaad la xidhiidho Social Security si aad ugu wargeliso.

|                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>WAC</b>       | 1-800-772-1213<br>Wicitaanada nambarkan waa bilaash.<br>Waxa la heli karaa 8:00 subanimo to 7:00 fiidnimo, Isniin ilaa Jimce.<br>Waxaad isticmaali kartaa adeegyadooda taleefanka otomaatika ah si aad u hesho macluumaadka ku duuban oo uga qabsato hawlaha qaar 24-ka saacadood ee maalintii. |
| <b>TTY</b>       | 1-800-325-0778<br>Lambarkan waxaa loogu talagalay dadka ay ku adag tahay maqalka ama hadalka. Waa inaad haysataa qalab telefoon oo gaar ah oo aad ku wacdo.                                                                                                                                     |
| <b>WEBSEEDKA</b> | <a href="http://www.ssa.gov">www.ssa.gov</a>                                                                                                                                                                                                                                                    |



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

## N. Guddida Hawlgabka Waddada-tareenka (RRB)

RRB waa wakaalad federaal ah oo madax banaan oo maamusha barnaamijyo faa'iido oo dhamaystiran oo loogu talagalay shaqaalaha tareenada qaranka iyo qoysaskooda. Haddii aad Medicare ka hesho RRB, u sheeg haddii aad guurto ama aad beddesho ciwaanka boostada. Su'aalaha ku saabsan dheefahaaga RRB, la xiriir wakaaladda.

|                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>WAC</b>       | <p>1-877-772-5772</p> <p>Wicitaanada nambarkan waa bilaash.</p> <p>Taabo "0," si aad ula hadasho wakiilka RRB</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>laga bilaabo 9:00 subaxnimo ilaa 3:30 galabnimo, Isniin, Talaado, Khamiis, iyo Jimce iyo</li> <li>laga bilaabo 9:00 subaxnimo illaa duhurka Arbacada.</li> </ul> <p>Riix "1" si aad u gasho Khadka Caawinta RRB ee otomaatiga ah oo aad u hesho macluumaad duuban 24 saacadood maalintii, oo ay ku jiraan dhammaadka usbuuca iyo ciidaha.</p> |
| <b>TTY</b>       | <p>1-312-751-4701</p> <p>Lambarkan waxaa loogu talagalay dadka ay ku adag tahay maqalka ama hadalka. Waa inaad haysataa qalab telefoon oo gaar ah oo aad ku wacdo.</p> <p>Wicitaanada lambarkan maaha bilaash.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>WEBSEEDKA</b> | <p><a href="http://www.rrb.gov">www.rrb.gov</a></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

## O. Caymis kooxeedka ama caymis kale oo uu bixiyo shaqaaleysiye

Haddii adiga (ama xaaskaaga ama lammaanahaaga qoyska) aad faa'iido ka hesho loo-shaqeeyahaaga (ama xaaskaaga ama lammaanahaaga guriga) loo-shaqeeyahaaga ama kooxda hawlgabka ah ee qayb ka ah qorshahan, wac maamulaha dheefaha loo-shaqeeyaha/ururka ama Adeegyada Xubinta lambarka taleefanka ee bogga hoose ee bogga wixii su'aalo ah. Waxaad wax ka weydiin kartaa shaqo-bixiyahaaga (ama xaaskaaga ama lammaanahaaga qoyska) ama faa'iidooyinka caafimaadka hawlgabka, khidmadaha, ama xilliga diiwaangelinta. Waxa kale oo aad wici kartaa 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227) wixii su'aalo ah ee ku saabsan caymiskaaga Medicare ee hoos yimaada qorshahan. Isticmaalayaasha TTY waca: 1-877-486-2048.

Haddii aad leedahay caymis daawo oo kale iyada oo loo sii marayo loo-shaqeeyahaaga (ama xaaskaaga ama lammaanahaaga qoyska) ama kooxda hawlgabka ah, la xidhiidh **maamulaha dheefaha kooxdaas**. Maamulaha dheefaha ayaa kaa caawin kara inaad fahamto sida caymiskaaga dawadu uu hadda ula shaqeeyo qorshahayaga.



BOGGAAN SI KAS  
AH AYAA FAARUQ  
LOOGA TAGAY



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

## Cutubka 3: U isticmaalista qorshaheena caymiska daryeelka caafimaadkaaga iyo adeegyada la caymiyay

### Hordhac

Cutubkan waxa ku jira shuruudo iyo shuruuc khaas ah oo aad u baahan tahay inaad ogaato si aad daryeelka caafimaadka iyo adeegyada la caymiyay ugu hesho qorshaheena. Waxa kale oo ay kuu sheegaysaa isku-duwaha daryeelkaaga, sida aad uga heli karto daryeel bixiyayaasha kala duwan iyo xaalado gaar ah qaarkood (oo ay ku jiraan bixiyayaasha ka baxsan shabakadaha ama farmashiyaha), waxa la sameeyo haddii lagu soo dalaco si toos ah qarashka adeegyada aanu daboolno, iyo xeerarka lahaanshaha Qalabka Caafimaad ee Waara (DME). Erayada muhiimka ah iyo qeexitaankoodu waxay u soo muuqan doonaan siday ugu kala horreeyeen alifbeetada cutubka u dambeeya ee *Buug-gacmeedka Xubinka*.

### Jadwalka Tusmooyinka

|                                                                                                                                                           |           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>A. Macluumaad ku saabsan adeegyada iyo bixiyayaasha .....</b>                                                                                          | <b>27</b> |
| <b>B. Shuruucda adeegyo ku helista caymiska qorshaheena .....</b>                                                                                         | <b>27</b> |
| <b>C. Isku-duwaha daryeelkaaga .....</b>                                                                                                                  | <b>28</b> |
| C1. Waa maxay isku-duwaha daryeelka.....                                                                                                                  | 28        |
| C2. Sida aad ula xidhiidhi karto isku-duwaha daryeelkaaga .....                                                                                           | 29        |
| C3. Sida aad u baddeli karayso isku-duwaha daryeelkaaga .....                                                                                             | 29        |
| <b>D. Daryeelka laga helo bixiyayaasha.....</b>                                                                                                           | <b>29</b> |
| D1. Daryeelka laga helo rugta daryeelka caafimaadka aasaasiga ah (PCC).....                                                                               | 29        |
| D2. Daryeelka laga helo takhasuslayaasha iyo bixiyayaasha kale ee shabakadda ku jiro.....                                                                 | 30        |
| D3. Marka bixiye ka baxo qorshaheena.....                                                                                                                 | 30        |
| D4. Bixiyayaasha ka baxsan shabakadda .....                                                                                                               | 31        |
| <b>E. Adeegyada iyo taageerada muddada-dheer (LTSS).....</b>                                                                                              | <b>31</b> |
| <b>F. Adeegyada caafimaadka dhaqanka (caafimaadka dhimirka iyo khalkhalka isticmaalka maandooriyaha).....</b>                                             | <b>32</b> |
| <b>G. Adeegyada Gaadiidka .....</b>                                                                                                                       | <b>32</b> |
| <b>H. Adeegyada la caymiyay ee xilliyada xaaladaha degdega ah ee caafimaad jiraan, marka degdeg loogu baahan yahay, iyo xilliyada masiibo jirto .....</b> | <b>32</b> |
| H1. Daryeelka xaalad degdeg ah oo caafimaad .....                                                                                                         | 32        |
| H2. Daryeelka degdegga ah ee loo baahan yahay .....                                                                                                       | 33        |
| H3. Daryeelka inta lagu jiro masiibo .....                                                                                                                | 34        |
| <b>I. Maxaa dhacaya haddii si toos ah laguugu soo dallaco adeegyada la daboolay .....</b>                                                                 | <b>34</b> |
| I1. Waxa la sameeyo haddii qorshahayagu uusan dabooli adeegyada .....                                                                                     | 34        |



|                                                                                                                                                          |           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>J. Daboolidda adeegyada daryeelka caafimaadka ee daraasad cilmi baaris caafimaad.....</b>                                                             | <b>35</b> |
| J1. Qeexidda daraasad cilmi baaris caafimaad .....                                                                                                       | 35        |
| J2. Bixinta lacagaha adeegyada markaad ku jirto daraasad cilmibaaris caafimaad ..                                                                        | 35        |
| J3. Wax badan oo ku saabsan daraasadaha cilmi-baarista kiliinikada .....                                                                                 | 36        |
| <b>K. Sida adeegyadaada daryeelka caafimaadka loogu dhex daboolayo goob diimeed daryeel caafimaad bixisa oo aan ahayn hay'ad daryeel caafimaad .....</b> | <b>36</b> |
| K1. Qeexitaanka goob diimeed daryeel caafimaad bixisa oo aan ahayn hay'ad caafimaad.....                                                                 | 36        |
| K2. Daryeelka laga helo hay'ad daryeel caafimaad oo aan diin ahayn oo aan caafimaad ahayn.....                                                           | 36        |
| <b>L. Qalabka caafimaadka ee waara (DME).....</b>                                                                                                        | <b>37</b> |
| L1. DME oo ah xubin ka tirsan qorshahayaga .....                                                                                                         | 37        |
| L2. Lahaanshaha DME haddii aad u bedelato Original Medicare .....                                                                                        | 37        |
| L3. Dheefaha qalabka ogsajiinta ka xubin qorshaheena ka tirsan ahaa.....                                                                                 | 37        |
| L4. Qalabka ogsajiinta marka aad u beddelato Original Medicare ama qorshe kale oo Medicare Advantage (MA) ah.....                                        | 38        |





## A. Macluumaad ku saabsan adeegyada iyo bixiyayaasha

**Adeegyadu** waa daryeel caafimaad, adeegyo iyo taageerooyin muddada-dheer ah (LTSS), sahayda, adeegyada caafimaadka dabeecadda, daawooyinka dhakhtar qoro iyo kuwa aan farmashiyaha laga iibsano, qalab iyo adeegyo kale. **Adeegyada la daboolay waa** mid ka mid ah adeegyadan uu qorshahayagu bixiyo. Daryeelka caafimaadka ee daboolan, caafimaadka dabeecadda, iyo LTSS ayaa ku jira **Cutubka 4** ee *Buug-gacmeedkaan Xubinta*. Adeegyadaada caymis ee dawooyinka lagu qoray iyo kuwa aan farmashiyaha laga iibsano karo ayaa ku jira **Cutubka 5** ee *Buug-gacmeedkaan Xubinta*.

**Bixiyayaashu** waa dhakhaatiir, kalkaaliyayaal, iyo dad kale oo ku siinaya adeegyo iyo daryeel oo uu gobolku shati ka haysto, sida ku habboon. Bixiyayaasha waxa kale oo ka mid ah isbitaalada, wakaaladaha caafimaadka guriga, rugaha caafimaadka, iyo meelaha kale ee ku siinaya adeegyada daryeelka caafimaadka, adeegyada caafimaadka hab dhaqanka, qalabka caafimaadka, iyo LTSS qaarkood.

**Bixiyayaasha shabakadu** waa bixiyayaasha la shaqeeya qorshaheena. Bixiyayaashani waxay ogolaadeen inay aqbalaan lacag-bixintayada oo ah lacag-bixin buuxda. Waxaan u diyaarinay bixiyayaashan inay ku siiyaan adeegyada la daboolay. Bixiyayaasha shabakadu waxay si toos ah noogu dallacaan daryeelka ay ku siiyaan. Markaad isticmaasho bixiye shabakada ku jira, caadi ahaan lacag kuma bixinaysid adeegyada la daboolay.

## B. Shuruucda adeegyo ku helista caymiska qorshaheena

Qorshahayagu waxa uu daboolayaa dhammaan adeegyada ay daboolaan Medicare iyo Medical Assistance. Tan waxa ku jira adeegyadaada caafimaadka, caafimaadka hab-dhaqanka iyo LTSS.

Qorshaheenu sida guud wuxu bixin doonaa kharashka adeegyada daryeelka caafimaadka, adeegyada caafimaadka hab-dhaqanka, iyo LTSS ee aad hesho marka aad raacdo shuruucdeena. Si uu kuu daboolo caymiskeenu:

- Daryeelka aad hesho waa in lagu daraa Shaxda Faa'iidooyinkeena Caafimaadka ee **Cutubka 4** ee buuggan *Buug-gacmeedka Xubinta*.
- Daryeelka caafimaad ahaan lagama maarmaanka ah ayaa ku habboon xaaladdaada. Tan waxa ku jira daryeelka la xidhiidha xaaladaha jidhka iyo caafimaadka maskaxda. Waxa ku jira nooca iyo heerka adeegyada. Waxa ku jira tirada daawaynta. Waxa kale oo ku jira meesha aad ka hesho adeegyada iyo inta ay sii socon doonaan. Adeegyada caafimaad ahaan lagama maarmaanka ah waa inay:
  - » inay yihiin adeegyo bixiyayaasha kale aad caadiyan dalban lahaayeen.
  - » kaa caawin inaad si fiican u fiicnaato ama u joogtid sida aad tahay.
  - » inay kaa caawiyaan joojinta ka sii daritaanka xaaladdaada.
  - » inay ka hortagaan oo helaan dhibaatooyinka caafimaadka.
- **Waa inaad daryeelkaaga ka heshaa bixiyayaasha shabakadaha** (macluumaad dheeraad ah tag **Qaybta D** ee cutubkan). Caadiyan, ma dabooli doono daryeelka bixiyaha aan ka shaqayn qorshahayaga caafimaadka. Tani waxay ka dhigan tahay inaad si buuxda u bixinayso bixiyaha adeegyada lagu bixiyo. Halkan waxa ku qoran qaar ka mid ah xaaladaha aanu sharciyad ku dabbaqmaynin:
  - Waanu daboolnaa daryeelka xaaladaha degdega ah ama Daryeelka degdega loogu baahan yahay ee laga helo bixiye shabakadda ka baxsan (wixii macluumaad dheeraad ah ka eeg **Qaybta H** ee cutubkan).



- Haddii aad u baahan tahay daryeel qorshaheenu daboolo oo bixiyayaasha shabakaddu ku siin kari waayaan, waxaad daryeelka ka heli kartaa bixiye shabakadda ka baxsan. Waxaa laga yaabaa in lagaaga baahdo inaad hesho oggolaansho kahor intaanad ka helin daryeel dhakhtar ka baxsan caymiska. Xaaladdan, daryeelka waxa aanu u daboolaynaa sidii inaad ka heshay bixiye shabakadda ka tirsan oo kale dhakhtarka. Wixii macluumaad ah ee ku saabsan helitaanka oggolaanshaha isticmaalka dhakhtar ka baxsan shabakada, **Qaybta D4** ee cutubkaan.
- Waxaanu daboolnaa adeegyada sifaynta kelyaha marka aad ka baxsan tahay goobta adeega qorshahayaga wakhti gaaban ama marka bixiyahaaga si ku meel gaar ah loo waayo ama aan la heli karin.
- Marka ugu horreysa ee aad ku soo biirto qorshaha, waxaad sii isticmaali kartaa bixiyayaashii aad isticmaali jirtay muddo illaa 120 maalmood ah sababahan soo socda markay jiraan:
  - » Xaalad aad u daran
  - » Jirro maskaxeed ama jireed oo nafta halis gelinaysa
  - » Naafanimada jirka ama maskaxda waxaa lagu qeexaa inay tahay karti la'aan ku lug lahaanshaha hal ama in ka badan hawlo nololeed oo waaweyn. Tani waxay khusaysaa naafanimada jirta ama tan la filayo inay socoto ugu yaraan hal sano, ama ay u badan tahay inay ka dhalato dhimasho.
  - » Xaalad naafo keenaysa ama mid daba-dheeraata taas oo ku jirta marxalad daran
  - » Marka aad helayso adeegyo daryeel caafimaad oo dhaqan ahaan habboon (adeegyada gaadiidka kuma jiraan) oo qorshuhu aanu lahayn dhakhtar shabakadeed khibrad gaar ah u leh bixinta adeegyadan daryeelka caafimaadka ee dhaqan ahaan habboon.
  - » Marka aaddan ku hadlin luuqadda Ingiriisida oo qorshahana aanu ku jirin bixiye shabakadeed oo kula xidhiidhi kara, si toos ah ama isagoo adeegsanaya turjumaan.

Haddii dhakhtarkaagu kuu caddeeyo inaad haysato nolol la filaayo oo ah 180 maalmood ama ka yar, waxaa laga yaabaa inaad sii wadato isticmaalka adeegyadda inta noloshaada ka hadhay bixiye aan ka mid ahayn shabakadeena.

Waxa ka reebban qorshaynta qoyska, kaas oo ah adeeg gelitaan furan oo aanu ku daboolno Caawimada Caafimaadka. Sharciyada federaalka iyo kuwa gobolka ayaa kuu ogolaanaya inaad doorato bixiye kasta, xitaa haddii uusan ku jirin shabakadayada, si aad u hesho adeegyada qorsheynta qoyska qaarkood. Taas macnaheedu waa dhakhtar kasta, rug kasta, isbitaal, farmashiye, ama xafiiska qorsheynta qoyska. Macluumaad dheeraad ah ka eeg qaybta “Adeegyada Qorshaynta Qoyska” ee Jaantuska Dheefaha **Cutubka 4**.

## C. Isku-duwaha daryeelkaaga

### C1. Waa maxay isku-duwaha daryeelka

Iskuduwaha daryeelka waa qof kula kulmi doona oo kaala hadli doona baahiyahaaga iyo waxaad rabto. Waxay kaa caawin doonaan horumarinta iyo isku dubaridka taageerooyinka iyo adeegyada lagu aqoonsaday qorshahaaga daryeelka. Ilaha deegaanka ahaan, iskuduwaha daryeelka ayaa kaa caawin kara inaad aqoonsato oo aad hesho adeegyada loo baahan yahay si aad u ahaato mid caafimaad qabta. Waxay kaa caawin karaan inaad samaysato balamo caafimaad ama ilkeed iyo iskudubarid adeegyada isbitaal dhigista kadib.

Isku-duwista daryeelka waxa xubnaha SeniorCare Complete siinaya shaqaalaha bulshada iyo kalkaalisoooyinka degmadaada maxalliga ah.



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

## C2. Sida aad ula xidhiidhi karto isku-duwaha daryeelkaaga

Warqada *Hordhaca ee Isku-dubaridka Daryeelka ee ka socota isuduwahadaryeelkaaga* waxaa ku jiri doona lambarka taleefanka iyo ciwaanka xidhiidhiyahaaga. Haddii aad meel dhigto macluumaadka xiriirka iskuduwahaaga daryeelka, wac Adeegyada Xubinta macluumaadkaas.

## C3. Sida aad u baddeli karayso isku-duwaha daryeelkaaga

Haddii aad doonayso inaad beddesho isku-duwaha daryeelkaaga, wac Adeegyada Xubinta oo iyaga ayaa ka shaqeyn doona wax ka qabashada codsigaaga.

## D. Daryeelka laga helo bixiyayaasha

### D1. Daryeelka laga helo rugta daryeelka caafimaadka aasaasiga ah (PCC)

Waxaad dooran kartaa rugta daryeelka caafimaadka aasaasiga ah (PCC) si ay uu kuu siiso oo kuu maarayso daryeelkaaga.

#### Qeexitaanka “PCC,” iyo waxa PCC kuu qabanayso

Rugta daryeelka aasaasiga ah (PCC) waa meesha ugu horeysa ee aad caadi ahaan u tagto daryeelka, waxayna bixin kartaa inta badan adeegyada daryeelka caafimaadka ee aad u baahan tahay. Xubigeena ahaan, waxaad doorataa PCC-gaaga ama waxaa lagu qoondeeyay mid haddii aadan ku dooran mid ka mid ah diiwaangelinta. Isticmaalka PCC waxay u sahlayaa bixiyayaasha daryeelkaaga inay ogaadaan adiga iyo qoyskaaga, iyo inaad taqaanid.

Rugaha caafimaadka aasaasiga ah waxay leeyihiin dhakhaatiir bixiya daryeelka aasaasiga ah. Tusaalooyinka waxaa ka mid ah Dhakhaatiirta Guud, Dhakhaatiirta Daawada Gudaha, Dhakhaatiirta Dhaqanka Qoyska, Dhakhaatiirta Carruurta iyo Dhakhaatiirta OB/GYN.

Haddii aad u malaynayso inaad u baahan tahay inaad adeegsato bixiye kale ama takhasusle, PCC-gaagu wuxuu kaa caawin karaa inaad gaadho go'aankaas oo aad samayso talooyin. Iyadoo aanad u baahnayn tixraac si aad u isticmaasho bixiye kasta oo shabakadayada ah, la-talinta PCC-gaaga waxay kaa caawin kartaa inaad hesho adeegyada aad u baahan tahay waxayna ka caawisaa inay la socdaan macluumaadka ku saabsan daryeelkaaga.

#### Xulashada PCC-gaaga

Markaad xubin ka noqoto qorshahayaga, waa inaad doorataa bixiye shabakad si uu u noqdo rugtaada daryeelka aasaasiga ah (PCC) ee *Tusaha Bixiyaha iyo Farmasiga*. PCC-gaagu waa bixiye buuxiya shuruudaha gobolka waxaana loo tababaray inuu ku siiyo daryeelka caafimaadka aasaasiga ah.

Hadii lagu asteeyo PCC waajib kuguma aha inaad isticmaasho PCC-gaas, waxaad adeegsan kartaa PCC kale laakiin waa inuu ka tirsanaadaa shabakaddeena.

Haddii aad PCC ka waydo aagaaga, ama aad qabto su'aalo, soo wac Adeegyada Xubinta.

#### Ikhtiyaarka aad ku beddelayso PCC-gaaga

Waad beddeli kartaa PCC-gaaga sabab kasta, wakhti kasta. Waxa kale oo suurtoagal ah in PCC-gaagu uu ka tago shabakada qorshahayaga. Haddii PCC-gaagu ka tago shabakadayada, waxaanu kaa caawin karnaa inaad hesho PCC cusub shabakadayada.



## D2. Daryeelka laga helo takhasuslayaasha iyo bixiyayaasha kale ee shabakadda ku jiro

Takhasusle waa dhakhtar bixiya daryeel caafimaad oo loogu talagay cudur khaas ama xubin gaar ah oo jirka ka mid ah. Waxaa jira noocyo badan oo takhasus leh, sida:

- *Dhakhaatiirtakansarka* waxay daryeelaan bukaanada qaba kansarka.
- *Dhakhaatiirta wadnaha* waxay daryeelaan bukaanada qaba dhibaatooyin dhanka wadnaha ah.
- *Dhakhaatiirta lafaha* waxay daryeelaan bukaanada qaba cudurada lafaha, kalagoysyada, ama murqaha.

Uma baahnid gudbin si aad u isticmaasho takhasusle ku jira shabakadda qorshaha, hase ahaatee, waxa lagugula talinaya inaad la xiriirto rugtadaada daryeelka caafimaadka aasaasiga ah (PCC) oo u sheegto marka aad isticmaalayso bixiye shabakadeed oo kale.

Haddii aanaan awoodin inaan kuu helno bixiye shabakad qorshe oo kuu qalma, waa inaan ku siinaa oggolaansho hore si aad u isticmaasho takhasusle u aqoon leh marka ay jiraan midkasta oo ka mid ah shuruudahan soo socda:

- xaalad caafimaad darro oo joogto ah (socota)
- jirro maskaxeed ama jireed oo nafta halis gelinaysa;
- xanuunka sii xumaanaayo ama naafonimo;
- xaalad kasta ama cudur kasta oo kale oo halis ah ama adag oo u baahan inuu daaweeyo qof takhasus u leh.

**Haddii aadan naga helin oggolaan hore marka loo baahdo, biilka waxaa laga yaabaa inaan la bixin. Wixii macluumaad dheeraad ah, wac Adeegyada Xubinta lambarka taleefanka ee ku daabacan xagga hoose ee boggan.**

## D3. Marka bixiye ka baxo qorshaheena

Bixiyaha shabakadeed ee aad isticmaasho ayaa laga yaabaa inuu ka tago qorshahayaga. Haddii mid ka mid ah bixiyayaashaada uu ka tago qorshahayaga, waxaad leedahay xuquuqahan iyo ilaalintan hoos lagu soo koobay:

- Xitaa haddii bixiyayaasha shabakadeenu isbeddelaan inta lagu guda jiro sannadka, waa inaad si aan kala go' lahayn u hesho bixiyayaal kuu qalma.
- Waanu kugu soo wargelin doonaa in bixiyahaagi ka baxayo qorshaheena si aad waqti ugu hesho xulashada bixiye cusub.
  - Haddii bixiyahaaga daryeelka aasaasiga ah ama caafimaadka hab-dhaqanka ka baxo qorshaheena, waanu ku soo wargelin doonaa haddii aad bixiyahaas la kulantay saddexdii sannadood ee ugu dambeeyay.
  - Haddii mid kasta oo kale oo ka mid ah bixiyayaashaada uu ka baxo qorshaheena, waxa aanu ku soo wargelin doonaa haddii bixiyahaas lagu asteeyay, aad waqti xadirkayn daryeel ka hesho, ama aad la kulantay sadexdii bilood ee dambeeyay.
- Waxa aanu kaa caawin doonaa xulashada bixiye kale oo shabakadda ka tirsan oo sii wadi doona maaraynta baahiyahaaga daryeelka caafimaadka.
- Haddii aad hadda ku qaadanayso daawayn ama daawayn bixiyahaaga hadda, waxaad xaq u leedahay si aad u codsato in la sii wado helitaanka daawaynta ama daawaynta lagama maarmaanka u ah caafimaadka. Waanu kula shaqayn doonaa si aad u sii wadato daryeelka.
- Waxaan ku siin doonaa macluumaad ku saabsan waqtiyada diiwaangelinta ee la heli karo iyo fursadaha aad u baahan karto si aad u baddesho qorshayaasha.



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abril - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

- Haddii aanu kuu heli kari wayno takhasusle shabakadda ka tirsan oo ku qalma oo aad heli karto, waa inaanu kuu diyaarino takhasusle shabakadda ka baxsan si uu kuu siiyo daryeelka inta bixiye ama dheef shabakadda ka tirsani aanay diyaar ahayn ama aan si ku filan u daboolayn baahiyahaaga caafimaad.
- Haddii aad ogaato in mid ka mid ah bixiyayaashaadu uu ka baxayo qorshaheena, nala soo xidhiidh. Waxaan kaa caawin karnaa inaad doorato bixiye cusub si uu u maareeyo daryeelkaaga.
- Haddii aad u malaynayso inaan bixiyihii hore ku beddelin bixiye u dhigma ama aanan si fiican u maaraynayn daryeelkaaga, waxaad xaq u leedahay inaad cabasho dhanka tayada daryeelka ah u gudbiso QIO, tabasho dhanka tayada daryeelka ah, ama labadaba. (Tixraac Cutubka 9-aad wixii macluumaad dheeraada ah.)

#### D4. Bixiyayaasha ka baxsan shabakadda

Xaaladaha qaarkood, daryeelka aad ka hesho bixiye ka baxsan shabakada ( bixiye aan ka mid ahayn shabakada qorshahayaga) ma dabooli doono. Haddii aad u baahan tahay adeeg daboolan oo aanad ka heli karin bixiyaha shabakadayada, waxa laga yaabaa inaad u baahato ogolaansho hore anaga ka hor inta aanad isticmaalin bixiyahaas shabakada ka baxsan. Takhtarkaaga iyo/ama wakiilka idman ayaa kaa caawin kara arrintan. Wac Adeegyada Xubnaha wixii macluumaad dheeraad ah.

Haddii aad isticmaasho bixiye shabakadda ka baxsan, bixiyuhu waa inuu u qalmaa inuu ka qaybqaato Medicare iyo/ama Kaalmada Caafimaadka.

- Lacag ma siin karno bixiye aan u qalmin inuu ka qaybqaato Medicare iyo/ama Kaalmada Caafimaadka.
- Haddii aad isticmaasho bixiye aan u qalmin inuu ka qaybqaato Medicare, waa inaad bixiso kharashka adeegyada oo isku dhan.
- Bixiyayaashu waa inay kuu sheegaan haddii aanay u qalmin ka qaybgalka Medicare.

#### E. Adeegyada iyo taageerada muddada-dheer (LTSS)

Ka xubin SeniorCare Complete ahaan, waxa laga yaabaa inaad awoodo inaad hesho adeegyada iyo taageerada muddada-dheer (LTSS), sida adeegyada uu bixiyo barnaamijka Dhaafitaanka Waayeelka (EW) adoo ah macmiilka SeniorCare Complete. Adeegyada iyo taageerada muddada-dheer waa caawinta dadka u baahan caawimo si ay u qabtaan hawl maalmeedka sida qubaysiga, labiska, samaynta cuntada, iyo qaadashada daawada. Inta badan adeegyadan waxaa lagu bixiyaa gurigaaga ama beeshaada meesha aad doorato. Kala hadal isku-duwahaaga daryeelka wixii ku saabsan helitaanka adeegyadan.

- Waa inaad yeelataa La-talinta Daryeelka Muddada Dheer (LTCC) oo lagu ogaado inaad u qalanto inaad hesho adeegyo ama taageero dheeraad ah. Waxaad codsan kartaa in qiimayntan lagugu sameeyo gurigaaga, aqalkaaga, ama xarunta aad ku nooshahay.
- Haddii aad wacdo si aad u codsato booqasho, isku-duwaha daryeelkaaga ayaa kula kulmi doona adiga iyo qoyskaaga si uu ugala hadlo baahiyahaaga daryeelka.
- Isku-duwaha daryeelkaaga ayaa ku siin doona macluumaadka ku saabsan adeegyada bulshada, kaa caawin doona inaad hesho adeegyo aad ku joogto gurigaaga ama xaafadaada oo kaa caawin doona inaad hesho adeegyo aad uga guurto guriga xannaanaynta ama xarun kale.

Haddii aad u baahan tahay adeegyada qorshaynta iyo isku-dubbaridka si ay kaaga caawiyaan inaad u guurto bulshada, waxa laga yaabaa inaad u qalanto inaad hesho adeegyada Moving Home Minnesota (MHM) Adeegyada MHM way ka duwan yihiin adeegyada EW, laakiin waa inaad u qalantaa EW.

Wac Adeegyada Xubnaha si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan sida loo helo adeegyadan.



## F. Adeegyada caafimaadka dhaqanka (caafimaadka dhimirka iyo khalkhalka isticmaalka maandooriyaha)

Haddii aad qabto xaalad ama dhibaato u baahan adeegyada caafimaadka dabeecadda la xidhiidh Adeegyada Xubinta ama isuduwaha daryeelkaaga. Waxay kaa caawin karaan inaad hesho daryeelka kugu habboon, oo ay ku wargeliyaan haddii adeeggu u baahan yahay oggolaansho hore (oggolaanshaha ka hor helitaanka adeegga).

## G. Adeegyada Gaadiidka

Haddii aad u baahan tahay gaadiid aad u raacdo kana soo baxdo adeegyada caafimaadka ee aanu daboolno, wac isku-duwaha daryeelkaaga ama Adeegyada Xubinta lambarka ku yaal bogga hoose. Waxaan bixin doonaa gaadiidka ugu habboon uguna kharash-oolsan. Nagama baahna inaan ku siino gaadiidka rugtaada daryeelka aasaasiga ah haddii ay 30 mayl u jirto gurigaaga ama haddii aad doorato bixiye khaas ah oo gurigaaga u jira in ka badan 60 mayl. Wac Adeegyada Xubinta haddii aanad lahayn rugta daryeelka aasaasiga ah oo laga heli karo meel 30 mayl u jirta gurigaaga iyo/ama haddii ay ka badan tahay 60 mayl bixiyahaaga takhasuska leh.

Haddii aad u qalanto, waxaad isticmaali kartaa adeegyada gaadiidka caafimaadka ee aan degdega ahayn:

- Adeegyada Gaadiidka Bilaa Taageerada ah – Sidoo kale loo yaqaano gaadiidka caadiga ah waxay isugu jiraan darawallo, basas, tagsiyo, iyo gaadiidley kale oo caadi ah.
- Adeegyada Gaadiidka La Taageero - Waxaa loogu talagalay dadka qaba naafo jireed ama maskaxeed oo aan awoodin inay si badbaado leh u isticmaalaan adeegyada gaadiidka aan la caawin. Darawalku waxa uu si toos ah u caawiyaa si uu xubnaha uga caawiyo in ay baabuurka ka soo degaan, iyo sidoo kale ka soo bixista iyo ka soo noqoshada baabuurka. Gaadiidka la caawiyay waxa kale oo ka mid ah adeegyada ambalaasta, kursiga curyaanka, iyo barelayaasha.

## H. Adeegyada la caymiyay ee xilliyada xaaladaha degdega ah ee caafimaad jiraan, marka degdeg loogu baahan yahay, iyo xilliyada masiibo jirto

### H1. Daryeelka xaalad degdeg ah oo caafimaad

Xaalad degdeg ah oo caafimaad waa xaalad caafimaad oo leh calaamado sida jirro, xanuun daran, dhaawac halis ah, ama xaalad caafimaad oo si degdeg ah uga sii daraysa. Xaaladdu aad ayay halis u tahay, haddii aysan helin daryeel caafimaad oo degdeg ah, adiga ama qof kasta oo celcelis ahaan aqoonta caafimaadka iyo daawadu aad filan karto in ay keento:

- khatar daran oo soo wajahaysa caafimaadkaaga; **ama**
- luminta mise khatar wayn oo soo gaadhaysa shaqada jirka; **ama**
- luminta xubinta ama shaqada xubinta.

Haddii aad la kulanto xaalad caafimaad oo degdeg ah:

- **Caawimo ku hel sida ugu dhakhsaha badan.** Wac 911 ama isticmaal qolka gurmada ama isbitaalka kuugu dhow. Wac ambalaas haddii aad u baahan tahay. Uma baahnid oggolaansho ama tixraac PCC gaaga. Uma baahnid inaad isticmaasho bixiye shabakad. Waxaad ka heli kartaa daryeelka caafimaadka degdega ah mar kasta oo aad u baahato, meel kasta oo ka mid ah U.S. ama dhulalkiisa bixiye kasta oo haysta shatiga gobolka ku haboon xataa haddii aanay qayb ka ahayn shabakadayada.



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

- **Sida ugu dhakhsaha badan, u sheeg qorshahayaga xaaladda degdegga ah.** Waxaan la soconaa daryeelkaaga degdega ah. Adiga amar qof kale waa inaad na soo wacaa si uu nooga sheego daryeelkaaga degdega ah, badanaa 48 saacadood gudahood. Si kastaba ha ahaatee, ma bixin doontid adeegyada degdegga ah haddii aad dib noo sheegto. Wac lambarka Adeegyada Xubinta ee ku taxan xagga hoose ee boggan ama xagga dambe ee Kaarka Aqoonsiga Xubinta.

### **Adeegyada la caymiyo ee xaaladaha caafimaadka ee degdega ah**

Qorshahayagu waxa uu daboolayaa adeegyada ambalaaska xaaladaha haddii tagitaanka qolka gargaarka degdegga ah si kasta oo kale khatar u gelin karto caafimaadkaaga. Waxaan sidoo kale daboolnaa adeegyada caafimaadka inta lagu jiro xaalad degdeg ah. Si aad wax badan u barato, tixraac Jaantuska Faa'iidooyinka ee **Cutubka 4 ee buug -gacmeedkan Xubinta. Qorshahayagu ma daboolayo daryeelka caafimaadka degdega ah ee aad ka hesho meel ka baxsan Maraykanka iyo dhulalkiisa.**

Dhakhaatiirta ku siinaya daryeelka degdega ah ayaa go'aaminaya marka xaaladaadu ay degan tahay oo ay dhamaato xaalada degdega ah ee caafimaadka. Way sii wadi doonaan inay ku daweeayaan waxayna nala soo xidhiidhi doonaan si aan u samayno qorshayaal haddii aad u baahan tahay daryeel dabagal ah si aad u fiicnaato.

Caymiskeena ayaa daboolaa daryeelkaaga dabagalka ah. Haddii aad daryeelkaaga caafimaadka degdega ah ka hesho bixiyayaasha shabakadda ka baxsan, waxa aanu isku dayi doonaa in bixiyayaasha shabakadda ka tirsan ula wareegaan daryeelkaaga sida ugu dhakhsaha badan ee suurtagalka ah.

### **Helitaanka daryeel caafimaad oo degdeg ah iyadoo xaaladaadu aanay ahayn mid degdeg ah**

Mararka qaarkood way adkaan kartaa in la ogaado haddii aad leedahay xaalad degdeg ah oo caafimaad ama dabeecadeed. Waxaa laga yaabaa inaad u gasho daryeelka degdegga ah dhakhtarkuna wuxuu sheegay in aanay ahayn xaalad degdeg ah. Ilaa iyo inta aad si macquul ah u malaynaysay in caafimaadkaagu uu khatar weyn ku jiro, waxaanu daboolaynaa daryeelkaaga.

Ka dib marka dhakhtarku dhaho xaaladaadu maaha mid degdeg ah, waxa aanu dabooli doona daryeelkaaga intaas ka dheeriga ah keliya haddii:

- Waxaad isticmaashaa bixiye shabakad **ama**
- Daryeelka dheeraadka ah ee aad heshay loo tixgelin karo inuu yahay "Daryeelka degdegga loogu baahan yahay" oo aad raacdo shuruudaha lagu helo. Ka eeg qaybta xigta.

## **H2. Daryeelka degdegga ah ee loo baahan yahay**

Daryeelka degdegga ah ee loo baahan yahay waa daryeelka aad ka hesho xaalad aan degdeg ahayn balse u baahan daryeel isla markaaba. Tusaale ahaan, waxaa laga yaabaa inaad qabtid kororka xaalad jirta ama jirro ama dhaawac aan la filayn.

### **Daryeelka degdegga loogu baahan yahay ee aagga adeega qorshaheena**

Xaaladaha badankooda, waxa aanu daboolnaa Daryeelka degdegga loogu baahan yahay haddii:

- Waxaad daryeelkan ka heleysaa bixiye shabakadeed, **ama**
- Aad raacdo shuruudaha lagu qeexay cutubkan.

Haddii aanay suurtoagal ahayn ama macquul ahayn in la helo bixiye shabakadda ku jira, marka la eego waqtiga aad haysato, goobta ama xaaladda aad ku jirto, waanu daboolna daryeelka degdegga loogu baahan yahay ee aad ka hesho bixiye shabakadda ka baxsan.



Waxaad ka heli kartaa daryeel degdeg ah xarumaha daryeelka degdega ah/xarumaha daryeelka degdega ah. (Waxay mararka qaarkood loo yaqaan *rugaha caafimaadka ee isla maalinta ah.*)

- Xarumaha daryeelka degdega ah/xarumaha daryeelka dhakhsada ah ee shabakada qorshaheena ayaa lagu muujiyay Raadinta Bixiyaha oo lagu taxay *Tusaha Bixiyaha* iyo *Farmashiyaha*. Raadinta Bixiyaha iyo hagaha waxa laga yaabaa in laga helo mareegahayaga oo ku jira [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

Waxaa kale oo aad adeega talobixinta kalkaalisada ee 24-Saac ah ka wici kartaa lambarka wicitaanka bilaashka ah ee ku yaalla dhabarka dambe ee kaarkaaga Aqoonsiga. Waxay diyaar u yihiin 7 maalmood usbuucii, 24 saacadood maalintii, si ay u caawiyaan go'aaminta nooca daryeelka aad u baahan tahay.

### **Daryeelka degdega loogu baahan yahay ee ka baxsan aagga adeega qorshaheena**

Marka aad ka baxsan tahay goobta adeegga ee qorshahayaga, waxaa laga yaabaa inaad ka heli karin daryeel bixiye shabakad. Xaaladdaas, qorshahayagu wuxuu daboolayaa daryeelka degdega ah ee aad ka hesho bixiye kasta. Si kastaba ha ahaatee, booqashooyinka joogtada ah ee bixiyayaasha caafimaad ahaan lagama maarmaanka u ah, sida baaritaanada sanadlaha ah, looma tixgeliyo in si degdeg ah loogu baahan yahay xitaa haddii aad ka baxsan tahay aagga adeegga qorshahayaga ama shabakadda qorshahayadu si ku meel gaar ah lama heli karo.

Qorshaheenu ma daboolo daryeelka degdega loogu baahan yahay ee aad ka hesho meel ka baxsan waddanka United States iyo dhulalkiisa.

### **H3. Daryeelka inta lagu jiro masiibo**

Haddii badhasaabka gobolkaaga, Xoghayaha Caafimaadka iyo Adeegyada Aadamaha ee U.S., ama madaxwaynaha Waddanka United States ku dhawaaqo in masiibo ama xaalad degdeg ah ka jirto aagga aad ku nooshahay, waxa weli xaq u leedahay inaad daryeel ka hesho qorshaheena.

Soo booqo websaydkeena wixii macluumaad dheeraad ah ee ku saabsan sida aad u helayso daryeelka aad u baahan tahay xilliyada masiibo lagu dhawaaqay jirto: [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org) > Programs > Medicare Programs > SeniorCare Complete > Getting Care During a Disaster (Barnaamijyada > Barnaamijyada Medicare > Daryeelka Waayeelka oo Dhammaystiran > Helitaanka Daryeel Inta lagu jiro Musiibo).

Inta lagu jiro musiiibo la sheegay, haddii aadan isticmaali karin bixiye shabakad, waxaad ka heli kartaa daryeel bixiyayaasha ka baxsan shabakada lacag la'aan adiga. Haddii aadan isticmaali karin farmashiyaha shabakad inta lagu jiro musiiibo la sheegay, waxaad ka buuxin kartaa daawooyinkaaga farmashiyaha ka baxsan shabakada. Fadlan eeg **Cutubka 5** ee *Buug-gacmeedkan Xubintawixii* macluumaad dheeraad ah.

## **I. Maxaa dhacaya haddii si toos ah laguugu soo dallaco adeegyada la daboolay**

Ma oggolaaneyno bixiyayaasha SeniorCare Complete inay kugu soo dallacaan adeegyadan. Si toos ah ayaan u bixinaa bixiyayaashayada, waxaan kaa ilaalinaynaa kharash kasta.

Haddii aad bixiso kharashka adeegyada caymisku daboolo ama haddii aad hesho biilka adeegyo caafimaad oo caymisku daboolaayo, tixraac **Cutubka 7, Qaybta B**, ee *Buug-gacmeedkan Xubinka* si aad u ogaato waxaad sameyn lahayd.

**Waa inaad adigu iska bixin biilka. Haddii aad bixiso, waxa laga yaabaa inaanu kuu soo celin kari wayno lacagta aad bixisay.**

### **I1. Waxa la sameeyo haddii qorshahayagu uusan dabooli adeegyada**

Qorshaheena ayaa daboolaya dhammaan adeegyada:



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).



- la go'aamiyay inay caafimaad ahaan lagama maarmaan yihiin, **iyo**
- kuwaas oo loo go'aamiyay inay caafimaad ahaan lagama maarmaan yihiin, oo ku qoran Shaxda Faa'iidooyinka qorshahayaga (tixraac **Cutubka 4** ee *Buug-gacmeedkan Xubinta*), **iyo**
- marka aad raacdo shuruucda qorshaha.

Haddii aad hesho adeegyo aanu daboolayn caymiska qorshaheenu, **adiga ayaa bixinaya kharashka oo isku dhan.**

Haddii aad rabto inaad ogaato haddii aan bixinno adeeg caafimaad ama daryeel, waxaad xaq u leedahay inaad na weydiiso. Waxa kale oo aad xaq u leedahay inaad tan qoraal ku codsato. Haddi aanu nidhaahno ma bixinayno kharashka adeegaaga, waxaad xaq u leedahay inaad racfaan ka qaadato go'aankayaga.

**Cutubka 9, Qaybta E**, ee *Buug-gacmeedka Xubinta* waxa uu sharxayaa waxa la sameeyo haddii aad rabto in aanu daboolno adeeg ama shay caafimaad. Waxay kaloo kuu sheegaysaa sida aad uga dacwoon karto go'aanka caynsanaanta. Wac Adeegyada Xubinta si aad wax badan uga ogaato xuquuqahaaga racfaanka.

Waxaan bixinaa adeegyada qaar ilaa xad. Haddii aad ka gudubto xadka, waxaad bixinaysaa kharashka oo dhan si aad u hesho wax ka badan noocaas adeegga ah. Tixraac **Cutubka 4-aad** si aad u hesho xaddidaado faa'iido oo gaar ah. Wac Adeegyada Xubinta si aad u ogaato waxa ay yihiin xadka faa'iidada iyo inta faa'iidooyinka aad isticmaashay.

## J. Daboolidda adeegyada daryeelka caafimaadka ee daraasad cilmi baaris caafimaad

### J1. Qeexidda daraasad cilmi baaris caafimaad

Daraasad cilmibaaris caafimaad (sidoo kale loo yaqaano tijaabo caafimaad) waa hab dhakhaatiirtu ku tijaabiyaan noocyada cusub ee daryeelka caafimaad ama daawooyinka. Daraasad cilmi-baaris caafimaad oo ay ansixisay Medicare waxay caadi ahaan weydiisataa tabaruceyaal inay ku jiraan daraasadda. Markaad ku jirto daraasad cilmi-baaris caafimaad, waxaad ku sii jiri kartaa qorshahayaga oo aad sii wadi kartaa inaad hesho daryeelkaaga intiisa kale (daryeelka aan la xiriirin daraasadda) iyada oo loo marayo qorshahayaga.

Haddii aad rabto inaad ka qaybgasho daraasad kasta oo Medicare ay ogolaatay, **uma** baahnid inaad noo sheegto ama ogolaansho ka hesho anaga ama rugtaada daryeelka aasaasiga ah. Bixiyeaasha ku siinaya daryeel qayb ka mid ah daraasadda **uma** baahna inay noqdaan bixiyeaasha shabakad. Tani ma khusayso dheefaha la daboolay ee u baahan tijaabo caafimaad ama diiwaan si loo qiimeeyo Dheefta. waxaa ka mid ah kuwa lagu cayimay go'aamada caymiska ee heer qaran ee u baahan caymis caddayn cilmibaariseed (NCDs-CED) iyo cilmibaarisyada baaritaanka qalabka (IDE). Faa'iidooyinkani waxa kale oo laga yaabaa inay hoos yimaadaan oggolaansho hore iyo xeerar kale oo qorshe ah.

**Waanu kugu dhiirigelinaynaa inaad noo soo sheegto ka hor inta aadan ka qaybqaadan daraasad cilmibaaris caafimaad.**

Haddii aad qorshaynayso inaad gasho daraasad cilmibaaris caafimaad, oo ay dadka diiwaangashan ka cayminayaan Original Medicare, waxa aanu adiga ama isu-duwaha daryeelkaaga ku dhiirigelinaynaa inaad la soo xiriirtaa Adeegyada Xubinta oo nagu soo wargeliso inaad daraasad caafimaad ka qaybqaadanayso.

### J2. Bixinta lacagaha adeegyada markaad ku jirto daraasad cilmibaaris caafimaad

Haddii aad si mutadawacnimo ah ugu biirto cilmi-baadhis caafimaad oo Medicare ogolaatay, waxba kama bixinaysid adeegyada lagu bixiyo daraasadda. Medicare wuxuu bixiyaa adeegyada lagu daboolay daraasadda iyo sidoo kale kharashyada joogtada ah ee la xiriira daryeelkaaga. Markaad ku biirto daraasadda cilmi-baadhistu bukaan-socodka ee Medicare-ansixisay, waxa lagu daboolay inta badan adeegyada iyo alaabta iyo adeegyada aad hesho qayb ka mid ah daraasadda. Tan waxaa ka mid ah:

**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).



- qolka iyo guddiga joogitaanka cisbitaalka ee ay Medicare bixinayso xitaa haddii aanad daraasad
- ku jirin qaliin ama hab kale oo caafimaad oo qayb ka ah daraasadda cilmi-baarista
- daawaynta wixii astaamo iyo dhibaatooyaan loo kasin ah ee ka dhasha daryeelka cusub ee aad heshay.

Haddii aad ka qaybqaadato daraasad Medicare **aysan** ogolaan, adiga ayaa bixinaya kharash kasta oo aad ku gasho ka mid ahaanshaha daraasadda.

### J3. Wax badan oo ku saabsan daraasadaha cilmi-baarista kiliinikada

Waxaad wax badan ka baran kartaa ku biirista daraasadda cilmi-baarista bukaan-socodka adiga oo akhrinaya “Daraasadda Cilmi-baarista ee Medicare iyo Caafimaadka” oo aad ka helayso webseedka Medicare [www.medicare.gov/sites/default/files/2019-09/02226-medicare-and-clinical-research-studies.pdf](http://www.medicare.gov/sites/default/files/2019-09/02226-medicare-and-clinical-research-studies.pdf). Waxaad sidoo kale wici kartaa 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). Isticmaalayaasha TTY waa inay wacaan 1-877-486-2048.

## K. Sida adeegyadaada daryeelka caafimaadka loogu dhex daboolayo goob diimeed daryeel caafimaad bixisa oo aan ahayn hay’ad daryeel caafimaad

### K1. Qeexitaanka goob diimeed daryeel caafimaad bixisa oo aan ahayn hay’ad caafimaad

Machad diineed oo aan xarun caafimaad ahayn waa goob bixisa daryeel aad caadi ahaan ka heli karto cisbitaal ama xarun kalkaalin caafimaad oo xirfad leh. Haddii daryeel ku helista isbitaal ama xarun kalkaalisoo xirfad leh ka soo horjeedo caqiidadaada diimeed, waxaanu daboolaynaa daryeelka aad ku hesho goob diimeed daryeel caafimaad bixisa oo aan ahayn hay’ad caafimaad.

Dheeftan waxa loogu talagalay keliya adeegyada bukaan-jiifka Medicare Qaybta A (adeegyada daryeelka caafimaad ee aan caafimaad la xiriirin).

### K2. Daryeelka laga helo hay’ad daryeel caafimaad oo aan diin ahayn oo aan caafimaad ahayn

Si aad u hesho daryeelka laga helo goob diimeed daryeel caafimaad bixisa oo aan ahayn hay’ad caafimaad, waa inaad saxiixdo dukumeenti sharci ah oo sheegaya inaad ka soo horjeedo helista daawayn caafimaad oo “aan ahayn mid-reebbaan.”

- Daawaynta caafimaad ee “aan ahayn mid-reebbaan” waa daryeel kasta oo **ikhtiyaari ah ee aanu waajibinayn** wax sharci federaal, gobol ama maxalli ah.
- Daawaynta caafimaad ee “Reebbaan” waa daryeel kasta oo **aan ikhtiyaari ahayn ee uu waajibinayo** sharci federaal, gobol ama maxalli ah.

Si uu u caymiyo qorshaheenu, daryeelka aad ka hesho goob diimeed daryeel caafimaad bixisa oo aan ahayn hay’ad caafimaad waa inuu buuxiyo shuruudahan soo socda:

- Xarunta bixinaysa daryeelka waa inay Medicare xaqiijisay ama shahaado siisay.
- Qorshahayagu wuxuu daboolayaa oo keliya dhinacyada aan diinta ahayn ee daryeelka.
- Haddii aad adeegyo ka hesho hay’addan oo aad lagugu dhex siiyo xarrun:
  - » Waa inaad qabto xaalad caafimaad oo waajibinaysa inaad hesho adeegyo la caymiyay oo aad ku qaadan lahayd isbitaal bukaanjiif ama xarun kalkaalisoo xirfad leh.
  - » Waa inaad oggolaansho naga hesho ka hor inta aan lagu dhigin xarunta haddii kale kharashka dhigitaankaaga **lama** dabooli doono.



**Haddii aad su’aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. illaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

Xaddidaadaha caymiska Bukaaniifka Isbitaalka ee Medicare ayaa ku dabbaqmayaa (fadlan tixraac Jaantuska Dheefaha ee ku qoran **Cutubka 4** ee *Buug-gacmeedkan Xubinta*).

## L. Qalabka caafimaadka ee waara (DME)

### L1. DME oo ah xubin ka tirsan qorshahayaga

DME waxa ka mid ah agabyo gaar ah oo caafimaad ahaan lagama maarmaan ah oo uu dalbaday bixiye, sida kursi-curyaano, biraha curyaanka, furshaanta korontada ku shaqeeya, sahayda cudurka sonkorowga, sariiraha isbitaalka ee (IV), aaladaha codka sameeya, qalabka iyo agabka ogsajiinta, qalabka dawooyinka uumiga ka dhiga iyo qalabka caawiya socodka.

Had iyo jeer waxaad leedahay qaar ka mid ah alaabada DME, sida qalabka la isku qurxiyo.

Noocyada kale ee DME waa inaad kireysataa. Xubin qorshaheena ka tirsan ahaan caadiyan ma yeelan doontid DME, si kasta oo ay u dheer tahay muddada aad kiraysatay.

Xaaladaha qaarkood, waxaan ku wareejinaa lahaanshaha shayga DME. Ka wac Adeegyada Xubinta lambarka taleefanka ee bogga hoose si aad u hesho macluumaad dheeraad ah.

Xitaa haddii aad DME ku haysatay si waafaqsan Medicare illaa 12 bilood oo xidhiidh ah ka hor inta aadan ku soo biirin qorshaheena, **ma yeelan** ma yeelan doontid qalabka

### L2. Lahaanshaha DME haddii aad u bedelato Original Medicare

Barnaamijka Original Medicare, dadka kiraystay noocyada DME qaarkood ayaa iska leh 13 bilood kadib. Qorshaha Medicare Advantage (MA), qorshuhu wuxuu dejin karaa tirada bilaha ay tahay inay dadku kiraysteen noocyada DME ka hor intaysan yeelan.

Waa inaad sameyso 13 lacag bixinood oo xidhiidh ah markaad ku jirto Original Medicare, ama waa inaad bixiso tirada lacagbixininta xidhiidhka ah ee uu dejiyo qorshaha MA, si aad u yeelato shayga DME haddii:

- aadan noqon milkiilaha DME-ga adigoo ku jira qorshaheena, **iyoo**
- aad ka baxdo qorshaheena oo aad dheefahaaga Medicare ka hesho cid ka baxsan qorshaha caymiska caafimaadka ee barnaamijka Medicare Asalka ah ama qorshaha MA.

Haddii lacagbixinaha shayga DME-ga sameyso adigoo ku jira qorshaha Original Medicare ama MA, **lacagta aad bixisay adigoo ku jira qorshaha Original Medicare ama MA laguma xisaabin doona lacagbixinaha aad u baahan tahay inaad sameyso** ka dib marka aad ka baxdo qorshaheena.

- Waa inaad sameyso 13 lacagbixinood oo cusub oo xidhiidh ah markaad ku jirto Original Medicare, ama tirada lacagbixininta xidhiidhka ah ee cusub ee uu dejiyo qorshaha MA, si aad u yeelato shayga DME.
- Ma jiraan wax ka dhaafitaan ah oo tan laga sameynayo marka aad ku laabato qorshaha Medicare Asalka ah ama MA.

### L3. Dheefaha qalabka ogsajiinta ka xubin qorshaheena ka tirsan ahaa

Haddii aad xaq u leedahay qalab ogsajiin oo Medicare daboolo waxaanu dabooli doonaa:

- qalabka ogsajiinta ee kirada ah
- keenista ogsajiinta iyo waxyaabaha ogsajiintu ku jirto
- tuubooyinka iyo qalabka dheeraadka ah ee la xidhiidha ee loogu talagalay keenista ogsajiinta iyo waxyaabaha ogsajiintu ku jirto



- dayacitrka iyo dib u sameynta qalabka ogsajiinta

Qalabka ogsajiinta waa in la soo celiyo ka dib marka aanu caafimaad ahaan lagama maarmaan kuu ahayn ama markaad ka baxdo qorshaheen.

#### **L4. Qalabka ogsajiinta marka aad u beddelato Original Medicare ama qorshe kale oo Medicare Advantage (MA) ah**

Marka qalabku caafimaad ahaan daruuri kuu yahaay **ee aad ka baxdo qorshaheen una wareeg Original Medicare**, waxa aad ka kiraysan doontaa iibiye muddo 36 bilood ah. Lacag bixinta kirada bishiiba waxay dabooshaa qalabka ogsajiinta iyo saadka iyo adeegyada kor ku xusan.

Haddii qalabka ogsajiintu caafimaad ahaan daruuri kuu yahay **kadib markaad kiraysato muddo 36 bilood ah**, iibiyahaagu waa inuu bixiyo:

- qalabka ogsajiinta, sahayda, iyo adeegyada muddo 24 bilood oo dheraada ah
- qalabka ogsajiinta iyo sahayda muddo 5 sannadood ah haddii ay caafimaad ahaan lagama maarmaan tahay

Haddii qalabka ogsajiintu wali caafimaad ahaan lagama **maarmaan yahaymuddada 5-ta sannadood ah kadib**:

- libiyahaaga intaas ka dib lagama rabo inuu bixiyo, oo waxaad qalab beddelaad ah ka raadsan kartaa iibiye kasta ee kale.
- Muddo 5 sannadood oo cusub ayaa bilaabmaysa:
- libiye ayaad ka kiraysan doontaa mudo 36 bilood ah.
- libiyahaagu waa inuu ku siiyo qalabka ogsajiinta, sahayda, iyo adeegyada muddo 24 bilood oo dheraada ah.
- Wareeg cusub ayaa bilaabanaya 5-tii sanadoodba mar illaa inta qalabka ogsajiintu caafimaad ahaan lagama maarmaan yahay.

Marka qalabka ogsajiinta uu caafimaad ahaan lagama maarmaan u yahay oo aad ka tagto qorshahayaga oo aad u beddesho **qorshe kale oo MA**, qorshuhu wuxuu dabooli doonaa ugu yaraan waxa Original Medicare ahi daboolo. Waxaad waydiin kartaa qorshahaaga cusub ee MA waxa uu yahay qalabka ogsajiinta iyo saadka uu daboolayo iyo waxa uu noqon doono kharashyadaada.



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

## Cutubka 4: Jaantuska Dheefaha

### Hordhac

Cutubkani wuxu kuu sheegayaa adeegyada qorshaheena caymisku daboolo iyo wixii xaddidaadyo ama xannibaado ah ee saaran adeegyadaas. Waxay kaloo kuu sheegaysaa dheefaha aan lagu daboolin qorshahayaga. Erayada muhiimka ah iyo qeexitaankoodu waxay u soo muuqan doonaan siday ugu kala horreeyeen alifbeetada cutubka u dambeeyaa *Buug-gacmeedka Xubinka*.

### Jadwalka Tusmooyinka

|                                                                                      |           |
|--------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>A. Adeegyadaada la caymiyay .....</b>                                             | <b>40</b> |
| <b>B. Sharciyada ka hortagaya inay bixiyayaashu kharash adeeg ku dallacaan .....</b> | <b>40</b> |
| <b>C. Ku saabsan Jaantuska Faa'iidooyinka ee qorshaheena .....</b>                   | <b>40</b> |
| C1. Barnaamijka Qaataha Xaddidan .....                                               | 41        |
| <b>D. Jaantuska Dheefaha ee Qorshaheena .....</b>                                    | <b>42</b> |
| <b>E. Dheefaha lagu daboolo meel ka baxsan qorshaheena caymiska .....</b>            | <b>83</b> |
| E1. Adeegyada kale .....                                                             | 83        |
| <b>F. Dheefaha aanay daboolin qorshahayaga, Medicare, ama Kaalmada Caafimaadka</b>   | <b>84</b> |



## A. Adeegyadaada la caymiyay

Cutubkani waxa uu kuu sheegayaa adeegyada uu qorshahayagu daboolayo. Waxaad sidoo kale baran kartaa adeegyada aan la daboolin. Macluumaadka ku saabsan faa'iidooyinka daroogada ayaa ku jira **Cutubka 5 ee Buug-gacmeedka Xubinta**.

Maadaama aad caawimo ka heshid Medical Assistance, waxba kama bixinaysid adeegyadaada caynsanaanta ah ilaa iyo inta aad raacayso qawaaniinta qorshahayaga. Tixraac **Cutubka 3-aad, Qaybta B**, ee *Buug Gacmeedkaan Xubinta wixii tafaasiil ah ee ku saabsan xeerarka qorshaheena*.

Haddii aad u baahan tahay in lagaaa caawiyo fahamka adeegyada caymisku daboolayo, la xidhiidh xiriiriyaha daryeelkaaga ama Adeegyada Xubnaha kala xidhiidh lambarka ku qoran hoosta boggan.

## B. Sharciyada ka hortagaya inay bixiyayaashu kharash adeeg ku dallacaan

Ma ogolin adeeg bixiyayaashayadu inay kugu soo dallacaan adeegyada shabakada. Si toos ah ayaan u bixinaa bixiyayaashayada, waxaan kaa ilaalinaynaa kharash kasta. Tani waa run xitaa haddii aan siinno bixiyaha wax ka yar kharashka bixiyaha adeegga.

**Waligaa waa inaad ka helin bixiye biil ku saabsan adeegyada la daboolay. Haddii aad hesho, eeg Cutubka 7-aad, Qaybta A**, ee *Buug -gacmeedkaaga Xubinta* ama wac Adeegyada Xubnaha.

## C. Ku saabsan Jaantuska Faa'iidooyinka ee qorshaheena

Ma ogolin adeeg adeegyadu inay kugu soo dallacaan shaqada shabakada. Si toos ah ayaan u bixinaa weriyaha, sidaan kaa ilaalinaynaa kasta. Tani waa run xitaa haddii aan siinno wax muujinaya wax ka yar sheegidda hore.

**Waxaan daboolnaa adeegyada ku qoran Jaantuska Faa'iidooyinka marka shuruudda soo socda la raaco.**

**Kumabixin doontid** wax kharash ah adeegyada ku qoran Jaantuska Faa'iidooyinka, haddii aad buuxiso shuruudaha daboolida ee hoos ku qoran.

- Waxaan bixinnaa adeegyada Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka ee la daboolay iyadoo la raacayo xeerarka uu dejiyay Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka.
- Adeegyada (ay ku jiraan daryeelka caafimaadka, caafimaadka dabeecadda iyo adeegyada isticmaalka muqaadaraadka, saadka, adeegyada iyo taageerada muddada-dheer, saadka, qalabka, iyo daawooyinka) waa inay ahaadaan kuwo "caafimaad ahaan lagama maarmaan u ah". Caafimaad ahaan lagama maarmaanka u ah ayaa qeexaya adeegyada, saadka, ama daawooyinka aad u baahan tahay si aad uga hortagto, u baadho, ama u daaweyso xaalad caafimaad ama si aad u ilaalisoo xaaladaada caafimaad ee hadda. Tan waxa ku jira daryeelka kaa ilaalinaya inaad gasho a isbitaalka ama xarunta kalkaalinta. Waxa kale oo ay la macno tahay adeegyada, sahayda, ama dawooyinka oo buuxiya heerarka dhaqanka caafimaad ee la aqbalay.
- Daryeelka caafimaad ahaan lagama maarmaanka ah ayaa ku habboon xaaladdaada. Tan waxa ku jira daryeelka la xidhiidha xaaladaha jidhka iyo caafimaadka dabeecadda (ay ku jirto caafimaadka dhimirka iyo xanuunka isticmaalka walxaha). Waxa ku jira nooca iyo heerka adeegyada. Waxa ku jira tirada daawaynta. Waxa kale oo ku jira meesha aad ka hesho adeegyada iyo inta ay sii socon doonaan. Adeegyada caafimaad ahaan lagama maarmaanka ah waa inay:
  - inay noqdaan adeegyada, saadka iyo dawooyinka dhakhtarku qoro bixiyayaasha kale ayaa badanaa dalban doona.
  - kaa caawin inaad si fiican u fiicnaato ama u joogtid sida aad tahay.
  - caawimo ka joojiso xaaladdaada inay ka sii darto.



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

- caawinta ka hortagga iyo helida dhibaatooyin caafimaad.
- Xubnaha cusub 90-ka maalmood ee ugu horreeya waxaa laga yaabaa inaan kaaga baahnayn inaad hore u hesho oggolaansho koorsada daawaynta ee firfircoon, xitaa haddii koorsada daawadu ay ahayd adeeg ka bilaabmay bixiye ka baxsan shabakad.
- Waxaad daryeelkaaga ka heleysaa bixiye shabakad. Bixiye shabakadu waa bixiye nala shaqeeya. Inta badan, daryeelka aad ka hesho bixiye ka baxsan shabakad ma dabooli doonto haddii aysan ahayn xaalad degdeg ah ama daryeelka degdegga ah ee loo baahan yahay, ama ilaa qorshahaaga ama bixiyaha shabakadu ku siiyaan tixraac. **Cutubka 3-aad, Qaybta D**, ee *Buug-gacmeedka Xubinta* waxa uu leeyahay macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan isticmaalka shabakadaha iyo bixiyayaasha shabakadaha ka baxsan.
- Haddi bixiyaha aad doorato aanu ku jirin shabakada qorshahayaga, waa in aad dooratid bixiye shabakad qorshe kale. Waxaa laga yaabaa inaad sii wadato isticmaalka adeegyada bixiyaha aan hadda ka mid ahayn shabakada qorshahayaga ilaa 120 maalmood sababaha soo socda awgood:
  - Xaalad aad u daran.
  - Xanuunka maskaxda nafta halis gelisa ama jirada ka muuqata jirka qofka.
  - Naafanimada jirka ama maskaxda waxaa lagu qeexaa inay tahay karti la'aan ku lug lahaanshaha hal ama in ka badan hawlo nololeed oo waaweyn. Tani waxay khusaysaa naafanimada jirta ama tan la filayo inay socoto ugu yaraan hal sano, ama ay u badan tahay inay ka dhalato dhimasho.
  - Xaalad naafo keenaysa ama mid daba-dheeraata taas oo ku jirta marxalad daran.
  - Haddii dhakhtarkaagu kuu cadeeyo inaad haysato nolol la filaayo oo ah 180 maalmood ama ka yar, waxaa laga yaabaa inaad sii wadato isticmaalka adeegyada inta noloshaada ka hadhay bixiye aan ka mid ahayn shabakadeena.
- Waxaanu daboolnaa adeegyada qaarkood ee ku qoran Jaantuska Dheefaha oo keliya haddii dhakhtarkaaga ama bixiyaha kale ee shabakadda uu helo oggolaansho marka hore. Tan waxa loo yaqaan oggolaanshaha hore (PA). Waxaan ku calaamadeyneynaa adeegyada daboolan shaxda faa'iidooyinka PA ee u baahan calaamadda xidig (\*) Haddii aan bixinno oggolaanshaha codsiga PA ee koorsada daawaynta, oggolaanshaha waa inuu ahaadaa mid ansax ah ilaa iyo inta macquulka ah ee caafimaad ahaan iyo lagama maarmaanka u ah si looga fogaado carqaladeynta daryeelka ku saleysan shuruudaha caymiska, taariikhdaada caafimaad, iyo talooyinka bixiyaha.
- Dhammaan adeegyada ka hortagga waa bilaash. Tufaaxani wuxuu  muujinayaa adeegyada ka hortagga ee shaxda faa'iidooyinka.

## C1. Barnaamijka Qaataha Xaddidan

- Barnaamijka qaataha xaddidan waxaa loogu talagalay xubnaha si xun u isticmaalay adeegyada caafimaadka. Tan waxa ku jira helida adeegyada caafimaadka ee aanay xubnuhu u baahnayn, u isticmaalida qaab kharash ka badan sidii ay ahayd, ama u isticmaali kara hab khatar ku ah caafimaadka xubinta. SeniorCare Complete waxay ogeysiin doontaa xubnaha haddii lagu meeleeeyo barnaamijka qaataha xaddidan.
- Haddii aad ku jirto barnaamijka qaataha xaddidan, waa inaad ka heshaa adeegyo caafimaad hal bixiye daryeel aasaasiga ah ee loo qoondeeyay, hal rug caafimaad, hal cosbitaal oo uu isticmaalo bixiyaha daryeelka aasaasiga ah, iyo hal farmashi. SeniorCare Complete waxaa laga yaabaa inay magacawdo bixiyayaasha kale ee daryeelka caafimaadka. Waxa kale oo laga yaabaa in lagu meeleeeyo guri wakaalada caafimaadka. Laguumo oggolaan doono inaad isticmaashid doorashada kaalmada daryeelka shakhsi



ahaaneed ama ikhtiyaarka isticmaalka dabacsan ama adeegyada macaamiisha hagayo. Ma awoodi doontid inaad isticmaasho qaabka miisaaniyada Adeegyada iyo Taageerada Community First (CFSS).

- Waxa lagugu xaddidi doonaa bixiyayaashan loo qoondeeyay daryeelka caafimaadka ugu yaraan 24 bilood ee u-qalmitaanka Minnesota Health Care Programs (MHCP). Dhammaan u gudbinta khubarada takhasuska leh waa inay ka yimaaddaan bixiyaha daryeelkaaga aasaasiga ah oo ay helaan Barnaamijka Qaadashada Xakamaysan ee SeniorCare. Qaatayaasha la xaddiday waxaa laga yaabaa in aysan jeebkooda ka bixin si ay u isticmaalaan bixiye aan la magacaabin kaas oo la mid ah bixiyayaasha mid ka mid ah bixiyayaasha loo qoondeeyay.
- Ku meelaynta barnaamijka way kula jiri doontaa haddii aad beddesho qorshayaasha caafimaadka. Ku meelaynta barnaamijka sidoo kale way kula jiri doontaa haddii aad u bedesho adeegga ujrada-bixinta ee MHCP. Ma lumin doontid u-qalmitaanka MHCP sababtoo ah meelaynta barnaamijka.
- Dhamaadka 24ka bilood, isticmaalkaaga adeegyada daryeelka caafimaadka dib ayaa loo eegi doonaa. Haddii aad wali si xun u isticmaashay caafimaadka, waxaa lagugu meelayn doonaa barnaamijka 36 bilood oo dheeri ah oo aad xaq u leedahay.
- Waxaad xaq u leedahay inaad rafcaan ka qaadata meelaynta barnaamijka qaataha xaddidan. Waa inaad ku xeraysataa racfaan 60 maalmood gudahooda laga bilaabo taariikhda ogeysiiska nagaga timid. Waa inaad aad racfaan ka qaadata 30 maalmood gudahood si aad uga hortagto xaddidaadda in la fuliyo inta lagu jiro racfaankaaga. Waxaad codsan kartaa Racfaan Goboleed (Dhegeysi cadaalad ah oo lala yeesho gobolka) ka dib markii aan helno go'aankayaga inaan dhaqan galin doono xaddidaadda. Tixraac **Cutubka 9**, Wixii macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan xaq aad u leedahay inaad racfaan qaadata.
- Barnaamijka qaataha xaddidan ma khuseeyo adeegyada uu daboolo Medicare. Haddii aad isticmaasho dawooyinka opioid-ka ee aad ka hesho dhakhaatiir ama farmasiyo dhowr ah, waxa laga yaabaa inaan la hadalno dhakhaatiirtaada si aan u hubinno isticmaalkaaga inuu yahay mid ku haboon oo caafimaad ahaan lagama maarmaan u ah. La shaqaynta dhakhaatiirtaada, haddii aan go'aansanno isticmaalkaaga dawooyinka opioid ama benzodiazepine ee lagu qoray ma aha mid badbaado leh, waxaa laga yaabaa inaan xaddidno sida aad ku heli karto daawooyinkaas. Tixraac **Cutubka 5, Qaybta G3**, wixii xog dheeraad ah.

## D. Jaantuska Dheefaha ee Qorshaheena

|                                                                                     | Adeegyada uu qorshahayagu ku bixiyo * <i>ogolaansho hore ayaa loo baahan karaa</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Waxa aad dhiibto |
|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
|  | <p><b>Baaritaanka murqaha oo ballaadhan</b></p> <p>Waxaanu bixinaa baadhista ultrasound hal mar ah dadka khatarta ugu jira. Qorshayagu waxa uu daboolayaa oo kaliya baadhistan haddii aad leedahay arrimo halis ah iyo haddii aad ka hesho tixraac dhakhtarkaaga, kaaliyaha dhakhtarkaaga, takhtarka kalkaalisada, ama kalkaalisada takhasuska leh.</p> <p>Waxaan sidoo kale dabooli karnaa baaritaanno dheeraad ah haddii caafimaad ahaan loo arko inay lama huraan tahay.</p> | \$0              |



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).



| Adeegyada uu qorshahayagu ku bixiyo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | * ogolaansho hore ayaa loo baahan karaa | Waxa aad dhiibto |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|------------------|
| <p><b>Toobinta</b></p> <p>Adeegyada toobinta waa la daboolay marka uu bixiyo toobiyaha shatiyeysan ama dhakhtar kale ee Minnesota ah dhakhtar shati haysta leh tababbarka toobinta iyo aqoonsiga.</p> <p>Waxaan daboolnaa ilaa 12 booqasho oo toobinta ah 90 maalmood gudaheed haddii aad qabto xanuunka joogtada ah ee dhabarka hoose, oo lagu qeexay:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ inuu socday 12 toddobaad ama ka badan;</li> <li>▪ inuu yahay xanuun aan gaar ahayn (oo aan la xiriirin sabab cudur guud ah sida kansar faafa, caabuq, ama cudur infekshan);</li> <li>▪ inuusan la xiriirin qalliinka; <b>iyo</b></li> <li>▪ inuusan la xiriirin uur.</li> </ul> <p>Intaa waxaa dheer, waxaan bixinaa siddeed kalfadhi oo dheeraad ah oo acupuncture ah oo loogu talagalay xanuunka dhabarka hooseeya ee daba-dheeraada haddii aad muujiso horumar. Waxaa laga yaabaa inaadan helin wax ka badan 20 daawaynta acupuncture ee xanuunka dhabarka hooseeya ee daba-dheeraada sannad kasta.</p> <p>Daaweynta toobinta waa in la joojiyaa haddii aad iska sii xumaato ama haddii aan wax horumar ah laga gaarin xaaladdaada</p> <p>Waxaa intaa dheer, waxaan daboolnaa ilaa 20 cutub oo adeegyada toobinta ah sanad kasta oggolaansho la'aan. ama waxaan weydiisanaa oggolaanshaha hore haddii unugyo dheeraad ah looga baahan yahay kuwan soo socda:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ xanuun ba'an iyo mid joogto ah</li> <li>▪ niyad jabka</li> <li>▪ walaac</li> <li>▪ waalida</li> <li>▪ cilada ka soo kabashada ka dib dhacdada argagax leh.</li> <li>▪ hurdo la'aan</li> <li>▪ joojinta sigaar cabbida</li> <li>▪ cillad lugaha aan degganayn</li> <li>▪ xanuunka caadada</li> <li>▪ afka oo qalala (af qalalan) oo la xidhiidha kuwaan soo socda:             <ul style="list-style-type: none"> <li>» Cudurka Sjögren</li> <li>» daaweynta shucaaca</li> </ul> </li> <li>▪ lalabo iyo matag la xiriira arrimaha soo socda:             <ul style="list-style-type: none"> <li>» hababka qalliinka kadib</li> <li>» uurka</li> <li>» daryeelka kansarka</li> </ul> </li> </ul> <p style="text-align: right;"><b><i>Dheeftan waxaa lagu sii sharxi doonaa bogga xiga</i></b></p> |                                         | \$0              |



| Adeegyada uu qorshahayagu ku bixiyo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | * ogolaansho hore ayaa loo baahan karaa | Waxa aad dhiibto |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|------------------|
| <p><b>Toobinta (sii socda)</b></p> <p>Shuruudaha Dhakhtarka:</p> <p>Dhakhaatiirta (sida lagu qeexay 1861(r)(1) ee sharciga badbaadada bulshada (sharci)) waxay ku siin karaan acupuncture si waafaqsan shuruudaha gobolka.</p> <p>Caawinta Dhakhaatiirta (PAs), Kalkaaliyeyaasha Kalkaalisada (NPs)/Kalkaaliyaha Kalkaaliyaha Caafimaadka (CNSs) (sida lagu aqoonsaday 1861 (aa) (5) ee (Sharciga)), iyo shaqaalaha kaaliyaha ayaa bixin kara acupuncture haddii ay buuxiyaan dhammaan shuruudaha gobolka ee lagu dabaqi karo oo ay leeyihiin:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ shahaadada heerka labaad ee mastarka ama dhakhtarka acupuncture ama Oriental Medicine ee dugsi ay aqoonsan tahay Guddiga Aqoonsiga Toobinka iyo Oriental Medicine (ACAOM); iyo,</li> <li>▪ shatiga hadda, buuxa, firfircoon, oo aan xadidnayn si loogu shaqeeyo Toobinka Gobol, Dhul, ama Commonwealth (tusaale, Puerto Rico) kamid ah Maraykanka, ama Degmada Columbia.</li> </ul> <p>Kaaliyaha shaqaalaha daaweynta toobinta waa inay hoos yimaadaan heerka ku haboon ee kormeerka dhakhtarka, PA, ama NP/CNS ee looga baahan yahay xeerarkeena 42 CFR §§ 410.26 iyo 410.27.</p> |                                         | \$0              |
| <p> <b>Baaritaanka iyo talobixinta isticmaalka qaldan ee aalkolada</b></p> <p>Waxaan bixinaa hal baaritaan oo si xun u isticmaalka alkoholka ee dadka waaweyn ee si xun u isticmaala khamriga laakiin aan ku tiirsanayn khamriga. Tan waxaa ku jira haweenka uurka leh</p> <p>Haddii aad si fiican uga fiirsato isticmaalka khamriga, waxaad heli kartaa ilaa afar kulan oo kooban, fool ka fool ah oo la-talin ah sannad kasta (haddii aad awooddo oo aad ka digtoonaato inta lagu jiro la-talinta) bixiyaha daryeelka aasaasiga ah ee u qalma (PCP) ama xirfadle jooga goobta daryeelka aasaasiga ah.</p> <p>(Ka eeg qaybta "adeegyada ku xadgudubka mukhaadaraadka bukaan-socodka" ee jaantuska si aad u hesho faa'iidooyin dheeraad ah oo la daboolay).</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                         | \$0              |
| <p><b>Adeegyada Ambalaaska</b></p> <p>Adeegyada ambalaaska ee daboolan, hadday tahay xaalad degdeg ah ama xaalad aan degdeg ahayn, waxaa ka mid ah dhulka iyo hawada (diyaarad iyo helikobtar), iyo adeegyada ambalaaska. Ambalaaska Amballaasku wuxuu kuu qaadi doonaa meesha kuugu dhow ee ku siin karta daryeel.</p> <p>Xaaladdaadu waa inay noqotaa mid halis ah oo ku filan siyaabaha kale ee laguugu qaadi karo goob daryeel ay khatar gelin karto caafimaadka ama nolosha.</p> <p>Adeegyada Ambalaaska ee kiisaska kale (aan degdeg ahayn) waa inaan ansixiyo anaga. Xaaladaha aan ahayn xaalad degdeg ah, waxa laga yaabaa inaanu bixino ambalaas. Xaaladdaadu waa inay noqotaa mid halis ah oo ku filan siyaabaha kale ee aad ku tagi karto meel daryeel ay khatar gelin karaan noloshaada ama caafimaadkaaga.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                         | \$0              |



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abril - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

|                                                                                    | Adeegyada uu qorshahayagu ku bixiyo * ogolaansho hore ayaa loo baahan karaa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Waxa aad dhiibto |
|------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
|    | <p><b>Booqashada fayooobi-qabida ee sanadlaha ah</b></p> <p>Waxaad heli kartaa baaritaan sanadle ah. Tani waa in la sameeyo ama la cusboonaysiiyo qorshe ka hortag ah oo ku salaysan qodobbada khatartaada hadda ah. Waxaan bixinaa tan hal mar 12 biloodba.</p> <p><b>Fiiro gaar ah:</b> Booqashadaada fayooobi ee ugu horeysa ma dhici karto 12 bilood gudahooda ee booqashadaada <b>Welcome to Medicare</b>. Si kastaba ha ahaatee, uma baahnid inaad booqato <b>Welcome to Medicare</b> si aad u hesho booqashooyinka fayoaqabka ee sanadlaha ah ka dib markaad qaadatay Qaybta B 12 bilood.</p> | \$0              |
|    | <p><b>Cabirka culeeska lafaha</b></p> <p>Waxaan daboolnaa habraacyo gaar ah oo loogu talagalay xubnaha u qalma (sida caadiga ah, qof khatar ugu jira luminta cufka lafaha ama khatar ugu jira osteoporosis). Nidaamyadani waxay tilmaamayaan cufnaanta lafaha, waxay helaan lafo lumis, ama waxay ogaadaan tayada lafaha.</p> <p>Waxaan bixinaa adeegyada hal mar 24-kii biloodba, ama in ka badan haddii loo baahdo. Waxa kale oo aanu bixinaa dhakhtarka si uu u eego uguna faalloodo natiijada.</p>                                                                                               | \$0              |
|    | <p><b>Baaritaanka kansarka naasaha (raajo-saarista xubnaha naasaha)</b></p> <p>Waxaan daboolnaa adeegyada soo socda:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Hal baaritaan naasaha ah sanad kasta 12 bilood kasta.</li> <li>▪ ▪ Baaritaanaada naasaha ee caafimaadka ah hal mar 24 bilood kasta.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                     | \$0              |
|                                                                                    | <p><b>Adeegyada Baxnaaninta Wadnaha</b></p> <p>Waxaan bixinaa adeegyada baxnaaninta wadnaha sida jimicsiga, waxbarashada, iyo la-talinta. Xubnuhu waa inay buuxiyaan shuruudaha qaarkood oo ay haystaan amar dhakhtar.</p> <p>Waxaan sidoo kale daboolnaa barnaamijyada baxnaaninta wadnaha oo xooggan, kuwaas oo aad uga xoog badan barnaamijyada caadiga ah ee baxnaaninta wadnaha.</p>                                                                                                                                                                                                            | \$0              |
|  | <p><b>Booqashada dhimista khatarta cudurrada wadnaha (therapy for heart disease, daaweynta cudurka wadnaha)</b></p> <p>Waxaan daboolnaa hal booqasho sanadkii, ama in ka badan haddii caafimaad ahaan loo baahan yahay, iyadoo lala shaqeynayo bixiyahaaga daryeelka aasaasiga ah (PCP) si loo yareeyo khatarta xanuunka wadnaha.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ kala hadal adeegsiga aspirin,</li> <li>▪ hubi cadaadiska dhiiggaaga, <b>iyo/ama</b></li> <li>▪ ku siin talooyin si loo hubiyo inaad si wanaagsan u cunayso si wanaagsan.</li> </ul>                                   | \$0              |
|  | <p><b>Baaritaannada baarista cudurrada wadnaha iyo xididdada (wadnaha).</b></p> <p>Waxaan daboolnaa baaritaanka dhiigga si loo hubiyo cudurrada wadnaha hal mar shan sano kasta (60 bilood). Baaritaankan dhiiggu wuxuu kaloo hubiyaa cilladaha ku salaysan khatarta sare ee cudurka wadnaha.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | \$0              |

**Haddii aad su'aalo qabtid,** fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah,** booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).



| Adeegyada uu qorshahayagu ku bixiyo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | * ogolaansho hore ayaa loo baahan karaa | Waxa aad dhiibto |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|------------------|
| <p><b>Iskuduwidda Daryeelka</b></p> <p>Waxaan bixinaa qarashka adeegyada isku-dubbaridka daryeelka, oo ay ku jiraan kuwa soo socda:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Kaa caawinaya inaad abaabusho, hesho, oo isku-dubariddo qiimeynta, baaritaanka, daryeelka caafimaadka, iyo taageerada muddada-dheer.</li> <li>▪ La shaqayntaada si loo dejiyo loona cusboonaysiiyo qorshahaaga daryeelka.</li> <li>▪ Ku taageeridda iyo la xidhiidhka hay'ado iyo dad kala duwan</li> <li>▪ Iskudubbaridka adeegyada kale sida ku qeexan qorshahaaga daryeelka</li> </ul> <p>Ugu horrayn, iskuduwaha daryeelkaaga ayaa isku dayi doona inuu kula soo xiriiro taleefoon ahaan si uu isu baro oo uga hadlo iskuduwidda daryeelka iyo sida ugu wanaagsan ee looga bixi karo adeegga.</p> <p>Markaad sii wadato wada shaqaynta, waxaad kula xidhiidhi kartaa telefoon, shakhsi ahaan, ama siyaabo kale oo kaa caawinaya inaad sida ugu badan uga hesho isku-duwidda daryeelka. Si wada jir ah ayaad ula iman doontaan qorshe kaa caawinaya isku-duwidda daryeelka shaqada. Kooxaha isku dubaridka daryeelkayadu waxay u dhow yihiin degmadaada iyo beeshaada. Ilaha deegaanka ahaan, isku-duwaha daryeelkaaga ayaa kaa caawin kara inaad aqoonsato oo aad hesho adeegyada loo baahan yahay si aad u ahaato mid caafimaad qabta. Haddii aad hayso su'aalo ama aad u baahan tahay caawimo gelitaanka isku-duwaha daryeelkaaga, wac Adeegyada Xubinta lambarka ku qoran lambarka hoose ee boggan.</p> <p>Isku-dubbaridka daryeelka ayaa had iyo jeer diyaar kuu ah. Waxaad joojin kartaa isticmaalka adeegan wakhti kasta adiga oo u sheegaya iskuduwaha daryeelkaaga ama la xidhiidha SeniorCare Complete. Haddii aad rabto inaad bedesho iskuduwaha daryeelkaaga, wac Adeegyada Xubinta lambarka ku yaal boggan hoose. Haddii lagu siiyo maamulka kiiska degmada oo aadan rabin inaad la shaqeyso maamulaha kiis degmada, waxaad weydiisan kartaa isku-duwaha daryeelka dhammaystiran ee SeniorCare inuu kula shaqeeyo beddelkiisa.</p> <p>Waxaan daboolnaa adeegyada soo socda:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ qiimayn lagu ogaanayo sida iskuduwaha daryeelkaagu uu kaaga caawin karo daryeelka caafimaadka, guriyeynta, haqab-beelka cuntada, iyo baahiyaha kale.</li> <li>▪ caawimada jadwalka, iskudubaridka, iyo helitaanka qiimaynta ama baaritaanada iyo adeegyada daryeelka caafimaadka sida ilkaha, caafimaadka dabeecadda, dhaqancelinta, iyo daryeelka aasaasiga ah.</li> <li>▪ abuurista iyo cusboonaysiinta qorshahaaga daryeelka, ku salaysan baahidaada gaarka ah iyo la shaqeynta dadka aad doorato</li> <li>▪ oggolaanshahaaga, iskuduwayaasha daryeelka ee AbilityCare waxay la xiriiri karaan wakaaladaha iyo dadka kaa caawin kara daboolista baahiyahaaga. <ul style="list-style-type: none"> <li>» la shaqee si wada jir ah adiga iyo kuwa kale ee aad doorato marka aad wax ka bedesho baahiyahaaga daryeelka caafimaadka ama isbitaalka.</li> <li>» lagaa caawinaa sidii aad u heli lahayd agabyada u baahan tahay bulshadaada.</li> </ul> </li> </ul> <p style="text-align: right;"><b><i>Dheeftan waxaa lagu sii sharxi doonaa bogga xiga</i></b></p> |                                         | \$0              |



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abril - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

|                                                                                   | <b>Adeegyada uu qorshahayagu ku bixiyo</b> * <i>ogolaansho hore ayaa loo baahan karaa</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>Waxa aad dhiibto</b> |
|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|
|                                                                                   | <p><b>Iskuduwidda daryeelka (waa socotaa)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>» si wada jir ah ula shaqeyso maamulayaasha dheefta Adeegyada Ku saleysan Guriga iyo Bulshada ama maamulayaasha kale ee kiisaska.</li> <li>▪ ka qayb qaadashadaada, iskuduwayaasha daryeelka AbilityCare waxay sidoo kale sameeyaan kuwa soo socda: <ul style="list-style-type: none"> <li>» lagaa caawinaa inaad degsato yoolalka caafimaadkaaga iyo faayoqabkaaga oo kula shaqeyso si aad u gaarto ayaga</li> <li>» si joogto ah kula xidhiidh ama kula kulan si aad ugala hadasho caafimaadkaaga iyo faayoqabkaaga</li> <li>» waxaan ku xasuusinaynaa marka aad u baahan tahay adeegyo ka hortag ah, baaritaanno, ama ballamaha kaas oo qayb ka ah qorshahaaga daryeelka</li> </ul> </li> </ul> |                         |
|  | <p><b>Baaritaanka kansarkan afka ilma-galeenka iyo ilmo-galeenka</b></p> <p>Waxaan daboolnaa adeegyada soo socda:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ee dhammaan dumarka; Baaritaanada ka buraash gareynta unugyada korka afka ilmo-galeenka dumarka iyo baaritaanka miskaha hal mar 24 bilood kasta</li> <li>▪ dumarka khatarta sare ugu jira kansarka ilmo galeenka: hal Pap test 12 biloodba mar</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | \$0                     |
|                                                                                   | <p><b>Adeegyada Jir duugista</b></p> <p>Waxaan daboolnaa adeegyada soo socda:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ hagaajinta laf dhabarta si ay u toosiyaan</li> <li>▪ hal qiimayn ama baaritaan sannad kasta</li> <li>▪ wax-ka-qabasho gacanta ah (habaynta) laf dhabarta si loo daweeyo subluxation ee laf dhabarta</li> <li>▪ raajooyin marka loo baahdo in lagu taageero ogaanshaha subluxation ee laf dhabarta</li> </ul> <p><b>Fiiro gaar ah:</b> Qorshaheenna ma daboolo toosinno kale, fiitamiinno, sahay caafimaad, daawaynno, ama qalabka daaweynta lafaha.</p>                                                                                                                                                                                                          | \$0                     |
|                                                                                   | <p><b>Maamulka xanuunka daba dheeraada iyo adeegyada daaweynta</b></p> <p>Adeegyada bilaha ah ee daboolan ee loogu talagalay dadka la nool xanuunka joogtada ah (xanuun joogto ah ama soo noqnoqda oo soconaya in ka badan 3 bilood). Adeegyada waxaa ka mid noqon kara qiimaynta xanuunka, maaraynta daawaynta, iyo isku-dubaridka daryeelka iyo qorsheynta.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                         |



|                                                                                  | Adeegyada uu qorshahayagu ku bixiyo <i>* ogolaansho hore ayaa loo baahan karaa</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Waxa aad dhiibto |
|----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
|  | <p><b>Baarrista kansarka mindhicirka</b></p> <p>Waxaan daboolnaa adeegyada soo socda:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Baaritaanka mindhicirka ma laha xaddidaad da' hoose ama sare ah oo waa la daboolaa hal mar 120 bilood kasta (10 sano) bukaannada aan ku jirin khatarta sare, ama 48 bilood kadib baaritaanka hore ee qeybta hoose ee mindhicirka oo dabacsan ee bukaannada aan khatarta sare ugu jirin kansarka mindhicirka. Waxaa sidoo kale daboolan hal mar 24 bilood kasta bukaannada khatarta sare ku jira kadib baaritaanka kombiyuutar ku eegida mindhicirka qeybta hoose ama baaritaanka ku eegida raajito mindhicirka.</li> <li>▪ Qaadista sawirka raajada ah ee bukaannada 45 sano iyo ka weyn ee aan khatarta sare ugu jirin kansarka mindhicirka waxay ku jiraa caymis marka ugu yaraan 59 bilood ay dhaafto bishii la sameeyay baaritaanka ugu dambeeya ee baarista mindhicirka ama marka 47 bilood ay dhaafto bisha ka dib markii baaritaanka ugu dambeeya tuubada gadaal la geliyo la sameeyay ama baaritaanka walamadka la sameeyay. Bukaanka khatarta sare ugu jira kansarka mindhicirka, waxa laga yaabaa in lacag lagu bixiyo baadhista baarista walamadka ee la sameeyay ka dib markii ugu yaraan 23 bilood ay dhaaftay bishii la sameeyay baadhistii ugu dambaysay ee lagu sameeyay baarista walamadka.</li> <li>▪ Sigmoidoscopy dabacsan oo loogu talagalay bukaannada 45 sano iyo ka weyn. Hal mar 120kii biloodba bukaannada aan halis sare ugu jirin ka dib marka bukaanku helo baarista walamadka. Hal mar 48 biloodba bukaannada khatarta sare leh ee ka imanaya sigmoidoscopy dabacsan ee ugu dambeeya ama barium enema.</li> <li>▪ Baadhitaannada dhiigga saxarada-occult ee bukaanka 45 sano iyo ka weyn. Hal mar 12 bilood kasta. Saxarada Multitarget DNA ee bukaannada 45 ilaa 85 da'da oo aan buuxin shuruudaha khatarta sare leh. Hal mar 3dii sanaba.</li> <li>▪ Baaritaannada dhiigga ee walaxda Biomarker oo loogu talagalay bukaannada 45 ilaa 85 sano ee aan buuxin shuruudaha khatarta sare. Hal mar 3dii sanaba.</li> <li>▪ Baaritaanka ku eegida raajito mindhicirka: Xulasho kale oo beddel u ah baaritaanka kombiyuutar ku eegida mindhicirka qeybta hoose oo loogu talagalay bukaannada ku jira khatarta sare, 24 bilood kadib baaritaankii hore ee baaritaanka ku eegida raajito mindhicirka ama baaritaanka kombiyuutar ku eegida mindhicirka qeybta hoose.</li> <li>▪ Barium Enema oo ah beddelka sigmoidoscopy dabacsan oo loogu talagalay bukaannada aan khatarta sare ugu jirin iyo 45 sano ama ka weyn. Hal mar ugu yaraan 48 bilood kadib baadhistii u dambaysay ee barium enema ama baaritaanka sigmoidoscopy ee dabacsan.</li> <li>▪ Baaritaannada kansarka mindhicirka waxaa ku jira dabaraaca baaritaanka mindhicirka weyn kadib natiijo togan oo ka soo baxda baaritaanka kansarka mindhicirka oo aan duulimaad ahayn oo Medicare daboolay.</li> </ul> | \$0              |



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

| Adeegyada uu qorshahayagu ku bixiyo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | * ogolaansho hore ayaa loo baahan karaa | Waxa aad dhiibto |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|------------------|
| <p><b>Adeegyada cafimaadka ilkaha</b></p> <p>Adeegyo gaar ah oo ilkaha ah, oo ay ku jiraan nadiifinta, buuxinta, iyo ilkaha macmalka ah, ayaa laga heli karaa Barnaamijka Medical Assistance ee Ilkaha.</p> <p>MUHIIM: Kani maaha liis dhamaystiran. Daboolista gaarka ah lama dammaanad qaaday Xadka adeeggu waxa uu khuseeyaa adeegyada ku qoran qaybtan dhakhtarka ilkaha ee soo socota. Adeegyada qaarkood ayaa laga yaabaa ama laga yaabaa inay u baahdaan oggolaansho ka hor baahida caafimaad awgeed. Si aad u ogaato wax badan oo ku saabsan adeegyadan, kala xidhiidh adeegyada xubnaha ilkaha 1-866-398-9419, isticmaalayaasha TTY Wac 711.</p> <p>Waxaan daboolnaa adeegyada soo socda:</p> <p>Adeegyada ogaanshaha:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ baaritaanka iyo qiimeynta</li> <li>▪ adeegyada sawir-qaadista, oo ku xaddidan: <ul style="list-style-type: none"> <li>» raajada ilkaha</li> <li>» hal Raajo oo oggaanshaha dhibaatooyinka</li> <li>» sawirka buuxo</li> <li>» raajada buuxdo ee afka</li> </ul> </li> </ul> <p>Adeegyada ka hortagga:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ daaweynta ilka bolalka</li> <li>▪ nadiifinta (nadaafada) ilkaha</li> <li>▪ kiimikada ilkaha</li> <li>▪ daboolada</li> <li>▪ tilmaamaha nadaafada afka</li> </ul> <p>Adeegyada soo celinta ilkaha:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ buuxinada</li> <li>▪ buuxinada ilkaha ku meel gaarka ah oo xanuun baabi'in ah</li> <li>▪ taajajka gaarka ah, oo ku xaddidan xabagta iyo birta aan-xawaalka ahayn* (waxaan daboolnaa hal shaybaar oo taajkii dhoobada ah sannadkiiba)</li> </ul> <p>Qaliinka (qotoda ilkaha)</p> <p>Afka ee Ilkaha*</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Bixinta ilkaha</li> </ul> <p>Biraha ilkaha oo leh ansixin Hore* (oo leh oggolaansho hore)</p> <p>Periodontics:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ka saarida guud ee huurada iyo daamurka</li> <li>▪ huura ka saarida iyo nadiifinta gudaha* <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ habraacyada dabagalka (hagaajinta daaweynta ilkaha) (oo labo sanno oo xigta huura ka saarida iyo nadiifinta gudaha)</li> </ul> </li> </ul> <p style="text-align: right;"><b><i>Dheeftan waxaa lagu sii sharxi doonaa bogga xiga</i></b></p> |                                         | \$0              |





| Adeegyada uu qorshahayagu ku bixiyo * ogolaansho hore ayaa loo baahan karaa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Waxa aad dhiibto |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| <p><b>Adeegyada cafimaadka ilkaha (sii socda)</b></p> <p>Ilko Bedelista:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>qalabka looga saari karo (ilko macmal ah, qaybo ah, xad-dhaaf macmal ah) (hal qalab sadex sanaba mar ilko kasta)</li> <li>hagaajinta, wax ka beddelidda, dib u habeynta, dayactirka, iyo dib u dejinta qalabka la saari karo (ilkaha iyo qaybo ka mid ah)</li> <li>bedelida qalabyada lumay, la xaday, ama burburay oo aan la hagaajin karin xaaladaha qaarkooda*</li> <li>beddelka qalabka qayb ahaan haddii qaybta hadda jirta aan la beddeli karin si loo caymiyo baahiyaha ilkaha*</li> <li>Kabista unugyada ilkaha gudaha ah</li> <li>rakibyada iyo dayactirka</li> </ul> <p>Adeegyada ilkaha guud ee dheeraadka ah:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>daawaynta degdega ah ee xanuunka ilkaha</li> <li>suuxdinta guud, suuxdin qoto dheer</li> <li>daryeelka balaaran ee xarunta/guriga wac goobaha hay'adaha qaarkood oo ay ku jiraan: xarumo kalkaaliso, xarumo kalkaaliso oo xirfad leh, hoyyo daryeel, xarumaha cudurrada maskaxda (Institutions for Mental Diseases, IMD), xarumaha daryeelka dhexdhexaadka ah ee dadka leh naafada horumarinta (Intermediate Care Facilities for Persons with Developmental Disabilities, ICF/DDs), hoyyada Hospice, Xulashooyinka Daawaynta ee La Ballaariyey ee Minnesota (Minnesota Extended Treatment Options, METO), iyo sariiraha beddelka ah (sariir kalkaaliso oo ku jirta isbitaal).</li> <li>maaraynta habdhaqanka marka loo baahdo si loo hubiyo in adeega ilkuha la caymiyay si sax ah oo badbaado leh loo fuliyay</li> <li>daawooyinka (kaliya marka caafimaad ahaan lagama maarmaanka u tahay xaalado aad u xaddidan)</li> <li>gaaska aan guban</li> <li>saxitaanada qaniinyada afka</li> <li>suuxdinta afka ama faleebada IV</li> </ul> <p><b>Fiiryooyinka Gaarka ah:</b></p> <p>Haddii aad doorato inaad ka hesho dheefaha ilkaha Xarunta Caafimaadka ee ay Aqoonsantahay Dawlada Dhexe (Federally Qualified Health Center, FQHC) ama rug caafimaad oo dowladeed, waxaad heli doontaa isla dheefo hoos yimaada ee Medical Assistance.</p> <p>Haddii aad ku cusub tahay qorshahayagga caafimaadka oo aad hore u bilawday qorshaha daawaynta adeegga ilkah, nala soo xariir si aan iskudubaridka daryeelka.</p> <p>Haddii aad bilowdo adeegyada ilko toosinta, uma baahnid inaad dhammaystirto qorshaha daawaynta si aan u bixino lacag bixiyaha adeega la qabtay.</p> <p style="text-align: right;"><b><i>Dheeftan waxaa lagu sii sharxi doonaa bogga xiga</i></b></p> | \$0              |



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).



|                                                                                   | Adeegyada uu qorshahayagu ku bixiyo * ogolaansho hore ayaa loo baahan karaa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Waxa aad dhiibto |
|-----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
|                                                                                   | <p><b>Adeegyada cafimaadka ilkaha (sii socda)</b></p> <p>Waxaan bixinaa adeegyada daryeelka ilkaha qaarkood marka adeeggu uu yahay qayb ka mid ah daawaynta gaarka ah xaaladda caafimaad ee aasaasiga ah ee qofka. Tusaalooyinka waxaa ka mid ah dib u dhiska daanka ka dib jabka ama dhaawaca, soo saarista ilkaha oo la sameeyo si loogu diyaariyo daaweynta shucaaca ee kansarka ku lug leh daanka, ama baaritaannada afka ka hor tallaalka xubnaha.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                  |
|  | <p><b>Baaritaanka niyad jabka</b></p> <p>Waxaan bixinnaa hal baaritaan oo niyad-jab ah sannad kasta. Baaritaanka waa in lagu sameeyaa goob daryeel caafimaad oo aasaasi ah oo bixin karta daaweyn iyo gudbin dabagal ah.</p> <p>Waxaan sidoo kale dabooli karnaa baaritaanno dheeraad ah haddii caafimaad ahaan loo arko inay lama huraan tahay.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | \$0              |
|  | <p><b>Baaritaanka maccaanka</b></p> <p>Waxaan daboolnaa baaritaankan (oo ay ku jiraan baaritaanka sokorta dhiigga ee aan waxba la cunin) haddii aad leedahay waxyaabaha soo socda ee khatarta ah:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Cadaadis dhiig oo sarreeya (hypertension).</li> <li>▪ Taariikh hore oo ku saabsan kolestarool ama triglyceride aan caadi ahayn (dyslipidemia).</li> <li>▪ cayilka</li> <li>▪ Taariikh hore oo ku saabsan sokor dhiig oo sarreeya (glucose)</li> </ul> <p>Baaritaannada sidoo kale waa la dabooli karaa xaaladaha kale qaarkood, sida haddii aad cayillan tahay oo aad leedahay taariikh qoys oo ah macaanka.</p> <p>Waxaad u qalmi kartaa laba baaritaan oo macaanka ah sannadkii, 12 bilood gudahood laga bilaabo taariikhda baaritaankaaga ugu dambeeyay ee macaanka.</p> <p>Waxaan sidoo kale dabooli karnaa baaritaanno dheeraad ah haddii caafimaad ahaan loo arko inay lama huraan tahay.</p> | \$0              |
|                                                                                   | <p><b>Tababarka is maamulka macaanka, adeegyada, iyo sahayda</b></p> <p>Waxaan daboolnaa adeegyada soo socda dhammaan dadka macaanka qaba (haddii ay isticmaalaan insulin ama aysan isticmaalin):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Sahayda lagu kormeero sokorta dhiiggaaga, oo ay ku jiraan kuwa soo socda:             <ul style="list-style-type: none"> <li>» Qalabka lagu kormeero sokorta dhiigga</li> <li>» Xargaha baaritaanka sokorta dhiigga</li> <li>» Qalabka loo isticmaalo daloolinta iyo qalabka daloolinta.</li> <li>» Xalka xakamaynta sokorta si loo hubiyo saxnaanta xargaha baaritaanka iyo qalabka kormeerka</li> </ul> </li> <li>▪ Dadka macaanka qaba oo leh cudur halis ah oo lugta macaanka ah, qorshaha wuxuu daboolayaa waxyaabaha soo socda:</li> </ul> <p style="text-align: right;"><b><i>Dheeftan waxaa lagu sii sharxi doonaa bogga xiga</i></b></p>                                                   |                  |



|                                                                                  | Adeegyada uu qorshahayagu ku bixiyo *ogolaansho hore ayaa loo baahan karaa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Waxa aad dhiibto |
|----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
|  | <p><b>Tababarka is maamulka macaanka, adeegyada, iyo sahayda (sii socda)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>» Hal lammaane oo ah kabo daweyn gaar ah oo loogu talagalay (oo ay ku jiraan kabaha gudaha) iyo laba lammaane oo kabaha gudaha ah oo dheeraad ah sanad dugsiyeed kasta, <b>ama</b></li> <li>» Ama hal lammaane oo ah kabo qoto dheer ah oo ay ku jiraan habeynta iyo saddex lammaane oo kabaha gudaha ah sanadkii (marka laga reebo kabaha gudaha ee aan habaysnayn ee kabahaas la socda).</li> <li>▪ Xaaladaha qaarkood, waxaan bixinaa kharashka tababarka si aan kaaga caawinno maaraynta sonkorowgaaga. Si aad wax badan u ogaato, la xiriir Adeegyada Xubnaha.</li> </ul> <p>Si aad u hesho liiska kuu sheegaya noocyada iyo soosaarayaasha agabka sonkorowga ee aan bixin doono, la xiriir Adeegyada Xubnaha lambarka ku yaal xagga hoose ee boggan. Liiska ugu dambeeyay ee noocyada, sameeyayaasha, iyo alaab-qeybiyayaasha ayaa sidoo kale laga heli karaa mareegteena <a href="http://www.mnscha.org">www.mnscha.org</a>.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | \$0              |
|                                                                                  | <p><b>Qalabka caafimaadka waara (DME) iyo sahayda la xiriirta*</b></p> <p>Tixraac Cutubka 12 ee Buug Gacmeedkaan Xubinta si loo qeexo "Qalabka caafimaadka ee waara (DME)."</p> <p>Waxaan daboolnaa walxaha soo socda:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ kursiyada curyaanka</li> <li>▪ ulaha socodka</li> <li>▪ nidaamyada furaashka ee korontada ku shaqeeya</li> <li>▪ agabka sonkorowga (Si aad u hesho agabka sonkorowga, tixraac "Is-maamulka sonkorowga" qaybta tababarka, adeegyada, iyo agabka" ee shaxdan faa'iidada.)</li> <li>▪ sariiraha isbitaalka oo bixiye amray in guriga loo isticmaalo</li> <li>▪ bambada faleebada gudaha xididka (IV) iyo tiirkeeda</li> <li>▪ qalabka soo saarista codadka hadalka</li> <li>▪ qalabka ogsijiinka iyo sahayda</li> <li>▪ qalabka neefsashada</li> <li>▪ biraha labada dhinac la qabsado ee socodka</li> <li>▪ ul afka qaloocan leh ama qaab afar gees leh iyo sahay beddel ah</li> <li>▪ qalabka soo jiidashada xangullaha (ee albaabka lagu rakibo)</li> <li>▪ aaladda kicinta lafaha</li> <li>▪ qalabka daryeelka ee keli dhaqida</li> </ul> <p>Waxaan sidoo kale daboolnaa alaabooyinka soo socda, oo ay ku jiraan:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ dayactirka qalabka ee caafimaadka</li> <li>▪ batariyada qalabka caafimaadka</li> <li>▪ aaladaha nadiifinta hawada-mareenka</li> <li>▪ Qalabka caafimaad ee lagama maarmaanka ah si aad u daryeesho jirradaada, dhaawacaaga, ama naafadaada</li> </ul> <p style="text-align: right;"><b><i>Dheeftan waxaa lagu sii sharxi doonaa bogga xiga</i></b></p> |                  |



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

| Adeegyada uu qorshahayagu ku bixiyo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | * ogolaansho hore ayaa loo baahan karaa | Waxa aad dhiibto |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|------------------|
| <p><b>Qalabka caafimaadka waara (DME) iyo sahayda la xiriirta* (sii socda)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Alaabta loo isticmaalo kaadi-ceshan la'aanta</li> <li>alaabta nafaqada/mariinka, marka shuruudo gaar ah la buuxiyo</li> <li>Alaabta qorsheynta qoyska (tixraac qaybta "Adeegyada Qorsheynta Qoyska" ee jaantuska wixii macluumaad dheeraad ah)</li> <li>Aaladaha isgaadhsiinta ee kordhiya, oo ay ku jiraan kaniiniyada elektarooniga ah</li> <li>aaladaha lagu ogaado suuxdinta</li> </ul> <p>Alaabooyinka kale ayaa sidoo kale laga yaabaa in la daboolo.</p> <p>Waxaan daboolnaa dhammaan qalabka caafimaadka waara (DME) ee caafimaad ahaan lagama maarmaanka ah ee Medicare iyo Medical Assistance caadi ahaan bixiyaan. Haddii bixiyahaaga qalabka deegaankaaga aanu sidin sumadda ama nooca gaarka ah, waad weydiisan kartaa haddii ay si gaar ah kuu dalban karaan.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                         | \$0              |
| <p><b>Adeegyada Ka-dhaafitaanka Qofka Waayeelka ah (Adeegyada Lagu dhex bixiyo gudaha Guriga iyo Bulshada)*</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Adeegyada Saaxiibka Dadka Waaweyn: Daryeel aan caafimaad ahayn, kormeer iyo bulsho-bulsho</li> <li>Adeegyada Maalinta Dadka Waaweyn (ADS) iyo ADS Qubeyska: Barnaamij shatiyeysan oo hawlo ah si loo daboolo baahiyaha caafimaad iyo bulsho ee la qiimeeyay ee qofka waayeelka ah. Qubeyska ADS waa ikhtiyaari. Waxa kale oo ku jira adeegyada Maalinta Dadka Waaweyn ee Qoyska (FADS).</li> <li>Daryeelka Korinta Dadk Waawayn: Shati haysta, daryeel degaan oo ku habboon qaangaarka iyo adeegyada taageerada ee goobta qoyska oo kale ah.</li> <li>Maareynta Kiiska: Waxay ku siinaysaa marin u helidda qiimeynta, qorsheynta qofka ku saleysan, gudbinta, isku xirka, qorsheynta taageerada, isku-dubaridka iyo u doodista adeegyada ka-dhaafitaanka, kheyraadka, iyo taageerooyinka aan rasmiga ahayn.</li> <li>Adeegyada Shaqada: Caawinaad adiga ama daryeelahaaga aasaasiga ah ee adeegyada guryaha ee culus si loo ilaaliyo jawi nadiif ah, nadiif ah oo ammaan ah.</li> <li>Adeegyada Taageerada Bulshada ee Macaamiisha u Jihaysan: Taageero gaar ah oo loogu talagalay inay daboolaan baahiyahaaga oo aad ku maamusho miisaaniyad go'an.</li> <li>nolol Gaar ah/Nolol Gaar ah oo 24 Saacadood ah: Koox adeegyo si joogto ah loo qorsheeyay, gaar ah (adeegyo la xiriira caafimaadka iyo kuwa la taageerayo) oo lagu bixiyo xarun hoy oo shati haysta ama goob hoy oo kale oo u qalma.</li> <li>Laqabsiga Gelitaanka Deegaanka (Environmental Accessibility Adaptations, EAA): La qabsiga jirka, oo ay ku jiraan qiimaynta iyo wax ka beddelka, gurigaaga aasaasiga ah ama gaarigaaga aasaasiga ah si loo hubiyo caafimaadkaaga iyo badbaadadaada ama kuu suurto geliyo inaad si madax-bannaani leh u shaqeyso.</li> </ul> <p style="text-align: right;"><b><i>Dheeftan waxaa lagu sii sharxi doonaa bogga xiga</i></b></p> |                                         |                  |



| Adeegyada uu qorshahayagu ku bixiyo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | * ogolaansho hore ayaa loo baahan karaa | Waxa aad dhiibto |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|------------------|
| <p><b>Adeegyada Ka-dhaafitaanka Qofka Waayeelka ah (Adeegyada Lagu dhex bixiyo gudaha Guriga iyo Bulshada)* (sii socda)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Kalkaaliyaha Daryeelka Guriga Qorshaha Gobolka ee Dheeraaday: Tan waxaa ku jira adeegyada kalkaaliyaha daryeelka guriga ee ka sarreeya xadka Caawimaada Caafimaadka (Medicaid).</li> <li>▪ Adeegyada Kaalmada Daryeelka Shakhsi ahaaneed ee Qorshaha Gobolka ee La Dheereeyay (PCA) iyo Adeegyada iyo Taageerada Bulshada ee Koowaad (CFSS). Caawinta daryeelka shakhsi ahaaneed iyo hawlaha nolol maalmeedka (ADLs) ee ka sarreeya xadka Gargaarka Caafimaadka. Shaqaalaha taageerada tooska ah waxay sidoo kale ka caawin karaan hawlaha qalabka ee la daboolay ee nolol maalmeedka (IALDs).</li> <li>▪ Adeegyada Daryeelka Qoyska: Tababarka daryeelaha iyo la-talinta daryeelaha.</li> <li>▪ Cuntooyinka Guriga La Keeno: Cunto ku habboon oo nafaqo ahaan isku dheelitiran oo gurigaaga laguugu keenayo.</li> <li>▪ Adeegyada Guriga: Adeegyada kaas kaa caawinaya inaad maamusho nadaafadda guud iyo hawlaha guriga.</li> <li>▪ Adeegyada Taageerada Nolosha Gaarka ah ee Bulshada: Adeeg isku-xidhan oo bixiya caawimaad iyo taageero lagu joogayo gurigaaga, oo ay ku jiraan xasuusin, tilmaamo, kormeer xilliyo ah, ama caawinaad jireed.</li> <li>▪ Daryeelka Nasinta ah: Adeegga muddada-gaaban marka aadan is-daryeeli karin, iyo daryeelahaaga aan mushaarka la siinin oo u baahan yahay gargaar.</li> <li>▪ Qalabka iyo Agabka Gaarka ah: Agabka iyo qalabka ka sarreeya xadka Gargaarka Caafimaadka ama caymiska ama aan qayb ka ahayn caymiska kale ee Gargaarka Caafimaadka laakiin lagu qeexay qorshahaaga taageerada. Tan waxaa ka mid ah Nidaamka Jawaab celinta Degdegga ah ee Shakhsi ahaaneed (PERS).</li> <li>▪ Adeegyada Kala-guurka ah: Alaabooyinka iyo taageerooyinka lagama maarmaanka u ah ka guurista guriga daryeelka korinta carruurta, isbitaalka, ama guriga daryeelka waayeelka una guurista guri ku salaysan bulsho madax-bannaan ama nus-madax-bannaan.</li> <li>▪ Gaadiidka (aan ahayn mid caafimaad): Waxay kuu sahlaysaa inaad hesho adeegyada bulshada iyo adeegyada ka-dhaafitaanka ee lagu aqoonsaday qorshahaaga taageerada bulshada.</li> </ul> <p>Waa inaad haysataa qiimeyn MnCHOICES ah, oo hore loogu yeeri jiray La-talinta Daryeelka Muddada Dheer (LTCC), oo la sameeyo, lana ogaado inaad buuxiso heerka daryeelka guriga kalkaalinta si aad u hesho adeegyada Ka-dhaafitaanka Waayeelka (EW). Waxaad codsan kartaa in qiimeyntan laguugu sameeyo gurigaaga, aqalkaaga, ama xarunta aad ku nooshahay.</p> <p>Iskuduwaha daryeelkaaga ee MSHO ayaa kula kulmi doona adiga iyo qoyskaaga si uu ugala hadlo baahiyahaaga daryeelka 20 maalmood gudahooda haddii aad codsato booqasho.</p> <p style="text-align: right;"><b><i>Dheeftan waxaa lagu sii sharxi doonaa bogga xiga</i></b></p> |                                         |                  |



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abril - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

| Adeegyada uu qorshahayagu ku bixiyo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | * ogolaansho hore ayaa loo baahan karaa | Waxa aad dhiibto |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|------------------|
| <p><b>Adeegyada Ka-dhaafitaanka Qofka Waayeelka ah (Adeegyada Lagu dhex bixiyo gudaha Guriga iyo Bulshada)* (sii socda)</b></p> <p>Iskuduwaha daryeelkaaga ee MSHO ayaa ku siin doona macluumaadka ku saabsan adeegyada bulshada, kaa caawinaya inaad hesho adeegyo aad ku joogto gurigaaga ama bulshadaada, iyo kaa caawinaya inaad hesho adeegyo aad uga guurto guriga kalkaalinta ama xarun kale.</p> <p>Waxaad xaq u leedahay inaad saaxiibo ama qoys ku soo dhaweyso booqashada. Waxaad magacaabi kartaa wakiil kaa caawiya inaad go'aanno gaarto. Waxaad go'aan ka gaari kartaa baahiyahaaga iyo meesha aad rabto inaad ku noolaato. Waxaad codsan kartaa adeegyo si aad ugu habboonaato baahiyahaaga. Waxaad go'aannada kama dambaysta ah ka gaari kartaa qorshahaaga adeegyada iyo caawimaadda. Waxaad dooran kartaa cidda aad rabto inay bixiso adeegyada iyo taageerada bixiyeyaashaas laga heli karo shabakadda qorshahayaga.</p> <p>Booqashada ka dib, iskuduwaha daryeelkaaga MSHO ayaa kuu soo diri doona soo koobid qiimeyn ah oo kugula talinaysa adeegyada ugu habboon baahiyahaaga. Waxaa lagu soo diri doonaa nuqul ka mid ah qorshaha daryeelka ee aad ka caawisay diyaarinta. Iskuduwaha daryeelkaaga MSHO ayaa kaa caawin doona inaad gudbiso racfaan haddii aad diiddan tahay adeegyada la soo jeediyay ama lagu wargeliyay inaad u qalmin adeegyadan.</p> <p>Dadka ku nool ama ku dhow Dhulka Cad, Leech Lake, Red Lake, Mille Lacs, ama Fond du Lac Reservations waxay awoodi karaan inay doortaan inay helaan adeegyadooda EW iyada oo loo marayo qaybta caafimaadka ama adeegyada aadanaha ee Qowmiyadda Qabiilka ama iyada oo loo marayo qorshahayaga. La xiriir qaranka qabiilka ama qorshahayaga haddii aad qabtid su'aalo.</p> <p>Haddii aad hadda ku jirto Marin u helka Bulshada ee Ka mid yeelida Dadyowga Naafadda ah (Community Access for Disability Inclusion, CADI), Daryeelka Beddel ee Bushada (Community Alternative Care, CAC), Dhaawaca Maskaxda (Brain Injury, BI), ama ka dhaafida Naafada Korriinka (Developmental Disability, DD) waxaad sii wadi doontaa dheefta inaad hesho adeegyada ay daboolaan barnaamijyadaan si la mid ah hadda waad helaysaa. Maamulaha kiiskaaga degmada ayaa sii wadi doona inuu oggolaado adeegyadaas isagoo la shaqaynaya iskuduwaha daryeelkaaga ee MSHO.</p> <p>Haddii aad u baahan tahay adeegyada qorshaynta iyo isku-dubbaridka si ay kaaga caawiyaan inaad u guurto bulshada, waxa laga yaabaa inaad u qalanto inaad hesho adeegyada Moving Home Minnesota (MHM) Adeegyada MHM way ka duwan yihiin adeegyada EW, laakiin waa inaad u qalantaa EW.</p> |                                         | \$0              |



| Adeegyada uu qorshahayagu ku bixiyo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | * ogolaansho hore ayaa loo baahan karaa | Waxa aad dhiibto                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|------------------------------------------------------|
| <p><b>Daryeelka degdega ah</b></p> <p>Daryeelka degdega ah wuxuu ka dhigan yahay adeegyada:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Waxaa bixiya adeeg-bixiye loo tababaray bixinta adeegyada gurmada degdega ah, <b>iyo</b></li> <li>▪ loo baahan yahay si loo qiimeeyo ama loo daweeyo xaalad degdeg ah oo caafimaad.</li> </ul> <p>Xaalad degdeg ah oo caafimaad waa xanuun, dhaawac, xanuun daran, ama xaalad caafimaad oo si dhakhso ah uga sii daraysa. Xaaladdu aad bay u daran tahay, haddii aan la helin daryeel caafimaad oo degdeg ah, qof kasta oo aqoon u leh caafimaadka iyo daawada wuxuu filan karaa inay keento:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ khatar daran oo soo wajahaysa caafimaadkaaga; <b>ama</b></li> <li>▪ khatar wayn oo soo gaadhaysa shaqada jirka; <b>ama</b></li> <li>▪ lumitaanka xubin ama luminta shaqada xubin.</li> </ul> <p>Caymiskan wuxuu keliya ka shaqeeyaa gudaha Maraykanka iyo dhulalka hoos yimaada.</p> <p><b>FIRO GAARAH*:</b> Haddii aad hesho daryeel degdeg ah isbitaal ka baxsan shabakadda oo aad u baahan tahay daryeel bukaan-jiif kadib marka xaaladdaada degdega ah la dejiyo, waa inaad ku noqotaa isbitaal ku jira shabakadda si caymiskaagu uu u sii daboolo daryeelkaaga. Waxaad joogi kartaa cisbitaalka ka baxsan shabakada daryeelkaaga bukaan-jiifka kaliya haddii qorshahayagu ogolaado joogitaankaaga.</p>                                         |                                         | <p>\$0</p> <p>See <b>NOTE*</b> in benefit column</p> |
| <p><b>Adeegyada qorshaynta qoyska</b></p> <p>Sharcigu wuxuu kuu ogolaanayaa inaad doorato bixiye kasta - ha ahaado bixiye shabakadeed ama bixiye shabakadeed oo ka baxsan - adeegyada qorsheynta qoyska qaarkood. Kuwaas waxaa loo yaqaan adeegyada marin u helidda furan. Tani macnaheedu waa dhakhtar kasta, rug caafimaad, isbitaal, farmashiye ama xafiis qorsheynta qoyska.</p> <p>Waxaan daboolnaa adeegyada soo socda:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ baaritaanka qorshaynta qoyska iyo daawaynta caafimaadka – adeeg gelitaan furan</li> <li>▪ shaybaarka iyo baaritaannada ogaanshaha ee qorshaynta qoyska – adeegga gelitaanka furan</li> <li>▪ hababka qorsheynta qoyska (kiniiniyada xakamaynta dhalmaada, balastar, faraanti, Qalabka Ilmo-galeenka (IUD), duritaanno, qalab lagu tallaalo)</li> <li>▪ Qalabka qorshaynta qoyska oo leh warqad dhakhtar (tusaale: cinjir, isbuunyo, xumbo, filim, xabad, koofiyad) – adeegga gelitaanka furan</li> <li>▪ la-talinta iyo ogaanshaha dhalmo la'aanta, oo ay ku jiraan adeegyada la xidhiidha</li> <li>▪ La-talinta iyo baarista cudurrada galmada la isku qaadsiiyo (STDs), AIDS-ka iyo xaaladaha kale ee la xiriira HIV</li> <li>▪ daaweynta cudurada galmada lagu kala qaado (STDs)</li> <li>▪ Nadiifin ikhtiyaari ah</li> <li>▪ la-talinta hidde-raaca</li> </ul> <p style="text-align: right;"><b>Dheeftan waxaa lagu sii sharxi doonaa bogga xiga</b></p> |                                         |                                                      |



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).



|                                                                                   | Adeegyada uu qorshahayagu ku bixiyo * ogolaansho hore ayaa loo baahan karaa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Waxa aad dhiibto |
|-----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
|                                                                                   | <p><b>Adeegyada qorshaynta qoyska (sii socda)</b></p> <p>Waxaan sidoo kale bixinnaa qaar ka mid ah adeegyada kale ee qorsheynta qoyska. Si kastaba ha ahaatee, waa inaad u gudbisaa bixiye ku jira shabakadda qorshaha adeegyada soo socda:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ daaweynta xaaladaha caafimaadka ee dhalmo la'aanta (Adeeggan kuma jiraan habab macmal ah oo lagu uur yeesho.)</li> <li>▪ daawaynta AIDS-ka iyo xaaladaha kale ee HIV-ga la xidhiidha</li> <li>▪ Baaritaanka hidde-raaca</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | \$0              |
|  | <p><b>Barnaamijyada waxbarashada caafimaadka iyo fayo-qabka</b></p> <p>Waxaan bixinaa kuwa soo socda ee ah Barnaamijyada Waxbarashada Caafimaadka iyo Fayo-qabka:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <b>Qaado Mas'uuliyadda! Abaalmarinnada</b> - Abaalmarinnada kaarka hadiyadda ayaa diyaar u ah helitaanka booqashooyinka caafimaadka ee ka hortagga qaarkood sida baaritaanka ilkaha, baaritaanka naasaha, baaritaanka kansarka mindhicirka, iyo waxyaabo kaloo badan. Wac adeegyada xubnaha ama booqo boggayaga internetka si aad u hesho macluumaad dheeraad ah.</li> <li>▪ <b>Barnaamijka Jimicsiga</b> - Xubnuhu waxay heli karaan ilaa \$40 laga dhimay khidmadaha xubinnimada naadiga caafimaadka bishii.</li> <li>▪ <b>Qiimo dhimista Waxbarashada Bulshada</b> - South Country waxay dabooli doontaa ilaa \$15 khidmadda diiwaangelinta inta badan fasallada Waxbarashada Bulshada (ilaa 5 fasal sannadkii). Wac barnaamijkaaga Waxbarashada Bulshada ee deegaanka ama Adeegyada Xubnaha si aad u hesho macluumaad dheeraad ah.</li> <li>▪ <b>Barnaamijka Hagaajinta Daryeelka Xanuunka Raaga</b> - Xubnuhu waxay heli karaan agab waxbarasho oo ku salaysan xaaladooda iyo taageero si ay ula socdaan qorshahooda daryeelka ee xanuunka wadnaha, neefta iyo sonkorowga.</li> <li>▪ <b>Kaalmada Joojinta Tubaakada</b> - Xubnuhu waxay heli karaan caawimo iyo waxbarasho ku salaysan taleefanka iyo khadka tooska ah iyada oo aan wax lacag ah laga qaadin. Waxaad wici kartaa Barnaamijka EX lambarka 1-833-EXCOACH (1-833-392-6224), Macaamiisha TTY waa ineey wacaan 711.</li> <li>▪ <b>Adeegga talo-bixinta kalkaalisada 24-saacadood ah</b> - Adeeggan waxtarka leh waxaa ka shaqeeya kalkaaliyayaal khibrad leh oo diiwaangashan si ay uga jawaabaan su'aalahaaga caafimaad. Waxay kaa caawin karaan inaad go'aansato waxaad samaynayso marka aad xanuunsan tahay ama dhaawacan tahay waxayna diyaar yihiin 24 saacadood maalintii, 7 maalmood usbuucii.</li> </ul> <p>Wac lambarka khadka kalkaalisada ee ku yaal dhabarka Kaarkaaga Aqoonsiga Xubinta ama wixii faahfaahin dheeraad ah, booqo <a href="http://www.mnscha.org">www.mnscha.org</a> ama wac Adeegyada Xubnaha.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <b>PERS (Nidaamka Jawaab celinta Degdegga ah ee Shakhsi ahaaneed)*</b> - Xubnaha hadda jira waxay heli karaan Nidaamka Jawaab celinta Degdegga ah ee Shakhsi ahaaneed marka aan si kale loo daboolin faa'iidooyin kale sida barnaamijyada ka-dhaafitaanka. PERS waa nidaam digniin caafimaad oo loogu talagalay in lagu taageero nolol madax-bannaang</li> </ul> | \$0              |

**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).



| Adeegyada uu qorshahayagu ku bixiyo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | * ogolaansho hore ayaa loo baahan karaa | Waxa aad dhiibto |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|------------------|
| <p><b>Adeegyada caafimaadka*</b></p> <p>Waxaan daboolnaa adeegyada soo socda:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Adeegyada Kalkaaliyaha Caafimaadka Sare: adeegyada ay bixiyaan kalkaaliye caafimaad, kalkaaliye suuxiye, kalkaaliye umuliso, ama khabiiir kalkaaliye caafimaad</li> <li>▪ daawaynta xasaasiyadda iyo baaritaanka xasaasiyadda</li> <li>▪ isku duwidda adeegyada caafimaadka habdhaqanka iyo jirka.</li> <li>▪ Caymiska tijaabada caafimaad: Daryeelka joogtada ah ee:             <ul style="list-style-type: none"> <li>» oo qayb ka ah daaweynta hab-maamuuska ee tijaabada caafimaad;</li> <li>» waa caadi, waa caadi, waana ku habboon tahay xaaladdaada; iyo</li> <li>» waxaa caadi ahaan la bixin doonaa marka laga reebo tijaabada caafimaad. Tan waxaa ka mid ah adeegyada iyo waxyaabaha loo baahan yahay daaweynta saameynta iyo dhibaatooyinka hab-raaca Wixii macluumaad dheeraada ah, ka eeg <b>Cutubka 3</b></li> </ul> </li> <li>▪ Iskuduwidda daryeelka shaqaalaha caafimaadka bulshada iyo adeegyada waxbarashada bukaanka</li> <li>▪ Adeegyada Farsamo-yaqaanka Xaaladaha Degdegga ah ee Caafimaadka Bulshada (CMET).             <ul style="list-style-type: none"> <li>» booqashooyinka usaarista guriga ee isbitaalka ka dib/xanaanada ka dib ee uu amray bixiyaha daryeelka caafimaadkaaga</li> <li>» Booqashooyinka qiimeynta badbaadada oo uu amray bixiyahaaga daryeelka aasaasiga ah</li> </ul> </li> <li>▪ Kalkaaliye Caafimaad Bulsho: adeegyo gaar ah oo uu bixiyo kalkaaliye caafimaad bulsho. Adeegyadu waa inay qayb ka noqdaan qorshaha daryeelka ee uu dalbaday bixiyahaaga daryeelka aasaasiga ah. Adeegyada waxaa ka mid noqon kara:             <ul style="list-style-type: none"> <li>» qiimaynta caafimaadka</li> <li>» la socodka iyo waxbarashada cudurada raaga</li> <li>» ka caawinta daawooyinka</li> <li>» tallaalista iyo tallaalada</li> <li>» ururinta muunada shaybaarka</li> <li>» daryeelka daba-galka ah ka dib markii lagugu daweeeyey isbitaalka</li> <li>» hababka kale ee caafimaad ee yaryar</li> </ul> </li> <li>▪ Isuduwidda Adeegga Ku-saleysan Bulshada ee Isbitaalka Dhexdiisa (IRSC): Isuduwidda adeegyada lagu beegsanayo yareynta isticmaalka qolka gurmada degdegga ah ee isbitaalka (ER) xaalado gaar ah. Adeeggani wuxuu wax ka qabanayaa baahiyaha caafimaadka, bulshada, dhaqaalaha, iyo kuwa kale ee xubnaha si loo yareeyo isticmaalka ER iyo adeegyada kale ee daryeelka caafimaadka.</li> <li>▪ Adeegyada kalkaalisada caafimaadka dad weynaha ee shahaadeysan ama kalkaalisada diiwaangashan ee ka shaqaynaysa rugta caafimaadka dadweynaha ee hoos timaada qayb dawladeed</li> </ul> <p style="text-align: right;"><b><i>Dheeftan waxaa lagu sii sharxi doonaa bogga xiga</i></b></p> |                                         | \$0              |



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).



| Adeegyada uu qorshahayagu ku bixiyo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | * ogolaansho hore ayaa loo baahan karaa | Waxa aad dhiibto |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|------------------|
| <b>Adeegyada Caafimaadka* (sii socoto)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Kormeerka Telefoojinta: isticmaalka tiknoolajiyada si loo siiyo daryeel iyo taageero xubnaha baahiyaha caafimaad ee adag ee ka imanaya meel fog sida guriga xubinta. Kormeerka telefishinka ayaa la socon kara calaamadaha muhiimka ah ee xubinta iyadoo la adeegsanayo qalab ama qalab kaas oo xogta si elektaroonik ah ugu dira bixiyahooda si dib loogu eego. Tusaalooyin calaamado muhiim ah oo meel fog lagala socon karo waxaa ka mid ah garaaca wadnaha, cadaadiska dhiigga, iyo heerarka soconrta dhiiga</li> <li>Maareynta daryeelka qaaxada iyo u kuurgalka tooska ah ee cunista daawada</li> </ul> |                                         | \$0              |
| <b>Adeegyada Maqalka</b> <p>Waxaan bixinaa kharashka baaritaannada maqalka iyo dheelitirka ee uu sameeyo bixiyahaagu. Baaritaannadani waxay kuu sheegayaan inaad u baahan tahay daaweyn caafimaad. Waxaa loo daboolaa daryeelka bukaan-socodka marka aad ka hesho dhakhtar, dhakhtar maqal, ama bixiye kale oo aqoon u leh.</p> <p>Waxaan daboolnaa alaabooyin iyo adeegyo dheeraad ah, oo ay ku jiraan:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Batariyada iyo gargaarka maqalka*</li> <li>Dayactirka iyo beddelka* qalabka gargaarka maqalka xirashada iyo jeexjeexa caadiga ah awgeed, oo leh xadidaadyo</li> </ul>                                                                       |                                         | \$0              |
|  <b>Baarritaanka HIV</b> <p>Waxaan daboolnaa hal baaritaan HIV sanadkii 12 bilood kasta dadka soo socda:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Kuwo codsada baaritaanka HIV, <b>ama</b></li> <li>Kuwo ku jira khatarta kordhinta cudurka HIV.</li> </ul> <p>Haddii aad uur leedahay, waxaan bixinaa ilaa saddex baaritaan oo HIV ah inta aad uurka leedahay.</p> <p>Dheefaha dheeraadka ah ayaa laga yaabaa in nalaga daboolo.</p>                                                                                                                                                                       |                                         | \$0              |
| <b>Qalabka badqabka guriga iyo musqusha ama wax ka badelka iyo sahayda*</b> <p>Qalabka guriga iyo badbaadada ama wax ka bedelka iyo sahayda kor u qaada caafimaadka ama nolol madaxbannaan oo badbaado leh sida baararka qabsashada, kuraasta qubeyska ama barkadda qubeyska, biraha gacanta lagu qabto, jaranjarada ka hortagga simbiriirixan, kursiga curyaamiinta ee ku meel gaarka ah kuraasta jaranjarada iyo kuwa kor loo qaado. Kaliya alaabta aan lagu darin ka-dhaafitaan, ugu badnaan \$1000 halkii sanad kasta. La xirii Isuduwaha Daryeelkaaga si uu kaaga caawiyo helitaanka faa'iidadan.</p>                                                                                      |                                         | \$0              |
| <b>Cuntooyinka Guriga La Geeyo*</b> <p>Ilaa 140 cunto (1 cunto maalintii ilaa 7 maalmood usbuucii muddo 10 toddobaad ah, dhacdo kasta) ka dib marka bukaan-socod la saaro. 2 dhacdo sannadkii.</p> <p>Waxa kaliya oo loo heli karaa cuntooyinka aan hore u daboolin faa'iido kale ama barnaamij caymiska.</p> <p>La hadal isku duwahaaga daryeelka si aad isu qorto.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                         | \$0              |



| Adeegyada uu qorshahayagu ku bixiyo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | * ogolaansho hore ayaa loo baahan karaa | Waxa aad dhiibto |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|------------------|
| <p><b>Daryeelka caafimaadka ee hay'adda ee guriga lagu bixiyo</b></p> <p>Ka hor intaadan helin adeegyada caafimaadka guriga, dhakhtar waa inuu noo sheego inaad u baahan tahay, adeeggyaduna waa inay ka yimaadaan hay'ad caafimaadka guriga ah. waa inay bixisaa hay'ad caafimaad oo guriga ka shaqeysa. Waa inaad guriga ka maqnaataa, taasoo la micno ah Ka tagista gurigu inay u baahan tahay dadaal weyn.</p> <p>Waxaan daboolnaa adeegyada soo socda, iyo qaar kale oo aan halkan lagu xusin:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Adeegyada kalkaalinta xirfadda leh iyo kaaliyayaasha caafimaadka guriga oo waqti-dhiman ah ama kala go'an ah (si loogu daboolo faa'iidada daryeelka caafimaadka guriga, kalkaalintaada xirfadeed iyo adeegyadaada gargaarka caafimaadka ee guriga ee la isku daray waa inay isku yaraadaan 8 saacadood maalintii iyo 35 saacadood asbuucii)</li> <li>▪ daaweynta jireed, dabiibida hawlaha shaqada, iyo dabiibida hadalka.</li> <li>▪ adeegyada bulshada iyo caafimaadka</li> <li>▪ qalabka caafimaadka iyo sahayda</li> <li>▪ daaweynta neefsashada</li> <li>▪ Kalkaalinta Daryeelka Guriga (Home Care Nursing, HCN)</li> <li>▪ adeegyada Kaaliyaha Daryeelka Shakhsi ahaaneed (PCA) iyo Adeegyada iyo Taageerooyinka Community First (CFSS)</li> </ul> |                                         | \$0              |
| <p><b>Daaweynta faleebada guriga*</b></p> <p>Qorshaheenna wuxuu daboolayaa daaweynta faleebada guriga, oo lagu qeexay daawooyinka ama walxaha noolaha ee xididka lagu duro ama maqaarka hoostiisa lagu mariyo oo guriga lagu bixiyo.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ daawada ama walaxda noolaha ah, sida antiviral ama immune globulin.</li> <li>▪ qalabka, sida bamka faleebada; <b>iyo</b></li> <li>▪ Sahayda, sida tubooyinka ama kaateterka.</li> </ul> <p>Qorshaheenna wuxuu daboolaa adeegyada faleebada guriga, oo ay ku jiraan laakiin aan ku xaddidnayn:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ adeegyada xirfadeed, oo ay ku jiraan adeegyada kalkaalisada, oo lagu bixiyo si waafaqsan qorshahaaga daryeelka;</li> <li>▪ tababarka xubinta iyo waxbarashada aan hore loogu darin dheefta qalabka caafimaadka waara (DME).</li> <li>▪ kormeerida iyadoo meel fog la joogo; <b>iyo</b></li> <li>▪ adeegyada kormeerka ee bixinta daaweynta faleebada guriga iyo daawooyinka faleebada guriga ee uu bixiyo alaab-qeybiye u qalma.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                  |                                         | \$0              |



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

| Adeegyada uu qorshahayagu ku bixiyo * ogolaansho hore ayaa loo baahan karaa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Waxa aad dhiibto |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| <p><b>Daryeelka dadka dhulyaalka ah ee ku dhow inay dhintaan</b></p> <p>Waxaad xaq u leedahay inaad doorato hospice-ka haddii bixiyahaaga iyo agaasimaha caafimaadka hospice-ka ay go'aamiyaan inaad qabto saadaal dhimasho ah. Taas macnaheedu waa inaad qabto cudur dhimasho ah waxaana la filayaa inaad haysato lix bilood ama ka yar si aad u noolaato. Waxaad ka heli kartaa daryeel barnaamij kasta oo hospice ah oo ay shahaadeysay Medicare. Qorshahayagu waa inuu kaa caawiyaa inaad hesho barnaamijyada hoyga ee Medicare-ka shahaadeysay ee aagga adeegga qorshaha, oo ay ku jiraan barnaamijyada aan leenahay, aan xakameyno, ama aan dan dhaqaale ku leenahay.</p> <p>Dhakhtarkaaga hospice wuxuu noqon karaa bixiye shabakada ku jira ama mid shabakadda ka baxsan:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ daawooyinka lagu daweeyo astaamaha iyo xanuunka</li> <li>▪ daryeelka nasashada muddo gaaban ah</li> <li>▪ daryeelka guriga</li> </ul> <p><b>Adeegyada guri ku xanaaneynta waayeelada iyo adeegyada Medicare qaybta A ama qaybta B ee la xiriira saadaasha cudurkaaga dhimashada dhaw sababaya ayaa lagu biil-gareeyaa Medicare.</b></p> <p>Medicare-ka asalka ah (halkii aanu ka ahaan lahayn qorshahayaga) ayaa bixiyahaaga daryeelka caafimaadka bixin doona adeegyadaada daryeelka caafimaadka iyo adeegyada Qaybta A ama B ee la xiriira cudurkaaga dilaaga ah. Inta aad ku jirto barnaamijka daryeelka caafimaadka, bixiyahaaga daryeelka caafimaadka ayaa ku dallaci doona Medicare-ka asalka ah adeegyada Medicare-ka asalka ah bixiyo.</p> <p><b>Daawooyinka laga yaabo in lagu daboolo faa'idada Medicare Part D ee qorshaheenna:</b></p> <p><b>Adeegyada ay qorshaheenna daboolo laakiin aan lagu daboolin Medicare Qaybta A ama Qaybta B:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Qorshaheenna wuxuu daboolaa adeegyada aan lagu daboolin Medicare qaybta A ama qaybta B. Waxaan daboolnaa adeegyadaas haddii ay la xiriiraan ama aysan la xiriirin saadaasha cudurkaaga dhimashada dhaw sababaya.</li> <li>▪ Daawooyinka isku mar laguma daboolo isbitaalka iyo qorshahayaga labadaba. Wixii macluumaad dheeraad ah, fadlan tixraac <b>Cutubka 5, Qaybta F3</b>, ee <i>Buug Gacmeedkaan Xubinta</i>.</li> </ul> <p><b>Fiiro gaar ah:</b> Haddii aad u baahan tahay daryeel aan ahayn mid ku saabsan hospice, waa inaad wacdaa iskuduwahaaga daryeelka iyo/ama adeegyada xubnaha si aad u diyaariso adeegyada. Daryeelka aan ahayn mid ku saabsan hospice waa daryeel <b>aan</b> la xiriirin saadaashaada kama dambaysta ah.</p> <p>Qorshaheenna wuxuu daboolaa adeegyada la-talinta xanaano ku siinta waayeelada guriga (hal mar oo kaliya) qof la bucoonaya xanuun dhimashada dhaw u sababaya oo aan dooran dheefta guri ku xanaaneynta waayeelada.</p> | \$0              |



|                                                                                  | Adeegyada uu qorshahayagu ku bixiyo * ogolaansho hore ayaa loo baahan karaa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Waxa aad dhiibto                                                                                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p><b>Tallaalada</b></p> <p>Waxaan daboolnaa adeegyada soo socda:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Tallalka qumanka</li> <li>▪ tallalka hargabka/flu-ga, hal mar xilli kasta oo hargab ah (guga iyo jiilaalka), iyo tallallo hargab dheeraad ah haddii caafimaad ahaan loo arko inay lama huraan tahay.</li> <li>▪ tallalka cagaarshowga nooca B (hepatitis B) haddii aad ku jirto halista sare ama heerka dhexe ee qaadista cagaarshowga nooca B.</li> <li>▪ tallalka COVID-19</li> <li>▪ tallallo kale haddii aad ku jirto halista, oo ay waafaqaan shuruudaha Medicare Qaybta B</li> </ul> <p>Waxaan bixinnaa tallaallada kale ee buuxiya shuruudaha caymiska Medicare Part D. Tixraac <b>Cutubka 6</b> ee <i>Buug Gacmeedkaan Xubinta</i> si aad u hesho xog dheeraad ah.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | \$0                                                                                                                                                                 |
|                                                                                  | <p><b>Daryeelka bukaan jiifka isbitaalka</b></p> <p>Waxaa ka mid ah adeegyada degdegga ah ee bukaan-jiifka, baxnaaninta bukaan-jiifka, isbitaallada daryeelka muddada-dheer iyo noocyada kale ee adeegyada isbitaalka ee bukaan-jiifka. Daryeelka isbitaalka ee bukaan-jiifka wuxuu bilaabmaa maalinta si rasmi ah loo helo isbitaalka lagu dhigay iyadoo dhakhtar kuu qoray. Maalintii ka horreysay ee aad isbitaalka ka baxdo waa oggolaanshahaaga maalintii ugu dambeysay ee bukaan-jiifka. oo aad ka hesho</p> <p>Waxaan daboolnaa adeegyada soo socda iyo adeegyada kale ee caafimaad ahaan lama huraanka ah oo aan halkan lagu xusin:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ qolal wadaag ah (ama qol gaar ah haddii caafimaad ahaan loo baahan yahay)</li> <li>▪ cuntooyinka, oo ay ku jiraan kuwa cuntooyinka gaarka ah</li> <li>▪ adeegyada kalkaalinta caafimaadka ee caadiga ah</li> <li>▪ kharashaadka qaybaha daryeelka khaaska ah, sida qaybaha daryeelka degdega ah ama daryeelka wadnaha</li> <li>▪ daawooyinka iyo daawooyinka</li> <li>▪ baaritaanada shaybaadhka</li> <li>▪ Raajooyinka iyo adeegyada kale ee fiidiyowga ah</li> <li>▪ sahayda qalliinka iyo caafimaadka ee loo baahan yahay.</li> <li>▪ alaabada sida kursiga curyaanka.</li> <li>▪ adeegyada qolka qalliinka iyo soo kabashada</li> <li>▪ daaweynta jirka, shaqada, iyo hadalka</li> <li>▪ adeegyada khalkhalka isticmaalka maandooriyaha ee bukaan-jiifka</li> <li>▪ Xaaladaha qaarkood, noocyada soo socda ee beeritaanka: mindhicirka, kelyaha, kelyaha / ganaca, wadnaha, beerka, sambabada, wadnaha / sambabada, dhuuxa lafta, unugga stem, iyo xiidmaha / multivisceral. Ku-tallaalidda wadnaha tan waxa kale oo ka mid ah Qalabka Caawinta Ventricular oo la geliyo sidii buundada ama daawaynta teraabyada loo socdo.</li> </ul> <p style="text-align: right;"><b><i>Dheeftan waxaa lagu sii sharxi doonaa bogga xiga</i></b></p> | <p>\$0</p> <p>qorsha-heena si aad u hesho daryeel bukaan-jiif ah oo lagu abxsho isbitaal ka baxsan shabakadda ka dib marka xaa-la-ddaada degdegga ah la dejiyo.</p> |



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

| Adeegyada uu qorshahayagu ku bixiyo * ogolaansho hore ayaa loo baahan karaa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Waxa aad dhiibto |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| <p><b>Daryeelka bukaan jiifka isbitaalka (sii socoto)</b></p> <p>Haddii aad u baahan tahay ku-tallaalid xubin, xarun-tallaalid oo ay oggolaatay Medicare-ka ayaa dib u eegi doonta kiiskaaga oo go'aan ka gaari doonta haddii aad tahay musharrax ku-tallaalid. Bixiyayaasha ku-tallaalidda waxay noqon karaan kuwo maxalli ah ama ka baxsan aagga adeegga. Haddii bixiyayaasha deegaanka ay rabaan inay aqbalaan heerka Medicare, markaa waxaad ka heli kartaa adeegyadaada tallaalka gudaha ama ka baxsan qaabka daryeelka bulshadaada. Haddii qorshahayagu uu bixiyo adeegyo ku-tallaalid ka baxsan qaabka daryeelka bulshadayada oo aad dooratid inaad halkaas ka hesho ku-tallaaliddaada, waxaanu kuu habaynaynaa ama bixinaa kharashka hoyga iyo safarka adiga iyo qof kale.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ dhiig, oo ay ku jiraan kaydinta iyo maamulidda</li> <li>▪ adeegyada dhakhtarka</li> </ul> <p><b>Fiiro gaar ah:</b> Si aad u noqoto bukaan-jiif, bixiyahaagu waa inuu qoraa amar lagugu seexinayo si rasmi ah bukaan-jiif oo cisbitaalka lagu seexsho. Xitaa haddii aad isbitaalka ku jirto habeen, waxaa laga yaabaa in weli lagu tixgeliyo "bukaan jiif." Haddii aadan hubin <b>inaad tahay</b> bukaan jiif ama bukaan socod, waydii shaqaalaha isbitaalka.</p> <p><b>Ka hel</b> macluumaad dheeraad ah xaashida xaqiiqda Medicare ee la yiraahdo <i>Faa'iidooyinka Isbitaalka Medicare</i>. Xaashidan xaqiiqda waxa laga heli karaa bartat <a href="https://www.medicare.gov/publications/11435-Medicare-Hospital-Benefits.pdf">Medicare.gov/publications/11435-Medicare-Hospital-Benefits.pdf</a> ama wac 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). Isticmaalayaasha TTY waxay wacaan 1-877-486-2048.</p> | \$0              |
| <p><b>Adeegyadda bukaanka-jiifka ah ee isbitaalka dhimirka</b></p> <p>Waxaan daboolnaa adeegyada daryeelka caafimaadka maskaxda ee u baahan in bukaanka isbitaal lagu hayo, oo ay ku jiraan joogitaanka muddada dheer ee isbitaalada bukaan-jiifka dhimirka.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | \$0              |
| <p><b>Adeegyada Turjubaanka</b></p> <p>Qorshaheenu waxa uu bixin doonaa kharashyada adeegyada soo socda:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ adeegyada turjubaanka luuqadda lagu hadlo</li> <li>▪ adeegyada turjubaanka luuqadda dhagoolada</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | \$0              |



| Adeegyada uu qorshahayagu ku bixiyo *ogolaansho hore ayaa loo baahan karaa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Waxa aad dhiibto |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| <p><b>Adeegyada iyo sahayda cudurrada kelyaha</b></p> <p>Waxaan daboolnaa adeegyada soo socda:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Adeegyada waxbarashada cudurka kelyaha si ay u baraan daryeelka kelyaha oo ay kaa caawiyaan inaad go'aanno wanaagsan ka gaarto daryeelkaaga. Waa in aad qabtid marxaladda IV cudur kalyaha dabadheeraad ah, dhakhtarkaagu waa inuu ku soo gudbiyaa. Waxaan daboolnaa ilaa lix kalfadhi oo ah adeegyada waxbarashada cudurrada kelyaha.</li> <li>Daawaynta kelyo dhaqida ee bukaan-socodka, oo ay ku jiraan daawaynta kelyo dhaqida marka aad si ku meel gaar ah uga baxsan tahay goobta adeegga, sida lagu sharaxay <b>Cutubka 3, Qaybta B</b>, ee <i>Buug-gacmeedkaaga Xubinta</i>, ama marka bixiyahaaga adeegyadan uu si ku meel gaar ah uusan heli karin ama uu ku maqanyahay.</li> <li>Daawaynta kelyo dhaqida ee bukaanka-jiifka ah haddii laguugu soo diro si rasmi ah bukaan-jiif ahaan isbitaalka daryeel gaar ah.</li> <li>Tababarka is-dialysis, oo ay ku jiraan tababarka adiga iyo qof kasta oo kaa caawinaya daawaynta kelyo dhaqida ee ka dhaceysa gurigaaga.</li> <li>Qalabka iyo sahayda kelyo dhaqida ka dhaceysa guriga</li> <li>Adeegyada taageerada guriga ee qaarkood, sida booqashooyinka lagama maarmaanka ah ee shaqaalaha tababaran ee kelyo dhaqida si ay u hubiyaan dialysis-ka gurigaaga, inay ku caawiyaan xaaladaha degdegga ah, iyo inay hubiyaan qalabkaaga kelyo dhaqida iyo sahayda biyaha</li> </ul> <p>Medicare Qaybta B ayaa bixisa dawooyinka qaar ee sifaynta. Wixii macluumaad ah, tixraac "Daawooyinka la qoro ee Medicare Qaybta B" ee jaantuskan.</p> | \$0              |
| <p><b>Baaritaanka kansarka sanbabada oo leh qiyaas yar oo la xisaabiyay (LDCT)</b></p> <p>We pay for lung cancer screening every 12 months if you:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>da'da u dhaxaysa 50 - 77, <b>iyo</b></li> <li>Aad hesho talo-bixin iyo kal-fadhi go'aan wadaag ah oo la dhakhtarkaaga ama bixiye kale oo u qalma, <b>iyo</b></li> <li>aad cabtay ugu yaraan 1 baakidh oo sigaar ah maalintii muddo 20 sano ah oo aan lahayn calaamado <b>ama</b> calaamadaha kansarka sanbabada ama qiiqa hadda ama aad joojisay 15kii sano ee la soo dhaafay.</li> </ul> <p>Baaritaanka koowaad ka dib, waxaan bixinaa baaris kale sanad walba anagoo amar qoraal ah ka helayna dhakhtarkaaga ama bixiye kale oo u qalma. Haddii bixiye doorto inuu bixiyo la-talin baadhista kansarka sanbabada iyo booqasho go'aan gaar ah oo la wadaago ee baadhista kansarka sanbabada, booqashadu waa inay buuxisaa shuruudaha Medicare ee booqashooyinka noocaas ah.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | \$0              |



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).



| Adeegyada uu qorshahayagu ku bixiyo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | * ogolaansho hore ayaa loo baahan karaa | Waxa aad dhiibto |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|------------------|
| <p><b>Daawooyinka Medical Assistance Daboolo</b></p> <p>Waxaan daboolnaa qaar ka mid ah daawooyinka Kaalmada Caafimaadka ee aan lagu daboolin Medicare Qaybta B iyo Medicare Qaybta D. Kuwaas waxaa ku jira qaar ka mid ah alaabta aan warqadda lagu qorayn, qaar ka mid ah daawooyinka qufaca iyo hargabka ee la qoro, iyo qaar ka mid ah fiitamiinada.</p> <p>Daawadu waa inay ku jirtaa <i>Liiska Dawooyinka Daboolan (Liiska Dawooyinka)</i>. Waxaanu dabooli doonaa dawo aan ku jirin <i>Liiska Dawooyinka</i> haddii dhakhtarkaagu na tuso taas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ In daawada caadiyan la daboolo ay kuu keentay fal-celin waxyeello leh; <b>ama</b></li> <li>▪ In loo malaynayo in daawada caadiyan la daboolo ay sababi doonto fal-celin waxyeello leh; <b>ama</b></li> <li>▪ In daawada uu kuu qoray dhakhtarkaaga ay adiga kugu waxtar badan tahay marka loo eego daawadda caadiyan la daboolo.</li> </ul> <p>Daawadu waa inay ku jirtaa heer daawooyin ah oo caymisan.</p> <p>Haddii shaqaalaha farmasigu ay kuu sheegaan in daawadu aanay daboolin oo ay ku weydiyaan inaad lacag bixiso, weydii inay u wacaan dhakhtarkaaga. Kuma soo celin karno haddii aad bixiso. Waxaa laga yaabaa inay jirto daroogo kale oo shaqayn doonta oo uu daboolayo qorshahayaga. Haddii farmashiisku uusan wici doonin dhakhtarkaaga, waad awoodi kartaa. Waxaad sidoo kale wici kartaa Adeegyada Xubinta lambarka ku yaal boggan hoose.</p> |                                         | \$0              |
| <p> <b>Daaweynta nafaqadda caafimaadka</b></p> <p>Faa'iidadan waxaa loogu talagalay dadka qaba cudurka macaanka ama kelyaha ee aan la sifeyn. Waxa kale oo loogu talagalay kalyaha beddelka ka dib markii dhakhtarkaagu ku amro.</p> <p>Waxaan bixinaa saddex saacadood oo ah adeegyada la-talinta ee mid-ka-mid ah sannadka ugu horreeya ee aad hesho adeegyada daaweynta nafaqeynta ee hoos yimaada Medicare. Waxaa laga yaabaa inaan ansixino adeegyo dheeri ah haddii caafimaad ahaan loo baahdo.</p> <p>Waxaan bixinaa laba saacadood oo ah adeegyada la-talinta ee mid-ka-mid ah sannad kasta intaas ka dib. Haddii xaaladaada, daawaynta, ama ogaanshaha ay isbedelaan, waxa laga yaabaa inaad saacado badan oo daawaynta ku hesho amarka dhakhtarka. Dhakhtarku waa inuu kuu qoraa adeegyadan oo uu cusboonaysiiyaa dalabka sannad kasta haddii aad u baahan tahay daawayn sanadka soo socda. Waxaa laga yaabaa inaan ansixino adeegyo dheeri ah haddii caafimaad ahaan loo baahdo.</p> <p>Waxaan sidoo kale dabooli karnaa dheefo dheeraad ah haddii caafimaad ahaan loo arko inay lama huraan tahay.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                |                                         | \$0              |
| <p> <b>Barnaamijka Kahortaga Sonkorowga ee Medicare (MDPP)</b></p> <p>Waxaan bixinaa adeegyada MDPP dadka xaq u leh. MDPP waxaa loogu talagalay inay kaa caawiso inaad kordhiso dabeecadaha caafimaadka qaba. Waxay ku bixisaa tababar wax ku ool u ah:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ isbeddelka muddada-dheer ee cuntada, <b>iyo</b></li> <li>▪ kordhinta dhaqdhaqaaqa jireed, <b>iyo</b></li> <li>▪ hababka lagu ilaalinayo miisaanka oo yaraada iyo qaab nololeedka caafimaadka leh.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                         | \$0              |

**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).



| Adeegyada uu qorshahayagu ku bixiyo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | * ogolaansho hore ayaa loo baahan karaa | Waxa aad dhiibto |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|------------------|
| <p><b>Daawooyinka la qoro ee Medicare Qaybta B Medicare Qaybta B*</b></p> <p>Daawooyinkan waxay hoos yimaadaan Qaybta B ee Medicare. Waxaan bixinaa daawooyinka soo socda:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ aawooyinka aanad badanaa is siin jirin oo la isku duro ama lagu shubo inta lagu jiro daryeelka dhakhtarka, isbitaalka qaybtiisa bukaan-socodka, ama xarumaha qalliinka bukaan-socodka.</li> <li>▪ Insulinta lagu bixiyo qalabka caafimaadka waara (sida bamka insulinta ee caafimaad ahaan loo baahan yahay).</li> <li>▪ Daawooyinka kale ee aad isticmaasho adigoo adeegsanaya qalabka caafimaad ee waara (sida neefta-bixiyaha) oo qorshahayagu oggolaaday.</li> <li>▪ Daawada Alzheimer's, Leqembi® (Iecanemab guud ahaan) oo lagu siiyo irbado si toos ah xididka (IV)</li> <li>▪ Waxyaabaha xinjir-joojinta oo aad iskaa isku durto haddii aad qabto hemophilia.</li> <li>▪ daawooyinka tallaalka tallaalka/daciifinta difaaca: Medicare waxay daboolaa daawaynta daawaynta tallaalka haddii Medicare uu bixiyo xubintaada xubinta taranka. Waa inaad haysataa qaybta A wakhtiga tallaalka daboolan, waana inaad haysataa qaybta B wakhtiga aad helayso daawooyinka difaaca jirka. Medicare Qaybta D ayaa daboolaysa daawooyinka ka hortagga difaaca jirka haddii Qaybta B aysan daboolin.</li> <li>▪ dawooyinka lafo-jileeca ee la isku duro. Waxaanu bixinaa dawooyinkan haddii aad guri ku maqan tahay, leedahay Lafo jabniin uu dhakhtarku caddeeyo inay la xidhiidho lafo-beelka menopause ka dib, oo aadan adigu isku duri karin daawada</li> <li>▪ qaarkood antigen-ka: Medicare wuxuu daboolaa antigens-ka haddii dhakhtar diyaariyo, qof tababar fiican haysta (adiga oo bukaan ah ayaaba noqon kara) uu bixiyo, iyadoo la raacayo kormeer ku habboon.</li> <li>▪ daawooyinka kansarka afka qaarkood: Medicare waxa ay daboolaa qaar ka mid ah dawooyinka kansarka afka ee aad afka ka qaadata haddii isla daawadu ay tahay mid la isku duro qaab ama dawadu ay tahay dawo-soo-saar (nooc afka laga qaato oo daawo ah oo, marka la dhuuqo, u jajabo isla walxaha firfircoon ee laga helo daawada la isku duro). Marka dawooyinka kansarka afka ee cusub la helo, Qaybta B ayaa dabooli karta. Haddii qaybta B aysan daboolin iyaga, Qaybta D ayaa daboolaysa</li> <li>▪ daawada lalabada ee afka: Medicare wuxuu daboolaa daawooyinka afka lagaga qaato ee ka hortagga lalabada ee qayb ka ah daaweynta ka hortagga kansarka haddii lagu siiyo kahor, waqtiga, ama 48 saacadood gudahood kadib chemotherapy, ama loo isticmaalo si buuxda in lagu beddelo daawada lalabada ee faleebada ah</li> <li>▪ Qaar ka mid ah dawooyinka afka ee Dhamaadka-Marxaladda Kelyaha (ESRD) ee hoos yimaada Medicare Qaybta B</li> <li>▪ dawooyinka calcimimetic iyo fosfatada ee hoos yimaada nidaamka lacag bixinta ESRD, oo ay ku jiraan daawada faleebada ee Parsabiv®, iyo dawada afka laga qaato ee Sensipar</li> <li>▪ daawooyinka qaarkood ee dialysis-ka guriga, oo ay ku jiraan heparin, antidote-ka heparin (marka caafimaad ahaan loo baahdo), iyo xanuun baabiyaasha dusha ah</li> </ul> <p><b><i>Dheeftan waxaa lagu sii sharxi doonaa bogga xiga</i></b></p> |                                         |                  |



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abril - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).



| Adeegyada uu qorshahayagu ku bixiyo * ogolaansho hore ayaa loo baahan karaa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Waxa aad dhiibto |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| <p><b>Daawooyinka la qoro ee Medicare Qaybta B* (sii socda)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>erythropoiesis-kicinta wakiilada: Medicare waxay dabooshaa erythropoietin cirbadeynta haddii aad qabto ESRD ama aad u baahan tahay daawadan si aad u daweyso dhiig-yaraan la xiriirta xaalado kale (sida Epogen®, Procrit®, Retacrit®, ama Aranesp®)</li> <li>faleebo IV ah ee globulin-ka difaaca jirka ee loogu talagalay daaweynta cudurrada daciifinta difaaca jirka ee asalka ah</li> <li>nafaqada lagu qaato faleebo ama tubo (IV iyo tubo nafaqeynta)</li> </ul> <p>waxaan sidoo kale daboolnaa qaar tallaallada hoos yimaada Medicare Qaybta B iyo inta badan tallaallada dadka waaweyn hoos yimaada faa'idada Medicare Qaybta D ee daawooyinka la qoro.</p> <p><b>Cutubka 5 ee Buug Gacmeedkaan Xubinta ayaa sharxaya faa'iidada daroogada.</b> Waxay sharxaysaa xeerarka ay tahay inaad raacdo si aad daawadu u daboosho.</p> <p><b>Cutubka 6 ee Buug -gacmeedkaaga Xubinta wuxuu sharxayaa waxaaad bixinaysid daawooyinka lagu qoro ee bukaan-socodka ah ee hoos yimaada qorshaheenna.</b></p>                                   | \$0              |
| <p><b>Adeegyada caafimaadka Dhimirka*</b></p> <p>Tixraac qaybaha soo socda ee adeegyada caafimaadka dhimirka ee la caymiyay:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>baaritaanka niyad-jabka</li> <li>Adeegyada bukaanka-jiifka ah ee isbitaalka dhimirka</li> <li>caafimaadka dhimirka ee bukaan-socodka</li> <li>adeegyada qayb-qaybta isbitaalka iyo adeegyada bukaan-socodka ee xoogga la saaray.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | \$0              |
| <p><b>Daryeelka xarunta kalkaalinta</b></p> <p>Waxaan mas'uul ka nahay inaan bixinno wadar dhan 180 maalmood oo ah qolka kalkaalinta iyo boodhka. Tan waxaa ku jira daryeelka xannaanada. Haddii aad u baahan tahay daryeel guri kalkaalin oo sii socota oo ka badan 180 maalmood, Waaxda Adeegyada Dadweynaha ee Minnesota (DHS) ayaa si toos ah u bixin doonta daryeelkaaga.</p> <p>Haddii DHS ay hadda bixinayso kharashka daryeelkaaga guriga kalkaalinta, DHS, ma aha annagu, way sii wadi doontaa bixinta kharashka daryeelkaaga.</p> <p>Wixii faahfaahin dheeraad ah oo ku saabsan caymiska kale ee guriga kalkaalinta, fadlan tixraac qaybta "Daryeelka xarumaha kalkaalinta xirfadda leh" (SNF) ee jaantuskan.</p> <p>Xarun kalkaallinta (NF) waa goob bixisa daryeel dadka aan ku heli karin daryeel guriga, balse aan u baahnayn isbitaal.</p> <p>Adeegyada aan bixinno waxaa ka mid ah, laakiin aan ku xaddidnayn, kuwan soo socda:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>qolal wadaag ah (ama qol gaar ah haddii caafimaad ahaan loo baahan yahay)*</li> </ul> <p><b><i>Dheeftan waxaa lagu sii sharxi doonaa bogga xiga</i></b></p> | \$0              |



| Adeegyada uu qorshahayagu ku bixiyo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Waxa aad dhiibto |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| <p><b>Daryeelka xarunta kalkaalinta (sii socoto)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>cuntooyinka, oo ay ku jiraan kuwa cuntooyinka gaarka ah</li> <li>adeegyada kalkaalinta</li> <li>daaweynta jireed, dabiibida hawlaha shaqada, iyo dabiibida hadalka.</li> <li>daaweynta neefsashada</li> <li>daawooyinka lagu siiyo qayb ka mid ah qorshahaaga daryeelka. (Tani waxaa ku jira walxaha ay yihiin si dabiici ah ayaa jirka uga dhex jira, sida cunsurrada xinjirowga dhiigga.)</li> <li>dhiig, oo ay ku jiraan kaydinta iyo maamulidda</li> <li>qalabka caafimaad iyo qalliinka oo badanaa ay bixiyaan xarumaha kalkaalinta</li> <li>shaybaarro baaritaanno oo badanaa ay bixiyaan xarumaha kalkaalinta</li> <li>Raajooyinka iyo adeegyada kale ee sawir-radiyaha oo badanaa ay bixiyaan xarumaha kalkaalinta</li> <li>isticmaalka qalabka sida kuraasta curyaanka oo badanaa ay bixiyaan xarumaha kalkaalinta</li> <li>adeegyada dhakhtarka/dhaqtar-shaqeeya</li> <li>Qalab Caafimaad Waara</li> <li>adeegyada caafimaadka ilkaha, oo ay ku jiraan ilkaha macmalka ah</li> <li>faa'iidooyinka aragga</li> <li>imtixaannada maqalka</li> <li>daryeelka daaweynta lafaha</li> <li>adeegyada lugaha</li> </ul> <p>Badanaa daryeelkaaga waxaad ka heshaa xarumaha shabakadda. Si kastaba ha ahaatee, waxaa laga yaabaa inaad ka hesho daryeelkaaga xarun aan ku jirin shabakaddayada. Waxaad daryeel ka heli kartaa meelaha soo socda haddii ay aqbalaan lacagaha qorshahayaga ee lacag bixinta:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>xarun kalkaalinta ama goob hawlgabnimo oo daryeel sii socda ah halkaasoo aad ku nooshahay ka hor intaadan aadin isbitaalka (haddii ay bixiso daryeelka xarunta kalkaalinta).</li> <li>xarunta kalkaalinta halkaasoo xaaskaaga ama lamaane guriyeedkaaga uu ku nool yahay xilliga aad ka baxdo isbitaalka.</li> </ul> | \$0              |
| <p> <b>Baaritaanka cayilka iyo daaweynta si loo ilaaliyo miisaanka oo yaraadda.</b></p> <p>Haddii aad leedahay miisaanka jirka ee 30 ama kasii badan ah, waxaan daboolnaa talo si ay kaaga caawiso dhimista miisaanka. Miisaankaaga ayaa hoos u dhacaya. Waa inaad la-talinta ka heshaa goob daryeel caafimaad oo aasaasi ah. Sidaas darteed, waxaa lagu maarayn karaa qorshahaaga ka hortagga oo dhammaystiran. La hadal bixiyahaaga daryeelka caafimaadka aasaasiga ah si aad wax badan uga ogaato.</p> <p>Waxaan sidoo kale dabooli karnaa dheefo dheeraad ah haddii caafimaad ahaan loo arko inay lama huraan tahay.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | \$0              |



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abril - Sebteembar*); 8 subaxnimo. illaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

| Adeegyada uu qorshahayagu ku bixiyo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | * ogolaansho hore ayaa loo baahan karaa | Waxa aad dhiibto |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|------------------|
| <p><b>Adeegyada dhakhaatiirta dhalmada iyo haweenka (Obstetrics and Gynecology, OB/GYN)</b></p> <p>Adeegyada la Caymiyay:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Daryeelka dhalmada ka hor, dhalmada, iyo dhalmada ka dib</li> <li>▪ Fasallada dhalmada ilmaha</li> <li>▪ La-talinta iyo baaritaanka HIV-ga ee haweenka uurka leh – adeeg gelitaan furan</li> <li>▪ Daawaynta haweenka uurka leh ee qaba HIV</li> <li>▪ Baaritaanka iyo daawaynta cudurada galmada lagu kala qaado (STDs) – adeeg gelitaan furan</li> <li>▪ Adeegyada uurka la xiriira ee la helay ee lala xiriirinaayo ilmo iska soo rididda (kuma jiraan adeegyada la xiriira ilmo soo rididda)</li> <li>▪ Adeegyada Doula oo uu leeyahay doula shahaadeysan</li> <li>▪ Adeegyada uu bixiyo xirfadle caafimaad oo shati haysta oo ku sugan xarumaha dhalmada ee shatiga haysta, oo ay ku jiraan adeegyada umulisoooyinka kalkaalisada shahaadaysan iyo umulisoooyinka dhaqanka ee shatiga haysta</li> </ul> <p>Adeegyada aan la cayminin:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Ilmo soo rididda: Adeeggan laguma daboolo Qorshaha. Waxaa laga yaabaa in dawladdu bixiso. Wac Taageerada Macaamiisha Daryeelka Caafimaadka ee DHS (HCCS) lambarka 651-297-3862 ama 1-800-657-3672 ama 711 (TTY) ama isticmaal adeegga gudbinta ee aad doorbidayso si aad u hesho macluumaadka caymiska.</li> <li>▪ Dhalmooyinka guriga ee la qorsheeyay</li> </ul> <p>Waxaad "si toos ah u heli kartaa" bixiyeyaasha OB-GYN adeegyada soo socda: baaritaanka caafimaadka ee sanadlaha ah ee ka hortagga ah, oo ay ku jiraan baaritaannada dabagalka ah ee uu sheego bixiyahaaga daryeelka caafimaadka ee aqoonta u leh inay muhiim yihiin; daryeelka hooyada; qiimeynta iyo daaweynta xaaladaha haweenka ama xaaladaha degdegga ah. Si aad u hesho adeegyada gelitaanka tooska ah, waa inaad tagtaa bixiye ku jira shabakadda Qorshaha. Adeegyada lagu calaamadeeyay marin u helid furan, waxaad aadi kartaa xarun kasta oo bixiya daryeel caafimaad oo u qalma, isbitaal, farmashiye, ama hay'ad qorsheynta qoyska.</p> |                                         | \$0              |
| <p><b>Adeegyada barnaamijka daawaynta opioid (OTP)</b></p> <p>Waxaan bixinaa adeegyada soo socda si loo daaweeyo xanuunka isticmaalka opioid (OUD) iyada oo loo marayo OTP oo ay ku jiraan adeegyada soo socda:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ hawlaha qabashada</li> <li>▪ qiimaynta joogtada ah</li> <li>▪ daawooyinka ay oggolaatay FDA-da, iyo haddii ay khusayso, maaraynta iyo bixinta daawooyinkan.</li> <li>▪ la-talinta isticmaalka maandooriyaha</li> <li>▪ daaweynta shaqsiga ah iyo midda kooxeed</li> <li>▪ baaritaanka daroogooyinka ama kiimikooyinka jirkaaga ku jira (baaritaanka toxicology)</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                         | \$0              |



| Adeegyada uu qorshahayagu ku bixiyo * ogolaansho hore ayaa loo baahan karaa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Waxa aad dhiibto |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| <p><b>Baaritaanka bukaan-socodka iyo adeegyada daaweynta iyo agabka*</b></p> <p>Waxaan daboolnaa adeegyada soo socda, iyo adeegyo kale oo caafimaad ahaan loo baahan yahay oo aan halkan lagu xusin:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Raajooyinka</li> <li>▪ daawaynta shucaaca (radium iyo isotope), oo ay ku jiraan agabka iyo sahayda farsamayaqaanada</li> <li>▪ qalabka qalliinka, sida faashadaha</li> <li>▪ qalabka dhaawacyada sida lalemada iyo farsamooyinka kale ee la isticmaalo marka la jabiyo ama la kala bixiyo</li> <li>▪ baaritaanada shaybaarka</li> <li>▪ dhiig, oo ay ku jiraan kaydinta iyo maamulidda</li> <li>▪ baaritaannada ogaanshaha aan shaybaarka ahayn sida iskaannada CT, MRIs, EKGs, iyo iskaannada PET marka dhakhtarkaaga ama bixiye kale oo daryeel caafimaad uu ku amro si ay u daaweeyaan xaalad caafimaad</li> <li>▪ baaritaanada shaybaarka ee Bukaank-socodka kale</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | \$0              |
| <p><b>Kormeerka isbitaalka bukaan-socodka</b></p> <p>Waxaan bixinaa adeegyada kormeerka isbitaalka ee bukaan-socodka si loo go'aamiyo inaad u baahan tahay in lagu dhigo bukaan-jiif ahaan ama lagaa saari karo isbitaalka.</p> <p>Adeegyadu waa inay buuxiyaan shuruudaha Medicare-ka waana in loo arkaa kuwo macquul ah oo lagama maarmaan ah. Adeegyada kormeerka waxaa la daboolayaa oo keliya marka ay bixiyaan amarka dhakhtar ama qof kale oo uu oggol yahay sharciga gobolka iyo shuruucda shaqaalaha isbitaalku si ay bukaannada u geliyaan isbitaalka ama ay u dalbadaan baaritaanno bukaan-socod ah.</p> <p><b>Fiir gaar ah: Haddii uusan daryeel bixiyuhu qorin amar ah in lagu dhigo isbitaalka bukaan jiif ahaan,</b> waxaad tahay bukaan jiif. Xitaa haddii aad isbitaalka ku sii jirto habeen dhan, waxaa laga yaabaa in weli lagu tixgeliyo bukaan jiif ahaan. Haddii aadan hubin inaad tahay bukaan jiif ahaan, weydii shaqaalaha isbitaalka.</p> <p><b>Macluumaad dheeraad ah ka hel xaashida macluumaadka <i>Medicare ee Medicare Hospital Benefits</i>.</b> Warqaddan macluumaadka waxaa laga heli karaa <a href="https://www.medicare.gov/publications/11435-Medicare-Hospital-Benefits.pdf">Medicare.gov/publications/11435-Medicare-Hospital-Benefits.pdf</a></p> |                  |



**Haddii aad su'aalo qabtid,** fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah,** booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

| Adeegyada uu qorshahayagu ku bixiyo * ogolaansho hore ayaa loo baahan karaa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Waxa aad dhiibto |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| <p><b>Adeegyada Isbitaalka Bukaana-socodka*</b></p> <p>Waxaan daboolnaa adeegyada caafimaad ahaan loo baahan yahay ee lagu helo qeybta bukaana-socodka ee isbitaalka si loo ogaado ama loo daweeyo cudur ama dhaawac, sida:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Adeegyada qaybta gurmada ama rugaha bukaana-socodka, sida qalliinka bukaana-socodka ama adeegyada kormeerka             <ul style="list-style-type: none"> <li>» Adeegyada kormeerka waxay ka caawiyaan dhakhtarkaaga inuu ogaado haddii aad u baahan tahay in lagu qaabilo isbitaalka si "bukaan-jiif" ahaan.</li> <li>» Mararka qaarkood waxaad habeen ku qaadan kartaa isbitaalka adiga oo weli loo tixgelinayo "bukaan-socod"</li> <li>» Waxaad macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan inaad bukaan jiif tahay ama aad bukaan-socod tahay ka heli kartaa xaashidan macluumaadka: <a href="https://es.medicare.gov/publications/11435-Medicare-Hospital-Benefits.pdf">https://es.medicare.gov/publications/11435-Medicare-Hospital-Benefits.pdf</a>.</li> </ul> </li> <li>▪ Shaybaarka iyo baaritaannada ee uu soo dalaco isbitaalku</li> <li>▪ Daryeelka caafimaadka dhimirka, oo ay ku jiraan barnaamijka qaybta-bukaan-socodka haddii dhakhtarku cadeeyo in lagu qaabilo bukaan-jiif ahaan loo baahan lahaa haddii aan la helin</li> <li>▪ Raajooyinka iyo adeegyada kale ee fiidiyowga ah ee isbitaalku biil-gareeyo</li> <li>▪ Qalabyada caafimaad, sida laleemada iyo faashadaha.</li> <li>▪ Baaritaannada iyo adeegyada ka hortagga ee lagu taxay jaantuska faa'iidooyinka</li> <li>▪ Daawooyinka qaarkood oo aanad naftaada isku siin karin</li> </ul> | \$0              |
| <p><b>Caafimaadka dhimirka ee bukaan-socodka*</b></p> <p>Waxaan dabooli doonaa adeegyada caafimaadka dhimirka ee ay bixiyaan:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ dhakhtar cudurrada dhimirka ku takhasusay ama dhakhtar gobol shati ka haysta</li> <li>▪ dhakhtarka cilmi-nafsiyada caafimaadka</li> <li>▪ shaqaalaha bulshada ee cilmi-nafsiyada</li> <li>▪ kalkaalisada caafimaad oo takhasus leh</li> <li>▪ la-taliye xirfadle shati haysta (LPC)</li> <li>▪ farsamo-yaqaan guur iyo qoys (LMFT)</li> <li>▪ kalkaalisada bukaan-socodka (NP)</li> <li>▪ kaaliyaha dhakhtarka (PA)</li> <li>▪ xirfadle ay caddeeyeen Qabiilooyinka qaranka</li> <li>▪ xirfadle baxnaannin caafimaadka dhimirka</li> <li>▪ xirfadle kasta oo ku takhasusay caafimaadka dhimirka oo Medicare u qalma sida sharciga gobolku oggol yahay</li> </ul> <p>Waxaan daboolnaa adeegyada soo socda, iyo qaar kale oo aan halkan lagu xusin:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Rugta Caafimaadka Habdhaqanka Bulshada ee la shahaadiyey (Certified Community Behavioral Health Clinic, CCBHC)</li> <li>▪ La-talinta daryeelka caafimaadka</li> </ul> <p style="text-align: right;"><b><i>Dheeftan waxaa lagu sii sharxi doonaa bogga xiga</i></b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | \$0              |



| Adeegyada uu qorshahayagu ku bixiyo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | * ogolaansho hore ayaa loo baahan karaa | Waxa aad dhiibto |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|------------------|
| <p><b>Caafimaadka dhimirka ee bukaan-socodka* (sii socda)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Waxaad ka heli kartaa macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan inaad jiipto ama bukaan-socod tahay inaad heli karto xaashid xogta: (oo ay ku jiraan xasilinta guryaha), iyo faragelinta bulshada</li> <li>▪ qiimaynta ogaanshaha oo ay ku jiraan baarista jiritaanka jirrooyinka dhimirka ee wada socda iyo cilladaha isticmaalka muqaadaraadka</li> <li>▪ Daaweynta Habdhaqanka Lahjadda (Dialectical Behavioral Therapy, DBT) Barnaamijka Bukaanku-socodka Degdegga ah (Intensive Outpatient Program, IOP)*</li> <li>▪ Daawaynta Bulshada Xaqiijinta Baarista (Forensic Assertive Community Treatment, FACT)</li> <li>▪ Bixiyaha caafimaadka dhimirka wakhtiga safarka</li> <li>▪ Maareynta Kiiska Caafimaadka Dhimirka ee La Beegsado (Mental Health Targeted Case Management, MH-TCM)</li> <li>▪ Adeegyada caafimaadka dhimirka ee bukaan-socodka, oo ay ku jiraan sharaxaadda natiijooyinka, maareynta daawooyinka caafimaadka dhimirka, adeegyada cilmi-nafsiga neerfaha, daaweynta cilmi-nafsiga (bukaanka iyo/ama qoyska, xaaladaha degdegga ah iyo kooxood), iyo baaritaanka cilmi-nafsiga</li> <li>▪ Adeegyada Caafimaadka Dhimirka ee Dhakhtarka, oo ay ku jiraan qiimeynta caafimaadka iyo dhaqanka/faragelinta, booqashooyinka bukaan-jiifka, la-talinta dhimirka ee bixiyeyaasha daryeelka aasaasiga ah, iyo la-talinta dhakhtarka, qiimeynta, iyo maaraynta</li> <li>▪ Adeegyada Baxnaaninta Caafimaadka Dhimirka, oo ay ku jiraan Daawaynta Bulshada Firfircoon (ACT), daawaynta maalinta dadka waaweyn, Adeegyada Baxnaaninta Caafimaadka Dhimirka ee Dadka Waaweyn (ARMHS), adeegyada taageerada ee Khabiirka Isku-celinta Shahaadaysan (CPS) ee xaaladaha xaddidan, iyo Adeegyada Baxnaaninta Degdegga ah ee Xooggan (IRTS), iyo Barnaamijka Qaybta Isbitaalka (PHP).</li> <li>▪ Khadka Caafimaadka</li> </ul> <p>Haddii aan go'aansanno in aan loo baahnayn daaweyn caafimaad dhimir habaysan, waxa laga yaabaa inaad hesho ra'yi labaad, waa inaan kuu ogolaano inaad isticmaasho caafimaad kasta oo tayo leh xirfadle aan ku jirin shabakadda qorshaha. Waan bixin doonnaa tan. Waa inaan tixgelinnaa ra'yiga labaad, laakiin waxaan xaq u leenahay inaan ka hor imaanno ra'yiga labaad. Waxaad xaq u leedahay inaad racfaan ka qaadato go'aankeenna.</p> <p>Ma go'aamin doonno baahida caafimaad ee adeegyada caafimaadka dhimirka ee maxkamaddu amartay. Adeegso bixiye shabakad qorshe ah qiimeyntaada caafimaadka dhimirka ee maxkamaddu amartay.</p> <p>Adeegyada soo socda laguma cayminin qorshaha laakiin waxaa laga yaabaa in laga helogobolkaaga. Wac gobolkaaga wixii macluumaad ah.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Daawaynta ee Rule 36 ee xarumaha aan shatiga u haysan sida Adeegyada Daawaynta Degannaanshaha Adag (Intensive Residential Treatment Services, IRTS)</li> <li>▪ Qolka iyo guddiga la xidhiidha Adeegyada Daawaynta Degannaanshaha Adag (Intensive Residential Treatment Services, IRTS)</li> </ul> |                                         | \$0              |



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abril - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).



| Adeegyada uu qorshahayagu ku bixiyo * ogolaansho hore ayaa loo baahan karaa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Waxa aad dhiibto |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| <p><b>Adeegyada baxnaanninta bukaan-socodka</b></p> <p>Waxaan daboolnaa daaweynta jireed, daaweynta shaqada, iyo daaweynta hadalka.</p> <p>Waxaad adeegyada baxnaaninta bukaan-socodka ka heli kartaa qaybaha bukaan-socodka ee isbitaallada, xafiisyada daaweynta madax-bannaan, xarumaha baxnaaninta bukaan-socodka oo dhameystiran (CORFs), iyo xarumo kale.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | \$0              |
| <p><b>Adeegyada isticmaalka qaldan ee maandooriyaha ee bukaan-socodka.</b></p> <p>Waxaan daboolnaa adeegyada soo socda, iyo qaar kale oo aan halkan lagu xusin:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Baadhitaan/Qiimeyn/Baadhitaano ay ku jiraan Baadhista Faragelinta Kooban ee u Gudbinta Daaweynta (Screening Brief Intervention Referral to Treatment, SBIRT) ee adeegyada idman</li> <li>▪ Daaweynta bukaan socodka</li> <li>▪ daawaynta bukaan-socodka ayaa caawisay daawaynta</li> <li>▪ isuduwidada daaweynta xanuunka isticmaalka maandooriyaha</li> <li>▪ taageerada soo kabashada asxaabta</li> <li>▪ sun-saar (kaliya marka cisbitaalka bukaan-jiiifku uu caafimaad ahaan lagama maarmaan u yahay sababtoo ah xaaladaha ka dhasha dhaawac ama shil ama dhibaatooyin caafimaad inta lagu jiro sun-saaridda)</li> <li>▪ maareynta ka noqoshada</li> </ul> <p>Xirfadle aqoon leh oo qayb ka ah shabakadeenna ayaa kuu soo jeedin doona adeegyada khalkhalka isticmaalka maandooriyaha. Waxaad dooran kartaa ilaa heerka ugu sarreeya ee daryeelka uu kugula taliyo xirfadlaha aqoonta leh. Waxaad heli kartaa qiimeyn dheeraad ah wakhti kasta oo daryeelkaaga ah, haddii aadan ku raacsanayn adeegyada lagu taliyay. Haddii aad ku raacsan tahay qiimeynta labaad, waxaad heli kartaa adeegyada iyadoo loo eegayo heerarka khalkhalka isticmaalka maandooriyaha iyo qiimeynta labaad.</p> <p>Waxaad xaq u leedahay inaad racfaan qaadata. Tixraac <b>Cutubka 9</b> ee <i>Buug-gacmeedka Xubinta</i>.</p> |                  |
| <p><b>Qalliinka bukaan socodka*</b></p> <p>Waxaan daboolnaa qalliinnada bukaan socodka iyo adeegyada lagu bixiyo xarumaha qalliinka bukaan-socodka ee isbitaallada iyo xarumaha qalliinka bukaan-socodka ee madax-bannaan.</p> <p><b>Fiiro gaar ah:</b> Haddii aad qalliin ku qaadanayso xarun isbitaal, waa inaad la tashataa bixiyahaaga <b>haddii</b> aad noqon doonto bukaan jiif ama bukaan jiif. Haddii uusan bixiyahaagu qorin amar laguugu dhigayo inaad isbitaalka ku jirto, waxaad tahay bukaan jiif. Xitaa haddii aad isbitaalka ku sii jirto habeen dhan, waxaa laga yaabaa in weli lagu tixgeliyo bukaan jiif.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | \$0              |
| <p><b>Kaarka daawada Dhakhtarka la'aanta lasoo gato (OTC)</b></p> <p>Xubnaha hadda waxay heli doonaan kaarka raashinka oo leh \$90 qaddar kharash ah sadexdii biloodba mar. Lacagaha waa in la kharash gareeyaa dhamaadka rubuca oo ha u gudbin rubuca xiga. Lacagtu waxay cusboonaysiisaa rubuc kasta ilaa inta isticmaalluhu uu ka sii ahaanayo xubinka qorshaha. Ugu badnaan \$360 cadadka sanadkii.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | \$0              |

**Haddii aad su'aalo qabtid,** fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah,** booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).



| Adeegyada uu qorshahayagu ku bixiyo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | * ogolaansho hore ayaa loo baahan karaa | Waxa aad dhiibto |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|------------------|
| <p><b>Adeegyada qayb-qaybta isbitaalka iyo adeegyada bukaan-socodka ee xoogga la saaray*</b></p> <p><b>Barnaamij qayb ahaan ah oo isbitaal dhigis ah ayaa ah</b> barnaamij qaabaysan oo daaweyn maskaxeed oo firfircoon. Waxaa lagu bixiyaa adeeg bukaan-socod ahaan isbitaal ama xarun caafimaad oo maskaxeed oo bulshada ah oo ka xoog badan daryeelka aad ka hesho dhakhtarkaaga, daaweeyaha, daaweeyaha guurka iyo qoyska ee shatiga haysta (LMFT), ama xafiiska la-taliyaha xirfadlaha ah ee shatiga haysta. Waxay kaa caawin kartaa inaad ka fogaato inaad isbitaalka sii joogto.</p> <p><b>Adeegyada bukaan-socodka ee balaaran waa barnaamij dhismeed oo loogu talagalay daaweynta caafimaadka dhimirka</b> ee dhaqanka firfircoon oo lagu bixiyo adeeg bukaan-socodah oo isbitaal ah, xarun caafimaadka maskaxda ee bulshada, xarun caafimaad oo federaal ahaan aqoonsan, ama rug caafimaad oo miyiga ah. Waxay ka xoog badan tahay daryeelka laga helo xafiiska dhakhtarkaaga, LMFT ama la-taliyahaaga laakiin ka hooseeya heerka daryeelka qaybta isbitaalka.</p> <p><b>Fiiro gaar ah:</b> Sababo la xiriira inaysan jirin xarumo caafimaadka maskaxda ee bulshada ah oo ku jira shabakadeena, waxaan daboolnaa daryeelka qaybta isbitaalka oo kaliya bukaan-socod ahaan.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                         | \$0              |
| <p><b>Adeegyada dhakhtarka/bixiyaha, oo ay ku jiraan booqashooyinka xafiiska dhakhtarka</b></p> <p>Waxaan daboolnaa adeegyada soo socda:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>adeegyada daryeel caafimaad oo caafimaad ahaan lagama maarmaan ah ama adeegyada qalliinka ee lagu bixiyo meelo sida: <ul style="list-style-type: none"> <li>xafiiska dhakhtarka</li> <li>xarunta qalliinka bukaan-socodka ee shahaadaysan</li> <li>Waaxda isbitaalka ee bukaan-socodka</li> </ul> </li> <li>la-talinta, ogaanshaha, iyo daawaynta uu bixiyo dhakhtar takhasus leh</li> <li>baaritaanada aasaasiga ah ee maqalka iyo dheellitirka oo uu bixiyo bixiyahaaga daryeelka aasaasiga ah ama takhasusle, haddii dhakhtarkaagu ku amro si loo ogaado inaad u baahan tahay daawayn</li> <li>qaar ka mid ah adeegyada caafimaadka ee khadka lagu bixiyo oo ay ku jiraan la-talinta, ogaanshaha, iyo daawaynta uu bixiyo dhakhtar ama takhasusle, xubnaha ku nool aagagga miyiga ama meelaha kale ee ay Medicare oggolaato.</li> <li>adeegyadacaafimaadka ee khadka lagu bixiyo ee booqashooyinka bil kasta ee la xiriira cudurka kelyaha ee Marxaladda Ugu Dambaysa (ESRD) ee xubnaha dialysis-ka guriga ku haysta isbitaalada ku saleysan ama xarumaha kelyo dhaqa ee muhiimka ah</li> <li>adeegyada ku bixinta hawlaha caafimaadka iyadoo la adeegsanayo khadka si loo ogaado, loo qiimeeyo, ama loo daaweeyo astaamaha istaroogga</li> <li>adeegyada ku bixinta hawlaha caafimaadka iyadoo la adeegsanayo khadka ee xubnaha qaba cudurka isticmaalka maandooriyaha ama cudurada dhimirka ee isku dhafan</li> <li>adeegyada ku bixinta hawlaha caafimaadka iyadoo la adeegsanayo khadka ee ogaanshaha, qiimeynta, iyo daaweynta cudurrada dhimirka haddii:</li> </ul> <p><b><i>Dheeftan waxaa lagu sii sharxi doonaa bogga xiga</i></b></p> |                                         | \$0              |



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abril - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).



| Adeegyada uu qorshahayagu ku bixiyo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | * ogolaansho hore ayaa loo baahan karaa                               | Waxa aad dhiibto |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|------------------|
| <p><b>adeegyada dhakhtarka/bixiyaha, oo ay ku jiraan booqashooyinka xafiiska dhakhtarka (sii socoto)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>» haddii aad sameyso booqasho fool-ka-fool ah 6 bilood gudahood kahor booqashadaada ugu horeysa ee ku helida hawlaha caafimaadka iyadoo la adeegsanayo khadka</li> <li>» waxaa heysataa hal booqasho fool-ka-fool ah 12-dii bil ee kasta adigoo isla mar ahaantaana ku heleysa adeegyadan caafimaadkan iyadoo loo maraayo khadka</li> <li>» waxaa laga yaabaa in laga dhaafo xeerarka kor ku xusan xaalado gaar ah awgood</li> <li>▪ adeegyada caafimaadka ee lagu bixiyo khadka ee booqashooyinka caafimaadka maskaxda oo ay bixiyaan xarumaha caafimaadka miyiga iyo Xarumaha Caafimaadka ee u Qalma Federaalka</li> <li>▪ imaanshaha fogaan aragga ah (tusaale, taleefoon ama muuqaal) oo lala sameeyo bixiyahaaga 5-10 daqiiqo <b>haddii</b>:             <ul style="list-style-type: none"> <li>» aadan ahayn bukaan cusub <b>iy</b></li> <li>» imaanshahu lama xiriirto booqasho xafiis oo dhacay 7-dii maalmood ee lasoo dhaafay <b>iy</b></li> <li>» imaanshuhu aysan sababeynin booqasho xafiis oo dhaceysa 24 saacadood gudahood ama ballanta ugu dhow ee la heli karo.</li> </ul> </li> <li>▪ qiimeynta muuqaalka iyo/ama sawirada aad u dirto dhakhtarkaaga iyo tarjumaadda iyo jawaabta uu dhakhtarkaagu kuugu soo celinayo 24 saacadood gudahood <b>haddii</b>:             <ul style="list-style-type: none"> <li>» aadan ahayn bukaan cusub <b>iy</b></li> <li>» qiimeyntu aysan la xiriirin booqasho xafiis oo dhacay maalmilhi lasoo dhaafay <b>iy</b> 7 maalmood</li> <li>» qiimeyntu aysan sababeynin booqasho xafiis oo dhaceysa 24 saacadood gudahood ama ballanta ugu dhow ee la heli karo.</li> </ul> </li> <li>▪ La-talinta uu dhakhtarkaaga kula yeesho dhakhaatiirta kale iyada oo loo marayo telefoon, internet, ama diiwaanka elektarooniga ah ee caafimaadka haddii aadan ahayn bukaan cusub</li> <li>▪ Fikrad labaad oo uu bixiyo bixiye kale oo shabakada ku jira ka hor qalliinka</li> <li>▪ Baadhitaannada ka hortagga iyo imtixaanada jirka</li> <li>▪ Adeegyada Qorshaynta Qoyska. Wixii macluumaad dheeraad ah, tixraac qaybta "Qorshaynta Qoyska" ee jaantuskan.</li> <li>▪ adeegyada la xidhiidha ogaanshaha, la socodka, iyo daawaynta cudurka ama xaalada naadirka ah</li> </ul> |                                                                       | \$0              |
| <p><b>Adeegyada lugaha</b></p> <p>Waxaan daboolnaa adeegyada soo socda:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ogaanshaha iyo daawaynta caafimaad ama qalliinka dhaawacyada iyo cudurrada lugta (tusaale ahaan, hammer toe ama heel spurs).</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <p><b><i>Dheeftan waxaa lagu sii sharxi doonaa bogga xiga</i></b></p> | \$0              |



|                                                                                   | Adeegyada uu qorshahayagu ku bixiyo <i>* ogolaansho hore ayaa loo baahan karaa</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Waxa aad dhiibto |
|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
|                                                                                   | <b>Adeegyada daaweynta lugaha (waa la sii wadaa)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>daryeelka caadiga ah ee lugaha xubnaha marka caafimaad ahaan loo baahan yahay, oo ay ku jiraan xaaladaha saameeya lugaha, sida macaanka</li> <li>daryeel kale oo aan caadi ahayn oo lugaha ah sida nadiifinta caddiyaha dheeraaday iyo daawaynta daamuurka caabuqsan</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                  |
|  | <b>Ka-hortagga Ka-hortagga Soo-gaadhista (PrEP) ee ka hortagga HIV</b> <p>Haddii aadan qabin HIV, laakiin dhakhtarkaaga ama dhakhtar kale oo xirfad ayaa go'aaminaya inaad halis dheeraad ah ugu jirto HIV, waxaana daboolnaa daawooyinka kahortagga xanuunka (PrEP) iyo adeegyada la xidhiidha.</p> <p>Haddii aad u qalanto, adeegyada la daboolay waxaa ka mid ah:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Daawada PrEP ee afka laga qaato ama la isku duro ee FDA ay ansixisay. Haddii aad qaadanayso daawo la isku duro, waxaanu sidoo kale bixinaynaa kharashka duritaanka daawada.</li> <li>Ilaa 8 kalfadhi oo la-talin shaqsiyeed ah (oo ay ku jiraan qiimeynta khatarta HIV, khatarta HIV) dhimista, iyo u hoggaansanaanta daawada) 12kii biloodba mar.</li> <li>Ilaa 8 baaritaan oo HIV ah 12 kii biloodba mar.</li> <li>Baaritaanka fayraska cagaarshoowga B hal mar.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                  |
|  | <b>Baaritaannada kansarka qanjirka ragga</b> <p>Waxaan daboolnaa adeegyada soo socda hal mar 12 kii biloodba:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>baaritaan dhijitaalka ah ee malawadka</li> <li>tijaabada antigen-ka khaaska ah ee qanjirka ragga (PSA)</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | \$0              |
|                                                                                   | <b>Qalabka iyo agabka nooca macmalka ah*</b> <p>Aaladaha macmalka ah waxay beddelaan dhammaan ama qayb ka mid ah qayb ama shaqo jirka ah. Kuwaas waxaa ka mid ah laakiin kuma koobna:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>tijaabinta, habaynka, ama tababarka isticmaalka qalabka noocyada macmalka ah</li> <li>bacaha tuubo-geliska saxarada ee qeybta hoose ee caloosha iyo sahayda la xiriirta daryeelka tuubo-geliska saxarada ee qeybta hoose ee caloosha</li> <li>qalabka garaaca wadnaha</li> <li>xidhmooyinka taageerada jidhka</li> <li>kabaha macmalka ah ee loogu talagalay daryeelka caafimaadka</li> <li>gacmaha iyo lugaha macmalka ah</li> <li>qalabka nooca naasaha ah ee la isticmaalo kadib mastectomy-ga, (oo ay ku jiraan bra qalliinka ka dib ah oo loogu talagalay)</li> <li>timaha macmalka ah ee loogu talagalay dadka timaha ka daatay sababo caafimaad awgood</li> <li>Kabaha qaarkood marka loo isticmaalo qayb ka mid ah taageerada lugta ama marka loo sameeyo si gaar ah</li> </ul> <p>Waxaan daboolnaa sahayda qaarkood ee la xiriirta qalabka nooca macmalka ah iyo orthotic-ka. Waxaan sidoo kale bixinaa si aan u hagaajino ama u bedelno qalabka prosthetic iyo lafaha.</p> <p>Waxaan bixinaa caymis ka dib marka laga saaro cataract-ka ama qalliinka cataract-ka. Wixii faahfaahin ah, eeg "Daryeelka Aragga" ee dambe ee jaantuskan.</p> | \$0              |



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

| Adeegyada uu qorshahayagu ku bixiyo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | * ogolaansho hore ayaa loo baahan karaa | Waxa aad dhiibto |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|------------------|
| <p><b>Adeeggyada baxnaaninta sambabada</b></p> <p>Waxaan bixinnaa barnaamijyada dhaqancelinta sambabada ee xubnaha qaba cudurka sambabada ee joogtada ah ee dhexdhexaadka ah ilaa aadka u daran (COPD). Waa inaad haysataa amar ku saabsan dhaqan celinta sambabada oo ka yimid dhakhtarka ama bixiyaha daweynaya COPD.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                         | \$0              |
| <p><b>Daryeelka Soo-kabashada</b></p> <p>Daryeelka soo kabashada wuxuu ka caawiyaa xubnaha u qalma inay ka fogaadaan in dib loogu soo celiyo isbitaalka. Waxay bixisaa hoy muddo gaaban ah, daryeel caafimaad iyo taageero ilaa lixdan (60) maalmood ah kuwa ka soo kabanaya xanuun oo aan hoy lahayn. Daryeelkan waxaa loogu talagalay xubnaha u baahan caawimaad si ay u bogsadaan, laakiin aan u baahnayn inay isbitaalka joogaan.</p> <p>Waxaan daboolnaa adeegyada soo socda:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>daryeelka kalkaalinta aasaasiga ah, sida kormeerka caafimaadka iyo heerka xanuunka</li> <li>daryeelka dhaawac</li> <li>caawinta qaadashada daawooyinka</li> <li>barista wax ku saabsan caafimaadka</li> <li>dib-u-eegista iyo cusboonaysiinta (tallaalada)</li> <li>qorshaynta soo kabashada iyo u diyaarinta hoyga</li> <li>hubinta iyo qorsheynta baahiyaha caafimaad, shucuureed, iyo bulsho</li> <li>abuurista iyo raacitaanka qorshaha daryeelka</li> <li>caawinta arrimaha sharciga, helitaanka hoy, helitaanka gaadiid, iyo adeegyada bulshada kale</li> <li>caawinta faa'iidooyinka caafimaadka iyo faa'iidooyinka kale</li> <li>dabagalka iyo hirgelinta qorshaha daryeelka</li> <li>bixinta taageero caafimaad, bulsho iyo dareen, sida la-talin</li> <li>adeegyada shaqaalaha caafimaadka bulshada</li> </ul> <p>Lacag kama bixinno adeegyada soo socda:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>adeegyada la xiriira baahiyaha caafimaadka dareenka xubnaha oo ka badan waxa bixiye ku taageeri karo</li> <li>adeegyada la xiriira Hawlaha Maalinlaha ah (Activities of Daily Living, ADL) ee Xubnaha aan keliis u samayn karin, sida istaagga ama adeegsiga musqusha</li> <li>lacagta hoyga iyo cuntada ee la xiriirta adeegyada daryeelka soo kabashada waxaa mas'uul ka ah Minnesota Department of Human Services</li> </ul> |                                         |                  |



|                                                                                   | Adeegyada uu qorshahayagu ku bixiyo * ogolaansho hore ayaa loo baahan karaa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Waxa aad dhiibto |
|-----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
|  | <p><b>Baaritaanka caabuqa fayraska Cagaarshowga C</b></p> <p>Waxaan daboolnaa hal baaritaan oo Hepatitis C ah haddii dhakhtarkaaga daryeelka aasaasiga ah ama bixiyaha daryeelka caafimaad ee kale ee aqoonta u leh uu dalbado mid oo aad buuxiso mid ka mid ah shuruudahan:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Waxaad halis sare ugu jirtaa sababtoo ah waxaad isticmaashaa ama aad isticmaashay daroogooyin aan sharci ahayn oo la isku duro.</li> <li>▪ Waxa lagugu shubay dhiig kahor 1992 kii.</li> <li>▪ Waxaad dhalatay intii u dhaxeysay 1945-1965.</li> </ul> <p>Haddii aad dhalatay intii u dhaxeysay 1945-1965 oo aan loo arkin inaad halis sare ku jirto, waxaanu bixinaa kharashka baaritaanka hal mar. Haddii aad halis sare ugu jirto (tusaale ahaan, waxaad sii waday isticmaalka duritaan sharci darro ah daawooyinka tan iyo markii aad samaysay baaritaanka Hepatitis C ee hore), waxaanu daboolnaa baaritaannada sanadlaha ah.</p>                                                                                                                                             |                  |
|  | <p><b>Baaritaanka iyo la-talinta cudurrada galmada lagu kala qaado (STIs).</b></p> <p>Waxaan bixinaa kharashka baaritaanka chlamydia, jabtada, waraabowga, iyo cagaarshowga B. Baaritaannadan waxaa daboolaya dadka qaar ee khatarta ugu jira inay qaadaan STI. Bixiyaha daryeelka aasaasiga ah waa inuu dalbadaa baaritaannada. Waxaan daboolnaa baaritaannadan hal mar 12-kii biloodba mar ama waqtiyo gaar ah inta lagu jiro uurka.</p> <p>Waxaan sidoo kale bixinnaa ilaa laba kalfadhi oo la-talin dhaqan oo fool ka fool ah oo heer sare ah Sannad kasta dadka waaweyn ee galmada ku firfircoon ee khatarta sii kordheysa ugu jira cudurrada galmada lagu kala qaado. Kalfadhi kasta wuxuu qaadan karaa 20 ilaa 30 daqiiqo. Waxaan bixinnaa kalfadhiyadan la-talinta si aan uga hortagno oo keliya haddii uu bixiyo bixiye daryeel aasaasi ah. Kalfadhiyadu waa inay ku jiraan goob daryeel aasaasi ah, sida xafiiska dhakhtarka.</p>                                                                                                                                                                  |                  |
|                                                                                   | <p><b>Daryeel xarunta ee kalkaaliyaha xirfadda leh (SNF)</b></p> <p>Wixii adeegyo dheeraad ah oo guriga kalkaalinta ah oo aanu daboolno, tixraac qaybta “Daryeelka xarunta kalkaalinta.”</p> <p>Si aad u hesho qeexitaan ku saabsan daryeelka xarunta kalkaalinta xirfadda leh, aad Cutubka 12.</p> <p>Waxaan daboolnaa adeegyada soo socda, iyo qaar kale oo aan halkan lagu xusin:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Qol ka dhexeeya dad xoogaa yar ama qol gaar ah* haddii caafimaad ahaan loo baahan yahay</li> <li>▪ cuntooyinka, oo ay ku jiraan kuwa cuntooyinka gaarka ah</li> <li>▪ adeegyo kalkaalin caafimaad oo xirfad leh</li> <li>▪ daaweynta jireed, dabiibida hawlaha shaqada, iyo dabiibida hadalka.</li> <li>▪ daawooyinka aad hesho oo qayb ka ah qorshahaaga daryeelka, oo ay ku jiraan waxyaabaha dabiiciga ah ee jirka ku jira, sida walxaha dhiigga laabista jirka, sida arrimaha xinjirowga dhiigga</li> <li>▪ dhiig, oo ay ku jiraan kaydinta iyo maamulidda</li> </ul> <p style="text-align: right;"><b><i>Dheeftan waxaa lagu sii sharxi doonaa bogga xiga</i></b></p> | \$0              |



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abril - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

| Adeegyada uu qorshahayagu ku bixiyo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | * ogolaansho hore ayaa loo baahan karaa | Waxa aad dhiibto |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|------------------|
| <p><b>Daryeel xarunta ee kalkaaliyaha xirfadda leh (SNF) (sii socoto)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ agabka caafimaadka iyo qalliinka ee ay bixiyaan SNFs</li> <li>▪ baaritaanno shaybaar oo ay bixiyaan SNFs</li> <li>▪ Raajooyinka iyo adeegyada kale ee sawir-radiyaha ay bixiyaan xarumaha kalkaalinta</li> <li>▪ qalabka sida kuraasta curyaanka oo badanaa ay bixiyaan xarumaha kalkaalinta</li> <li>▪ adeegyada dhakhtarka/adeegbixiyaha</li> </ul> <p>Badanaa waxaad daryeelka SNF ka heshaa xarumaha shabakadda. Xaalado gaar ah awgeed, waxaa laga yaabaa inaad daryeelkaaga ka hesho xarun aan ku jirin shabakadeena. Waxaad daryeel ka heli kartaa kuwa soo socda meelo haddii ay aqbalaan lacagaha qorshahayaga ee lacag bixinta:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ xarun kalkaalinta ama goob hawlgabnimo oo daryeel sii socda ah halkaasoo aad ku nooshahay ka hor intaadan aadin isbitaalka (haddii ay bixiso daryeelka xarunta kalkaalinta).</li> <li>▪ xarun kalkaalinta halkaasoo xaaskaaga ama lamaane guriyeedkaaga uu ku nool yahay xilliga aad ka baxdo isbitaalka.</li> </ul> <p>Ma u baahnid inaad isbitaal ku sii jirto 3 maalmood ka hor intaadan gelin xarunta kalkaalinta xirfadeed.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                         | \$0              |
| <p> <b>Joojinta isticmaalka sigaarka iyo tubaakada</b></p> <p>Haddii aad isticmaasho tubaako, aadan lahayn calaamado ama astaamo cudur la xiriira tubaakada, oo aad rabto ama aad u baahan tahay inaad joojiso:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Waxaan bixinnaa laba isku day oo joojinta ah muddo 12 bilood gudahood ah annagoo ah adeeg ka hortag ah. Adeeggan waa bilaash adiga. Isku day kasta oo joojinta ah waxaa ku jira ilaa afar booqasho oo la-talin ah oo fool ka fool ah.</li> </ul> <p>Haddii aad isticmaasho tubaako oo lagaa helay cudur la xiriira tubaakada ama aad qaadanayso daawo ay saameyn karto tubaakadu:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Waxaan bixinnaa laba isku day oo la-talin ah muddo 12 bilood gudahood ah. Isku day kasta oo la-talin ah waxaa ku jira ilaa afar booqasho oo fool-ka-fool ah.</li> </ul> <p>Waxaan daboolnaa adeegyada soo socda:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Waxaad ka heli kartaa caawimaad joojinta cabitaanka tubaakada ama isticmaalka nikotiinka kalfadhi shaqsi ama koox ah oo uu hoggaamiyo xirfadle caafimaad oo tababaran.</li> <li>▪ La-talin Taleefan: Waxaad wici kartaa Barnaamijka EX si aad u hesho taageero. Adeeggan waxaa laga heli karaa taleefanka mana u baahna muuqaal. Samee qorshe joojin shaqsiyeed, ku biir bulsho taageero oo kobcaysa, oo geli barnaamijka iyada oo loo marayo qalabkaaga moobaylka wakhti kasta, meel kasta. Tababar wada sheekeysii toos ah ayaa la heli karaa, xubnuhuna waxay heli karaan ilaa 8 toddobaad oo ah balastar bilaash ah, xanjo, kiniinno ama isku-darka daaweyn laguugu keenayo. Barnaamijku wuxuu sidoo kale bixiyaa taageero sigaarka elektaroonigga ah iyo sigaarka elektaroonigga ah.</li> </ul> <p style="text-align: right;"><b><i>Dheeftan waxaa lagu sii sharxi doonaa bogga xiga</i></b></p> |                                         | \$0              |



| Adeegyada uu qorshahayagu ku bixiyo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | * ogolaansho hore ayaa loo baahan karaa | Waxa aad dhiibto |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|------------------|
| <p><b>Joojinta isticmaalka sigaarka iyo tubaakada (sii socoto)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>» 1-833-EXCOACH (1-833-392-6224)</li> <li>» Waa la heli karaa 24/7</li> <li>» GO.TheEXProgram.com/SCHA</li> <li>▪ Daawooyinka: Waxaad heli kartaa daawooyinka dhakhtar qoro iyo kuwa aan warqad dhakhtar u baahnayn ee ay oggolaatay Maamulka Cuntada iyo Daawooyinka si ay kaaga caawiyaan joojinta sigaarka ama isticmaalka nikotiinka.</li> <li>▪ Caafimaadka khadka: Adeegyada waxaa sidoo kale lagu bixin karaa telemedicine(wacitaanno muuqaal ah ama khadka internetka).</li> <li>▪ Ma jiro xadiyo: Ma jiraan wax xaddidan oo ku saabsan inta jeer ee aad adeeggan isticmaali karto ama tirada jeer ee aad heli karto la-talin ama daawooyin joojinta tubaakada ama nikotiinka.</li> <li>▪ Adeegyada badan: Waxaad adeegsan kartaa noocyo kala duwan oo taageero ah isku mar, sida la-talin iyo daawooyin.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                         |                  |
| <p><b>Daawaynta Jimicsiga ee La Kormeero (Supervised Exercise Therapy, SET)</b></p> <p>Waxaan daboolnaa SET xubnaha qaba cudurka halbowlaha ee geesaha (PAD) ee leh warqad loo gudbiyo PAD oo ka timid dhakhtarka mas'uulka ka ah daawaynta PAD.</p> <p>Qorshaha wuxuu daboolaa:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ilaa 36 kalfadhi inta lagu jiro muddo 12 toddobaad ah haddii dhammaan shuruudaha SET la buuxiyo</li> <li>▪ 36 kalfadhi oo dheeraad ah waqti ka dib haddii bixiye daryeel caafimaad uu ku qiimeeyo inay caafimaad ahaan lagama maarmaan tahay</li> </ul> <p>Barnaamijka SET waa inuu ahaadaa:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Kalfadhi 30 ilaa 60-daqqiyo ah oo ah barnaamij tababar jimicsi oo loogu talagalay PAD xubnaha qaba xanuunka lugaha oo ay sababto socodka dhiigga oo liita (claudication).</li> <li>▪ goobta bukaan-socodka ee isbitaalka ama xafiiska dhakhtarka</li> <li>▪ ay bixiyaan shaqaale aqoon u leh kuwaas oo hubiya in faa'iidada ay ka badan tahay waxyeelada iyo kuwa qaba tababar ku saabsan daaweynta jimicsiga ee PAD</li> <li>▪ Waxaa si toos ah u kor kormeera dhakhtar, kaaliyaha dhakhtarka, ama kalkaalisada caafimaadka/ xirfadlaha kalkaalinta caafimaadka oo lagu tababaray farsamooyinka taageerada nolosha aasaasiga ah iyo tan sare</li> </ul> |                                         | \$0              |



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

| Adeegyada uu qorshahayagu ku bixiyo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | * ogolaansho hore ayaa loo baahan karaa | Waxa aad dhiibto |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|------------------|
| <p><b>Gaadiidka</b></p> <p>Haddii aad u baahan tahay gaadiid si aad ugu tagto oo aad uga soo noqoto adeegyada caafimaadka ee aanu daboolno, wac Adeegyada Xubnaha lambarka ku qoran boggan hoose iyo gaadiid kharash jaban ah. Qorshahayaga loogama baahna inuu bixiyo gaadiid aad ku tagto Rugta Daryeelka Aasaasiga ah haddii ay ka badan tahay 30 mayl gurigaaga ama haddii aad doorato bixiye takhasus leh oo ka badan 60 mayl gurigaaga. Wac Adeegyada Xubnaha haddii aadan aanad lahayn rugta daryeelka aasaasiga ah oo laga heli karo meel 30 mayl u jirta gurigaaga iyo/ama daddii aadan haysan bixiye khaas ah oo laga heli karo meel 60 mayl u jirta gurigaaga.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ambalaas aan xaalad degdeg ah ahayn</li> <li>▪ gaadiidka darawalka iskaa wax u qabso ah</li> <li>▪ gaadiid aan la taageerin (taksi ama gaadiidka dadweynaha)</li> <li>▪ gaadiidka la taageerayo* (waa in la shahaado si loo isticmaalo si loo adeegsado)</li> <li>▪ gaadiidka qalabka qaada ee jaranjaro leh* (waa in la shahaado si loo isticmaalo)</li> <li>▪ gaadiidka la ilaaliyo* (waa in la shahaado si loo isticmaalo si loo adeegsado)</li> <li>▪ sariir isbitaaleedka shaashagaga lugaha ku leh* (waa in la shahaado si loo isticmaalo)</li> </ul> <p><b>Fiiro gaar ah:</b> Qorshahayagu ma daboolayo magdhowga masaafada (tusaale ahaan, marka aad isticmaasho gaarigaaga), cuntada, hoyga, iyo baarkinka, oo ay ku jiraan safarka ka baxsan gobolka. Adeegyadani laguma daboolo qorshaha laakiin waxaa laga heli karaa iyada oo loo marayo degmada ama hay'adda qabiilka. Wac degmadaada ama hay'adda qabiilka si aad u hesho macluumaad dheeraad ah.</p> |                                         | \$0              |
| <p><b>Daryeelka degdegga loogu baahan yahay</b></p> <p>Daryeelka degdegga loogu baahan yahay waa daryeelka la bixiyo si loogu daaweeyo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ xaalad aan degdeg ahayn laakiin u baahan daryeel caafimaad oo degdeg ah, <b>ama</b></li> <li>▪ cudur lama filaan ah, <b>ama</b></li> <li>▪ dhaawac, <b>ama</b></li> <li>▪ Xaalad u baahan daryeel isla markiiba.</li> </ul> <p>Haddii aad u baahan tahay daryeelka degdegga loogu baahan yahay, marka hore isku day inaad ka hesho bixiye shabakadda ku jira. Si kastaba ha ahaatee, waxaad isticmaali kartaa bixiyeyaasha shabakadda ka baxsan marka aadan heli karin bixiye shabakadeed sababtoo ah marka la eego duruufahaaga, suurtagal ma aha, ama waa wax aan macquul ahayn, inaad ka hesho adeeggan bixiyeyaasha shabakadda (tusaale ahaan, marka aad ka baxsan tahay aagga adeegga qorshaha oo aad u baahan tahay adeegyo degdeg ah oo caafimaad ahaan loogu baahan yahay xaalad aan la arki karin laakiin aan ahayn caafimaad xaalada degdegga ah).</p> <p>Caymiskan wuxuu keliya ka shaqeeyaa gudaha Maraykanka iyo dhulalka hoos yimaada.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                         | \$0              |





| Adeegyada uu qorshahayagu ku bixiyo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | * ogolaansho hore ayaa loo baahan karaa | Waxa aad dhiibto |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|------------------|
| <p><b>Daryeelka Aragga</b></p> <p>Waxaan daboolnaa adeegyada dhakhaatiirta bukaan-socodka ee ogaanshaha iyo daaweynta cudurrada iyo dhaawacyada isha dhaawacyada isha. Tusaale ahaan, daaweynta xanuunka indhaha ee la xiriiira da'da.</p> <p>Waxaan daboolnaa hal baaritaan oo glaucoma ah sanadkii oo keliya dadka khatarta ugu jira. Dadka dadka khatarta ugu sare ugu jira indho-beelka waxaa ka mid ah:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ dadka leh taariikh qoys oo indho-beel ah</li> <li>▪ dadka qaba sonkorowga</li> <li>▪ Afrikaanka Mareykanka</li> <li>▪ Hisbanika Mareykanka</li> </ul> <p>Dadka qaba cudurka macaanka, waxaanu bixinaa kharashka baaritaanka cudurka macaanka ee retinopathy hal mar sannadkii.</p> <p>Waxaan bixinnaa hal muraayad ama muraayadaha indhaha ee indhaha lagu xidho ka dib qalliin kasta oo cataract ah marka dhakhtarku geliyo muraayad indhaha ah.</p> <p>Haddii aad gasho laba qalliin oo kala duwan oo bikaacyada indhaha ah, waa inaad heshaa hal joog oo ookiyaalaha indhaha ah qalliin kasta kadib. Ma heli kartid laba joog oo ookiyaalaha indhaha ah ka dib qallinka labaad, xitaa haddii aadan helin ookiyaalaha indhaha ka dib qallinka ugu horreeya joog ookiyaale ah kadib qallinka koobaad.</p> <p>Waxaan daboolnaa kuwan soo socda:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Baaritaannada indhaha</li> <li>▪ Ookiyaalayaasha ugu horreeya, marka caafimaad ahaan lagama maarmaan ah. wuu koobnaan karaa.</li> <li>▪ Muraayadaha indhaha ee beddelka ah, marka caafimaad ahaan loo baahdo. Beddel isku mid ah beddelka isku midka ah ee muraayadaha indhaha ee caymisan ee luminta, xatooyada, ama dhaawaca aan la hagaajin karin.</li> <li>▪ Dayactirka naqshadaha iyo weynaysada muraayadaha indhaha ee qorshaha hoos yimaada lagu daboolay</li> <li>▪ Muraayadaha Polarized* marka caafimaad ahaan loo baahdo. Isku-darka kasta ee casriyeynta muraayadaha indhaha ee muraayadaha midabka leh, sawir-qaade (sida Transitions®), muraayadaha ka hortagga dhalaalka, ama kuwa horusocodka ah ilaa wadarta ugu badan ee sanadlaha ah.</li> <li>▪ Bikaacyada gudaha indhaha la geliyo*, marka caafimaad ahaan loo arko lagama maarmaan xaaladaha qaarkood</li> </ul> <p><b>Fiiro gaarah:</b> Qorshahayagu ma daboolo kabo dheeri ah oo muraayadaha indhaha ah, dahaarka ilaalinta bikaacyada balaastiga ah, iyo agabyada bikaacyada indhaha. Qorshaheenu waxa uu daboolayaa hal muraayad oo indhaha labadii sanaba mar.</p> |                                         | \$0              |



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abril - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).



| Adeegyada uu qorshahayagu ku bixiyo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | * ogolaansho hore ayaa loo baahan karaa | Waxa aad dhiibto |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|------------------|
|  <b>Booqashada ka hortaga ee “Welcome to Medicare”</b><br>Waxaan daboolnaa hal mar oo ah booqashada ka-hortagga “Welcome to Medicare”.<br>Booqashada waxaa ku jira <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Dib u eegis caafimaadkaaga,</li> <li>▪ waxbarasho iyo la-talin ku saabsan adeegyada ka-hortagga aad u baahan tahay (oo ay ku jiraan baaritaanno iyo tallaallo), <b>iyo</b></li> <li>▪ gudbinta daryeel kale haddii aad u baahan tahay.</li> </ul> <b>Fiiro gaarah:</b> Waxaan daboolnaa booqashada ka-hortagga “Ku soo Dhawoow Medicare” oo keliya 12-kii bilood ee ugu horreeyay ee aad haysato Medicare Qaybta B. Markaad ballansanayso, u sheeg rugta dhakhtarkaaga inaad rabto inaad jadwal u sameyso booqashada “Ku soo Dhawoow Medicare.” |                                         | \$0              |

## E. Dheefaha lagu daboolo meel ka baxsan qorshaheena caymiska

Adeegyada soo socda ma daboolno, laakiin waa laga heli karaa Medicare ama Kaalmada Caafimaadka.

### E1. Adeegyada kale

Adeegyada soo socda annaga qorshaha kama bixinno laakiin waxaa laga heli karaa ilo kale, sida gobolka, degmada, dowladda federaalka, ama qabiilka. Si aad wax badan uga ogaato adeegyadan, wac Taageerada Macaamiisha Daryeelka Caafimaadka ee DHS (HCCS) lambarka 651-297-3862 ama 1-800-657-3672 ama 711 (TTY) ama isticmaal adeegga gudbinta ee aad doorbidayso. Wicitaankan waa lacag la'aan.

- Maareynta kiiska dadka qaba naafonimada koritaanka
- Xarun daryeel dhexdhexaad ah oo loogu talagalay dadka qaba naafonimada koritaanka (ICF/DD)
- Daawaynta ee Rule 36 ee xarumaha aan shatiga u haysan sida Adeegyada Daawaynta Degannaanshaha Adag (Intensive Residential Treatment Services, IRTS)
- Qolka iyo guddiga la xidhiidha Adeegyada Daawaynta Degannaanshaha Adag (Intensive Residential Treatment Services, IRTS)
- Adeegyada ay bixiso xarun daaweyn goboleed oo gobolka ah, ama xarun daryeel muddo dheer ah oo gobolku leeyahay ilaa in aan ansixinay ma ahee ama adeegga au amartay maxkamad iyadoo la raacayo shuruudaha sharciga ku qeexan.
- Adeegyada ay bixiyaan hay'adaha dawladda dhexe
- Marka laga reebo adeegyada Dhaafitaanka Waayeelka, adeegyada kale ee laga dhaafay ee lagu bixiyo Adeegyada Ku-saleysan Guriga iyo Bulshada (Home and Community Based Services)
- Tababarka shaqada iyo adeegyada waxbarashada
- Tababarka iyo baxnaaninta maalinlaha ah
- Magdhawga maylka (tusaale ahaan, marka aad isticmaasho gaarigaaga), cuntada, hoyga, iyo baarkinka. La xiriir degmadaada si aad u hesho macluumaad dheeraad ah.
- Hoyga daryeelka waayeelka oo aan qorshahayagu mas'uul ka ahayn. (Ka eeg "Daryeelka xarunta daryeelka waayeelka" iyo qaybaha "Daryeelka xarunta kalkaalinta" iyo "Daryeelka xarunta kalkaalinta xirfadda leh (SNF)" ee Jaantuska Faa'iidooyinka wixii macluumaad dheeraad ah.)

**Haddii aad su'aalo qabtid,** fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah,** booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).



- Adeegyada Ilaalinta Dadka Dhibaateysan
- adeegyada lagu daboolay Kaalmada Caafimaadka ee lagu bixiyo Xarumo Daryeel Caafimaad oo Federaalku Ansixiyay (FQHC)

## F. Dheefaha aanay daboolin qorshahayaga, Medicare, ama Kaalmada Caafimaadka

Qaybtani waxay kuu sheegaysaa noocyada faa'iidooyinka ee laga reebay qorshuhu. "Ka reeban" macnaheedu waa inaanaan bixinayn faa'iidooyinkan. Medicare iyo Medical Assistance sidoo kale ma bixiyaan.

Liiska hoose wuxuu sharxayaa adeegyada iyo waxyaabaha aan hoos ku daboolnayn qorshahayaga xaalad kasta iyo qaar aan ku daboolnay xaalado gaar ah.

Lacag kama bixinno faa'iidooyinka caafimaad ee laga reebay ee ku qoran qaybtan (ama meel kale oo ku jirta Buug-gacmeedkan Xubinta) marka laga reebo xaalado gaar ah oo ku taxan. Xitaa haddii aad adeegyada ka hesho xarun degdeg ah, qorshuhu ma bixin doono adeegyada. Haddii aad u malaynayso in qorshahayagu uu bixin doono adeeg aan la dabooli karin, waxaad codsan kartaa rafcaan. Wixii macluumaad ah ee ku saabsan rafcaannada, tixraac **Cutubka 9, Qaybta E**, ee *Buug gacmeedkaan Xubinta*.

Marka laga reebo wixii ka reeban ama xaddidan ee lagu sharaxay Jaantuska Faa'iidooyinka, **qorshahayagu ma daboolo waxyaabaha iyo adeegyada soo socda:**

- adeegyada loo arko inaysan ahayn "macquul iyo caafimaad ahaan loo baahan yahay," sida ay u aqoonsan yihiin Medicare iyo heerarka Kaalmada Caafimaadka, ilaa aan ku taxno inay yihiin adeegyo la daboolay.
- Daawaynta tijaabada ah ee caafimaad iyo qalliin, alaabta, iyo daawooyinka, haddii aan Medicare, daraasad cilmi baaris caafimaad oo Medicare ay ansixisay, ama qorshahayagu daboolayn. Ka eeg Cutubka 3 ee Buug-gacmeedkan Xubinta si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan daraasadaha cilmi-baarista caafimaad. Daawaynta tijaabada ah iyo walxaha waa kuwa aan guud ahaan laga aqbalin bulshada caafimaadku.
- daawaynta qalliinka cayilka ba'an, marka laga reebo marka caafimaad ahaan loo baahan yahay oo ay Medicare ama Kaalmada Caafimaadka bixiyaan.
- qol gaar ah oo isbitaal ah, marka laga reebo marka caafimaad ahaan loo baahan yahay
- waxyaabaha shakhsiyeed ee qolkaaga ku jira isbitaal ama xarunta kalkaalinta, sida telefoon ama telefshan
- lacagaha ay kugu dalacaan qaraabadaada dhow ama xubnaha qoyskaaga.
- Habraacyada ama adeegyada kor u qaadista ikhtiyaariga ah ama ikhtiyaariga ah (oo ay ku jiraan miisaan lumis, koritaanka timaha, shaqada galmada, waxqabadka ciyaaraha, ujeedooyinka qurxinta, ka hortagga gabowga iyo waxqabadka maskaxda), marka laga reebo marka caafimaad ahaan loo baahdo
- qalliinka qurxinta ama shaqada kale ee qurxinta, haddii aan loo baahnayn dhaawac shil ah ama si loo hagaajiyo qayb ka mid ah jirka oo aan si sax ah loo qaabayn. Si kastaba ha ahaatee, waxaan bixinnaa kharashka dib u dhiska naaska ka dib qalliinka mastectomy iyo daawaynta naaska kale si ay ula mid noqoto
- daryeelka cagaha ee joogtada ah, marka laga reebo sida lagu sharaxay adeegyada daawaynta lugaha ee Shaxda Faa'iidooyinka ee Qaybta D
- keratotomy-ga radial, qalliinka LASIK, iyo qalabka kale ee aragga hooseeya
- dib-u-celinta hababka taranka joojinta iyo agabka ka hortagga uurka ee aan ahayn kuwa dhakhtarku qoro
- adeegyada dabiiciga ah (naturopathy) ama isticmaalka daawaynta dabiiciga ah ama kale
- adeegyada ay bixiyaan xarumaha Arrimaha Halyeeyga (VA)



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abril - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

## Cutubka 5: Helida daawooyinkaaga bukaan socodk

### Hordhac

Cutubkani wuxuu sharxayaa xeerarka lagu helo daawooyinkaaga bukaan-socodka ah. Kuwani waa daawooyin uu bixiyahaagu kuu dalbado oo aad ka hesho farmashiye. Waxaa ka mid ah daawooyinka lagu daboolay Medicare Qaybta D iyo Caawinta Caafimaadka. **Cutubka 6** ee *Buug-gacmeedkan Xubinta* wuxuu kuu sheegayaa waxaad ku bixiso daawooyinkan. Ereyada muhiimka ah iyo qeexitaannadoodu waxay ku muuqdaan si xarfo leh cutubka ugu dambeeya ee *Buug-gacmeedkan Xubinta*.

Waxaan sidoo kale daboolnaa daawooyinka soo socda, inkastoo aan looga hadlin cutubtaan:

- **Dawooyinka ay daboolsho Qaybta A Medicare.** Kuwaan waxaa guud ahaan ku jiro daawooyinka lagu siiyo inta aad ku jirto isbitaal ama xarunta kalkaalinta.
- **Daawooyinka ay bixiso Medicare Qaybta B.** Kuwaas waxaa ka mid ah daawooyinka kiimoterabiga qaarkood, duritaanno daawo ah oo lagu siiyo booqasho xafiis oo aad la yeelato dhakhtar ama bixiye kale, iyo daawooyinka lagu siiyo rugta dialysis-ka. Si aad wax badan uga barato daawooyinka Medicare Qaybta B ee la daboolay, tixraac Shaxda Faa'iidooyinka ee ku jirta **Cutubka 4** ee *Buug-gacmeedka Xubinka*.
- Marka laga soo tago caymiska Medicare Qaybta D iyo faa'iidooyinka caafimaad ee qorshaha, daawooyinkaaga waxaa laga yaabaa inay ku jiraan Medicare-ka Asalka ah haddii aad ku jirto hospice-ka Medicare. Wixii **macluumaad dheeraad ah, fadlan tixraac Cutubka 5, Qaybta F3** "Haddii aad ku jirto barnaamij caafimaad ee guri ku xanaaneynta waayeelka ee ay ansixisay Medicare".

### Xeerarka caymiska daawooyinka bukaanka-socodka ee qorshaheena

Badanaa waxaan daboolnaa daawooyinkaaga ilaa inta aad raacdo xeerarka qaybtan. Haddii daawadu tahay daawo Qaybta D ah, laguma dabooli karo faa'iidada Gargaarka Caafimaadka.

Waa inaad haysataa bixiye (dhakhtar, dhakhtar ilko, ama dhakhtar kale) oo kuu qora daawadaada, taasoo ah mid ansax ah sida waafaqsan sharciga gobolka ee khuseeya. Qofkani badanaa waa bixiyahaaga daryeelka aasaasiga ah (PCP).

Qofka kuu qorayo waa inuusan **ku jirin** Liisaska Medicare ee Ka saarista ama Ku Darista.

Guud ahaan waa inaad isticmaashaa farmashi shabakadeed si aad u buuxiso daawadaada. (Tixraac **Qaybta A1** si aad u hesho xog badan)

Daawada lagu qoray waa inay ku jirtaa *Liiska Daawooyinka La Daboolayo ee qorshaha*. Waxaan ugu yeernaa "*LiiskaDaawada*" marka lasoo gaabiyo. (Tixraac **Qaybta B** ee cutubkan.)

- Haddii aysan ku jirin *Liiska Daawada*, waxaa laga yaabaa inay noo suurtagasho ku daboolida adoo siinayo ka reebid.
- Ka tixraac **Cutubka 9-aad, Qaybta G2, Buug yarahaan Xubnaha** si aad u barato wax ku saabsan codsashada ka dhaafida.

Daawadaada waa in loo isticmaalaa tilmaam caafimaad ahaan la aqbalay. Taas macnaheedu waa in isticmaalka daawada ay ansixisay Maamulka Cuntada iyo Dawooyinka (FDA) ama ay taageerto tixraacyo caafimaad oo gaar ah. Dawada qorahaagu waxay awoodi kartaa inay kaa caawiso aqoonsashada tixraacyada caafimaad si ay u taageerto isticmaalka la codsaday ee daawada loo qoray.

Daawadaadu waxay u baahan kartaa oggolaansho qorshahayaga iyadoo lagu saleynayo shuruudo gaar ah ka hor inta aynaan dabooli. (Tixraac **Qaybta C** ee cutubkan.)

**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).



**Jadwalka Tusmooyinka**

|                                                                                                                     |           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>A. Helitaanka dib u buuxinta daawooyinkaaga lagu qoray.....</b>                                                  | <b>87</b> |
| A1. Ku buuxinta daawadaada qoraalka farmashiga shabakada.....                                                       | 87        |
| A2. Isticmaalka Kaarkaaga Aqoonsiga Xubinta markaad buuxisid daawada qoraalka.....                                  | 87        |
| A3. Waxa la sameeyo haddii aad beddesho farmashiyaha shabakadaada.....                                              | 87        |
| A4. Walaagii li suubiyaw haddii farmashigaa ku tabi shabakady.....                                                  | 87        |
| A5. Iyadoo la isticmaalayo farmashi la gaareeyay.....                                                               | 88        |
| A6. Iyadoo la isticmaalayo adeegyada dalabka boostada si aad u heshid daawooyinkaaga.....                           | 88        |
| A7. Helitaanka saadka muddada dheer ee daawooyinka.....                                                             | 88        |
| A8. Iyadoo la isticmaalayo farmashi aan ku jirin shabakada qorshaheena.....                                         | 88        |
| A9. Dib kuugu lacag celiyaan daawada qoraalka.....                                                                  | 89        |
| <b>B. Liiska Daawada Qorshaheena.....</b>                                                                           | <b>89</b> |
| B1. Daawooyinka <i>Liiskeena Daawada</i> .....                                                                      | 89        |
| B2. Sida looga helo daawo ku jirta <i>Liiskeena Daawooyinka</i> .....                                               | 90        |
| B3. Daawooyinka kuma jirto Liiska Daawada.....                                                                      | 90        |
| B4. <i>Liiska Daawada</i> heerarka qarash wadaaga.....                                                              | 91        |
| <b>C. Xaddidaadaha daawooyinka qaar.....</b>                                                                        | <b>91</b> |
| <b>D. Sababaha daawooyinkaaga laga yaabo inaan la daboolin.....</b>                                                 | <b>93</b> |
| D1. Helida saad ku meelgaar ah.....                                                                                 | 93        |
| D2. Codsashada saad ku meelgaar ah.....                                                                             | 94        |
| D3. Inaad naga codsatid ka dhaafid.....                                                                             | 95        |
| <b>E. Isbeddelada daboolidda ee daawooyinkaaga.....</b>                                                             | <b>95</b> |
| <b>F. Daboolidda daawooyinka xaaladaha gaar ah.....</b>                                                             | <b>97</b> |
| F1. Gudaha isbitaalka ama xarunta xanaanada xirfadeysan oo joogitaanka qorshaheena uu daboolo.....                  | 97        |
| F2. Gudaha xarunta daryeelka muddada dheer.....                                                                     | 97        |
| F3. Gudaha barnaamijka daryeelka sakaraadka ee Medicare-xaqiijisaym.....                                            | 97        |
| <b>G. Barnaamijyada badbaadada daawooyinka iyo maareynta daawooyinka.....</b>                                       | <b>98</b> |
| G1. Barnaamijyada kaa caawinayo inaad u isticmaasho daawada si badqab ah.....                                       | 98        |
| G2. Barnaamijyada kaa caawinayo maareynta daawooyinkaaga.....                                                       | 98        |
| G3. Barnaamijka maareynta daawada (DMP) oo ka caawiyo xubnaha isticmaalka badqabka ah ee daawooyinka daroogada..... | 99        |



## A. Helitaanka dib u buuxinta daawooyinkaaga laguu qoray

### A1. Ku buuxinta daawadaada qoraalka farmashiga shabakada

Inta badan, waxaan bixinnaa kharashka daawada marka laga buuxiyo mid ka mid ah farmashiyeyasha shabakadda. Farmashiyaha shabakadda waa dukaan daawo oo ogolaada inuu buuxiyo daawooyinka xubnaha qorshahayaga. Waxaad isticmaali kartaa mid ka mid ah farmashiyeyasha shabakadda. Ka eeg **Qaybta A8** si aad u hesho macluumaad ku saabsan goorta aan daboolayno daawooyinka lagu buuxiyay farmashiyeyasha shabakadda ka baxsan.

Si aad u hesho farmashiyaha shabakada, tixraac Hagaha Bixiyaha iyo *Farmashiyaha*, booqo websaydkeena, ama la xiriir Adeegyada Xubnahaama xiriiriyaha daryeelkaaga.

### A2. Isticmaalka Kaarkaaga Aqoonsiga Xubinta markaad buuxisid daawada qoraalka

Si aad u buuxiso **warqadda daawada, tus Kaarka Aqoonsiga Xubinnimada** farmashiyaha shabakaddaada. Farmashiyaha shabakadda ayaa naga soo dallaca qaybtayada kharashka daawadaada la daboolay. Waxaa laga yaabaa inaad u baahato inaad farmashiyaha siiso lacag-bixin la wadaago marka aad soo qaadnayso warqadda daawadaada.

Haddii aadan haysan Kaarka Aqoonsiga Xubinta markaad buuxinayso daawadaada, weydiiso farmashiyaha inuu nala soo waco si uu u helo macluumaadka loo baahan yahay, ama weydii inuu raadiyo macluumaadkaaga isdiiwaangelinta qorshaha.

Haddii farmashiyuhu aanu heli karin macluumaadka lagama maarmaanka ah, waxaa laga yaabaa inaad bixiso kharashka oo dhan ee warqadda daawada marka aad soo qaadnayso. **Markaa waxaad naga codsan kartaa inaan ku siino qaybtayada. Haddii aadan bixin karin daawada, isla markiiba la xiriir Adeegyada Xubnaha.** Waxaan sameyn doonnaa wax kasta oo aan awoodno si aan u caawinno.

- Si aad nooga codsato inaan lacag dib kugu celino, tixraac **Cutubka 7-aad, Qaybta A**, ee *Buug yarahaan Xubnaha*.
- Haddii aad u baahan tahay caawimaad buuxinta daawooyinkaaga, waxaad la xiriiri kartaa Adeegyada Xubinta ama isku-duwaha daryeelkaaga.

### A3. Waxa la sameeyo haddii aad beddesho farmashiyaha shabakadaada

Haddii aad beddesho farmashiyada oo aad u baahan tahay buuxinta daawada, waxaad midkood codsan kartaa inaad heshid daawada qoraalka oo cusub oo uu qoray bixiye ama ka codso farmashigaaga u wareejinta daawada qoraalka farmashi cusub haddii ay jiraan wax buuxin oo hartay.

Haddii aad u baahantahay caawimaada lagu badelayo farmashiga shabakadaada, la xiriir Adeegyada Xubnaha ama xiriiriyahaaga daryeelka.

### A4. Walaagii li suubiyaw haddii farmashigaa ku tabi shabakady

Haddii farmashiyaha aad isticmaasho uu ka baxo shabakadda qorshaheenna, waa inaad heshaa farmashiye cusub oo ku jira shabakadda.

Si loo helo farmashi shabakad cusub, tixraac *Hagaha buugga Bixiyaha iyo Farmashiyaha*, booqo websaydkeena, ama la xiriir Adeegyada Xubnahaama xiriiriyaha daryeelkaaga.



## A5. Iyadoo la isticmaalayo farmashi la gaareeyay

Mararka qaar, daawooyinka waa in lagu buuxiyaa farmashiyaha gaar ah. Farmashiyeyaasha gaarka ah waxaa ka mid ah:

- Farmashiyada bixiya daawooyinka lagu duro ee guriga lagu maamulo.
- Farmashiyada bixiya daawooyinka loogu talagalay dadka ku jira xarumaha daryeelka muddada dheer, sida xarumaha kalkaalinta.
  - Badanaa, xarumaha daryeelka muddada-dheer waxay leeyihiin farmashiyeyaal u gaar ah. Haddii aad tahay qof degan xarun daryeel muddo-dheer ah, waxaan hubineynaa inaad ka heli karto daawooyinka aad u baahan tahay farmashiyaha xarunta.
  - Haddii farmashiyaha xarunta daryeelka muddada-dheer uusan ku jirin shabakadeena, ama aad dhibaato kala kulanto inaad hesho daawooyinkaaga xarun daryeel muddo dheer ah, la xiriir Adeegyada Xubnaha.
- Farmashiyeyaasha u adeega Barnaamijka Caafimaadka Hindiya/Barnaamijka Caafimaadka Hindida Qabiilka/Magaalada. Marka laga reebo xaaladaha degdegga ah, kaliya dadka Asaliga ah ee Mareykanka ama dadka u dhashay Alaska ayaa isticmaali kara farmashiyeyashan.
- Farmashiyeyaasha bixiya daawooyinka ay FDA ku xaddiday meelo gaar ah ama u baahan maareyn gaar ah, isku-dubaridka bixiyaha, ama waxbarasho ku saabsan isticmaalkooda. (Fiiro gaar ah: Xaaladdani waa inay si dhif ah u dhacdaa.)

Si aad u hesho farmashiye gaar ah, tixraac *Hagaha Bixiyaha iyo Farmashiyaha*, booqo websaydkeena, ama la xiriir Adeegyada Xubnahaama xiriiriyaha daryeelka.

## A6. Iyadoo la isticmaalayo adeegyada dalabka boostada si aad u heshid daawooyinkaaga

Qorshaheena **ma** bixiyoadeegyada dalabka boostada.

## A7. Helitaanka saadka muddada dheer ee daawooyinka

Waxaad ka heli kartaa daawooyin dayactir ah oo muddo dheer ah *Liiska Daawooyinka ee qorshahayaga* Daawooyinka dayactirkawaa daawooyin aad si joogto ah u qaadato, xaalad caafimaad oo daba-dheer ama muddo dheer ah. Marka aad hesho daawooyin muddo dheer ah, lacagtaada caymiska ayaa laga yaabaa inay hoos u dhacdo.

Farmashiyeyaasha shabakadaha qaarkood waxay kuu oggolaanayaan inaad hesho daawooyin dayactir muddo dheer ah. Sahayda 90-ka maalmood ah waxay leedahay isla lacag-bixinta la midka ah tan hal bil ah *Buugga Bixiyaha iyo Farmashiyaha*, wuxuu kuu sheegayaa farmashiyada ku siin kara daawooyin dayactir muddo dheer ah. Waxa kale oo aad wici kartaa iskuduwahaaga daryeelka ama Adeegyada Xubnaha si aad u hesho macluumaad dheeraad ah.

## A8. Iyadoo la isticmaalayo farmashi aan ku jirin shabakada qorshaheena

Guud ahaan, waxaan bixinnaa daawooyinka laga buuxiyo farmashiyaha ka baxsan shabakadda kaliya marka aadan awoodin inaad isticmaasho farmashiyaha shabakadda. Waxaan leenahay farmashiyo shabakadeed oo ka baxsan aagga adeeggayaga halkaas oo aad ka heli karto warqadaha daawada oo aad ka buuxin karto xubin ka mid ah qorshahayaga. Xaaladahan, marka hore la xiriir iskuduwaha daryeelkaaga ama Adeegyada Xubnaha si aad u ogaato haddii uu jiro farmashi shabakadeed oo u dhow.

Waxaan bixinnaa daawooyin lagu buuxiyey farmashiyaha aan ku jirin shabakadda xaaladaha soo socda:



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abril - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

- Waad safreysaa oo waxaa kaa dhammaaday ama aad lumisay daawadaada (daawooyinka) daboolan ee Qaybta D Medicare, aad xanuunsato oo aad u baahato daawooyin daboolan ee Qaybta D oo aadan heli karin farmashiye shabakadda.
- Haddii aadan ka heli karin daawo Medicare Qaybta D ah oo lagu daboolay farmashiye ku yaalla shabakadda wakhti ku habboon (tusaale ahaan, haddii aanay jirin farmashiye shabakadda ku jira oo ku yaalla masaafu macquul ah oo bixiya adeeg 24-saacadood/7-maalmood usbuucii).
- Haddii aad u baahato daawada Qaybta D ee daboolan oo aan si joogto ah loogu hayn farmashiyaha shabakadda ee la heli karo.
- Haddii aad tahay bukaanka qeybta degdegga ah, rug caafimaad oo bixiye ku saleysan, qolka qalliinka ee dibadda, ama goob kale oo dibadda ah oo farmashiye aan ku jirin shabakadda uu kuu soo saaray daawo Medicare Qaybta D ah oo lagudaboolay; **ama**
- Haddii aad ka guurto meesha aad dagan tahay inta lagu jiro musiibo ay dowladdu ku dhawaaqday oo aanay macquul ahayn inaad si macquul ah uga hesho daawooyinka Medicare Qaybta D farmashiye ku yaalla shabakadda.

## A9. Dib kuugu lacag celiyaan daawada qoraalka

Haddii ay qasab kugu tahay inaad isticmaasho farmashiye ka baxsan shabakadda, guud ahaan waa inaad bixisaa kharashka oo dhan halkii aad ka bixin lahayd lacag-bixin la wadaago marka aad hesho warqadda daawada. Waxaad na weydiisan kartaa inaan ku siino qaybtayada kharashka. Waxaa laga yaabaa in lagaa rabo inaad bixiso faraqa u dhexeeya waxa aad ku bixiso daawada farmashiyaha ka baxsan shabakadda iyo kharashka aan ku dabooli lahayn farmashiyaha ku jira shabakadda.

Si aad wax badan uga barato tan, tixraac **Cutubka 7-aad, Qaybta A**, ee *Buug yarahaan Xubnaha*.

**FIIRO GAAR AH:** Haddii daawada ay ku jirto Medical Assistance, uma oggolaanayno bixiyeyaasha SeniorCare Complete inay kugu soo dallacaan daawooyinkan. Waxaan si toos ah u siinaa bixiyeyaashayada, waxaan kaa ilaalinaynaa wax kharash ah. Tani waa run xitaa haddii aan bixinno bixiyaha wax ka yar inta uu bixiyaha ku soo dallaco. Haddii aad bixisay daawo aad u malaynayso inay tahay inaan bixinno la daboolay. wac Adeegyada Xubinka adoo wacaya lambarka ku xusan hoosta boggan.

## B. Liiska Daawada Qorshaheena

Waxaan haynaa *Liis Daawooyin La Daboolayo*. Waxaan ugu yeernaa “*Liiska Daawada*” marka la soo gaabiyo.

Waxaan daawooyinka ku xulannaa *Liiska Daawada* annagoo kaashanayna koox dhakhaatiir iyo farmashiistayaal ah. *Liiska Daawada ayaa sidoo kale kuu sheegaya qawaaniinta aad u baahan tahay inaad raacdo si aad daawooyinkaaga u hesho.*

Guud ahaan waxaan daboolnaa daawada ku jirto *Liiska Daawada qorshaheena* markii aad raacdid xeerarka aan ku sharaxno cutubtaan.

## B1. Daawooyinka *Liiskeena Daawada*

*Liiska Daawooyinka* wuxuu ka kooban yahay daawooyinka Medicare Qaybta D daboolo iyo qaar ka mid ah daawooyinka la isku qoro iyo kuwa aan la qorin ee (OTC) ee ay daboolaan Kaalmada Caafimaadka.

*Liiska Daawooyinka* wuxuu ka kooban yahay daawooyinka magacyada summeysan, daawooyinka guud, iyo badeecadaha noolaha (oo laga yaabo inay ku jiraan badeecadaha la midka ah ee noolaha).



Dawo summad leh waa daawo dhakhtar qoray oo lagu iibiyo magac summad leh oo uu leeyahay soo saaraha dawada. Badeecadaha bayoolojiga ah waa daawooyin ka adag daawooyinka caadiga ah. Liiskayaga Daawada, marka aan tixraacno “daroogooyinka,” tani waxay macnaheedu noqon kartaa daawo ama badeeco bayooloji ah.

Daawooyinka guud waxay leeyihiin walxo firfircoon oo la mid ah daawooyinka magaca summada leh. Badeecadaha bayoolojiga ah waxay leeyihiin beddelka loo yaqaan biosimilars. Guud ahaan, generics-ka iyo biosimilars-ku waxay si la mid ah u shaqeeyaan daawooyinka magaca summada leh ama alaabada bayoolojiga asalka ah badanaana way ka jaban yihiin. Waxaa jira beddelka daawada guud ee loo heli karo daawooyinka magaca summada leh ee badan iyo beddelka biosimilars-ka ee qaar ka mid ah alaabada bayoolojiga asalka ah. Qaar ka mid ah biosimilars-ka waa biosimilars-yo la beddeli karo, iyadoo ku xiran sharciga gobolka, waxaa lagu beddeli karaa badeecada bayoolojiga asalka ah ee farmashiyaha iyada oo aan loo baahnayn warqad dhakhtar cusub, sida daawooyinka guud loogu beddeli karo daawooyinka magaca summada leh.

Tixraac **Cutubka 12-aad** sharaxaadaha noocyada daawooyinka laga yaabo inay ku jiraan *Liiska Daawada*.

Qorshahayagu wuxuu sidoo kale daboolayaa daawooyinka iyo alaabada OTC qaarkood. Daawooyinka OTC qaarkood waxay ka jaban yihiin daawooyinka dhakhtarku qoro waxayna sidoo kale u shaqeeyaan. Wixii macluumaad dheeraad ah, wac Adeegyada Xubnaha.

## B2. Sida looga helo daawo ku jirta *Liiskeena Daawooyinka*

Si aad u ogaato haddii daawada aad qaadato ay ku jirto *Liiska Daawada*, waxaad:

- Booqo bogga internetka ee qorshahayaga [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org). *Liiska Daawooyinka* ee ku yaal boggayaga internetka ayaa had iyo jeer ah kan ugu casrisan.
- Wacxiriiriyaha daryeelkaaga ama Adeegyada Xubnaha si aad u ogaatid haddii daawo ay ku jirto *Liiskeena Daawada* ama si aad u codsatid koobiga liiska.
- Adeegso “Qalabka Faa’iidada Waqtiga Dhabta ah” [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org) si aad u raadiso daawooyinka ku jira *Liiska Daawada* si aad u hesho qiyaas ah waxa aad bixin doonto iyo haddii ay jiraan daawooyin kale oo ku jira *Liiska Daawada* oo daaweyn kara isla xaaladdaas. Waxa kale oo aad wici kartaa iskuduwahaaga daryeelka ama Adeegyada Xubnaha.
- Isticmaal baarista **Raadinta Daawo** aalada baarista ee websaydka qorshaha [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

## B3. Daawooyinka kuma jirto *Liiska Daawada*

Ma daboolno dhammaan daawooyinka.

- Qaar ka mid ah daawooyinka kuma jiraan *Liiskeena Daawada* sababtoo ah sharciga nooma ogolaado inaan daboolno daawooyinkaas.
- Xaaladaha kale, waxaan go’aansannay inaan ku darin daawo *Liiskeena Daawada*.
- Xaaladaha qaarkood, waxaa laga yaabaa inaad hesho daawo aan ku jirin *Liiska Daawada*. Wixii macluumaad dheeraad ah, fiiri **Cutubka 9**.

Qorshahayagu ma bixiyo noocyada daawooyinka lagu sharraxay qaybtan. Kuwaas waxaa loo yaqaan daawooyinka **laga reebay**. Haddii aad hesho warqad dhakhtar oo loogu talagalay daawo laga reebay, waxaa laga yaabaa inaad u baahato inaad adigu bixiso. Haddii aad u malaynayso inaan bixinno daawada laga reebay kiiskaaga awgiis, waxaad samayn kartaa racfaan. Tixraac **Cutubka 9, Qaybta E**, ee *Buug Gacmeedkaan Xubinta* wixii macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan racfaanada.

Waa kuwan saddex qaanuun oo guud oo ku saabsan daawooyinka laga reebay:



**Haddii aad su’aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abril - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).



1. Caymiska daawada bukaan-socodka ee qorshahayaga (oo ay ku jiraan Medicare Part D iyo daawooyinka Caawinta Caafimaadka) ma bixin karaan daawo ay Medicare Part A ama Medicare Part B horey u daboolaan. Qorshahayagu wuxuu daboolayaa daawooyinka lagu daboolay Medicare Part A ama Medicare Part B si bilaash ah, laakiin daawooyinkan looma tixgeliyo inay qayb ka yihiin faa'iidooyinkaaga daawada bukaan-socodka.
2. Qorshaheena ma dabooli karo daawada laga iibsado meel ka baxsan Mareykanka iyo dhulalkooda.
3. Isticmaalka daawada waa in loo oggollaadaa FDA ama loo taageeraa tixraacyada caafimaad ee gaar ah si loogu daaweeyo xaaladdaada Xaaladdaada. Dhakhtarkaaga ama bixiye kale ayaa kuu qori kara daawo gaar ah si loogu daaweeyo xaaladdaada, inkastoo aan loo oggolaan in lagu daaweeyo xaaladda. Tan waxaa loo yaqaan "isticmaalka aan calaamadda lahayn." Qorshahayagu badanaa ma daboolo daawooyinka loo qoray isticmaalka aan calaamadda lahayn.

Sidoo kale, sharci ahaan, Medicare ama Medical Assistance ma dabooli karaan noocyada daawooyinka hoos ku qoran.

- Daawooyinka loo isticmaalo in kor loo qaado dhalmaada
- Daawooyinka loo isticmaalo ujeedooyin bilicsan ama si loo kiciyo timaha
- Daawooyinka loo isticmaalo daaweynta dhibaatooyinka galmada ama shaqada
- Daawooyinka dibadda ah ee ay soo saartay shirkad sheegaysa in baaritaanno ama adeegyo gaar ah oo kaliya ay ku xidhan yihiin iyaga

#### **B4. Liiska Daawada heerarka qarash wadaaga**

Dawo kasta oo ku jirta Liiska Daawada waxay ku jirtaa mid ka mid ah saddexda heer. Heerka waa koox daawooyin ah oo guud ahaan isku nooc ah (tusaale ahaan, magaca summada, daawooyinka guud, ama daawooyinka OTC). Waxaad ku bixinayso daawada *Liiska Daawada* waxay ku xiran tahay in daawadu tahay daawo guud ama mid summada leh. Daawooyinka guud ee Heerka 1 waxay leeyihiin lacag-bixin ugu hooseysa. Daawooyinka summada heerka 1 waxay leeyihiin lacag-bixin sare. Daawooyinka iyo alaabada aan la iibsan karin waxay leeyihiin lacag-bixin \$0 ah.

Si aad u ogaatid heerka daawadaada ku jirto, *tixraac daawada ku qoran Liiskeena Daawada*.

**Cutubka 6-aad** ee *Buug-gacmeedkan Xubinta* wuxuu sheegayaa lacagta aad ku bixiso daawooyinka heer kasta.

### **C. Xaddidaadaha daawooyinka qaar**

Daawooyinka qaarkood, xeerar gaar ah ayaa xaddidaya sida iyo goorta qorshaheenu daboolayo. Guud ahaan, xeerarkeenu waxay kugu dhiirigelinayaan inaad hesho daawo u shaqeysa xaaladdaada caafimaad oo ammaan ah oo wax ku ool ah. Marka daawo ammaan ah oo qiimo jaban ay si la mid ah u shaqeysa daawo kharashkeedu sarreeyo, waxaan ka fileynaa bixiyahaaga inuu kuu qoro daawada qiimaha jaban.

Ogow in mararka qaarkood daawo laga yaabo inay ka soo muuqato in ka badan hal mar *Liiska Daawada*. Tani waa sababta oo ah isla daawooyinka way kala duwanaan karaan iyadoo lagu saleynayo xoogga, qaddarka, ama qaabka daawada uu kuu qoray bixiyahaaga, xaddidaadyo kala duwanna waxay khuseyn karaan noocyada kala duwan ee daawooyinka (tusaale ahaan, 10 mg marka loo eego 100 mg; hal maalin maalintii marka loo eego laba maalintii; kiniin iyo dareere).

**Haddii uu jiro sharci gaar ah oo ku saabsan daawadaada, waxay badanaa la macno tahay in adiga ama bixiyahaagu ay tahay inaad qaadaan tallaabooyin dheeraad ah si aan u daboolno daawada.** Tusaale ahaan, bixiyahaagu wuxuu u baahan karaa inuu noo sheego cudurkaaga ama uu bixiyo natiijooyinka baaritaannada

**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).



dhiigga. Marka hore. Haddii adiga ama bixiyahaagu u maleeyaan in qaanuunkayagu uusan khusayn xaaladdaada, na weydiiso inaan isticmaalno habka go'aanka caymiska si aan uga reebno. Waxaa laga yaabaa inaan ku oggolaanno ama aanan ku oggolaan doonin inaad isticmaasho daawada adigoon qaadin tallaabooyin dheeraad ah.

Si aad wax badan uga baratid wax ku saabsan codsashada ka dhaafida, tixraac **Cutubka 9-aad** ee *Buug yaraha Xubnaha*.

### 1. Xadeynta isticmaalka daawada sumadeysan ama walxaha noolaha asalka ah markii daawada guud ama nooca daawada noolaha la badeli karo la heli karo

Guud ahaan, daawo guud ama biosimilar la beddeli karo waxay la mid tahay daawo magaceed ama badeecad bayooloji oo asal ah waxayna badanaa ku kacaysaa qiimo jaban. Haddii ay jirto nooc biosimilar ah oo guud ama la beddeli karo oo ah daawo magaceed ama badeecad bayooloji oo asal ah oo la heli karo, farmashiyeaasha shabakadeenna waxay ku siinayaan nooca biosimilar-ka guud ama la beddeli karo.

- Badanaa ma bixinno daawada magaca summada leh ama badeecada bayoolojiga asalka ah marka ay jirto nooc biosimilar ah oo la heli karo ama la beddeli karo.
- Si kastaba ha ahaatee, haddii bixiyahaagu noo sheegay sababta caafimaad ee ah in biosimilar-ka guud ama midka la beddeli karo Si kastaba, haddii bixiyahaaga noo sheego sababta caafimaadka in daawada guud **ama daawada noolaha la badeli** karo aysan kuu shaqeyneynin, ama qor “Ma jiraan badelada” ee ku saabsan daawadaada qoraalka oo daawada sumadeysan ama walxaha daawada noolaha, **ama** aad noo sheegtay sababta caafimaadka ee in daawada guud ama daawada noolaha la badeli karo ama daawooyinka kale ee daboolan ee daaweeyo isla xaalada aysan kuu shaqeyn adiga, markaa waxaan daboolnaa daawada sumadeysan.
- Qarash wadaaga caymiskaaga wuxuu ka badnaan karaa daawada sumadeysan ama walxaha daawada noolaha badelkii daawada guud ama daawada noolaha la badeli karo ee biosimilar

### 2. Helitaanka oggolaanshaha qorshaha goor sii horeba

Daawooyinka qaar, adiga ama qofka kuu qoray waa inaad ka heshaa oggolaansho qorshahayaga ka hor intaadan buuxin warqadda daawadaada. Tan waxaa loo yaqaan oggolaansho hore. Tan waxaa loo dejiyay si loo hubiyo badbaadada daawada iyo in laga caawiyo hagitaanka isticmaalka habboon ee daawooyinka qaarkood. Haddii aadan helin oggolaansho, waxaa laga yaabaa inaanaan dabooli karin daawada. Wac Adeegyada Xubnaha lambarka ku yaal xagga hoose ee bogga ama boggayaga internetka [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org) Wixii macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan oggolaansho hore.

### 3. Isku dayida daawo kale marka hore

Guud ahaan, waxaan rabnaa inaad isku daydo daawooyin qiimo jaban oo waxtar leh ka hor inta aanaan dabooli daawooyinka kharashkoodu ka badan yahay. Tusaale ahaan, haddii Daawada A iyo Daawada B ay daaweeyaan xaalad caafimaad oo isku mid ah, isla markaana Daawada A ay ka qiimo yar tahay Daawada B, waxaa laga yaabaa inaan kaaga baahanno inaad marka hore isku daydo Daawada A.

Haddii Daroogada A **aysan** kuu shaqeyneyn, markaa waxaan daboolaynaa Daroogada B. Tan waxaa loo yaqaan daaweynta tallaabada. Wac Adeegyada Xubnaha lambarka ku yaal xagga hoose ee bogga ama boggayaga internetka [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org) Wixii macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan daaweynta tallaabada.



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

**4. Xaddidaadaha tirada**

Daawooyinka qaar, waxaan xaddidnaa xaddiga daawada aad qaadan karto. Tan waxaa loo yaqaan xadka tirada. Tusaale ahaan, haddii caadi ahaan loo arko mid ammaan ah in la qaato hal kiniin maalintii daawo gaar ah, waxaa laga yaabaa inaan xaddidno inta daawo ee aad heli karto mar kasta oo aad buuxiso warqaddaada daawada.

Si aad u ogaato in mid ka mid ah xeerarka kor ku xusan uu khuseeyo daawo aad qaadata ama aad rabto inaad qaadata, hubi Liiska Daawada. Wixii macluumaad ah ee ugu dambeeyay, wac Adeegyada Xubnaha ama booqo boggayaga internetka oo ah [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org). Haddii aadan ku raacsanayn go'aankayaga caymiska iyadoo lagu salaynayo mid ka mid ah sababaha kor ku xusan waxaad codsan kartaa racfaan. Fadlan tixraac **Cutubka 9** ee *Buug Gacmeedkaan Xubinta*.

**D. Sababaha daawooyinkaaga laga yaabo inaan la daboolin**

Waxaan isku dayeynaa inaan daboolidda daawooyinkaaga si wanaagsan kuugu shaqeyso, laakiin mararka qaar daawo waxaa laga yaabaa inaan la daboolin si waafaqsan rabitaankaaga. Tusaale:

- Qorshahayagu ma daboolayo daawada aad rabto inaad qaadata. Daawadu waxaa laga yaabaa inaysan ku jirin *Liiska Daawadayada*. Waxaa laga yaabaa inaan daboolno nooc guud oo daawada ah laakiin ma daboolayno nooca magaca summada ee aad rabto inaad qaadata. Daawadu waxay noqon kartaa mid cusub, mana aanan dib u eegin badbaadada iyo waxtarka weli.
- Qorshahayagu wuxuu daboolayaa daawada, laakiin waxaa jira xeerar ama xaddidaad gaar ah oo ku saabsan caymiska. Sida lagu sharraxay qaybta kore, daawooyinka qaar ee qorshahayagu daboolayo waxay leeyihiin xeerar xaddidaya isticmaalkooda. Xaaladaha qaarkood, adiga ama qofka kuu qoraya waxaa laga yaabaa inaad rabto inaad na weydiisato ka-reebis.

Waxaa jira waxyaabo aad sameyn karto haddii aanan daboolin daawo sida aad rabto inaan u daboolno.

**D1. Helida saad ku meelgaar ah**

Xaaladaha qaarkood, waxaan ku siin karnaa saad ku meelgaar ah oo daawo ah markii daawada aysan ku jirin *Liiskeena Daawada* ama waxay ku xadidantahay wadada qaar Qaab ahaan. Tani waxay ku siinaysaa waqti aad dhakhtarkaaga kula hadasho si aad u hesho daawo kale ama aad nooga codsato inaan daboolno daawadaas.

**Si aad u hesho sahay ku-meel-gaar ah oo daawo ah, waa inaad buuxisaa shuruudaha soo socda:**

1. Daawada aad qaadanaysay:

- ma aha mid ku sii jirta *Liiska Daawooyinkeena*, **ama**
- weligeedba kuma jirin *Liiska Daawooyinkeena*, **ama**
- hadda si gaar ah ayaa loo xaddiday.

2. Waa inaad ku jirtaa mid ka mid ah xaaladaha soo socda:

- Waxaad ka mid ahayd qorshaheenna sannadkii hore.
  - Waxaan daboolnaa saad ku meelgaar ah oo daawadaada ah **inta lagu jiro 90 maalmood ee ugu horeeya ee jadwalka sannadka.**
  - Sahaydan ku meel gaadhka ah waa ilaa 30 maalmood.



- Haddii daawada lagu soo qoray muddo intan ka yar, waxa aanu kuu ogolaan doonaa inaad dhowr jeer soo qaadato illaa la gaadhayo tirada ugu badan ee maalmood ah. Waa inaad buuxisaa daawada farmashiyaha ku yaalla shabakadda.
- Farmashiyada daryeelka muddada dheer ayaa kugu siin karo daawadaada cadad yar oo waqtiga si looga hortago qasaarinta.
- Waxaad ku cusub tahay qorshaheena.
  - Waxaan daboolnaa saad ku meelgaar ah oo daawadaada **inta lagu jiro 90 maalmood ee ugu horeeyo ee xubinnimadaada ee qorshaha.**
  - Sahaydan ku meel gaadhka ah waa ilaa 30 maalmood.
  - Haddii daawada lagu soo qoray muddo intan ka yar, waxa aanu kuu ogolaan doonaa inaad dhowr jeer soo qaadato illaa la gaadhayo tirada ugu badan ee daawada oo sahay 30 maalmood ah. Waa inaad buuxisaa daawada farmashiyaha ku yaalla shabakadda.
  - Farmashiyeyasha daryeelka muddada-dheer ayaa laga yaabaa inay ku siiyaan warqadda daawadaada daawo xaddi yar markiiba si looga hortago khasaarada.
- Waxaad qorshaha ku jirtay in ka badan 90 maalmood, waxaadna ku nooshahay xarun daryeel muddo dheer ah, waxaadna u baahan tahay sahay si degdeg ah.
  - Waxaan daboolnaa hal sahay 31-maalmood ah, ama ka yar haddii daawada lagu qoray lagu qoray maalmood yar. Tani waa marka lagu daro sahayda ku meel gaarka ah ee kor ku xusan.
  - Wixii xubnaha ku jiray qorshaha oo la geeyay ama laga saaray xarunta daryeelka muddada dheer (LTC): Daruufaha jiray oo ku meelgaarada aan la qorsheynin ee xubnaha hadda ayaa soo bixi kara iyo taasoo hababka daawooyinka la qoray laga yaabo inaysan ku jirin liiska daawada. Xaaladahan badanaa waxay ku lug leeyihiin heerarka isbeddelka daryeelka oo xubin ka mid ah uu ka beddelayo hal goob daaweyn una beddelayo mid kale. Kala guuradaan aan la qorsheyn, waa inaad isticmaashaa habkayaga ka-reebista iyo rafcaanka. Go'aaminta caymiska iyo dib-u-go'aaminta waxaa loo farsameyn doonaa si dhakhso leh sida xaaladdaada caafimaad u baahan tahay.

Si looga hortago farqiga ku meel gaarka ah ee daryeelka marka aad guriga ku soo noqoto, waxaa lagu ogol yahay inaad haysato sahay bukaan socod oo dhammaystiran oo diyaar u ah inaad sii wadato daaweynta marka sahaydooda xaddidan ee la bixiyo marka la daadiyo. Sahaydan bukaan socodka ah ayaa la heli karaa ka hor inta aan laga bixin Qaybta A. Marka lagu dhigo ama lagaa saaro xarun LTC ah, ma heli doontid inta ka hartay daawada hore loo bixiyay. Waxaan hubin doonnaa inaad hesho dib u buuxin marka la dhigo ama laga saaro.

Hal mar oo lagu beddelayo “dib u buuxinta si dhakhso ah” ayaa loo bixiyaa daawo kasta taasoo saameyn ku yeelan doonta haddii lagaa dhigo ama lagaa saaro xarun LTC ah. Buuxinada xili hore wax ka badellada ayaan loo adeegsan in lagu xaddido marin u helidda habboon iyo tan lagama maarmaanka ah ee faa'iidadaada Qaybta D waxaana lagu oggol yahay inaad hesho dib-u-buuxinta marka lagu seexsho ama lagaa saaro isbitaalka.

## D2. Codsashada saad ku meelgaar ah

Si aad u codsato sahay ku-meel-gaar ah oo daawo ah, wac Adeegyada Xubinta.

**Markii aad heshid saad ku meelgaar ah oo daawada, la hadal bixiyahaaga sida ugu dhaqsiha badan oo suurtoogalka ah si aad u go'aansatid waxa la sameeyo markii saadkaaga uu dhammaado.** Waa kuwan xulashooyinkaaga:

- U beddelo daawo kale.



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

Qorshahayagu wuxuu dabooli karaa daawo kale oo adiga kuu shaqeysa. Wac Adeegyada Xubnaha si aad u weydiiso liiska daawooyinka aan daboolno ee daweynaya isla xaaladda caafimaad. Liisku wuxuu ka caawin karaa bixiyahaaga inuu helo daawo la daboolay oo adiga kuu shaqeyn karta.

### AMA

- Weydiiso ka-dhaafitaan.

Adiga iyo bixiyahaagu waxaad naga codsan kartaan inaan ka reebno. Tusaale ahaan, waxaad naga codsan kartaan inaan daboolno daawo aan ku jirin *Liiska Daawada* ama waxaad naga codsan kartaan inaan daboolno daawada si aan xad lahayn. Haddii bixiyahaagu sheego inaad haysato sabab caafimaad oo wanaagsan oo ka reeban, way kaa caawin karaan inaad codsato mid.

## D3. Inaad naga codsatid ka dhaafid

Haddii daawada aad qaadaneysa laga saaro *Liiska Daawooyinka* ama lagu xadido qaadista sanadka soo socda, waxaan kuu oggolaaneysaa inaad codsato ka-dhaafitaan ka hor inta aanay sanadka cusub bilaaban.

- Waxaan kuu sheegaynaa isbeddel kasta oo ku yimaadda caymiska dawadaada sanadka soo socda. Weydiiso in aan ka-dhaafitaan samayno oo aan daawadaada ku daboolno sidii aad jeceshahay sanadka soo socda.
- Waxaan ku jawaabi doonaa codsigaaga ka-dhaafitaanka 72 saacadood gudahood marka aan helno codsigaaga (ama bayaanka taageerada ee bixiyahaaga).
- Haddii aan ansixino codsigaaga, waxaan oggolaan doonaa caymiska daawada ka hor inta isbeddelku dhaqan galo.

Si aad wax badan uga barato codsiga ka-reebista, tixraac **Cutubka 9, Qaybta G2**, ee *Buug-gacmeedkan Xubinta*.

Haddii aad u baahan tahay caawimaad ku saabsan weydiisashada ka-reebista, la xiriir Adeegyada Xubnaha ama iskuduwaha daryeelkaaga.

## E. Isbeddelada daboolidda ee daawooyinkaaga

Isbeddelada badankood ee caymiska daawada waxay dhacaan Janaayo 1, laakiin waxaa laga yaabaa inaan ku darno ama ka saarno daawooyinka ku jiro Liiskeena Daawada inta lagu jiray sannadka. Waxa kale oo laga yaabaa inaan bedelno xeerarkayaga ku saabsan daroogada. Tusaale ahaan, waa laga yaabaa:

- Go'aansan karnaa inaan u baahanno ama aanan u baahannin oggolaansho hore (PA) oo daawo ah (oggolaansho naga yimid ka hor inta aanad helin daawada).
- Wax ku dari karnaa ama beddeli karnaa qaddarka aad daawada ka qaadan karto (xaddidaada tirada).
- Ku dar ama beddel xayiraadaha daaweynta ee tallaabooyinka ku saabsan daawada (waa inaad isku daydaa hal daawo ka hor inta aanaan daboolin daawo kale).
- Ku beddel badeecad bayooloji ah oo asal ah nooc biosimilar ah oo la beddeli karo oo ah badeecada bayoolojiga.

Waa inaan raacnaa shuruudaha Medicare ka hor inta aynaan beddelin *Liiska Daawada* ee qorshahayaga. Wixii macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan xeerarkan daawada, eeg **Qaybta C**.

Haddii aad qaadato daawo la daboolay **bilawga** sannadka, guud ahaan kama saarno ama ma badelno caymiska daawadaas **inta lagu jiro inta ka dhiman sannadka** illaamaa:

- daawo cusub oo ka jaban suuqa soo gasha taas oo shaqo ahaan la mid ah daawada hadda ku jirta *Liiskeena Daawooyinka* hadda, **ama**



- aanu ogaano in aanay daawadu aamin ahayn, **ama**
- daawada suuqa laga saaro.

### Maxaa dhaco haddii caymiska badelo daawada aad qaadanaysid?

Si aad u heshid warbixin badan oo ku saabsan waxa ka dhaco markii *Liiskeena Daawada* isbadelaan, waxaad marwalba:

- Ka eeg *Liiska Daawooyinka* ee hadda ee barta onlaynka ee [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org) **ama**
- Ka wac Adeegyada Xubinka lambarka ku yaal xagga hoose ee bogga si aad u eegto *Liiskeena Dawooyinka* ee hadda.

### Isbeddelada aan sameyn karno ee *Liiska Daawooyinka* ee kugu saameynaya inta lagu jiro sanadka qorshaha hadda

Isbeddelada *Liiska Daawooyinka* **qaarkood** islamarkiibaayay dhacayaan .

- **Daawo cusub oo guud ayaa la heli karaa.** Mararka qaar, daawo cusub oo guud ama biosimilar ah ayaa suuqa soo gasha oo si fiican u shaqeysa sida daawo magaceedu yahay ama badeecad bayooloji oo asal ah oo ku jirta *Liiska Daawada* hadda. Marka taasi dhacdo, waxaa laga yaabaa inaan ka saarno daawada magaca summadaysan oo aan ku darno daawada guud ee cusub, laakiin kharashkaaga daawada cusub wuxuu ahaan doonaa sidii hore ama wuu ka hooseeyaa.

Marka aanu daawo bilaa summad ah oo cusub ku soo darno *liiska*, waxa laga yaabaa inaanu sidoo kale go'aamino inaanu daawada summadda leh u dayno *liiska* laakiin aanu beddelno shuruucda ama xadidaadaha daboolitaanka.

- Waxa laga yaabaa in aanan kuu sii sheegin isbeddelka ka hor inta aanan sameyn, laakiin waanu kuu soo diri doonaa isbeddelka khaaska ah ka dib marka aanu sameyno.
- Adiga ama bixiyahaagu waxaad codsan kartaan “ka reebitaan” isbeddelladan. Waxaan kuu soo diri doonaa ogeysiis ku saabsan tallaabooyinka aad qaadi karto si aad u codsato ka reebitaan. Fadlan tixraac **Cutubka 9** ee buug-gacmeedkan si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan shardi dhaafyada.

**Ka saarista daawooyinka aan ammaan ahayn iyo daawooyinka kale ee laga saaro suuqa** Mararka qaarkood waxaa laga yaabaa in daawo la arko mid aan ammaan ahayn ama laga saaro suuqa sabab kale awgeed. Haddii ay taasi dhacdo, isla markiiba waxaan ka saari karnaa *Liiska Daawadayada*. Haddii aad qaadanayso daawada, waxaan kuu soo diri doonaa ogeysiis ka dib marka aan isbeddelka sameyno. Marka aad hesho ogeysiiskayaga, la xiriir dhakhtarkaaga si uu kula shaqeeyo si aad u hesho daawo kale oo ku habboon xaaladdaada.

**Waxaan sameyn karnaa isbeddelo kale oo saameyn ku yeelan kara daawooyinka aad qaadaneyso.** Waxaanku ogeysiin doonaa isbeddeladaan ku dhacaaya *Liiskeena Daawada*. Isbeddelladani waxay dhici karaan haddii:

- FDA soo saarto tilmaamo cusub ama haddii ay soo baxaan hagitaano cusub oo dawada la xiriira.

Marka isbedeladan dhacaan, waxaan:

- Kuu sheegi doonaa ugu yaraan 30 beri ka hor inta aanana isbeddel ku sameyn *Liiskeena Daawooyinka* **ama**
- Kuu sheegi doonaa oo ku siin doonaa daawo 30 maalmood ah ka dib markaad codsato in lagu soo celiyo.

Tani waxay ku siinaysaa waqti aad kula hadasho dhakhtarkaaga ama dhakhtar kale. Waxay kaa caawin karaan inaad go'aansato:



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

- Haddii ay jirto daawo la mid ah oo ku jirta *Liiskeena Daawooyin* iyada ayaad beddel ahaan u qaadan karta **ama**
- Haddii aad codsato ka-dhaafitaan ka hor inta aan isbeddeladaas ay bilaaban, si loo sii wado daboolidda daawada ama nooca daawada aad qaadeysay daroogada aad qaadanaysay. Si aad wax badan uga barato weydiisashada waxyaabaha ka reeban, tixraac **Cutubka 9, Qaybta G2**, ee *Buug-gacmeedka Xubinka*.

### **Isbeddelada ku dhaca *Liiska Daawooyinka* ee aan kugu saameynayn inta lagu jiro sanadka qorshaha hadda**

Waxaa laga yaabaa inaan isbeddelo ku sameyno daawooyinka aad qaadata oo aan kor lagu sharraxin oo aan hadda ku saameyn. Isbeddelada noocaas ah, haddii aad qaadanayso daawo aan daboolaynay **bilowga** sanadka, guud ahaan kama saarno ama kama **beddelno caymiska daawadaas inta ka dhiman sanadka**.

Tusaale ahaan, haddii aan ka saarno daawo aad qaadaneyso ama aan xadidno isticmaalkeeda, isbeddelkaas kuma saameynnayo isticmaalkaaga inta ka dhiman sanadka.

Haddii kuwa ka mid ah badeladaan ay u dhacaan daawada aad qaadaneysid (marka laga reebo badelada lagu qoray qeybta kore), badelka ma saameynayo isticmaalkaaga illaa Janaayo 1 ee sannadka xiggo.

Isbedelada noocan ah si toos ah uguma sheegi doonno sanadka hadda socda. Waxaad u baahan doontaa inaad hubiso *Liiska Daawada* sanadka qorshaha xiga (marka liisku diyaar yahay inta lagu jiro xilliga diiwaangelinta furan) si aad u aragto haddii ay jiraan wax isbeddel ah oo ku saameyn doona sanadka qorshaha ee xiga.

## **F. Daboolidda daawooyinka xaaladaha gaar ah**

### **F1. Gudaha isbitaalka ama xarunta xanaanada xirfadeysan oo joogitaanka qorshaheena uu daboolo**

Haddii lagu dhigo isbitaal ama xarun kalkaalin caafimaad oo xirfad leh si aad u joogtid, qorshahayagu wuxuu daboolayaa, guud ahaan waxaanu daboolnaa kharashka daawooyinkaaga inta aad joogtid. Ma bixin doontid lacag la wadaago. Marka aad ka baxdo isbitaalka ama xarunta kalkaalinta caafimaadka ee xirfadda leh, waxaanu dabooli doonaa daawooyinkaaga ilaa inta ay daawaduhu buuxiyaan dhammaan shuruucda caymiskayaga.

Si aad wax badan uga baratid caymiska daawada iyo waxa aad bixiso, tixraac **Cutubka 6-aad** ee *Buug yarahaan Xubnaha*.

### **F2. Gudaha xarunta daryeelka muddada dheer**

Badanaa, xarun daryeel oo muddo dheer ah, sida xarun kalkaalin caafimaad, waxay leedahay farmashi u gaar ah ama farmashi u gaar ah oo siisa daawooyinka dhammaan dadka deggan. Haddii aad ku nooshahay xarun daryeel oo muddo dheer ah, waxaad daawooyinkaaga ka heli kartaa farmashiyaha xarunta haddii ay qayb ka tahay shabakadeena.

Hubi *Buuggaaga Bixiyaha iyo Farmashiyahaaga* si aad u ogaato in farmashiyaha xarunta daryeelka muddada-dheer uu qayb ka yahay shabakadeena. Haddii aysan ahayn ama haddii aad u baahan tahay macluumaad dheeraad ah, la xirii Adeegyada Xubnaha.

### **F3. Gudaha barnaamijka daryeelka sakaraadka ee Medicare-xaqiijisaym**

Daawooyinka marna laguma dabooli karo isla waqti isku mid ah daryeelka guriga xanaanada lagu siiyo waayeelada iyo qorshaheenna.



- Waxaa laga yaabaa inaad ku jirto barnaamij guri ku xanaaneynta waayeelka ee Medicare oo aad u baahan tahay daawooyin gaar ah (tusaale ahaan, daawooyinka xanuunka, daawooyinka lidka lalabada, daawooyinka caloosha jilciya, ama daawooyinka lidka walaaca) kuwaas oo guri ku xanaaneyntaada ka ahaanta qofka waayeelka ah aanu daboolin sababtoo ah ma ahan kuwa la xiriira xaaladdaada dhimashada iyo cudurrada kale. Xaaladdan, qorshahayagu wuxuu u baahan yahay in bixiyahaaga ama adeegga bixiyahaaga goob ku xanaaneynta qofka waayeelka ah uu noo soo sheego in daawada aysan la xiriirin ka hor inta aanan daboolin daawada.
- Si looga fogaado dib-u-dhac ku yimaada helitaanka daawooyinka aan la xiriirin ee qorshahayagu waa inuu daboolaa, waxaad weydiisan kartaa bixiyahaaga hospice ama dhakhtarkaaga inay hubiyaan inaan haysanno ogeysiiska in daawada aysan la xiriirin ka hor inta aadan ka codsan farmashiyaha inuu buuxiyo daawadaada.

Si looga hortago dib-u-dhac kasta oo ku yimaada farmashiyaha marka faa'iidadaada guri ku xanaaneynta qofkaada waayeelka ah ee Medicare ay dhammaato, u qaado dukumeentiyada farmashiyaha si loo xaqiijiyo inaad ka baxday goobta xanaaneynta waayeelka.

Tixraac qaybaha hore ee cutubkan oo ka hadlaya daawooyinka qorshahayagu daboolayo. Ka eeg **Cutubka 4, Qaybta E**, ee *Buug-gacmeedkan Xubinta* si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan faa'iidada hoyga daryeelka.

## G. Barnaamijyada badbaadada daawooyinka iyo maareynta daawooyinka

### G1. Barnaamijyada kaa caawinayo inaad u isticmaasho daawada si badqab ah

Markasta oo aad buuxiso warqadda daawada, waxaan eegnaa suurtagalka dhibaatooyinka, sida qaladaadka daawada ama daawooyinka:

- loo malaynnayo inaan loo baahnayn sababtoo ah waxaad qaadaneysaa daawo kale oo la mid ah oo shaqo isku mid ah qabata
- Aan u badnayn in ay ku badbaado sababo la xiriira da'daada ama jinsigaaga
- Kuu waxyeello geysan kara haddii aad qaadato isla mar
- Leh walxo aad ka xasaasiyad leedahay ama laga yaabo inaad ka xasaasiyad leedahay
- waxay noqon kartaa qalad ku jira qaddarka (qiyaasta)
- Leh qiyaaso aan badbaado lahayn oo ah daawooyinka xanuunka opioid.

Haddii aan ku aragno dhibaato suurtoagal ah isticmaalkaaga daawada, waxaan kala shaqeyneynaa bixiyahaaga si u saxo dhibaataada.

### G2. Barnaamijyada kaa caawinayo maareynta daawooyinkaaga

Qorshahayagu wuxuu leeyahay barnaamij lagu caawiyo xubnaha qaba baahiyaha caafimaad ee adag. Xaaladaha noocaas ah, waxaad xaq u yeelan kartaa inaad hesho adeegyo, iyada oo aan wax kharash ah kugu kacayn, iyada oo loo marayo barnaamijka maaraynta daaweynta daawada (MTM). Barnaamijkani waa Iskaa wax u qabso ah oo bilaash ah. Barnaamijkani wuxuu kaa caawinayaa adiga iyo bixiyahaaga inaad hubisaan in daawooyinkaagu ay ka shaqeynayaan hagaajinta caafimaadkaaga. Haddii aad u qalanto barnaamijka, farmashiistahaaga ama xirfadle kale oo caafimaad ayaa ku siin doona dib u eegis dhammaystiran oo ku saabsan dhammaan daawooyinkaaga oo kaala hadli doona:

- sida ugu wanaagsan ee aad uga faa'iideysan karto daawooyinka aad qaadato
- wax kasta oo aad ka walwalsan tahay, sida kharashyada daawooyinka iyo falcelinta daawooyinka



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).



- sida ugu wanaagsan ee aad u qaadan karto daawooyinkaaga
- su'aalaha ama dhibaatooyinka aad qabto ee ku saabsan daawooyinka la qoro iyo kuwa aan la qorin.

Markaa, waxay ku siinayaan:

- Qoraalkaas wuxuu leeyahay qorshe ficil oo ku saabsan daawooyinka, oo kugula talinaya waxaad samayn karto si aad ugu isticmaasho daawooyinkaaga habka ugu fiican.
- Liis shaqsiyadeed oo ku saabsan daawooyinka aad qaadata, inta aad qaadata, goorta aad qaadata, iyo sababta aad u qaadata.
- Macluumaad ku saabsan sida loo tuuro daawooyinka la qoro ee ah walxo la xakameeyo si badbaado leh.

Waa fikrad fiican inaad la hadasho dhakhtarkaaga ku saabsan qorshahaaga ficilka iyo liiska daawooyinkaaga.

- Qaado qorshahaaga ficilka iyo liiskaaga daawooyinka markasta oo aad booqanayso dhakhtarkaaga, farmashiistaha, iyo bixiyayaasha kale ee daryeelka caafimaadka. Daryeelka laga helo bixiyayaasha
- Qaado liiskaaga daawooyinka haddii aad aado isbitaalka ama qolka degdegga.

Barnaamijyada MTM waa kuwo ikhtiyaari ah oo bilaash ah xubnaha u qalma. Haddii aan leenahay barnaamij ku habboon baahiyahaaga, waxaan kugu diiwaangelineynaa barnaamijka oo waxaan kuu soo diri doonnaa macluumaad. Haddii aadan rabin inaad ku jirto barnaamijka, noo sheeg, waana kaa saari doonnaa.

Haddii aad qabtid wax su'aalo ah oo ku saabsan barnaamijyadan, la xiriir Adeegyada Xubinta ama isku-duwaha daryeelkaaga.

### **G3. Barnaamijka maareynta daawada (DMP) oo ka caawiyo xubnaha isticmaalka badqabka ah ee daawooyinka daroogada**

Barnaamijyada MTM waa kooxi ah oo bilaash ah xubnaha u qalma. Haddi aan barnaamij ku sahamin, waxaan kuugu horrayn barnaamijka barnaamijka oo aan kuu soo diri doonno macluumaadka. Haddii aadan rabin inaad ku jirto barnaamijka, noo sheeg, waana kaa saarin.

Haddii aad isticmaasho dawooyinka opioidka oo aad ka hesho dhowr dhakhtar ama farmashiye, waxaa laga yaabaa inaan la xiriirno dhakhaatiirtaada si loo hubiyo in isticmaalkaaga daawada opioid-ka tahay mid ku habboon oo caafimaad ahaan lama huraan ah iyo mid caafimaad ahaan lagama maarmaan ah. La shaqaynta daawadaada, haddii aan go'aansanno isticmaalka daawada opioid ee lagu qoray ama Daawooyinka benzodiazepine waxaa laga yaabaa inaysan ammaan ahayn, waxaa laga yaabaa inaan xaddidno sida aad u heli karto daawooyinkaas. Haddii aan ku dhigno DMP-geena, addidaadaha waxay ka koobnaan karaan:

- Kaa raba inaad hesho dhammaan daawooyinka opioid ama benzodiazepine ee laga helo farmashiyo gaar ah
- Kaa raba inaad hesho dhammaan daawooyinkaaga opioid ama benzodiazepine ee dhakhtar(yaasha) gaar ah.
- Xaddidaadda xaddiga daawooyinka opioid ama benzodiazepine ee aan kuu dabooli doono

Haddii aan qorsheyneyno inaan xaddidno sida aad u hesho daawooyinkan ama inta aad heli karto, waxaan kuu soo diri doonnaa warqad hore. Warqaddu waxay kuu sheegi doontaa haddii aan kuu xaddidi doonno caymiska daawooyinkan, ama haddii lagaa rabo inaad daawooyinkan ka hesho bixiye gaar ah ama farmashiye.

**Waxaad heli doontaa fursadaad noogu sheegto bixiyayaasha ama farmashiyada aad doorbideyso inaad isticmaasho iyo wax kasta oo macluumaad ah oo aad u malayneyso inay muhiim yihiin inaan ogaano.** Haddii aan go'aansano inaan xaddidno dabooliddaada daawooyinkan kadib markii aad ka jawaabto, waxaan kuu soo diri doonnaa warqad kale oo xaqiijinaysa xaddidaadaha.

**Haddii aad su'aalo qabtid,** fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah,** booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).



Haddii aad u malaynayso inaan khalad sameynay, aadna ku raacsanayn go'aankeenna ama xaddidaadda, adiga iyo qofka kuu qoray waxaad samayn kartaan racfaan. Haddii aad racfaan qaadato, waxaan dib u eegi doonnaa kiiskaaga oo ku siin doonnaa go'aan cusub. Haddii aan sii wadno diidmada wax kasta. qayb ka mid ah racfaankaaga oo la xiriiira xaddidaadaha khuseeya helitaankaaga daawooyinka, waxaan si toos ah kiiskaaga ugu diri doonnaa Hay'adda Dib-u-eegista Madaxbannaan (IRO). (Si aad wax badan uga barato rafcaannada iyo IRO, tixraac **Cutubka 9, Qaybta E**, ee *Buug-gacmeedkan Xubinka*.)

DMP-ga wuxuu laga yaabaa inuusan ku khusayn adiga haddii aad:

- qaba xaalado caafimaad oo gaar ah, sida kansarka ama cudurka unugyada sickle cell,
- aad qaadanayso hospice, palliative, ama dhammaadka nolosha **ama** daryeelka,
- Ku nooshahay xarun daryeel muddo dheer ah.



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

## Cutubka 6-aad: Waxaad ka bixinayso daawooyinkaaga Medicare iyo Medical Assistance

### Hordhac

Cutubkan wuxuu ka hadlayaa wixii aad bixiso ee ku saabsan daawooyinka lagu qoro ee ka bukaan-socod ahaan:

- Daawooyinka Qaybta D ee Medicare, **iyo**
- Daawooyinka iyo alaabada lagu daboolay oo hoos yimaada Kaalmada Caafimaadka, **iyo**

Maadaama aad xaq u leedahay Gargaarka Caafimaadka, waxaad ka heleysaa “Caawimo Dheeraad ah” Medicare si ay kaaga caawiso bixinta daawooyinkaaga Medicare Qaybta D. Waxaan kuu soo dirnay qoraal gooni ah, oo loo yaqaan “*Buug-gacmeedka Xubinta ee Dadka Helaya Caawimo Dheeraad ah Bixinta Daawooyinka Qoray*” (sidoo kale loo yaqaan “Rakaabka Kaalmada Dakhliga Hoose” ama “Rider-ka LIS”), kaas oo kuu sheegaya caymiskaaga daawada. Haddii aadan haysan qoraalkan, fadlan wac Adeegyada Xubnaha oo weydii “Rider-ka LIS.”

**Caawinta Dheeraadka** ah waa barnaamijka Medicare oo ka caawiya dadka dakhliga iyo ilaha dhaqaale ee xaddidan inay dhimaan kharashaadka daawooyinka lagu qoro Medicare Qaybta D, sida khidmad ceymiseedka joogtada ah, wax ka jaritaanada, iyo ceymis wadaaga go’an. Caawinta dheeraadka ah waxa kale oo loo yaqaan “Kabitaanka dakhli-hooseeya,” ama “LIS.”

Ereyo kale oo muhiim ah iyo qeexitaannadoodu waxay u muuqdaan si xarfo leh cutubka *ugu dambeeyaa Buug-gacmeedkan Xubinta*.

Si aad wax badan uga barato daroogada, waxaad ka eegi kartaa meelahan:

- Liiskeena *Daawooyinka la Caymiyay*.
  - Waxa aanu u soo gaabinaa *Liiska Daawooyinka*. waxay kuu sheegi:
    - » Daawooyinka aan bixino
    - » Kee ka mid ah 3da heer ee daawo kasta ku jirto
    - » Haddii xaddidaadyo ku jiraan daawooyinka
  - Haddii aad u baahan tahay nuqul ka mid ah *Liiska Daawada*, wac Adeegyada Xubnaha. Waxa kale oo aad ka heli kartaa nuqulkii ugu dambeeyay ee *Liiska Daawada* boggayaga internetka ee [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).
- **Cutubka 5** ee *Buug-gacmeedkan Xubinka*.
  - Waxay sheegtaa sida looga helo daawooyinka bukaan socodka ee qorshaheena.
  - Waxaa ku jira xeerar aad u baahan tahay inaad raacdo. Waxay sidoo kale sheegaysaa noocyada daawooyinka aan qorshahayagu dabooli karin.
  - Markaad isticmaasho “Qalabka Faa’iidada Waqtiga Dhabta ah” ee qorshaha si aad u raadiso caymiska daawada (tixraac **Cutubka 5, Qaybta B2**), kharashka la muujiyay waa qiyaas ah kharashyada jeebka laga filayo inaad bixiso. Waxaad wici kartaa iskuduwahaaga daryeelka ama Adeegyada Xubnaha si aad u hesho macluumaad dheeraad ah.
- Tusaheena *Dhakhtarka iyo Farmashiga*.
  - Inta badan, waa inaad isticmaashaa farmashi shabakadeed si aad u hesho daawooyinkaaga la daboolay. Farmashiyeaasha shabakadu waa farmashiyeaal ogol inay nala shaqeeyaan.
  - Buugga *Bixiyaha iyo Farmashiyaha* wuxuu leeyahay liis farmashiyada shabakadda. Ka eeg **Cutubka 5, Qaybta A**, ee *Buug-gacmeedkan Xubinta* si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan farmashiyada shabakadda.

**Haddii aad su’aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).



## Jadwalka Tusmooyinka

|                                                                                                    |            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| <b>A. Sharraxaada Dheefaha (EOB) .....</b>                                                         | <b>103</b> |
| <b>B. Sida loola socdo kharashaadka daawooyinkaaga .....</b>                                       | <b>103</b> |
| B1. Isticmaal Kaarkaaga Aqoonsiga Xubinta. ....                                                    | 103        |
| B2. Hubi inaad haystid warbixinta aad u baahannahay. ....                                          | 104        |
| B3. Noo soo dir warbixinta ku saabsan lacag bixinada dadka kale kuu sameeyaan. ....                | 104        |
| B4. Fiiri EOBs aan kuu soo dirnay. ....                                                            | 104        |
| <b>C. Marxaladaha Bixinta Daawada ee daawooyinka Medicare Part D .....</b>                         | <b>105</b> |
| C1. Qorshahayagu wuxuu leeyahay saddex heer oo wadaagga kharashka ah .....                         | 105        |
| C2. Iqtiyaarada farmashigaaga. ....                                                                | 105        |
| C3. Helida saad muddo dheer ee daawada .....                                                       | 105        |
| C4. Waxa aad bixiso .....                                                                          | 106        |
| <b>D. Heerka 1: Herka Biloowga Daboolista .....</b>                                                | <b>107</b> |
| D1. Iqtiyaarada farmashigaaga .....                                                                | 107        |
| D2. Helida saadka muddada dheer ee daawada .....                                                   | 107        |
| D3. Waxaad bixiso .....                                                                            | 107        |
| D4. Dhammaadka Marxaalada Caymiska Hore .....                                                      | 108        |
| <b>E. Marxaalada 2: Marxaalada Caymiska Masiibada .....</b>                                        | <b>109</b> |
| <b>F. Qarashaadka daawadaada haddii dhaqtarkaaga kuu qoro wax ka yar saadka bisha buuxdo .....</b> | <b>109</b> |
| <b>G. Waxa aad ka bixiso tallaallada Qaybta .....</b>                                              | <b>109</b> |
| G1. Waxaa aad u baahantahay inaad ogaatid ka hor intaadan heli tallaall .....                      | 110        |



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

## A. Sharaxaada Dheefaha (EOB)

Qorshaheena wuxuu raadraaca qarashaadka daawada iyo lacag bixinada aad sameyso markaad heshid daawada qoraalka ee farmashiga.

- Kharashka **jeebkaaga laga bixiyo**. Tani waa lacagta aad adiga, ama kuwa kale ee adiga ku matalaya, ku bixiso daawooyinkaaga. Tan waxaa ka mid ah waxaad bixisay markii aad hesho daawada Qaybta D ee la daboolay, lacag kasta oo daawooyinkaaga ah oo ay sameeyeen qoyska ama asxaabta, lacag kasta oo lagu bixiyay daawooyinkaaga oo ay bixisay Caawinaad Dheeraad ah oo ka timid Medicare, loo-shaqeeyaha ama qorshayaasha caafimaadka ururka shaqaalaha, Adeegga Caafimaadka Hindiya, barnaamijyada gargaarka daroogada ee AIDS, samafalka, iyo inta badan Barnaamijyada Gargaarka Daawada ee Gobolka (SPAPs).
- Wadarta **kharashka daawadaada**. Kani waa wadarta dhammaan lacagaha lagu bixiyay daawooyinkaaga Qaybta D ee la daboolay. Waxaa ku jira waxa qorshahayagu bixiyay, iyo barnaamijyada kale ama ururada ay ku bixiyeen daawooyinkaaga Qaybta D ee la daboolay.

Markaad daroogo ka hesho qorshahayaga, waxaan kuu soo direynaa soo koobid la yiraahdo *Sharaxaadda Faa'iidooyinka*. Waxaan ugu yeernaa EOB marka la soo gaabiyo. EOB ma aha biil. EOB waxay haysaa macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan daawooyinka aad qaadato. EOB waxaa ku jira:

- **Macluumaadka bisha**. Soo koobiddu waxay sheegaysaa daawooyinka aad heshay bishii hore. Waxay muujinaysaa wadarta kharashka daawada, waxa aanu bixinay, iyo waxa adiga iyo dadka kaleba ay ku bixiyeen.
- **Wadarta guud ee sanadka tan iyo bishii Janaayo 1**. Tan waxay muujineysaa wadarta qarashaadka daawada iyo wadarta lacag bixinta ee daawooyinkaaga tan iyo sannadka bilawday.
- **Macluumaadka qiimaha daroogada**. Tani waa qiimaha guud ee daawada iyo wixii isbeddel ah ee ku dhacay qiimaha daawada tan iyo markii ugu horreysay ee la qoro sheegasho kasta oo dhakhtar qoray oo isku mid ah.
- **Beddelka qiimaha jaban Marka ay khuseyso**, macluumaad ku saabsan daawooyinka kale ee la heli karo oo leh kharash yar oo la wadaago warqad kasta.

Waxaan bixinaynaa daboolidda daawooyinka aan Medicare daboolin.

- Lacag bixinada loo sameeyay daawooyinka laguma xisaabiyo dhinaca wadarta qarashaadka jeebka laga bixiyo.
- Si aad u ogaato daawooyinka uu qorshahayagu daboolayo, tixraac *Liiska Daawada*. Marka laga soo tago daawooyinka lagu daboolay Medicare, qaar ka mid ah daawooyinka dhakhtarku qoro iyo kuwa aan dhakhtar qorin ayaa lagu daboolay Kaalmada Caafimaadka. Daawooyinkan waxaa lagu daray *Liiska Daawada*.

## B. Sida loola socdo kharashaadka daawooyinkaaga

Si aad u ilaaliso kharashaadka daawooyinkaaga iyo lacaggaha aad bixiso, waxaan adeegsanaa diiwaanno aan ka helno adiga iyo farmashiyahaaga.

### B1. Isticmaal Kaarkaaga Aqoonsiga Xubinta.

Tus Kaarka Aqoonsiga Xubinnimada mar kasta oo aad hesho warqad dhakhtar qoray. Tani waxay naga caawinaysaa inaan ogaano daawooyinka aad buuxiso iyo waxaad bixiso.



## B2. Hubi inaad haystid warbixinta aad u baahannahay.

Tus Kaarka Aqoonsiga Xubinnimada mar kasta oo aad hesho warqad dhakhtar qoray. Tani waxay naga caawinaysaa inaan ogaano daawooyinka aad buuxiso iyo waxaad bixiso.

Halkaan waa tusaalooyinka goorta ay tahay inaad nasiiso koobiyada rasiidyadaada:

- Markaad iibsato daawo caymis ku jirta farmashiye shabakad ah qiimo gaar ah ama adoo isticmaalaya kaar qiimo dhimista ah oo aan qayb ka ahayn faa'iidooyinka qorshahayaga
- Markaad bixiso lacag qayb ah oo loogu talagalay dawooyinka barnaamijka gargaarka bukaanka ee shirkadda daawooyinka
- Markaad iibsato daawo caymis ku jirta farmashiye ka baxsan shabakadda
- Markaad bixiso qiimaha buuxa ee daawada la daboolay xaalado gaar ah awgood

Wixii macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan codsashada lacag celin, ka eeg **Cutubka 7, Qaybta A**, ee *Buug-gacmeedkan Xubinka*.

## B3. Noo soo dir warbixinta ku saabsan lacag bixinada dadka kale kuu sameeyaan.

Lacagaha ay bixiyaan dad iyo ururo kale oo gaar ah ayaa sidoo kale lagu xisaabiyaa kharashyada jeebkaaga laga bixiyo. Tusaale ahaan, lacagaha ay bixiyaan barnaamijka gargaarka daroogada ee AIDS-ka (ADAP), Adeegga Caafimaadka Hindiya, iyo hay'adaha samafalka badankood waxay ku xisaabtamaan kharashyada jeebkaaga laga bixiyo. Tani waxay kaa caawin kartaa inaad u qalanto caymiska masiibada ah. Markaad gaarto Heerka Caymiska Masiibada, qorshahayagu wuxuu bixiyaa dhammaan kharashyada daawooyinkaaga Medicare Part D inta ka dhiman sanadka.

## B4. Fiiri EOBs aan kuu soo dirnay.

Markaad EOB ku hesho boostada, fadlan hubi inuu dhammeystiran yahay oo sax yahay.

- **Ma taqaanaa magaca farmashi kasta?** Hubi taariikhaha. Ma heshay daawooyin maalintaas?
- **Daawooyinka ma heshay liiska ku qoran?** Ma la mid yihiin kuwa ku qoran rasiidhadaada? Daawooyinka ma la mid yihiin kuwa uu dhakhtarkaagu kuu qoray?

### Ka waran haddii aad qaladaad ku aragtid dulmarkaan?

Haddii wax ku wareersan yahay ama wax aan sax ahayn ka muuqdo EOB, fadlan nala soo xiriir Adeegyada Xubinta ee SeniorCare Complete.

### Ka waran qiyaanada suurtoogalka ah?

Haddii warbixintani ay muujiso dawooyin aadan isticmaalin ama wax kale oo kugu muuqda mid aan sax ahayn, fadlan nala soo xiriir.

- Nala soo xiriir Adeegyada Xubinta SeniorCare Complete.
- Ama wac Medicare lambarka 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). Dadka isticmaala TTY waa inay wacaan 1-877-486-2048. Waxaad wici kartaa lambarradan si bilaash ah.

Haddii aad u malaynayso in wax khaldan yihiin ama maqan yihiin, ama haddii aad qabtid wax su'aalo ah, wac Adeegyada Xubnaha. Hayso EOB-yadan. Waa diiwaan muhiim ah oo ku saabsan kharashyada daawadaada.



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

## C. Marxaladaha Bixinta Daawada ee daawooyinka Medicare Part D

Waxaa jira laba marxaladood oo lacag bixin ah oo ku saabsan caymiskaaga daawada Medicare Part D ee hoos yimaada qorshahayaga. Daawo kasta waxay ku xiran tahay marxaladda aad ku jirto marka aad hesho warqad dhakhtar kuu qoray ama lagu buuxiyay. Kuwaani waa labo marxaladood:

| Marxaalada 1: Marxaalada Caymiska Koowaad                                                                                                                                                                                                                   | Marxaalada 2: Marxaalada Caymiska Masiibada                                                                                                                                                                              |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Inta lagu jiro marxaladdan, waxaan bixinnaa qayb ka mid ah kharashyada daawada, adigana qaybtaada ayaad bixinaysaa. Qaybtaada waxaa la yiraahdaa qaybta qarashka.<br><br>Waxaad ka bilaabaysaa marxaladdan marka aad buuxiso daawada ugu horreysay sanadka. | Inta lagu jiro marxaladdan, waxaanu bixinaa dhammaan kharashyada daawooyinkaaga ilaa Diseembar 31deeda, 2026.<br><br>Marxaladdan waxaad bilaabaysaa marka aad bixiso lacag cayiman Kharashaadkaaga aad ka bixiso jeebka. |

### C1. Qorshahayagu wuxuu leeyahay saddex heer oo wadaagga kharashka ah

Heerarka la wadaago kharashka waa kooxo daawooyin ah oo leh isla lacag-bixin isku mid ah. Dawo kastoo ku jirta *Liiska Daawadayadu* waxay ku jirtaa mid ka mid ah heerarka la wadaago kharashka. Si aad u hesho heerarka la wadaago kharashka daawooyinkaaga, tixraac *Liiska Daawada*.

- Daawooyinka heerka 1-aad ee caadiga ah waxay leeyihiin lacag-bixinta ugu hooseysa ee la wadaago. Waxay noqon karaan daawooyin guud ama daawooyin aan ahayn Medicare oo ay bixiso Gargaarka Caafimaadka. Lacag-bixinta la wadaago waa laga bilaabo \$0 ilaa \$5.10, iyadoo ku xiran dakhligaaga.
- Daroogada heerka 1aad waxay leedahay lacag-bixin wadaag ah oo sarreysa. Lacag-bixinta wadaagga ah waa laga bilaabo \$0 ilaa \$12.65, iyadoo ku xiran dakhligaaga.
- Daawooyinka dukaanka laga iibsado (OTC) waxay leeyihiin \$0 oo qarash wadaaga caymiska.

### C2. Iqtiyaarada farmashigaaga

Inta aad bixisid daawada waxay ku xirantahay haddii aad ka heshid daawada:

- farmashiga shabakada, **ama**
- farmashiye ka baxsan shabakadda. Xaalado xaddidan, waxaan daboolnaa daawooyinka dhakhtarku qoro ee lagu buuxshay farmashi ka baxsan shabakadda. Tixraac **Cutubka 5, Qaybta E** ee *Buug -gacmeedkan Xubinta* si aad u hesho marka aan samayno taas.

Tixraac **Cutubka 9-aad** ee *Buug yarahaan Xubnaha* si aad wax uga baratid sida loo xareeyo racfaan haddii lagu sheego in daawada aanan la daboolayn. Si aad wax badan uga ogaato xulashooyinka farmashiyaha, fiiri **Cutubka 5** ee *Buug Gacmeedkaan Xubinta* iyo *Bixiyaha* iyo *Tusaha Farmashiyaha*.

### C3. Helida saad muddo dheer ee daawada

Daawooyinka qaarkood, waxaad heli kartaa sahay muddo dheer ah (oo sidoo kale loo yaqaan “sahay dheer”) marka aad buuxiso warqadda daawadaada. Sahayda muddada dheer waxay gaaraysaa ilaa 90 maalmood. Waxay kugu kacaysaa isla qiimaha sahay hal bil ah.

Wixii sharaxaado ee meesha iyo sida loo helo saadka muddada dheer ee daawada, tixraac **Cutubka 5-aad** ee *Buug yarahaan Xubnaha* ama *Hagaha Bixiyaheena* iyo *Farmashiga*.



#### C4. Waxa aad bixiso

Waxaad bixin kartaa lacag-bixin la mid ah marka aad buuxiso warqadda daawada. Haddii daawadaada la daboolay ay ka yar tahay lacagta la midka ah, waxaad bixinaysaa qiimaha hoose.

La soo xiriir Adeegyada Xubnaha si aad u ogaatid inta qarash wadaagaaga caymiska loogu talloagalay daawo walboo daboolan.

**Saamigaaga qarashka markaad ka heshid *saad hal bil* ah ama *saad muddo dheer* oo daawada daboolan:**

|                                                                               | <b>Farmashiga shabakada</b><br>Hal bil ama ilaa 90 maalmood oo sahayda daawooyinka qaarkood ah.                                                                                                                   | <b>Farmashiye daryeel muddo-dheer ah oo shabakadeed</b><br>Ilaa 31 maalmood oo sahay ah. | <b>Farmashiye ka baxsan shabakadda</b><br>Ilaa 30 maalmood oo sahay ah. Caymisku wuxuu ku kooban yahay kiisaska qaarkood. Tixraac <b>Cutubka 5 Buug-gacmeedkan Xubinta</b> si aad u hesho faahfaahin dheeraad ah. |
|-------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Kharash Wadaagista Heerka 1 - Guud ahaan</b>                               | \$0/\$1.60/\$5.10<br>Koobiyada daawooyinka dhakhtarku qoro way kala duwanaan kartaa iyadoo ku xiran heerka Caawimo dheeraad ah oo aad hesho. Naga soo wac si aad u hesho faahfaahin dheeraad ah                   | \$0                                                                                      | \$0/\$1.60/\$5.10                                                                                                                                                                                                 |
| <b>Kharash Wadaagista Qaybta 1 – Magaca summada</b>                           | \$0/\$4.90/\$12.65<br>Qaybaha caymiska ee loogu talagalay daawooyinka dhakhtarku qoro way kala duwanaan karaan iyadoo ku saleysan heerka Caawin Dheeraad ah ee aad helo. Noo soo wac wixii sharaxaado dheeraad ah | \$0                                                                                      | \$0/\$4.90/\$12.65                                                                                                                                                                                                |
| <b>Daawooyinka farmashiga laga soo gato uusan dhakhtarku qorin iyo agabka</b> | \$0                                                                                                                                                                                                               | \$0                                                                                      | \$0                                                                                                                                                                                                               |

Si aad u hesho xog ku saabsan farmashiyeyaashu ay ku siin karaan agab muddodheer ah, tixraac Bixiyaha qorshahayaga iyo *Buugga Farmashiyaha*.



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).



## D. Heerka 1: Herka Biloowga Daboolista

Inta lagu jiro Marxaalada Caymiska Koowaad, waxaan bixinaa saamiga qarashka daawooyinkaaga daboolan, oo waxaad bixineysaa saamigaaga. Qaybtaada waxaa yiraahdaa qaybta caymiska. Lacag-bixinta la wadaago waxay ku xiran tahay heerka wadaagga kharashka daawadu jiro iyo meesha aad ka helayso.

Heerarka la wadaago kharashka waa kooxo daawooyin ah oo leh isla lacag-bixin isku mid ah. Dawo kasta oo ku jirta Liiska Daawada ee qorshahayaga waxay ku jirtaa mid ka mid ah heerarka la wadaago kharashka. Si aad u hesho heerka la wadaago kharashka daawooyinkaaga, tixraac Liiska Daawadayada.

- Daawooyinka heerka 1aad ee caadiga ah waxay leeyihiin lacag-bixinta ugu hooseysa. Lacag-bixinta guud waa \$0 ilaa \$5.10, iyadoo ku xiran dakhligaaga.
- Daroogada heerka 1aad waxay leedahay lacag-bixin wadaag ah oo sarreysa. Lacag-bixinta wadaagga ah waa laga bilaabo \$0 ilaa \$12.65, iyadoo ku xiran dakhligaaga.
- Daawooyinka dukaanka laga iibsado (OTC) waxay leeyihiin \$0 oo qarash wadaaga caymiska.

### D1. Iqtiyaarada farmashigaaga

Inta aad bixisid daawada waxay ku xirantahay haddii aad ka heshid daawada:

- farmashiye tafaariiqeed oo shabakadeed, ama
- Kaliya xaalado yar, ayaan dabooli doonnaa dawooyinka laga qaato farmashiyeyaasha aan shabakadda ku jirin. Tixraac **Cutubka 5-aad** ee *Buug yarahaan Xubnahasi* loo ogaado marka aan sameyno midaas.

Si aad wax badan uga baratid iqtiyaaradaan, tixraac **Cutubka 5-aad** ee *Buug yarahaaga Xubnaha* iyo *Hagaheena Bixiyaha* iyo *Farmashiga Buugga Farmashiyaha*.

### D2. Helida saadka muddada dheer ee daawada

Daawooyinka qaarkood, waxaad heli kartaa sahay muddo dheer ah (oo sidoo kale loo yaqaan “sahay dheer”) marka aad buuxiso warqadda daawadaada. Sahayda muddada dheer waxay gaaraysaa ilaa 90 maalmood. Waxay kugu kacaysaa isla qiimaha sahay hal bil ah.

Wixii sharaxaado ah ee ku saabsan meesha iyo sida loo helo saad muddo dheer oo daawada ah, tixraac **Cutubka 5-aad** ee *Buug yarahaan Xubnaha* ama *Hagaha Bixiyaha* iyo *Farmashiga qorshaheena*.

### D3. Waxaad bixiso

Inta lagu jiro Marxaalada Caymiska Daboolan, waxaa laga yaabaa inaad bixiso qarash wadaaga caymiska waqti walba aad buuxineysid daawada qoraalka haddii qarashaadka daawadaada daboolan uu ka yaryahay qarash wadaaga caymiska, waxaad bixineysaa qiimaha ugu hooseeyo.

La soo xiriir Adeegyada Xubnaha si aad u ogaatid inta qarash wadaagaaga caymiska loogu talloagalay daawo walboo daboolan.



**Saamigaaga qarashka markaad ka heshid saad hal bil ah ama saad muddo dheer oo daawada daboolan:**

|                                                         | <b>Farmashiga shabakada</b><br>Hal bil ama ilaa 90-maalmood oo sahay ah oo loogu talagalay qaar Daawooyinka.                                                                              | <b>Daryeel muddo-dheer ah oo shabakadeed farmashiyaha</b><br>Ilaa iyo 31 maalmood sahay. | <b>Ka baxsan shabakada farmashiyaha</b><br>ilaa 30 maalmood oo sahay ah. daboolistu waxay ku cayiman tahay xaalado gaar ah. ka eeg <b>Cutubka 5</b> wixii faahfaahin ah. |
|---------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Kharash Wadaagista Heerka 1 - Guud ahaan</b>         | \$0/\$1.60/\$5.10<br><br>Qaybta caymiska ee daawooyinka dhakhtartu qoro ayaa kala duwan ayagoo ku xiran heerka Caawin Dheeraad ah ee aad hesho. Noo soo wac wixii sharaxaado dheeraad ah. | \$0                                                                                      | \$0/\$1.60/\$5.10                                                                                                                                                        |
| <b>Kharash Wadaagista Daawooyinka heerka 1</b>          | \$0/\$4.90/\$12.65<br><br>Qaybta caymiska ee daawooyinka dhakhtartu qoro ayaa kala duwan ayagoo ku xiran heerka Caawin Dheeraad ah ee aad hesho. nasoo wac faahfaahin dheeraad ah         | \$0                                                                                      | \$0/\$4.90/\$12.65                                                                                                                                                       |
| <b>Dawooyinka dukaamada laga soo iibsado iyo agabka</b> | \$0                                                                                                                                                                                       | \$0                                                                                      | \$0                                                                                                                                                                      |

Wixii warbixin ah ee ku saabsan farmashiyada ku siin karo saadadka muddada dheer, tixraac *Hagaha Bixiyaheena iyo farmashiyaheena*.

#### D4. Dhammaadka Marxaalada Caymiska Hore

Marxaladda Caymiska Bilowga ah waxay dhammaataa marka wadarta kharashka jeebkaaga laga bixinayo ay gaarto \$2,100. Waqtigaas, Marxaladda Caymiska Masiibada ayaa bilaabanaysa. Waxaan daboolaynaa dhammaan kharashyada daawadaada laga bilaabo markaas ilaa dhammaadka sanadka.

Marxaladda Caymiska Bilowga ah waxay dhammaatay marka wadarta cunta jeebka lagaaga bixinayo ay horay \$2,100. Waqtigaas, Marxaladda Caymiska Masiibada ayaa bilaabanaysa. Waxaan daboolaynaa dhammaan agabyada daawadaada laga bilaabo ilaa sanadka.



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

## E. Marxaalada 2: Marxaalada Caymiska Masiibada

Marka aad gaarto xadka jeebkaaga ee \$2,100 ee daawooyinkaaga, Marxaladda Caymiska Masiibada ayaa bilaabanaysa. Waxaad ku sii jiri doontaa Marxaladda Caymiska Masiibada ilaa dhammaadka sanadka kalandarka. Inta lagu jiro marxaladdan, waxba kama bixinaysid daawooyinka aad daboolayso Qaybta D.

## F. Qarashaadka daawadaada haddii dhaqtarkaaga kuu qoro wax ka yar saadka bisha buuxdo

Badanaa, waxaad bixisaa lacag-bixin la mid ah si aad u daboolayso daawada la daboolay muddo bil ah oo dhan. Si kastaba ha ahaatee, dhakhtarkaaga ayaa kuu qori kara daawooyin ka yar hal bil.

- Waxaa jiri karo waqtiyo markii aad rabto inaad ka codsato dhaqtarkaaga inuu kuu qoro wax ka yar saadka daawada ee bisha buuxdo (tusaale ahaan, markii aad isku dayeysid daawo markaagii kugu horeysay).
- Haddii dhaqtarkaaga kugu raaco, ma bixineysid saadka bisha buuxdo oo daawooyinka qaar.

Marka aad hesho wax ka yar hal bil oo daawo ah, lacagta aad bixiso waxay ku saleysan tahay tirada maalmaha daawada aad hesho. Waxaan xisaabineynaa lacagta aad bixiso maalintii daawadaada (“heerka wadaagga kharashka maalinlaha ah”) waxaanan ku dhufaneynaa tirada maalmaha daawada aad hesho.

- Waa kan tusaale: Aan dhahno lacagta la wadaago ee daawadaada ee bil dhan oo daawo ah (30-maalmood ah) waa \$1.60. Taas macnaheedu waa in lacagta aad maalintii ku bixiso daawadaada ay ka yar tahay \$0.06 maalintii. Haddii aad hesho daawo 7 maalmood ah, lacagtaadu waxay ka yar tahay \$0.06 maalintii oo lagu dhufatay 7 maalmood, wadarta guud ee lacag bixinta waxay ka yar tahay \$0.42.
- Qarash wadaaga maalinlaha wuxuu ku ogolaanayaa inaad hubiso in daawada kuu shaqeyso ka hor intaadan bixin saadka bishoo dhan.
- Waxaad sidoo kale ka codsan kartaa bixiyahaaga inuu kuu qoro wax ka yar saadka daawada ee bisha buuxdo haddii tan ay ku caawineyso:
  - Qorshe fiican marka aad daawooyinkaaga dib u buuxinayso,
  - isku dubbarid dib-u-buuxinta daawooyinka kale ee aad qaadata, **iyo**
  - aad safarro yar ku tagto farmashiyaha.

## G. Waxa aad ka bixiso tallaalada Qaybta

**Farriin Muhiim ah oo ku saabsan Waxaad Bixinayso Tallaallada:** Tallaalada qaar waxaa loo arkaa faa’iidooyin caafimaad waxayna ku jiraan caymiska Medicare Qaybta B. Tallaalada kale waxaa loo tixgeliyaa daawooyinka Medicare Qaybta D. Waxaad ka heli kartaa tallaaladan ku qoran boggayaga *Liiska Daawada*. Qorshahayagu wuxuu daboolayaa tallaalada Medicare Part D ee dadka waaweyn badankood iyada oo aan wax kharash ah kugu kacayn. ka eeg *Liiska Daawada* ee qorshahaaga ama la xiriir Adeegyada Xubnaha si aad u hesho faahfaahinta caymiska iyo wadaagga kharashka ku saabsan tallaallada gaarka ah.

Waxaa jira laba qaybood oo ku jira caymiskayaga tallaalka Medicare Qaybta D:

1. Qaybta ugu horreysa ee daboolidda waa kharashka tallaalka laftiisa.
2. Qaybta labaad waa kharashka lagu siinayo tallaalka. Tusaale ahaan, mararka qaarkood waxaa laga yaabaa inaad tallaalka ku hesho tallaalka uu ku siiyo dhakhtarkaagu.



## G1. Waxaa aad u baahantahay inaad ogaatid ka hor intaadan heli tallaaf

Waxaan kugula talineynaa inaad wacdo Adeegyada Xubinta haddii aad qorsheynayso inaad tallaalka qaadato.

- Waxaan kuu sheegi karnaa sida qorshahayagu u daboolo talaalkaaga.
- Waxaan kuu sheegi karnaa sida aad kharashyadaada u dhimi karto annagoo adeegsanayna farmashiyeyasha shabakadda iyo bixiyeyasha. Farmashiyeyasha shabakadda iyo bixiyeyasha waxay ogolaadeen inay la shaqeeyaan qorshahayaga. Bixiyaha shabakadda ayaa nala shaqeeya si uu u hubiyo inaad haysan kharashyo horudhac ah oo ku saabsan tallaalka Medicare Part D.



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

## Cutubka 7: Inaad naga codsato bixinta biil ku saabsan adeegyada ama dawooyinka la caymiyay

---

### Hordhac

Cutubkan wuxuu ku sheegayaa sida iyo goorta aad noogu soo dirto biil si aad u codsato bixinta lacagta. Waxa kale oo ay kuu sheegaysaa sida loo sameeyo racfaan. Haddii aadan ku raacsanayn go'aanka caymiska. Shuruudaha muhiimka ah iyo qeexitaannadoodu waxay u muuqdaan si xarfo leh cutubka ugu dambeeya ee

*Buug -gacmeedkan Xubinta.*

#### Jadwalka Tusmooyinka

|                                                                          |     |
|--------------------------------------------------------------------------|-----|
| A. Inaad naga codsato bixinta biilka adeegyadaada ama dawooyinkaada..... | 112 |
| B. Soo diridda codsi lacag bixin ah .....                                | 114 |
| C. Go'aamada caymiska .....                                              | 115 |
| D. Rafcaan .....                                                         | 115 |



## A. Inaad naga codsato bixinta biilka adeegyadaada ama dawooyinkaada

Bixiyeyaashayada shabakadu waa inay qorshaha ku dallacaan adeegyadaada iyo daawooyinkaaga la daboolay ka dib markaad hesho. Bixiyaha shabakadu waa bixiye la shaqeeya qorshaha caafimaadka.

Uma oggolaanayno bixiyeyaasha SeniorCare Complete inay kugu soo dallacaan adeegyadan ama daawooyinkan. Waxaan si toos ah u siinaa bixiyeyaashayada, waxaan kaa ilaalinaynaa wax kharash ah.

**Haddii aad hesho biil ku saabsan adeegyada caafimaadka ama dawooyinka, ha bixin biilka oo noo soo dir.** Si aad noogu soo dirto biilka, ka eeg **Qaybta B**.

- Haddii aan daboolno adeegyada ama daawooyinka, waxaan si toos ah u siinneynaa lacagta bixiyaha.
- Haddii aan daboolno adeegyada ama dawooyinka oo aad horey u bixisay biilka, waa xaqaaga in lacagta lagugu celiyo.
  - » Haddii aad bixisay adeegyada ay dabooshay Medicare, waxaan dib kugu soo celin doonaa lacagta.
  - » Haddii aad bixisay adeegyo daboolan Kaalmada Caafimaadka, annagu lacagta kuguma celin karno, laakiin bixiyaha ayaa ku celin doona. Adeegyada Xubnaha ama iskuduwaha daryeelkaaga ayaa kaa caawin kara inaad la xiriirto xafiiska bixiyaha. Ka eeg qaybta hoose ee bogga lambarka taleefanka ee Adeegyada Xubnaha.
- Haddii aanan daboolin adeegyada ama dawooyinka, waan kuu sheegi doonaa.

La xiriir Adeegyada Xubnaha ama iskuduwaha daryeelkaaga haddii aad qabtid wax su'aalo ah. Haddii aadan garanayn waxaad bixin lahayd, ama haddii aad hesho biil oo aadan garanayn waxaad ka qaban lahayd, waan ku caawin karnaa. Waxaad sidoo kale wici kartaa haddii aad rabto inaad noo sheegto macluumaad ku saabsan codsi lacag bixin ah oo aad hore noogu soo dirtay.

Halkaan waxaa ku qoran tusaalooyin xaalado ah oo aad u baahan karto inaad naga codsato lacag celin ama bixinta biil aad heshay:

**FIIRO GAAR AH:** Haddii adeeg uu daboolayo Medical Assistance, uma oggolaanayno bixiyeyaasha SeniorCare Complete inay kugu soo dallacaan adeegyadan. Waxaan si toos ah u siinaa bixiyeyaashayada, waxaan kaa ilaalinaynaa wax kharash ah. Tani waa run xitaa haddii aan bixinno bixiyaha wax ka yar kharashyada bixiyaha. Haddii aad bixisay adeeg aad u malaynayso inaan dabooli lahayn, la xiriir Adeegyada Xubnaha lambarka ku yaal xagga hoose ee boggan.

### 1. Marka aad hesho daryeel caafimaad oo degdeg ah ama muhiim ah oo ka yimid bixiye aan shabakadda ku jirin

Bixiyaha ka codso inuu noo soo diro biilka.

- Haddii aad bixiso lacagta oo dhan markii aad adeegga hesho, naga codso inaan lacagta lagugu celiyo. Noo soo dir biilka iyo caddaynta lacag kasta oo aad bixisay.
- Waxaa laga yaabaa inaad hesho biil ka yimid bixiye ku dalbanaya lacag aad u malaynayso inaad ku lahayn. Noo soo dir biilka iyo caddaynta lacag kasta oo aad bixisay.
  - » Haddii bixiyaha ay aheyd in lacagta la siiyo, waxaan si toos ah u siin doonaa lacagta bixiyaha.
  - » Haddii aad horey u bixisay lacagta adeega Medicare, waan kuu lacag celin doonaa.

### 2. Marka bixiye shabakadeed uu kuugu soo diro biilka

Bixiyeyaasha shabakadu waa inay had iyo jeer na soo diraan lacag. Waa muhiim inaad tusto Kaarka Aqoonsiga Xubinnimada marka aad hesho adeegyo ama dawooyin. Laakiin mararka qaarkood way



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

kaldamaan, waxayna ku weydiistaan inaad bixiso adeegyadaada ama in ka badan qaybtaada kharashyada.

**Wac Adeegyada** Xubnaha lambarka ku yaal xagga hoose ee boggan **haddii aad hesho wax biil ah.**

- Maadaama aan bixinno kharashka oo dhan ee adeegyadaada, mas'uul kama tihiid inaad bixiso wax kharash ah. Bixiyayaashu waa inaysan waxba kugu soo dalacin adeegyadan.
- LED aan bixinno casho oo dhan ee shaqadaada, mas'uul sida tihiid inaad bixiso wax ah. Bixiy Carabi waa waxba kugu soo dalacin shaqadan.
- Haddii aad hore u bixisay biil ka yimid bixiye shabakadeed oo ku saabsan adeegyo Medicare ah, noo soo dir biilka iyo caddaynta lacagta aad bixisay. Waxaan kuu soo celin doonaa adeegyadaada caynsanaanta ah.

### 3. Haddii lagugu daro qorshahaaga dib ugu noqosho

LED aan bixinno casho oo dhan ee shaqada, mas'uul sida tihiid inaad bixiso wax ah. Bixiy Carabi waa waxba kugu soo dalacin shaqadan.

- Haddii lagugu diiwaan geliyey si dib-u-dhac ah oo aad bixisay biil ka dib taariikhda isdiwaangelinta, waxaad na waydiisan kartaa inaan dib kuugu soo celino.
- Noo soo dir biilka iyo caddaynta lacag kasta oo aad bixisay.

### 4. Marka aad isticmaasho farmashiye aan shabakadda ku jirin si daawo lagu soo qoray laguugu buuxiyo

Haddii aad isticmaasho farmashiye aan shabakadda ku jirin, waxaad bixinaysaa dhammaan kharashka dawo qoristaada.

- Dhawr xaaladood oo keliya, waxaan dabooli doonaa daawooyinka dhakhtarku qoro ee laga buuxiyo farmashiyayaasha ka baxsan shabakadda. Noo soo dir nuqul ka mid ah rasiidhkaaga marka aad na weydiisato inaan kuu soo celino.
- Tixraac **Cuubka 5 Buug-gacmeedkan Xubinta** si aad wax badan uga ogaato farmashiyayaasha aan shabakadda ku jirin.
- Waxaa laga yaabaa inaan dib kuugu soo celinin farqiga u dhaxeeya waxa aad ka bixisay daawada ee farmashiga aan shabakadda ku jirin iyo cadadka aan ku bixinay farmashiyaha shabakadda.

### 5. Markaad bixiso kharashka dhakhtarka oo dhan sababtoo ah ma haysatid kaarka aqoonsiga xubinnimada

Haddii aadan haysan Kaarkaaga Aqoonsiga Xubinta, Waxaad ka codsan kartaa farmashiga inay na soo wacaan ama tixraac warbixinta diiwaangelinta qorshahaaga.

- Haddii farmashiyahu aanu isla markiiba heli karin macluumaadka, waxa laga yaabaa inaad adigu iska bixiso kharashka daawada oo dhan ama aad ku soo noqoto farmashiyaha adigoo wata kaarka aqoonsiga xubinnimada.
- Noo soo dir nuqul ka mid ah rasiidhkaaga marka aad naga codsato inaan dib kuugu soo celino qaybtayada kharashka.
- Lacagta oo dhan oo aad bixisay ma soo celin karno haddii qiimaha aad bixisay uu ka badan yahay qiimaha aan ka wada-xaajoonay ee daawo qorista.

### 6. Marka aad bixiso dhammaan kharashka dawo aan la daboolin.

Waxaa laga yaabaa inaad bixiso kharashka daawada qoraalka ee buuxo sababtoo ah daawada ma daboolna.

- Daawadu waxaa laga yaabaa inaysan ku jirin *Liiska Daawooyinka La Daboolay (Liiska Daawada)* ee boggayaga internetka, ama waxaa laga yaabaa inay leedahay shuruud ama xaddidaad aadan ka warqabin



ama aadan u malaynayn inay ku khuseyso. Haddii aad go'aansato inaad hesho dawada, waxaa laga yaabaa inaad u baahato inaad bixiso kharashka oo dhan.

- » Haddii aadan bixin daawada laakiin aad u maleyso inay aheyd inaan daboolno, waxaad codsan kartaa go'aan caymiska (tixraac **Cutubka 9-aad, Qeybta G4**, ee *Buugyaraha Xubinta*).
- » Haddii adiga iyo dhakhtarkaaga ama qof kale oo kuu qoray aad u malaynaysaan inaad u baahan tiihin daawada isla markiiba (24 saacadood gudahood), waxaad codsan kartaa go'aan caymis oo degdeg ah (tixraac **Cutubka 9, Qaybta G4**, ee *Buug-gacmeedkan Xubinta*).
- Noo soo dir nuqul ka mid ah rasiidhkaaga marka aad na weydiisato inaan kuu soo celino. Xaaladaha qaarkood, waxaa laga yaabaa inaan u baahanno inaan macluumaad dheeraad ah ka helno dhakhtarkaaga ama qof kale oo kuu qoray si aan kuugu soo celino qaybtayada kharashka daawada. Waxaa laga yaabaa inaan ku siinin kharashka oo dhan ee aad bixisay haddii qiimaha aad bixisay uu ka sarreeyo qiimaha aan ka wada hadalnay ee warqadda daawada.

Markaad noo soo dirto codsi lacag bixin ah, waan dib u eegnaa oo waxaan go'aaminnaa in adeegga ama daawada la daboolayo iyo in kale. Tan waxaa loo yaqaan sameynta "go'aan caymis." Haddii aan go'aansanno in adeegga ama daawada la daboolayo, waxaan bixinnaa qaybtayada kharashka.

Haddii aan diidno codsigaaga lacag bixinta, waxaad racfaan ka qaadan kartaa go'aankeena. Si aad u barato sida loo sameeyo racfaan, tixraac **Cutubka 9, Qaybta G5**, ee *Buug-gacmeedkan Xubinka*.

## B. Soo diridda codsi lacag bixin ah

Ma oggolaaneyno bixiyayaasha SeniorCare Complete inay kuugu soo dallacaan adeegyada. Si toos ah ayaan u bixinaa bixiyayaashayada, waxaan kaa ilaalinaynaa kharash kasta.

**Waa inaad adigu bixin biilka. Noo soo dir biilka.** Waxaad sidoo kale weydiisan kartaa iskuduwaha daryeelkaaga caawimaad. Tixraac Tixraac Qeybta A ee sadarkaan ama **Cutubka 9-aad, Qeybta F5**.

Noo soo dir biilkaaga iyo caddaynta lacag kasta oo aad bixisay adeegyada Medicare ama na soo wac. Caddaynta lacag bixinta waxay noqon kartaa nuqul ka mid ah jeegga aad qortay ama rasiidh ka yimid bixiyaha. Waa fikrad wanaagsan inaad nuqul ka samaysato biilkaaga iyo rasiidhdaada diiwaankaaga. Waxaad weydiisan kartaa iskuduwaha daryeelkaaga caawimaad.

Haddii aad codsanayso lacag bixin dawooyin qoris ah, waxaad buuxin kartaa foomka sheegashada dawooyinka si aad u samayso codsiga lacag-bixinta.

- Looguma baahna inaad isticmaasho foomka, laakiin waxay naga caawisaa inaan macluumaadka ka baaraandegno si dhakhso ah.
- Waxaad ka heli kartaa foomka sheegashada dawooyinka boggayaga [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org), ama waxaad wici kartaa Adeegyada Xubinta oo aad codsan kartaa foomka.

Codsigaaga lacag bixinta oo ay weheliyaan biilasha ama rasiidhda boostada ugu dir cinwaankan:

South Country Health Alliance

6380 W Frontage Rd

Medford, MN 55049

Or, Fax to:

1-507-431-6328



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. illaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).



## C. Go'aamada caymiska

Marka aan helno codsigaaga lacag bixinta, waxaan sameyn doonnaa go'aan caymis. Taas macnaheedu waa inaan go'aan ka gaarno haddii qorshahayagu daboolayo adeeggaaga, shaygaaga, ama daawadaada. Waxaan sidoo kale go'aan ka gaarnaa lacagta, haddii ay jirto, ee ay tahay inaad bixiso.

- Waxaan ku ogeysiin doonnaa haddii aan kaaga baahanno macluumaad dheeraad ah.
- Haddii aan go'aaminno in qorshaheenna uu daboolayo adeegga, shayga, ama dawada oo aad raacday dhammaan xeerarka helitaanka, waan bixin doonaa qarashka. Haddii aad horey u bixisay adeegga ama dawada, waxaan ku soo diri doonnaa jeeg lacagta aad bixisay ama **ama** qoondadeena kharashka. Haddii aad bixisay kharashka oo dhan ee daawada, waxaa laga yaabaa inaan lagu soo celin lacagtii oo dhan ee aad bixisay (tusaale ahaan, haddii aad daawo ka heshay farmashiye ka baxsan shabakadda ama haddii qiimaha lacagta caddaanka ah ee aad bixisay uu ka sarreeyo kan aan bixinno qiimaha laga sheekaysan karo). Haddii aadan bixin lacagta, waxaan si toos ah u siin doonnaa bixiyaha.

**Cutubka 3-aad, Qeybta B**, ee *Buug yarahaan Xubnaha* wuxuu sharxayaa xeerarka lagu daboolayo adeegyadaada **Cutubka 5 Qaybta A**, ee *Buug yarahaan Xubnaha* wuxuu sharaxayaa xeerarka lagu daboolayo daawooyinka Medicare Qaybta D.

- Haddii aan go'aansano inaan bixin qeybteena qarashka adeega ama daawada, waxaan kuu soo direynaa warqad wadata sababaha. Waxaan kuu soo diri doonnaa warqad ay ku qoran yihiin sababaha. Warqaddu waxay sidoo kale sharraxaysaa xuquuqda aad u leedahay inaad racfaan qaadato.
- Si aad wax badan uga barato go'aamada daboolista, tixraac **Cutubka 9, Qaybta E**

## D. Racfaan

Haddii aad u malaynayso inaan khalad sameynay markii aan diidnay codsigaaga lacag bixinta, waxaad naga codsan kartaa inaan beddelno go'aankeenna. Tan waxaa loo yaqaan "samaynta racfaan." Waxaad sidoo kale samayn kartaa racfaan haddii aadan ku raacsanayn lacagta aan bixinno.

Habka racfaanka rasmiga ah wuxuu leeyahay habraacyo faahfaahsan iyo waqtiyo kama dambays ah. Si aad wax badan uga barato racfaanka, tixraac **Cutubka 9** ee *Buug-gacmeedkan Xubinka*:

- Si aad racfaan uga qaadato helitaanka lacag celinta si aad u hesho adeeg daryeel caafimaad, tixraac **Qaybta F**.
- Si aad racfaan uga qaadato helitaanka lacag celinta daawada, tixraac bogga **Qaybta G**.



BOGGAAN SI KAS  
AH AYAA FAARUQ  
LOOGA TAGAY



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

## Cutubka 8: Xaquuqahaaga iyo Masuuliyadahaaga

### Hordhac

Cutubkan waxaa ku jira xuquuqdaada iyo mas'uuliyadahaaga xubin ka ah qorshahayaga. Waa inaan ixtiraamnaa xuquuqdaada. Erayo iyo qeexitaankoodu waxay u soo muuqan doonaan siday ugu kala horreeyeen alifbeetada cutubka u dambeeyaa *Buug-gacmeedka Xubinka*.

#### Jadwalka Tusmooyinka

|                                                                                                                                         |            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| <b>A. Xaquuqdaada aad ugu heso adeegyo iyo warbixin qaab daboosho baahiyahaaga .....</b>                                                | <b>118</b> |
| <b>B. Waajibaadkayaga inaan hubinno inaad si degdeg ah u hesho adeegyada iyo dawooyinka daboolan .....</b>                              | <b>118</b> |
| <b>C. Waajibaadkayaga inaan ilaalinno macluumaadkaaga caafimaad ee shakhsiyeed (personal health information, PHI).....</b>              | <b>119</b> |
| C1. Sida aan u illaalinno PHI gaaga .....                                                                                               | 119        |
| C2. Xaquuqdaada lagu eego diiwaanadaada caafimaadka .....                                                                               | 119        |
| <b>D. Waajibaadkayaga inaan ku siino macluumaad .....</b>                                                                               | <b>120</b> |
| <b>E. Bixiyeyaasha shabakadda oo aan awoodin inay ku si toos ah biil kuu soo diraan .....</b>                                           | <b>121</b> |
| <b>F. Xuquuqdaada inaad ka baxdo qorshaheenna.....</b>                                                                                  | <b>121</b> |
| <b>G. Xuquuqdaada inaad go'aan ka gaarto daryeelkaaga caafimaad .....</b>                                                               | <b>121</b> |
| G1. Xaquuqdaada lagu ogaado dooqyada daaweyntaada oo go'aano lagu gaaro .                                                               | 121        |
| G2. Xaquuqdaada aad ku dhahdid waxa aad rabtid inay dhacaan haddii aadan sameyn karin go'aamada daryeelka caafimaadka ee naftaada ..... | 122        |
| G3. Waxa la sameeyo haddii tilmaamahaaga aanan la raacin .....                                                                          | 123        |
| <b>H. Xuquuqdaada inaad cabasho samayso oo naga codsato inaan dib u eegno go'aannada .....</b>                                          | <b>123</b> |
| H1. Waxa laga sameeyo ula dhaqan aan cadaalad aheyn ama helida warbixin badan ee ku saabsan xaquuqahaaga .....                          | 123        |
| <b>I. Xuquuqdaada iyo waajibaadkaaga xubin ahaan ee qorshaha .....</b>                                                                  | <b>123</b> |



## A. Xaquuqdaada aad ugu heso adeegyo iyo warbixin qaab daboosho baahiyahaaga

Waa inaan hubinnaa in **dhammaan** adeegyada, labadaba kuwa caafimaad iyo kuwa aan kiliinikada ahayn, lagu siiyo si dhaqan ahaan karti leh oo la heli karo oo ay ku jiraan kuwa leh xirfadda Ingiriisiga oo xaddidan, xirfadaha akhriska oo xaddidan, kuwa aan dhegaha la'aanta ahayn, ama kuwa leh asal dhaqameed iyo qowmiyado kala duwan. Waa inaan sidoo kale kuu sheegnaa faa'iidooyinka qorshahayaga iyo xuquuqdaada si aad u fahmi karto. Waa inaan kuu sheegnaa xuquuqdaada sannad kasta inaad ku jirto qorshahayaga.

- Si aad macluumaad u hesho si aad u fahmi karto, wac iskuduwaha daryeelkaaga ama Adeegyada Xubnaha. Qorshahayagu wuxuu leeyahay adeegyo turjumaan oo bilaash ah oo laga heli karo si looga jawaabo su'aalaha luqado kala duwan.
- Qorshahayagu wuxuu sidoo kale ku siin karaa agab qaabab ah sida daabacaad weyn, farta indhoolayaasha, ama maqal. Si aad u hesho agab mid ka mid ah qaababkan kale, fadlan wac Adeegyada Xubnaha ama u qor South Country Health Alliance 6380 W Frontage Rd, Medford, MN 55049
- Si aad u samayso ama aad u bedesho codsiga joogtada ee aad ku helayso dukumeentigan, hadda iyo mustaqbalka, oo ku qoran luuqad aan Ingiriisi ahayn ama isagoo qaab kale u qoran, Adeegyada Xubinta ka wac lambarka ku qoran xagga hoose ee bogga.

Haddii aad dhibaato ku qabto helitaanka macluumaadka qorshaheenna sababtoo ah dhibaato luqadeed ama naafonimo oo aad rabto inaad cabasho gudbis, wac:

- Medicare laga heli karo 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). Dadka isticmaala TTY waa inay wacaan 1-877-486-2048.
- Isku-duwaha Xuquuqda Madaniga ah, Waaxda Adeegyada Aadanaha ee Minnesota, 651-431-3040 ama adeeg relay ah oo aad dooratay isticmaal.
- Xafiiska Xuquuqda Madaniga ah lambarka 1-800-368-1019 ama TTY 1-800-537-7697.

## B. Waajibaadkayaga inaan hubinno inaad si degdeg ah u hesho adeegyada iyo dawooyinka daboolan

Waxaad leedahay xuquuq ka xubin ahaan qorshaheena:

- Waxaad xaq u leedahay inaad doorato bixiyaha daryeelkaaga caafimaad ee koowaad (PCP) ee ku jira shabakadeenna yaa nala shaqeeya. Waxaad ka heli kartaa macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan noocyada bixiyeyaasha u dhaqmi kara sidii PCP iyo sida loo doorto PCP ku jira **Cutubka 3** ee *Buug Gacmeedkaan Xubinta*.
  - isku-duwaha daryeelkaaga ama Adeegyada Xubinta ama eeg *Liiska Bixiyeyaasha iyo Farmashiyaha* si aad wax badan uga ogaato bixiyeyaasha shabakadda iyo dhakhaatiirta qaadanaya bukaan cusub.
- Uma baahnin inaan helno gudbino.
- Waxaad xaq u leedahay inaad hesho adeegyada daboolan ee bixiyeyaasha shabakadda muddo macquul ah gudaheed.
  - Tani waxay ku jirtaa xaqa inaad si dhakhso ah u hesho adeegyo ka yimid takhasusleyda.
  - Haddii aadan ku heli karin adeegyo muddo macquul ah gudaheed, waa inaan bixinno daryeel bixiye shabakadda ka baxsan ah.
- Waxaad xaq u leedahay inaad heshid daryeelka xaalada degdega ah ama daryeel si degdeg ah loogu baahanyahay iyadoon jirin ansixin hore (PA).



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abril - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

- Waxaad xaq u leedahay inaad hesho dawooyinka kuu qoran oo lagu buuxiyo farmashiyaha shabakaddeenna adigoon sugin waqti dheer.
- Waxaad xaq u leedahay inaad ogaato goorta aad isticmaali karto bixiye ka baxsan shabakadda. Si aad wax uga barato bixiyeyaasha ka baxsan shabakadda, tixraac **Cutubka 3, Qaybta D**, ee *Buug Gacmeedkaan Xubinta*.

**Cutubka 9** ee *Buug-gacmeedkan Xubinta* wuxuu sharxayaa waxa aad sameyn karto haddii aad u maleyso inaad helin adeegyada ama dawooyinkaaga muddo macquul ah gudaheed. Waxay kaloo kuu sheegaysaa waxaad samayn karto haddii aan diidno caynsanaanta adeegyadaada ama daroogada oo aadan ku raacsanayn go'aankayaga.

## C. Waajibaadkayaga inaan ilaalinno macluumaadkaaga caafimaad ee shakhsiyeed (personal health information, PHI)

Waxaan ilaalinnaa PHI-gaaga sida uu dhigayo sharciga federaalka iyo kan gobolka.

PHI-gaaga waxaa ku jira macluumaadka shakhsi ahaaneed ee aad na siisay markii aad iska diiwaan gelisay qorshahayaga. Waxa kale oo ku jira diiwaankaaga caafimaad iyo macluumaadka kale ee caafimaad iyo caafimaad.

Waxaad leedahay xuquuq marka ay timaado macluumaadkaaga iyo xakamaynta sida loo isticmaalo PHI-gaaga. Waxaan ku siinaynaa ogeysiis qoran oo ka hadlaya xuquuqdan oo sharraxaya sida aan u ilaalino asturnaanta PHI-gaaga. Ogeysiiska waxaa loo yaqaan "Ogeysiiska Dhaqanka Qarsoonnimada."

### C1. Sida aan u ilaalino PHI gaaga

Waxaan hubin doonnaa in cid aan oggolaansho lahayn aysan arkin ama beddelin diiwaankaaga.

Marka laga reebo kiisaska hoos ku xusan, ma siinno PHI-gaaga qof aan ku siinin daryeelkaaga ama aan bixinayn kharashka daryeelkaaga. Haddii aan sidaas samayno, waa inaan marka hore kaa helnaa ogolaansho qoraal ah. Adiga, ama qof sharci ahaan loo oggolaaday inuu go'aanno kuu sameeyo, waxaad bixin kartaa ogolaansho qoraal ah.

Mararka qaar uma baahnin inaan marka hore helno ogolaanshahaaga qoran. Ka-reebitaankan waxaa oggol ama u baahan la:

- Waa inaan siinnaa PHI hay'adaha dowladda ee baaraya tayada daryeelka qorshaheenna.
- Waa inaan siideynaa PHI-ka haddii maxkamad amar ku bixiso.
- Waa inaan Medicare siinaa PHI-gaaga, oo ay ku jiraan macluumaadka ku saabsan daawooyinkaaga Medicare Part D. Haddii Medicare ay sii deyso PHI-gaaga cilmi-baaris ama isticmaal kale, waxay u sameeyaan sida waafaqsan sharciyada federaalka.
- Annaga, iyo bixiyeyaasha caafimaadka ee ku daryeela, waxaan xaq u leenahay inaan eegno macluumaadka ku saabsan daryeelkaaga caafimaad. Markii aad iska diiwaan gelisay Barnaamijka Daryeelka Caafimaadka Minnesota, waxaad na siisay ogolaanshahaaga inaan tan sameyno. Macluumaadkan waxaan u hayn doonnaa si gaar ah sida waafaqsan sharciga.

### C2. Xaquuqdaada lagu eego diiwaanadaada caafimaadka

- Waxaad xaq u leedahay inaad aragto diiwaankaaga caafimaad oo aad hesho nuqul ka mid ah diiwaankaaga. Waxaa laga yaabaa in aanu kugu soo dalacno kharash samaynta koobiga xogtaada caafimaad.



- Waxaad xaq u leedahay inaad naga codsato inaan cusbooneysiinno ama saxno diiwaannadaada caafimaad. Haddii aad naga codsato inaan tan sameyno, waxaan la shaqeyneynaa bixiyahaaga daryeelka caafimaadka si aan u go'aamino haddii isbeddel la sameeyo.
- Waxaad xaq u leedahay inaad ogaatid haddii iyo sida PHI-gaaga loola wadaagay dadka kale oo ujeedooyin walba aanan joogto aheyn.

Haddii aad qabtid su'aalo ama walaac ku saabsan asturnaanta PHI-gaaga, wac Adeegyada Xubinta.

## D. Waajibaadkayaga inaan ku siino macluumaad

Xubin ahaan qorshaheenna, waxaad xaq u leedahay inaad naga hesho macluumaad ku saabsan qorshaheenna, bixiyeyaasha shabakadeenna, iyo adeegyada lagugu daboolay.

Haddii aadan ku hadlin Ingiriisi, waxaan haynaa adeegyo turjumaan si aan uga jawaabno su'aalaha aad ka qabto qorshahayaga. Si aad u hesho turjumaan, wac Adeegyada Xubnaha. Kani waa adeeg bilaash ah oo adiga kuu gaar ah. Waxaan sidoo kale ku siin karnaa macluumaad ku qoran daabacaad weyn, farta indhoolayaasha, ama maqal.

Haddii aad u baahan tahay macluumaad ku saabsan mid ka mid ah kuwa soo socda, wac Adeegyada Xubinta:

- **Sida loo doorto ama loo beddelo qorshooyinka**
- **Qorshaheenna, oo ay ku jiraan:**
  - macluumaadka maaliyadeed
  - sida xubnaha qorshaha noogu qiimeeyeen
  - tirada rafcaan nada ay sameeyeen xubnaha
  - sida qorshaha loogga baxo
  - natiijooyinka daraasadda dib-u-eegista tayada dibadda ah oo ka timid gobolka
- **Bixiyeyaasha shabakadeenna iyo farmashiyadeenna ka tirsan shabakada, oo ay ku jiraan:**
  - sida loo doorto ama loo beddelo bixiyeyaasha daryeelka koowaad
  - shahaadooyinka bixiyeyaasha shabakadeenna iyo farmashiyadeenna
  - sida aan u bixino bixiyeyaasha ku jira shabakadeenna
  - haddii aan isticmaalayno qorshaha dhiirigelinta dhakhtarka kaas oo saameynaya isticmaalka adeegyada gudbinta, iyo faahfaahinta oo ku saabsan qorshaha haddii aan mid isticmaalno.
- **Adeegyada iyo dawooyinka daboolan, oo ay ku jiraan:**
  - adeegyada (tixraac **Cutubyada 3 iyo 4** ee *Buug-gacmeedkan Xubinta*) iyo dawooyinka (tixraac **Cutubyada 5 iyo 6** ee *Buug- gacmeedkan Xubinta*) ee qorshaheenna lagu daboolo
  - xaddidaadaha daboolistaada iyo dawooyinkaaga
  - shuruudaha aad u baahan tahay inaad raacdo si aad u hesho adeegyada iyo dawooyinka lagugu daboolay
- **Sababta wax aanan loo daboolin iyo waxa aad ka qaban kartid (tixraac Cutubka 9-aad ee *Buug yarahaan Xubnaha*), oo ay ku jiraan inaad naga codsatid:**
  - inaan qoraal ahaan kugu soo gudbino sababta wax loo daboolin
  - inaan bedelno go'aan aan gaarnay
  - inaan bixino biil aad heshay



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

## E. Bixiyeyaasha shabakadda oo aan awoodin inay ku si toos ah biil kuu soo diraan

Dhakhaatiirta, isbitaallada, iyo bixiyeyaasha kale ee shabakadeenna kuma qasbi karaan inaad bixiso adeegyada la daboolay. Sidoo kale ma dheelitiri karaan biilka ama kuma dallaci karaan haddii aan bixinno wax ka yar lacagta uu bixiyaha ku dallacay. Si aad u barato waxa la sameeyo haddii bixiyaha shabakadu uu isku dayo inuu kugu dallaco adeegyada la daboolay, tixraac **Cutubka 7** ee *Buug-gacmeedkan Xubinta*.

## F. Xuquuqdaada inaad ka baxdo qorshaheenna

Ma jiro qof kugu hayn karo qorshaheenna haddii aadan rabin.

- Waxaad xaq u leedahay inaad heshid tan ugu badan adeegyadaada daryeelka caafimaadka iyadoo loo marayo qorshaha Original Medicare ama Medicare Advantage (MA).
- Waxaad heli kartaa faa'iidooyinka daawada Medicare Qaybta D ee qorshaha daawada ama qorshaha kale ee MA.
- Tixraac **Cutubka 10-aad** ee *Buug-gacmeedka Xubinta*:
  - Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan goorta aad ku biiri karto MA cusub ama qorshaha faa'iidooyinka dawooyinka qoris.
  - Si aad u hesho macluumaad ku saabsan sida aad u heli doonto faa'iidooyinka Caawinta Caafimaadka haddii aad ka baxdo qorshaheenna.

## G. Xuquuqdaada inaad go'aan ka gaarto daryeelkaaga caafimaad

Waxaad xaq u leedahay inaad hesho macluumaad dhammaystiran oo ka imanaya dhakhaatiirtaada iyo bixiyeyaasha kale ee daryeelka caafimaadka si ay kaaga caawiyaan go'aan ka gaarista daryeelkaaga caafimaad.

### G1. Xaquuqdaada lagu ogaado dooqyada daaweyntaada oo go'aano lagu gaaro

Bixiyeyaashaada waa inay sharxaan xaaladdaada iyo doorashooyinka daawaynta qaab aad si fudud u fahmi karto, Waxaad xaq u leedahay.

- **Baro dookhyadaada.** Waxaad xaq u leedahay in lagaa wargeliyo dhammaan xulashooyinka daawaynta.
- **Ogow khataraha.** Waxaad xaq u leedahay in lagu sheego khatar kasta oo ku lug leh. Waa inaan kuu sheegnay kahor haddii adeeg ama daaweyn kasta ay qayb ka tahay tijaabada cilmi-baarista. Waxaad xaq u leedahay inaad diido daaweynta tijaabada ah
- **Ra'yi labaad hel.** Waxaad xaq u leedahay inaad isticmaasho dhakhtar kale ka hor intaadan go'aansan daaweynta.
- **Maya dheh.** Waxaad xaq u leedahay inaad diido daaweyn kasta. Tan waxaa ka mid ah xaq aad uga bixi karto isbitaal ama xarun caafimaad oo kale, xitaa haddii dhakhtarkaagu kugula taliyo inaad qaad. Waxaad xaq u leedahay inaad joojiso qaadashada daawada lagu qoray. Haddii aad diido daaweynta ama aad joojiso qaadashada daawada lagu qoray, kama joojin doonno ama qorsheyn doonno. Si kastaba ha ahaatee, haddii aad diido daaweynta ama aad joojiso qaadashada daawada, waxaad qaadanaaysaa mas'uuliyadda buuxda ee waxa kugu dhaca.
- **Na weydiiso inaan sharaxno sababta bixiyaha u diiday daryeelka.** Waxaad xaq u leedahay inaad naga hesho **sharaxaad haddii bixiye kuu diiday daryeel** aad u malayso inaad heli lahayd.



- **Naga codso inaan daboolno adeeg ama dawo la diiday ama aan caadiyan la daboolin.** Tan waxa loo yaqaan go'aanka caymiska. **Cutubka 9-aad, Qeybta E**, ee *Buug yaraha Xubnahawaxay* sheegaan sida na looga codsado go'aanka caymiska.

## G2. Xaquuqdaada aad ku dhahdid waxa aad rabtid inay dhacaan haddii aadan sameyn karin go'aamada daryeelka caafimaadka ee naftaada

Mararka qaar dadku ma awoodaan inay iyagu go'aanno daryeel caafimaad gaaraan. Kahor inta aysan taasi kugu dhicin, waxaad sameyn kartaa:

- Buuxin kartaa foom qoraal oo aad ku **siineysid qof xaq u kugu sameeyo go'aamada daryeelka caafimaadka** haddii aad u sameyn kartid go'aamo naftaada.
- **Sii dhaqaatiirtaada tilmaamo qoraal ah** ee ku saabsan sida loo qaabilo daryeelkaaga caafimaadka haddii aysan kuu suurtoogelin inaad go'aano naftaada u gaartid, oo ay ku **jiraan** daryeelkaadan rabin.

Dukumeentiga sharciga ah ee aad u isticmaasho inaad ku bixiso tilmaamahaaga waxaa loo yaqaan "tilmaamaha hore". Waxaa jira noocyo kala duwan oo tilmaamo hore ah iyo magacyo kala duwan. Tusaalooyin waa dardaaran nololeed iyo awood qareen oo loogu talagalay daryeelka caafimaadka.

Looma baahna inaad isticmaasho dardaaran hore, laakiin waad isticmaali kartaa. Waa kuwan waxa la sameeyo haddii aad rabto inaad isticmaasho dardaaran hore:

- **Soo qaado foomka.** Waxaad ka heli kartaa foomka dhakhtarkaaga, qareen, shaqaale bulsho, ama qaar ka mid ah dukaamada sahayda xafiiska. Farmashiyeaasha iyo xafiisyada bixiyaha badanaa waxay leeyihiin foomamka. Waxaad ka heli kartaa foom bilaash ah online oo aad kala soo bixi kartaa. Minnesota Aging Pathways waa urur siiya dadka macluumaad ku saabsan Medicare ama Gargaarka Caafimaadka, oo ay ku jiraan agabyada lagu helo [www.MinnesotaHelp.info](http://www.MinnesotaHelp.info). Waxaad sidoo kale la xiriir Adeegyada Xubnaha si aad u codsato foomka.
- **Buuxi foomka oo saxiix.** Foomku waa dukument sharci ah. Ka fiirso inaad haysato qareen ama qof kale oo aad ku kalsoon tahay, sida xubin qoyska ka tirsan ama PCP-gaaga, oo kaa caawiya buuxinta.
- **Dadka u baahan inay ogaadaan nuqullada foomka sii.** Dhakhtarkaaga sii nuqul ka mid ah foomka. Sidoo kale waa inaad siisaa nuqul qofka aad magacawdo si uu go'aanno kuu sameeyo haddii aadan awoodin. Waxa kale oo laga yaabaa inaad rabto inaad nuqullo siiso asxaabtaada dhow ama xubnaha qoyskaaga. Nuqul guriga ku hay.
- **Haddii lagu isbitaal seexiyo oo aad saxiixdo jiheynta hore, nuqul ka qaad oo geey isbitaalka.**
  - Isbitaalka wuxuu ku waydiin doonaa haddii aad saxiixday foomka amar hore iyo haddii aad wadataa.
  - Haddii aadan haysan foom amar hore oo la saxiixay, isbitaalka wuxuu haystaa foomamka wuxuuna ku waydiin doonaa haddii aad rabto inaad saxiixdo mid.

Waxaad xaq u leedahay inaad:

- Tilmaamidaada hore lagu daro diiwaankaaga caafimaad.
- Beddesho ama kansasho amarkaaga hore wakhti kasta.
- Xasuuso, waa iqtiaarkaaga in la buuxiyo jiheynta hore ama aan la buuxin.

Sharci ahaan, cidna kuma diidi karto inaad danaynayso ama ku takoorto iyadoo lagu salaynayso inaad saxiixday dardaaran hore. Wac Adeegyada Xubnaha si aad u hesho macluumaad dheeraad ah.



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).



**G3. Waxa la sameeyo haddii tilmaamahaaga aanan la raacin**

Haddii aad saxiixday amar hore oo aad u malayso in dhakhtar ama isbitaal aysan raacin tilmaamaha ku jira, waxaad cabasho u gudbin kartaa Xafiiska Cabashooyinka Xarunta Caafimaadka ee Minnesota Department of Health lambarka 651-201-4201, ama lambarka bilaashka ah 1-800-369-7994.

**H. Xuquuqdaada inaad cabasho samayso oo naga codsato inaan dib u eegno go'aannada**

**Cutubka 9** ee *Buug-gacmeedkan Xubinta* wuxuu kuu sheegayaa waxaad sameyn karto haddii aad qabto wax dhibaato ah ama walaac ah oo ku saabsan adeegyadaada caymiska ama daryeelkaaga. Tusaale ahaan, waxaad naga codsan kartaa inaan sameyno go'aan caymis, sameyno racfaan si aan u beddelno go'aanka caymiska, ama aan cabasho sameyno.

Waxaad xaq u leedahay inaad hesho macluumaad ku saabsan rafcaannada iyo cabashooyinka xubnaha kale ee qorshaha naga soo gudbiyeen. Wac Adeegyada Xubinta si aad u hesho macluumaadkan.

**H1. Waxa laga sameeyo ula dhaqan aan cadaalad aheyn ama helida warbixin badan ee ku saabsan xaquuqahaaga**

Haddii aad u maleyso inaan si cadaalo daro ah kuula dhaqannay kuma saabsano **takoorida sababaha** ku qoran **Cutubkar 11** ee *Buug yaraha Xubnaha* – ama aad rabto warbixin badan oo ku saabsan xaquuqahaaga, waxaad soo wici kartaa:

- **Adeegyada Xubnaha.**
- **Barnaamijka Waddooyinka Da 'da ee Minnesota** 1-800-333-2433. Wixii faahfaahin dheeraad ah ee ku saabsan Minnesota Aging Pathways, tixraac **Cutubka 2, Qaybta F**, ee *Buug-gacmeedkan Xubinta*.
- **Buug-gacmeedkan Xubinta Qofka u dooda ee Minnesota ee Barnaamijyada Daryeelka Caafimaadka ee Maamulka Dadweynaha lambarka** 1-800-657-3729. Wixii faahfaahin ah ee ku saabsan barnaamijkan, eeg **Cutubka 2aad, Qaybta J**, ee *Buug-gacmeedkan Xubinta*.
- **Medicare** ka wac 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). isticmaaleyaasha TTY ha wacaan 1-877-486-2048. (Waxaad sidoo kale aqrin oo aad ka dejisan kartaa “Xaquuqaha iyo Illaalada Medicare,” ee aad ku arkeysid websaydka Medicare ee <https://www.medicare.gov/publications/11534-medicare-rights-and-protections.pdf>.)

**I. Xuquuqdaada iyo waajibaadkaaga xubin ahaan ee qorshaha**

Xubin ahaan qorshaha, waxaa waajib kugu ah inaad sameyso waxyaabaha hoos ku qoran. Haddii aad wax su'aalo ah qabtid, wac Adeegyada Xubinta.

- **Aqri Buug yarahaan Xubnaha** si aad u baratid waxa qorshaheena daboolo iyo sharciyada la raaco si aad u heshid adeegyada iyo daawooyinka daboolan. Wixii faahfaahin ah ee ku saabsan:
  - Adeegyada la daboolay, tixraac **Cutubka 3 iyo 4** ee *Buug-gacmeedkan Xubinta*. Cutubyadaasi waxay kuu sheegayaan waxa la daboolay, waxa aan la dabooli karin, xeerarka aad u baahan tahay inaad raacdo, iyo waxaad bixiso.
  - Daawooyinkaaga daboolan, ka eeg **Cutubka 5 iyo 6** ee *Buug-gacmeedka Xubinta*.
- **Noo sheeg caymis caafimaad ama daawo oo kale** oo kasta oo aad haysato. Waa inaan hubinnaa inaad isticmaasho dhammaan caymiskaaga fursadaha marka aad hesho daryeel caafimaad. Wac Adeegyada Xubnaha haddii aad leedahay caymis kale



- **U sheeg dhakhtarkaaga iyo bixiyeyaasha kale ee daryeelka caafimaadka** inaad xubin ka tahay qorshahayaga. Tus Kaarka Aqoonsiga Xubinnimada marka aad hesho adeegyo ama daawooyin.
- **Ka caawi dhakhaatiirtaada** iyo bixiyeyaasha kale ee daryeelka caafimaadka inay ku siiyaan daryeelka ugu wanaagsan.
  - Sii macluumaad ay kaaga baahan yihiin adiga iyo caafimaadkaaga. Baro inta aad awooddo ee ku saabsan dhibaatooyinkaaga caafimaad. Raac qorshayaasha daaweynta iyo tilmaamaha aad adiga iyo bixiyeyaashaadu ku heshiiseen.
  - Xiriir la samee dhakhtar daryeel aasaasi ah oo shabakad qorshe ah ka hor intaadan xanuunsan. Tani waxay kaa caawineysaa dhakhtarkaaga daryeelka aasaasiga ah si aad u fahamto guud ahaan xaaladaada caafimaad.
  - Hubi in dhakhaatiirtaada iyo bixiyeyaasha kale ay ka warqabaan dhammaan daawooyinka aad qaadato. Daawooyinka dhakhtarku qoro, daawooyinka farmashiyaha laga soo gato, fiitamiinnada, iyo dheeraadka.
  - Ku dhaqan daryeelka caafimaadka ee ka hortagga ah. Ha lagu sameeyo baaritaanno, baaritaanno, iyo tallaallo adiga kugu habboon iyadoo lagu saleynayo da'daada iyo jinsigaaga.
  - Weydii su'aalo kasta oo aad qabtid. Dhakhaatiirtaada iyo bixiyeyaasha kale waa inay waxyaabaha kuu sharxaan si aad awooddo fahanto. Haddii aad weydiiso su'aal oo aadan fahmin jawaabta, mar kale waydii.
- **Tixgeli.** Waxaan ka fileynaa dhammaan xubnaha qorshaha inay ixtiraamaan xuquuqda dadka kale. Waxaan sidoo kale kaa fileynaa inaad si xushmad leh ugu dhaqanto xafiiska dhakhtarkaaga, isbitaallada, iyo xafiisyada kale ee bixiyaha.
- **Bixi waxa lagugu leeyahay.** Xubin ahaan qorshaha, waxaad mas'uul ka tahay bixinta lacagaha soo socda:
  - Medicare Qaybta A iyo Medicare Qaybta B. Xubnaha SeniorCare Complete badankood, Kaalmada Caafimaadku waxay bixisaa khidmadaha ceymisyada ee joogtada ah ee Medicare Qaybta A iyo khidmadaha ceymisyada ee joogtada ah ee Medicare Qaybta B.
  - Qaar ka mid ah daawooyinkaaga ku jira qorshahayaga, waa inaad bixisaa qaybtaada kharashka marka aad hesho daawada. Tani waxay noqon doontaa lacag-bixin la wadaago. **Cutubka 6** wuxuu sheegayaa waxa ay tahay inaad ku bixiso daawooyinkaaga.
  - **Haddii aad heshid wax adeegyo ama daawooyin ah ee aanan ku daboolneyn qorshaheena, waa inaad bixisaa qarashka buuxo. (Fiiro gaar ah:** Haddii aadan ku raacsanayn go'aankayaga ah inaan la dabooli karin adeeg ama daroogo, waxaad samayn kartaa racfaan. Fadlan tixraac **Cutubka 9, Qaybta E**, si aad u barato sida loo sameeyo racfaan.)
- **Noo sheeg haddii aad guurto.** Haddii aad qorsheyneyso inaad guurto, isla markiiba noo sheeg. Wac iskuduwahaaga daryeelka ama Adeegyada Xubnaha.
  - **Haddii aad u guurto meel ka baxsan aaga adeegeena, kuma jiri kartid qorshaheena.** Kaliya dadka ku nool adeeggeena aagga adeegga waxay noqon kartaa xubnaha qorshahan. **Cutubka 1-aad, Qaybta D**, ee *Buug-gacmeedka Xubinta* wuxuu ka hadlayaa aaggayaga adeegga.
  - Waxaan kaa caawin karnaa inaad ogaato inaad ka guureysa meel ka baxsan aagga adeeggayaga. Inta lagu jiro muddada isdiiwaangelinta gaarka ah, waxaad u beddeli kartaa Medicare-ka Asalka ah ama waxaad iska diiwaan gelin kartaa qorshaha caafimaadka ama daawada Medicare ee goobtaada cusub. Waan kuu sheegi karnaa haddii aan qorshe ka leenahay aaggaaga cusub.



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

- U sheeg Medicare iyo Medical Assistance cinwaankaaga cusub marka aad guurto. Ka eeg **Cutubka 2** ee *Buug-gacmeedkan Xubintasi* aad uhesho lambarrada taleefanka ee Medicare iyo Medical Assistance.
- **Haddii aad guurto oo aad joogto aagga adeeggayaga**, weli waa inaan ogaanoWaxaan u baahanahay inaan diiwaankaaga xubinnimadaada la socodsiino oo aan ogaano sida aan kula soo xiriirno.
- **Haddii aad guurto, u sheeg Amniga Bulshada (ama Guddiga Hawlgabka Railroad).**
- **Wac isku-duwahaaga daryeelka ama Adeegyada Xubinta wixii caawimaad ah haddii aad qabto su'aalo ama walaac.**



BOGGAAN SI KAS  
AH AYAA FAARUQ  
LOOGA TAGAY



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

## Cutubka 9: Waxa aad sameynayso haddii aad dhibaato la kulanto, ama cabasho qabto (go'aamada caymiska, racfaanada, cabashooyinka)

### Hordhac

Cutubkani wuxuu leeyahay macluumaad ku saabsan xuquuqdaada. Akhri cutubkan si aad u ogaato waxa la sameeyo haddii:

- Aad qabto dhibaato ama cabasho ku saabsan qorshahaaga.
- Aad u baahan tahay adeeg, shay, ama daawo qorshahaagu sheegay inuusan bixin doonin.
- Aad khilaafsan tahay go'aan qorshahaagu ka qaatay daryeelkaaga.
- Aad u malaynayso in adeegyadii laguugu dabooli jiray lagu joojinayo si degdeg ah.

Cutubkani wuxuu ku jiraa qaybo kala duwan si uu kaaga caawiyo inaad si fudud u hesho waxaad raadineyso. **Haddii aad qabto dhibaato ama walaac, waxaad u baahan tahay oo keliya inaad akhrido qaybaha cutubkan ee khuseeya xaaladdaada.**

Haddii aad dhibbaato ku qabto daryeelkaaga, waxaad wici kartaa Sarkaalka Baara Cabashada Qofka ee Ka Dhan Maamulka ee Barnaamijyada Caafimaadka Dadweynaha ee Maareysan adigoo ka wacaya 651-431-2660 ama 1-800-657-3729, ama adeegsada TTY Adeega Gudbinta ee MN 711 ama adeeg gudbin oo aad doorbideyso.

wicitaankaan waa bilaash. Cutubkan wuxuu sharaxayaa xulashooyinka kala duwan ee aad haysato si aad uga jawaabto dhibaatooyinka iyo cabashooyinka kala duwan, laakiin mar walba waad wici kartaa Sarkaalka Baara Cabashada Qofka ee Ka Dhan Maamulka Barnaamijyada Caafimaadka Dadweynaha ee Maareysan si uu kaaga caawiyo xalinta dhibaataada.

Wixii macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan barnaamijyada qareennada ee kaa caawin kara inaad wax ka qabato walaacyadaada, tixraac **Cutubka 2, Qaybta J**, ee *Buug-gacmeedkan Xubinka*.

### Jadwalka Tusmooyinka

|                                                                                                         |            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| <b>Hordhac</b> .....                                                                                    | <b>127</b> |
| <b>A. Waxyaabaha ay tahay in la sameeyo haddii aad qabto dhibaato ama walaac</b> .....                  | <b>129</b> |
| A1. Ku saabsan erayada sharciga ah .....                                                                | 129        |
| <b>B. Halka laga helo caawimaadda</b> .....                                                             | <b>129</b> |
| B1. Macluumaad iyo caawimaad dheeraad ah .....                                                          | 129        |
| <b>C. Fahamka cabashooyinka iyo rafcaannada Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka ee qorshaheenna</b> ..... | <b>130</b> |
| <b>D. Dhibaatooyinka ku saabsan dheefaha</b> .....                                                      | <b>130</b> |
| <b>E. Go'aamada daboolka iyo rafcaannada</b> .....                                                      | <b>130</b> |
| E1. Go'aamada daboolista .....                                                                          | 131        |
| E2. Racfaannada .....                                                                                   | 131        |
| E3. Caawimaad ku saabsan go'aamada daboolka iyo rafcaannada .....                                       | 131        |
| E4. Qaybta ku habboon ee cutubkan oo kaa caawin karta .....                                             | 132        |



|                                                                                    |            |
|------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| <b>F. Daryeelka caafimaadka, caafimaadka dhimirka iyo adeegyada muddada dheer</b>  | <b>133</b> |
| F1. Adeegsiga qaybtaan.....                                                        | 133        |
| F2. Codsashada go'aan daboolid .....                                               | 133        |
| F3. Samaynta Racfaanka Heerka 1.....                                               | 135        |
| F4. Samaynta Racfaanka Heerka 2.....                                               | 138        |
| F5. Dhibaato lacag bixin.....                                                      | 141        |
| <b>G. Dawooyinka Medicare Qaybta D.....</b>                                        | <b>142</b> |
| G1. Go'aamada daboolka iyo rafcaannada Medicare Qaybta D .....                     | 143        |
| G2. Ka-dhaafitaanada Medicare Qaybta D .....                                       | 144        |
| G3. Waxyaabo muhiim ah oo ku saabsan codsashada ka-dhaafitaan .....                | 144        |
| G4. Codsashada go'aan daboolid, oo ay ku jirto ka-reebis .....                     | 145        |
| G5. Samaynta Rafcaan Heerka 1.....                                                 | 147        |
| G6. Samaynta Racfaanka Heerka 2 .....                                              | 148        |
| <b>H. Codsashada inaan sii daboolno joogitaankaaga isbitaalka muddo dheer.....</b> | <b>150</b> |
| H1. Barashada wax ku saabsan xuquuqdaada Medicare.....                             | 150        |
| H2. Samaynta Rafcaan Heerka 1.....                                                 | 151        |
| H3. Samaynta Racfaanka Heerka 2 .....                                              | 152        |
| <b>I. Codsashada inaan sii daboolno adeegyo caafimaad oo gaar ah.....</b>          | <b>153</b> |
| I1. Ogeysiis hore ka hor intaan dabooliddaada la joojin.....                       | 153        |
| I2. Samaynta Rafcaan Heerka 1 .....                                                | 153        |
| I3. Samaynta Racfaanka Heerka 2.....                                               | 155        |
| <b>J. Qaadista rafcaan kaaga ka baxsan Heerka 2 .....</b>                          | <b>155</b> |
| J1. Tallaabooyinka xiga ee adeegyadii iyo shayadii Medicare .....                  | 155        |
| J2. Rafcaannada Dheeraadka ah ee Medical Assistance.....                           | 157        |
| J3. Heerarka Rafcaanka 3, 4 iyo 5 ee Codsiyada Dawooyinka Medicare Qaybta D.       | 157        |
| <b>K. Sida loo sameeyo cabasho .....</b>                                           | <b>158</b> |
| K1. Noocyada dhibaatooyinka ah ee u baahan inay noqdaan cabashooyin .....          | 158        |
| K2. Cabashooyinka gudaha.....                                                      | 159        |
| K3. Cabashooyinka Dibadda .....                                                    | 160        |



## A. Waxyaabaha ay tahay in la sameeyo haddii aad qabto dhibaato ama walaac

Cutubkani wuxuu sharxayaa sida loo maareeyo dhibaatooyinka iyo walaacyada. Habka aad isticmaasho wuxuu ku xiran yahay nooca dhibaataada aad qabto. U isticmaal hal hab go'aannada **caymiska iyo rafcaannada** iyo mid kale oo aad **ku sameyso cabashooyinka** (oo sidoo kale loo yaqaan cabashooyinka).

Si loo hubiyo dhexdhexaadnimada iyo degdegga, hab kasta waxa uu leeyahay sharciyo, nidaamyo, iyo waqtiyo gaar ah oo ay tahay inaan adiga iyo anaguba raacno.

### A1. Ku saabsan erayada sharciga ah

Cutubkan waxaa ku jira ereyo sharci ah oo ku saabsan qaar ka mid ah xeerarka iyo waqtiyada kama dambaysta ah. Qaar badan oo ka mid ah ereyadan way adkaan kartaa in la fahmo, sidaa darteed waxaan u isticmaalnaa ereyo fudud beddel ereyo sharci oo gaar ah marka aan awoodno. Waxaan u isticmaalnaa soo gaabinta ereyada sida ugu yar ee suurtoogalka ah.

Tusaale ahaan, waxaan dhahnaa:

- “Samaynta cabasho” beddelka intey ka ahaan lahayd “soo gudbinta cabasho sharciyeed”
- “Go’aanka caymiska” halkii laga dhihi lahaa “go’aanka hay’adda,” “go’aanka faa’iidada,” ama “go’aanka caymiska.”
- “Go’aan daboolitaan degdeg ah” beddelka ay ka ahaan lahayd “go’aan degdeg ah”
- “Ururka Dib-u-eegista Madax-bannaan” (IRO) halkii laga isticmaali lahaa “Ururka Dib-u-eegista Madax-bannaan” (IRE)

Ogaanshaha ereyada sharciga ee saxda ah ayaa kaa caawin kara inaad si cad u hadasho, markaa annaguna waan bixinnaa kuwaas.

## B. Halka laga helo caawimaadda

### B1. Macluumaad iyo caawimaad dheeraad ah

Mararka qaar waa wareer in la bilaabo ama la raaco habka wax looga qabanayo dhibaato. Tani waxay si gaar ah run u noqon kartaa haddii aadan dareemayn fiicnaan ama aad leedahay tamar xaddidan. Mararka kale, waxaa laga yaabaa inaad haysan macluumaadka aad u baahan tahay si aad u qaaddo tallaabada xigta.

#### Caawimaad ka timaada Minnesota Aging Pathways

Waxaad wici kartaa Waddooyinka Waayeelka ee Minnesota. La-taliyayaasha Waddooyinka Waayeelka ee Minnesota ayaa ka jawaabi kara su’aalahaaga waxayna kaa caawin karaan inaad fahamto waxa laga yeelayo dhibaataada. Waddooyinka Waayeelka ee Minnesota xiriir nagama lahan annaga ama shirkad caymis ama qorshe caafimaad. Waddooyinka Waayeelka ee Minnesota waxay leeyihiin la-taliyayaal tababaran oo ku sugan degmo kasta, adeegyaduna waa bilaash. Lambarka taleefanka ee Waddooyinka Waayeelka ee Minnesota waa 1-800-333-2433 ama TTY MN Relay 711, ama isticmaal adeegga gudbinta ee aad doorbidayso. Wicitaanadani waa bilaash. Booqo bogga internetka ee Waddooyinka Waayeelka ee Minnesota ee <https://mn.gov/board-on-aging/direct-services/aging-pathways>.

#### Caawimaad iyo macluumaadka ka socda Medicare

Wixii macluumaad dheeraad ah iyo caawimo, waxaad la xiriiri kartaa Medicare. Waa kuwan laba siyaabood oo aad caawimaad uga heli karto Medicare:

- Wac 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). isticmaaleyaasha TTY ha wacaan 1-877-486-2048.



- Booqo webseedka Medicare ([www.medicare.gov](http://www.medicare.gov)).

### Caawimaad iyo macluumaad ka yimid Sarkaalka Baaritaanka Cabashada Shakhsi ahaaneed ee Ka dhan Maamulka ee ku aadan Barnaamijyada Caafimaadka Dadweynaha ee Maareysan

Haddii aad u baahan tahay caawimo, waxaad had iyo jeer wici kartaa U doodaha Barnaamijyada Daryeelka Caafimaadka ee Dadweynaha lagu Maamulo. U doodaha Barnaamijyada Daryeelka Caafimaadka ee Dadweynaha lagu Maamulo ayaa ka jawaabi kara su'aalahaaga oo kaa caawin kara inaad fahamto waxa la sameeyo si aad u xalliso dhibaataada. Ka eeg **Cutubka 2, Qaybta J**, wixii macluumaad dheeraad ah ee ku saabsan barnaamijyada gardoona.

Qofka u dooda Barnaamijyada Daryeelka Caafimaadka ee Maamulka Dadweynaha (Public Health Care Programs) xiriir nagama lahan ama shirkad caymis ama qorshe caafimaad. Waxay kaa caawin karaan inaad fahamto habka loo isticmaalayo. Lambarka taleefanka ee qofka u dooda Barnaamijyada Daryeelka Caafimaadka ee Maamulka Dadweynaha waa 651-431-2660 ama 1-800-657-3729 ama TTY MN Relay 711 ama isticmaal adeegga gudbinta ee aad doorbidayso. Adeegyadu waa bilaash.

## C. Fahamka cabashooyinka iyo rafcaannada Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka ee qorshaheenna

Waxaad haysataa Medicare iyo Gargaarka Caafimaadka. Macluumaadka ku jira cutubkan wuxuu khuseeyaa **dhammaan** faa'iidooyinkaaga Medicare iyo Gargaarka Caafimaadka. Tan waxaa mararka qaarkood loogu yeeraa "hab-raac isku dhafan" sababtoo ah waxay isku daraysaa, ama isku daraysaa, hababka Gargaarka Caafimaadka iyo Gargaarka Caafimaadka.

Mararka qaarkood hababka Medicare iyo Medical Assistance lama isku dari karo. Xaaladahaas, waxaad u isticmaashaa hal hab oo loogu talagalay Medicare iyo hab kale oo loogu talagalay dheefaha Medical Assistance **Qaybta. F4** ayaa sharxaysa xaaladahaan

## D. Dhibaatooyinka ku saabsan dheefaha

Haddii aad qabto dhibaato ama walaac, akhri qaybaha cutubkan ee khuseeya xaaladdaada. Shaxda soo socota waxay kaa caawinaysaa inaad hesho qaybta saxda ah ee cutubkan si aad u hesho dhibaatooyinka ama cabashooyinka.

### Ma dhibaato ku saabsan faa'iidooyinkaaga ama daboolkaaga?

Tan waxaa ku jira dhibaatooyinka ku saabsan haddii daryeel caafimaad (shay, adeegyo, iyo/ama daawooyinka Qaybta B) la dabooli doono ama aan, sida loo daboolo, iyo dhibaatooyinka lacag-bixinta daryeelka caafimaadka.

#### Haa.

Dhibaatadaydu waxay ku saabsan tahay faa'iidooyinka ama daboolka.

Ka eeg **Qaybta E: "Go'aamada daboolka iyo rafcaannada racfaannada."**

#### Maya.

**Dhibaatadaydu kuma saabsano faa'iidooyinka ama daboolka.**

Ka eeg **Qaybta K: "Sida loo sameeyo cabasho."**

## E. Go'aamada daboolka iyo rafcaannada

Habka loo codsado go'aan caymis iyo rafcaan qaadashada wuxuu wax ka qabtaa dhibaatooyinka la xiriira faa'iidooyinkaaga iyo caymiska daryeelkaaga caafimaad (adeegyada, alaabta, iyo daawooyinka Qaybta B, oo ay



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abril - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).



ku jiraan lacag bixinta). Si aan wax u fududayno, guud ahaan waxaan tixraacnaa alaabta caafimaadka, adeegyada, iyo daawooyinka Qaybta B. oo ah **daryeel caafimaad**.

## E1. Go'aamada daboolista

Go'aanka caymiska waa go'aan aan ka gaarno faa'iidooyinkaaga iyo caymiskaaga ama qaddarka aan ku bixinno adeegyadaada caafimaad ama daawooyinkaaga. Tusaale ahaan, haddii bixiyahaaga shabakadda qorshahaagu uu kuu gudbiyo khabiir caafimaad oo ka baxsan shabakadda, gudbintan waxaa loo arkaa go'aan wanaagsan haddii aanu bixinaha shabakaddaadu muujin karin inaad heshay ogeysiis diidmo caadi ah oo loogu talagalay khabiirkan caafimaadka, ama adeegga la soo gudbiyay aan waligiis lagu daboolin xaalad kasta (tixraac **Cutubka 4, Qaybta F**, ee *Buug-gacmeedkan Xubinta*).

Adiga ama dhakhtarkaaga ayaa sidoo kale nala soo xiriiri kara oo weydiisan kara go'aan caymis. Adiga ama dhakhtarkaaga waxaa laga yaabaa inaad hubin inaan daboolayno adeeg caafimaad oo gaar ah ama haddii aan diidi karno inaan bixinno daryeel caafimaad oo aad u malaynayso inaad u baahan tahay. **Haddii aad rabto inaad ogaato inaan dabooli doono adeeg caafimaad ka hor intaadan helin, waxaad na weydiisan kartaa inaan kuu sameyno go'aan caymis.**

Waxaan go'aan ka gaarnaa caymiska marka aan go'aan ka gaarno waxa adiga kugu habboon iyo inta aan bixinno. Xaaladaha qaarkood, waxaa laga yaabaa inaan go'aansanno in adeeg ama daawo aan la dabooli karin ama aysan Medicare ama Medical Assistance kuu dabooli doonin. Haddii aadan ku raacsanayn go'aankan caymiska, waxaad samayn kartaa racfaan.

## E2. Racfaannada

Haddii aan go'aan caymis gaarno oo aadan ku qanacsanayn go'aankan, waxaad "racfaan ka qaadan kartaa" go'aanka. Racfaanku waa hab rasmi ah oo aan ku weydiisanno inaan dib u eegno oo aan beddelno go'aan caymis oo aan gaarnay.

Marka aad racfaan ka qaadato go'aan markii ugu horreysay, tan waxaa loo yaqaan Racfaan Heerka 1aad. Racfaankan, waxaan dib u eegaynaa go'aanka caymiska ee aan gaarnay si aan u hubinno inaan si sax ah u raacnay dhammaan xeerarka. Dib-u-eegayaal kala duwan marka loo eego kuwa sameeyay go'aankii asalka ahaa ee aan wanaagsanayn ayaa maareeya racfaankaaga.

Marka aan dhammaystirno dib u eegista, waxaan ku siinaynaa go'aankeenna. Duruufo gaar ah, oo lagu sharraxay cutubkan dambe, **Qaybta F2**, waxaad codsan kartaa go'aan degdeg ah ama "go'aan degdeg ah oo caymis" ama "racfaan degdeg ah" oo ku saabsan go'aanka caymiska.

Haddii aan **Maya** ku nidhaahno qayb ka mid ah ama dhammaan waxaad weydiisatay, waxaan kuu soo diri doonnaa warqad. Haddii dhibaataada ay ku saabsan tahay caymiska daryeelka caafimaadka Medicare, warqaddu waxay kuu sheegi doontaa inaan kiiskaaga u dirnay Ururka Dib-u-eegista Madaxa-bannaan (IRO) si loogu sameeyo Racfaan Heerka 2. Haddii dhibaataada ay ku saabsan tahay caymiska Medicare Qaybta D ama adeegga Gargaarka Caafimaadka ama shay, warqaddu waxay kuu sheegi doontaa sida aad adigu u gudbin karto Racfaan Heerka 2. Tixraac **Qaybta F4** Wixii macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan Racfaanka Heerka 2. Haddii dhibaataada ay ku saabsan tahay caymiska adeeg ama shay ay daboolayso Medicare iyo Medical Assistance, warqaddu waxay ku siin doontaa macluumaad ku saabsan labada nooc ee Racfaanka Heerka 2.

Haddii aadan ku qanacsanayn go'aanka Racfaanka Heerka 2, waxaa laga yaabaa inaad marin u leedahay heerar racfaan oo dheeraad ah.

## E3. Caawimaad ku saabsan go'aamada daboolka iyo racfaannada

Waxaad caawimaad ka codsan kartaa cidda soo socota:

**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).



- **Adeegyada Xubinka** adoo wacaya lambarka ku xusan hoosta boggan.
- Wac Barnaamijka **Kaalmada Caymiska Caafimaadka Gobolka (SHIP)** si aad u hesho caawimo bilaash ah. SHIP waa urur madax-bannaan. Kuma xirna qorshahan. Minnesota SHIP-ka waxaa loo yaqaan **Minnesota Aging Pathways**. Lambarka taleefanka waa 1-800-333-2433 ama TTY MN Relay 711, ama isticmaal adeegga gudbinta ee aad doorbidayso. Wicitaanadani waa bilaash.
- Wac **Dhexdhexaadiyaha Barnaamijyada Daryeelka Caafimaadka ee Maamulka Dadweynaha** si aad u hesho caawimo bilaash ah. Garyaqaanka Barnaamijyada Daryeelka Caafimaadka ee Maamulka Dadweynaha wuxuu ka caawiyaa dadka ku qoran Gargaarka Caafimaadka dhibaatooyinka adeegga ama biilasha. Lambarka taleefanka waa 651-431-2660 ama 1-800-657-3729 ama TTY MN Relay 711, ama isticmaal adeegga gudbinta ee aad doorbidayso.
- **Dhakhtarkaaga ama bixiye kale.** Dhakhtarkaaga ama bixiyahaaga kale ayaa adiga ku meteli kara oo codsan kara go'aan daboolid ama rafcaan ayadoo masuul kaa ah.
- **Saaxiib ama xubin qoys.** Waxaad magacaabi kartaa qof kale inuu adiga ku metelo oo u dhaqmo sida "wakiilkaaga" si uu u codsado go'aan daboolid ama uu rafcaan sameeyo.
- **Qareenka.** Waxaad leedahay xaq aad ku leedahay qareen, laakiin looma baahna inaad qareen haysato si aad u codsato go'aan daboolid ama rafcaan u sameyso.
  - Wac qareenkaaga ama hel magaca qareen ka socda ururka qareennada maxalliga ah ama adeegga kale ee gudbinta. Qaar ka mid ah kooxaha sharciga ayaa ku siin doona adeegyo sharci oo bilaash ah haddii aad u qalanto.

Buuxi Foomka Magacaabista Wakiilka haddii aad rabto qareen ama qof kale inuu wakiilkaaga noqdo. Foomku wuxuu qof ku siinayaa ogolaansho inuu ku matalo.

Wac Adeegyada Xubnaha lambarrada ku yaal xagga hoose ee bogga oo weydii foomka "Magacaabista Wakiilka". Waxa kale oo aad foomka ka heli kartaa booqo [www.cms.gov/Medicare/CMS-Forms/CMS-Forms/downloads/cms1696.pdf](http://www.cms.gov/Medicare/CMS-Forms/CMS-Forms/downloads/cms1696.pdf). **Waa inaad na siisaa nuqul ka mid ah foomka la saxiixay.**

#### E4. Qaybta ku habboon ee cutubkan oo kaa caawin karta

Waxaa jira afar xaaladood oo ku lug leh go'aannada caymiska iyo racfaannada. Xaalad kastaa waxay leedahay sharciyo iyo waqtiyo kama dambays ah oo kala duwan. Waxaan faahfaahin ka bixinaynaa mid kasta qayb gaar ah oo ka mid ah cutubkan. Ka eeg qaybta khuseysa:

- **Qaybta F**, "Adeegyada daryeelka caafimaadka, caafimaadka hab-dhaqanka iyo kuwa muddada dheer.
- **Qaybta G**, "Daawooyinka la qoro ee Medicare Qaybta D".
- **Qaybta H**, "Codsashada inaan sii daboolno joogitaankaaga isbitaalka muddo dheer".
- **Qaybta I**, "Na weydiista inaan sii wadno daboolida adeegyada caafimaadka qaarkood". (Qaybtani waxay khuseysaa oo keliya adeegyadan: daryeelka caafimaadka guriga, daryeelka xarunta kalkaalinta xirfadlayaasha ah, iyo adeegyada Xarunta Baxnaaninta Bukaana-socodka oo Dhammaystiran (CORF).

Haddii aadan hubin qaybta la adeegsanayo, wac Adeegyada Xubinta adoo isticmaalaya lambarka ku hoos xusan.

Haddii aad u baahan tahay caawimaad kale ama macluumaad dheeraad ah, fadlan wac Sarkaalka Baara Cabashada Shakhshi ahaaneed ee Ka dhan Maamulka ee ku aadan Barnaamijyada Caafimaadka Dadweynaha ee Maareysan lambarka 651-431-2660 ama 1-800-657-3729, ama isticmaal TTY adeega gudbinta ee MN 711 ama adeega gudbinta ee aad doorbideyso.



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

## F. Daryeelka caafimaadka, caafimaadka dhimirka iyo adeegyada muddada dheer

Qaybtan waxay sharaxaysaa waxa laga sameeyo haddii aad qabto dhibaatooyin la xiriira daboolista daryeel caafimaad ama aad rabto inaan ku siino lacagta aad horey u bixisay daryeelkaaga.

Qaybtan waxay ku saabsan tahay faa'iidooyinkaaga daryeelka caafimaadka ee lagu sharaxay gudaha **Cutubka 4-aad** ee *Buug Gacmeedkaan Xubinta* Shaxda faa'iidooyinka. Xaaladaha qaarkood, xeerar kala duwan ayaa laga yaabaa inay khuseeyaan daawada Medicare Part B. Markay sidaas sameeyaan, waxaan sharaxnaa sida xeerarka daawooyinka Medicare Part B ay uga duwan yihiin xeerarka adeegyada caafimaadka iyo alaabada.

### F1. Adeegsiga qaybtaan

Qaybtan waxay sharaxaysaa waxaad sameyn karto mid ka mid ah shanta xaaladood ee soo socda:

1. Waxaad u malaynaysaa in aan daboolno daryeel caafimaad oo aad u baahan tahay, laakiin aadan helin.

**Waxaad sameyn karto:** Waxaad naga codsan kartaa inaan go'aan ka gaarno caymiska. Ka eeg **Qaybta F2**.

2. Ma aanan oggolaan daryeel caafimaad oo dhakhtarkaaga ama bixiyaha kale ee caafimaadka uu rabay inuu ku siiyo, adiguna waxaad u malaynaysaa inaan oggolaanno.

**Waxaad sameyn karto:** Waxaad racfaan ka qaadan kartaa go'aankeena. Eeg **Qaybta F3**.

3. Waxaad heshay daryeel caafimaad oo aad u malaynayso inaan daboolno, laakiin ma bixin doono lacagta.

**Waxaad sameyn karto:** Waxaad racfaan ka qaadan kartaa go'aankeena. Eeg **Qaybta F5**.

4. Waxaad heshay oo aad bixisay kharashka daryeelka caafimaadka ee aad u malaynaysay inaan daboolayno, waxaadna rabtaa inaan kuu celino.

**Waxaad samayn karto:** Waxaad naga codsan kartaa inaan kuu celino. Fiiri **Qaybta F5**.

5. Waxaan dhimnay ama joojinay daboolistaada daryeel caafimaad gaar ah, adiguna waxaad u malaynaysaa in go'aankayagu dhaawac u geysan karo caafimaadkaaga.

**Waxaad sameyn karto:** Waxaad rafcaan ka qaadan kartaa go'aankayaga ee dhimista ama joojinta daryeelka caafimaadka. ka eeg **Qaybta F3**.

- Haddii daboolka uu yahay daryeelka isbitaalka, daryeelka guriga, xarumaha kalkaalinta xirfadleyda, ama adeegyada CORF, waxaa jira xeerar gaar ah oo quseeya. Ka eeg **Qaybta H** ama **Qaybta I** si aad u hesho xog dheeraad ah.
- Dhammaan xaaladaha kale ee ku lug leh dhimista ama joojinta daryeelka caafimaadka, isticmaal qaybtan (**Qaybta F**) oo ah tusmadaada.

### F2. Codsashada go'aan daboolid

Marka go'aanka daboolka uu ku lug yeesho daryeelkaaga caafimaad, waxaa loogu yeeraa **“go'aanka ururka isku dhafan.”**

Adiga, dhakhtarkaaga, ama wakiilkaaga ayaa naga codsan kara go'aan daboolid adigoo:

- Wacaaya: 1-866-567-7242. TTY: 1-800-627-3529 ama 711.
- Fakiska: 1-507-431-6328



- Qorista: Adeegyada Xubnaha  
South Country Health Alliance  
6380 W Frontage Rd.  
Medford, MN 55049

### Go'aanka daboolka ee caadiga ah

Marka aan ku siino go'aankeena, waxaan isticmaalnaa waqtiyada kama dambaysta ah ee “caadiga ah” haddii aan ku heshiino inaan isticmaalno waqtiyada kama dambaysta ah ee “dhakhsaha badan”. Go'aanka caymiska caadiga ah macnaheedu waa inaan ku siino jawaab gudaha:

- **7 maalmo taariikheed** kadib marka aan helno **codsigaaga adeeg caafimaad ama shay ku xiran shuruucdeenna oggolaanshaha hore.**
- **14 maalmood oo** shaqo gudahood **markii aan helno codsigaaga.**
- **72 saacadood** kadib marka aan helno codsigaaga **daawada Medicare Part B.**

**Adeeg caafimaad ama shay, waxaan qaadan karnaa ilaa 14 maalmood oo** kalendar ah dheeraad ah haddii aan ogaano in xog kaa maqan ay kaa faa'iideyn karto (tusaale, xog caafimaad oo ka timaadda bixiyayaasha aan shabakadda ku jirin) ama haddii aad u baahan tahay waqti dheeri ah si aad noogu soo dirto macluumaadka. Haddii aan qaadano maalmo dheeraad ah si aan go'aan uga gaarno, qoraal ayaan kuugu sheegi doonaa. **Ma qaadan karno wakhti dheeraad ah haddii codsigaagu quseeyo Medicare Daawada qaybta B.**

Haddii aad u malaynayso **inaan qaadanayn** maalmo dheeraad ah, waxaad samayn kartaa “cabasho degdeg ah” oo ku saabsan go'aankeenna ah inaan qaadano maalmo dheeraad ah. Markaad sameyso cabasho degdeg ah, waxaan ku siinaynaa jawaab cabashadaada 24 saacadood gudahood. Samaynta cabasho way ka duwan tahay habka loo maro go'aannada caymiska iyo racfaannada. Wixii macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan samaynta cabasho, oo ay ku jirto cabasho degdeg ah, tixraac **Qaybta K.**

### Go'aan daboolitaan degdeg ah

**Eray sharciyeedka “Go'aan daboolitaan oo degdeg ah” beddelka “go'aan degdeg ah”**

Markaad naga codsato inaan go'aan caymis ka gaarno daryeelkaaga caafimaad iyo caafimaadkaaga waxay u baahan yihiin jawaab degdeg ah, naga codso inaan sameyno “go'aan caymis degdeg ah.” Go'aanka caymiska degdegga ah macnaheedu waa inaan ku siin doono jawaab gudaha:

- **72 saacadood** kadib marka aan helnoco **dsigaaga adeeg caafimaad ama shay.**
- **24 saacadood** kadib marka aan helno codsigaaga **daawada Medicare Part B.**

**Adeeg caafimaad ama shay, waxaan qaadan karnaa ilaa 14 maalmood oo** kalendar ah dheeraad ah haddii aan ogaano in xog kaa maqan ay kaa faa'iideyn karto (tusaale, xog caafimaad oo ka timaadda bixiyayaasha aan shabakadda ku jirin) ama haddii aad u baahan tahay waqti dheeri ah si aad noogu soo dirto macluumaadka. Haddii aan qaadano maalmo dheeraad ah si aan go'aan uga gaarno, qoraal ayaan kuugu sheegi doonaa. **Ma qaadan karno wakhti dheeraad ah haddii Codsigaagu waa daawada Medicare Part B.**

Haddii aad u malaynayso **inaan qaadanayn** maalmo dheeraad ah si aan u gaarno go'aanka caymiska, waxaad samayn kartaa “cabasho degdeg ah” oo ku saabsan go'aankeenna ah inaan qaadano maalmo dheeraad ah. Wixii macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan sameynta cabasho, oo ay ku jirto cabasho degdeg ah, tixraac **Qaybta K.** Waan ku soo wici doonnaa isla marka aan go'aanka gaarno.



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

**Si aad u hesho go'aan daboolitaan degdeg ah, waa inaad buuxisaa laba shuruudood:**

- Ma codsan kartid go'aan daboolitaan degdeg ah oo ku saabsan lacag-bixinta waxyaabaha ama adeegyada **aadan** horey u helin. Ma codsan kartid go'aanka caymiska degdega ah ee ku saabsan lacag bixinta alaabta ama adeegyada aad hore u heshay.
- Isticmaalka wakhtiyada caadiga ah **waxay dhaawici kartaa caafimaadkaaga** ama ay ku xannibi kartaa awooddaada shaqeyn.

**Waxaan si toos ah kuu siineynaa go'aan caymis degdeg ah haddii dhakhtarkaagu noo sheego in caafimaadkaagu u baahan yahay.** Haddii aad weydiisato iyada oo aan la helin taageerada dhakhtarkaaga, waxaan go'aansaneynaa inaad hesho go'aan caymis oo degdeg ah.

- Haddii aan go'aansanno in caafimaadkaagu aanu buuxin shuruudaha go'aanka caynsanaanta degdega ah, waxaanu kuu soo dirnay warqad sidaas leh, beddelkeedana waxaanu isticmaalnaa wakhtiga kama dambaysta ah. Warqaddu waxay kuu sheegaysaa:
  - Haddii dhakhtarkaagu codsado, si toos ah ayaan kuu siin doonnaa go'aan daboolitaan degdeg ah.
  - Sida aad u xarayn karto "cabashada degdega ah" ee ku saabsan go'aankayaga si aan ku siino go'aanka caymiska caadiga ah Wixii macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan samaynta cabasho, oo ay ku jirto cabasho degdeg ah, tixraac **Qaybta K**.

**Haddii aan diidno dhammaan ama qayb ka mid ah codsigaaga,** waxaan kuu soo diri doonnaa warqad oo sharaxaysa sababaha.

- Haddii aad u malaynayso **inaan** qalad sameynnay, rafcaan sameynta waa hab rasmi ah oo aad naga codsan karto inaan dib u eegno oo aan bedelno go'aanka.
- Haddii aad go'aansato inaad rafcaan sameyso, waxaad bilaabeysaa Heerka 1 ee nidaamka rafcaanka (tixraac **Qaybta F3** ee hoose).

Xaalado kooban, waxaan diidi karnaa codsigaaga go'aan daboolid, taasoo macnaheedu yahay inaan dib u eegayn codsigaaga. Examples of when a request will be dismissed include:

- Haddii codsiga uusan dhammaystirnayn,
- Haddii qof adiga ku matalaya uu sameeyo codsiga laakiin uusan haysan oggolaansho sharci ah inuu sidaas sameeyo, **ama**
- Haddii aad codsatid in codsigaaga laga laabto.

Haddii aan diidno codsi ku saabsan go'aan caymis, waxaan kuu soo diri doonnaa ogeysiis sharraxaya sababta codsiga loo diiday iyo sida loo codsado dib u eegis ku saabsan joojinta. Dib u eegistan waxaa loo yaqaan rafcaan. Racfaanka waxaa lagu falanqeyn doonaa qaybta xigta.

### **F3. Samaynta Racfaanka Heerka 1**

**Si aad racfaan u qaadata,** adiga, dhakhtarkaaga, ama wakiilkaagu waa inaad nala soo xiriirtaa. Naga soo wac 1-866-567-7242. Wixii faahfaahin dheeraad ah oo ku saabsan sida aad nala soo xiriiri karto si aad racfaan u qaadata, ka eeg **Cutubka 2aad, Qaybta A**.

**Codsorafcaan caadi ah ama rafcaan degdeg ah adigoo noogu** soo qoraya ama na soo wacaya lambarka 1-866-567-7242 ama TTY 711. Wicitaanku waa bilaash.



- Haddii dhakhtarkaaga ama qoraaga kale uu codsado in lagu sii wado adeegga ama shayga aad horey u heli jirtay inta lagu jiro rafcaankaaga, waxaa laga yaabaa inaad u magacowdid wakiil si uu kuugu matalo.
- Haddii qof aan ahayn dhakhtarkaaga uu kuu sameeyo racfaan, ku dar foomka Ballanqaadka Wakiilka oo u oggolaanaya qofkan inuu ku matalo. Waxaad ka heli kartaa foomka adigoo booqanaya [www.cms.gov/Medicare/CMS-Forms/CMS-Forms/downloads/cms1696.pdf](http://www.cms.gov/Medicare/CMS-Forms/CMS-Forms/downloads/cms1696.pdf) ama boggayaga internetka ee [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org) > Programs > Medicare Advanage Programs > What is SeniorCare Complete > Coverage Decisions, Appeals and Complaints (> Barnaamijyada Medicare Advanage > Waa maxay Medicare Advanage > Go'aannada Caymiska, Rafcaannada iyo Cabashooyinka).
- Waan aqbali karnaa codsi racfaan ah iyada oo aan la haysan foomka, laakiin ma bilaabi karno ama ma dhammaystiri karno dib u eegistayada ilaa aan ka helno. Haddii aanaan helin foomka ka hor waqtiga kama dambaysta ah ee aan ku go'aan ka gaareyno racfaankaaga:
  - Waxaan diidnaa codsigaaga, oo
  - Waxaan kuu soo diraynaa ogeysiis qoraal ah oo sharxaya xuquuqdaada inaad ka codsato IRO dib-u-eegis ku saabsan go'aankayaga ah diidmada rafcaankaaga.
- Waa inaad rafcaan samaysaa 65 maalmood oo kalandarka ah gudahood laga bilaabo taariikhda warqadda aan kuu soo dirnay oo ku sheegaysa go'aankayaga.
- Haddii aad seegto waqtiga kama dambaysta ah oo aad haysato sabab wanaagsan oo aad ku seegto, waxaa laga yaabaa inaan ku siino waqti dheeraad ah oo aad racfaan ka qaadato. Tusaalooyinka sababaha wanaagsan waa waxyaabo sida inaad qabtay xanuun daran ama aanu si khaldan kuu siinnay. Sharax sababta rafcaankaaga uu dib ugu dhacay marka aad sameyso rafcaan ka. Sharax sababta rafcaankaagu u daahay markaad racfaanka qaadanayso.
- Haddii aad seegto waqtiga kama dambaysta ah oo aad haysato sabab wanaagsan oo aad ku seegto, waxaa laga yaabaa inaan ku siino waqti dheeraad ah oo aad racfaan ka qaadato. Tusaalooyinka sababaha wanaagsan waa waxyaabo sida inaad qabtay xanuun daran ama aanu si khaldan kuu siinnay.

**Haddii xaaladdaada caafimaad ay u baahan tahay, codso rafcaan degdeg ah.**

Erayga sharciyeed ee “rafcaan degdeg ah” waa **“dib-u-eegis degdeg ah.”**

- Haddii aad rafcaan ka qaadatid go'aan aane ka gaarnay daboolka daryeel caafimaad oo aadan helin: adiga iyo/ama dhakhtarkaaga ayaa go'aaminaya haddii aad u baahan tahay rafcaan degdeg ah.

**Waxaan si toos ah kuu siineynaa go'aan caymis degdeg ah haddii dhakhtarkaagu noo sheego in caafimaadkaagu u baahan yahay.** Haddii aad weydiisato iyada oo aan la helin taageerada dhakhtarkaaga, waxaan go'aansaneynaa inaad hesho go'aan racfaan oo degdeg ah.

- Haddii aan go'aansano in caafimaadkaagu uusan buuxin shuruudaha rafcaan degdeg ah, waxaan kuu soo diri doonnaa warqad ku sharxaysa sababta oo aan isticmaali doonnaa wakhtiyada caadiga ah. Warqaddu waxay kuu sheegaysaa:
  - Waxaan si toos ah kuu siin doonnaa rafcaan degdeg ah haddii dhakhtarkaagu codsado.
  - Sida aad u samayn karto “cabasho degdeg ah” oo ku saabsan go'aankeena ah inaan isticmaalno wakhtiyada caadiga ah halkii aan ka isticmaali lahayn wakhtiyada degdegga ah. Wixiimacluumaad dheeraad ah oo ku saabsan samaynta cabasho, oo ay ku jirto cabasho degdeg ah, tixraac **Qaybta K.**



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abril - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

**Haddii aan kuu sheegno inaan joojinayno ama dhimeyno adeegyo ama shay aad horey u heli jirtay, waxaa laga yaabaa inaad sii wadan karto adeegyadaas inta rafcaankaaga socdo.**

- Haddii aan go'aansano inaan bedelno ama joojino daboolista adeeg ama shay aad heli jirtay, waxaan kuu soo diri doonaa ogeysiis ka hor inta aan tallaabada qaadin.
- Haddii aad ku khilaafsan tahay go'aankayaga, waxaad gudbin kartaa Rafcaan Heerka 1.
- Waxaan sii wadi doonaa daboolida adeegga ama shayga haddii aad codsato Rafcaan Heerka 1aad 10 maalmood gudahood laga bilaabo taariikhda ku qoran warqaddayada ama taariikhda la qorsheeyay ee ficilku dhaqan galayo, mid kasta oo dambe.
  - Haddii aad buuxiso wakhtigan kama dambaysta ah, waxaad heli doontaa adeegga ama shayga iyadoo aan waxba laga beddelin inta rafcaan kaaga Heerka 1 uu socdo.
  - Sidoo kale waxaad heli doontaa adeegyada kale ama shayada (kuwa aan la xiriihin rafcaankaaga) iyagoo aan waxba laga bedelin.
  - Haddii aadan rafcaan samayn ka hor taariikhdaas, markaa adeeggaaga ama shaygaaga lama sii wadi doono inta aad sugayso go'aanka rafcaankaaga.

**Waxaan dib u eegnaa rafcaankaaga oo aan ku siin doonaa jawaabta.**

- Markaan dib u eegayno rafcaankaaga, waxaan si taxadar leh u eegnaa dhammaan macluumaadka la xiriira codsigaaga daboolka daryeelka caafimaadka.
- Waxaan hubinaynaa inaan si sax ah u raacnay dhammaan xeerarka markii aan **diidnay** codsigaaga.
- Waxaan ururinaa macluumaad dheeraad ah haddii aan u baahanno. Waxaa laga yaabaa inaan kula soo xiriirno ama dhakhtarkaaga si aan u helno macluumaad dheeraad ah.

**Waxaa jira wakhtiyo kama dambays ah oo loogu talagalay rafcaan degdeg ah.**

- Marka aan isticmaalno waqtiyada kama dambaysta ah ee degdegga ah, waa inaan ku siinaa jawaabteenna **72 saacadood gudahood ka dib marka aan helno racfaankaaga**. Waxaan ku siin doonaa jawaabteenna goor hore haddii caafimaadkaagu u baahdo.
- Haddii aad codsato waqti dheeraad ah ama aan u baahanno macluumaad dheeraad ah oo kaa faa'iideyn kara, **waxaan qaadan karnaa ilaa 14 maalmood** oo dheeri **ahhaddii codsigaagu** ku saabsan yahay shay caafimaad ama adeeg.
  - Haddii aan qaadanno waqti dheeraad ah, waxaan kuu sheegi doonaa qoraal ahaan.
  - Haddii codsigaagu ku saabsan yahay daawada Medicare Qaybta B, ma qaadan karno waqti dheeraad ah si aan go'aan u gaarno.
  - Haddii aanaan ku siin jawaab 72 saacadood gudahood ama dhammaadka maalmaha dheeraadka ah ee aan qaadanay, waa inaan codsigaaga u dirnaa Heerka 2aad ee habka racfaanka. IRO ayaa markaa dib u eegaya. Qaybtan dambe **Qaybta F4**, waxaan kuu sheegaynaa ururkan waxaanan kuu sharxi doonaa habka racfaanka Heerka 2aad. Haddii dhibaataadaadu ay ku saabsan tahay caymiska adeegga ama shay Gargaarka Caafimaadka, waxaad adigu gobolka la xareyn kartaa Heerka 2aad - Dhageysi Caddaalad ah isla marka waqtigu dhammaado. Minnesota Dhageysi Caddaalad ah waxaa loo yaqaan Rafcaan Gobol.
- **Haddii aan kuu oggolaanno qayb ka mid ah ama dhammaan codsigaaga**, waa inaan oggolaannaa ama bixinno daboolka aan oggolaanay 72 saacadood gudahood laga bilaabo markii aan helno rafcaankaaga.
- **Haddii aan diidno qayb ka mid ah ama dhammaan codsigaaga**, waxaan u dirnaa rafcaankaaga IRO si loogu sameeyo Rafcaan Heerka 2.



**Waxaa sidoo kale jira wakhtiyo kama dambays ah oo loogu talagalay rafcaanka caadiga ah:**

- Marka aan isticmaalno wakhtiyada caadiga ah, waa inaan ku siino jawaabta **30 maalmood** oo kalandarka ah gudahood haddii rafcaan kaagu ku saabsan yahay adeegyo aadan helin.
- Haddii codsigaagu ku saabsan yahay daawo Medicare Qaybta B ah oo aadan helin, waxaan ku siinnaa jawaabta **7 maalmood** oo kalandarka ah gudahood ama si dhakhso badan haddii caafimaadkaagu u baahan yahay.
- Haddii aad codsato waqti dheeraad ah ama aan u baahanno macluumaad dheeraad ah oo kaa faa'iideyn kara, **waxaan qaadan karnaa ilaa 14 maalmood** oo dheeri **ahhaddii codsigaagu** ku saabsan yahay shay caafimaad ama adeeg.
  - Haddii aan qaadanno waqti dheeraad ah, waxaan kuu sheegi doonaa qoraal ahaan.
  - Haddii codsigaagu ku saabsan yahay daawada Medicare Qaybta B, ma qaadan karno waqti dheeraad ah si aan go'aan u gaarno.
  - Haddii aad u malaynayso **inaan** qaadan waqti dheeraad ah, waxaad gudbin kartaa cabasho degdeg ah oo ku saabsan go'aankayaga. Marka aad Gudbi cabasho degdeg ah, waxaan ku siineynaa jawaab 24 saacadood gudahood. Wixii macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan sameynta cabashooyinka, oo ay ku jiraan cabashooyinka degdega ah, eeg **Qaybta K**.
  - Haddii aanaan ku siin jawaab waqtiga kama dambaysta ah ama dhammaadka maalmaha dheeraadka ah ee aan qaadanay, waa inaan codsigaaga u dirnaa Heerka 2aad ee habka racfaanka. IRO ayaa markaa dib u eegaya. Qaybtan dambe ee **Qaybta F4**, waxaan kuu sheegaynaa ururkan waxaanan kuu sharxi doonaa habka racfaanka Heerka 2aad. Haddii dhibaataadaadu ay ku saabsan tahay caymiska adeega Medical Assistance ama shay, waxaad ka xeraysan kartaa Heerka 2 - Dhagaysi cadaalad ah gobolka laftaadu marka uu wakhtigu dhamaado. Minnesota dhexdeeda Dhegeysi cadaalad ah waxa loo yaqaan Racfaan Dawladeed.

**Haddii aan oggolaanno qayb ka mid ah ama dhammaan codsigaaga**, waa inaan oggolaanno ama bixino daboolka aan ku heshiinnay 30 maalmood oo kalandarka ah gudahood ama 7 maalmood oo kalandarka ah gudahood **haddii codsigaagu ku saabsan yahay daawo** Medicare Qaybta B ah, laga bilaabo markii aan helno rafcaankaaga.

Haddii **aan** qayb ama dhammaan codsigaaga, **waxaad leedahay xuquuq dheeri ah oo racfaan ah:**

- Haddii aan **diidno** dhammaan ama qayb ka mid ah wixii aad codsatay, waxaan kuu soo diri doonaa warqad.
- Haddii dhibaataadaadu ku saabsan tahay caymiska adeegga Medicare ama shey, warqadda ayaa kuu sheegi doonta inaan kiiskaaga u gudbinay IRO si loogu qaado Racfaanka Heerka 2.
- Haddii dhibaataadaadu ku saabsan tahay caymiska adeegga ama sheyga Kaalmada Caafimaadka, warqadda ayaa kuu sheegi doonta sida aad adigu u gudbin karto Racfaanka Heerka 2.

## **F4. Samaynta Racfaanka Heerka 2**

Haddii aan **diidno** dhammaan ama qayb ka mid ah Racfaankaada Heerka 1, waxaan kuu soo diri doonaa warqad. Warqadani waxay kuu sheegaysaa haddii Medicare, Medical Caawimo, ama labada barnaamijba badanaa waxay daboolaan adeegga ama shayga.

- Haddii dhibaataadaadu ku saabsan tahay adeeg ama shey Medicare caadiyan daboolo, waxaan si toos ah u gudbinaynaa kiiskaaga Heerka 2 ee habka racfaanka marka Racfaanka Heerka 1 dhammaado.



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).



- Haddii dhibaataadaadu ay ku saabsan tahay adeeg ama shay ay Gargaarka Caafimaadku badanaa daboolo, waxaad adigu xareyn kartaa Racfaan Heerka 2aad. Warqaddu waxay kuu sheegaysaa sida loo sameeyo tan. Waxaan sidoo kale ku dareynaa macluumaad dheeraad ah dambe cutubkan.
- Haddii dhibaataadaadu ku saabsan tahay adeeg ama shey ay **Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka labaduba** dabooli karaan, waxaad si toos ah u heleysaa Racfaanka Heerka 2 oo leh IRO. Waxaad sidoo kale weydiisan kartaa Dhageysi cadaalad ah gobolka.

Haddii aad xaq u lahayd sii wadida faa'iidooyinka markaad gudbineysay Racfaanka Heerka 1, faa'iidooyinkaaga adeegga, sheyga, ama daawada racfaanka ku jira waxay sidoo kale sii socon karaan inta lagu jiro Heerka 2. Tixraac **Qaybta F3** wixii xog dheeraad ah oo ku saabsan sii wadista gargaarkaaga inta lagu jiro Racfaannada Heerka 1.

- Haddii dhibaataadaadu ku saabsan tahay adeeg caadiyan ay Medicare daboolo oo keliya, faa'iidooyinkaaga adeeggaas ma sii socon doonaan inta lagu jiro habka racfaanka Heerka 2 ee leh IRO.
- Haddii dhibaataadaadu ku saabsan tahay adeeg caadiyan ay Kaalmada Caafimaadka daboolo oo keliya, faa'iidooyinkaaga adeeggaas way sii soconayaan haddii aad gudbiso Racfaanka Heerka 2 gudahooda 10 maalmood oo shaqo marka aad hesho go'aankeena warqadda.

### Marka dhibaataadu tahay adeeg ama shey Medicare caadiyan daboolo

IRO waxay dib u eegaysaa racfaankaaga. Waa urur madax-bannaan oo ay shaqaaleysiisay Medicare.

Magaca rasmiga ah waa Hay'adda Dib-u-eegista Madaxbannaan (Independent Review Entity) "**Eeg Diwaanka**", mararka qaarkood loo yaqaan "**IRE**".

- Ururkani nama xiriir la leeyahay mana aha hay'ad dawladeed. Medicare waxay shirkadda u dooratay inay noqoto IRO, Medicare-na waxay kormeertaa shaqadooda.
- Waxaan u dirnaa macluumaad ku saabsan racfaankaaga ("faylka kiiskaaga") ururkan. Waxaad xaq u leedahay inaad hesho nuqul bilaash ah oo faylka kiiskaaga ah.
- Waxaad xaq u leedahay inaad IRO siiso macluumaad dheeraad ah si aad ugu taageerto racfaan kaaga.
- Dib-u-eegayaasha IRO waxay si taxadar leh u eegayaan dhammaan macluumaadka la xiriira racfaankaaga.

### Haddii aad heshay racfaan degdeg ah Heerka 1, waxaad sidoo kale leedahay racfaan degdeg ah Heerka 2.

- Haddii aad noogu gudbisay racfaan degdeg ah Heerka 1, waxaad si toos ah u heleysaa racfaan degdeg ah Heerka 2. IRO waa inay ku siiso jawaabta Racfaankaaga Heerka 2 gudahooda **72 saacadood** marka ay racfaankaaga helaan.
- Haddii codsigaagu yahay shay caafimaad ama adeeg oo IRO-na u baahan yahay inuu ururiyo macluumaad dheeraad ah oo ku afici kara, **waxay qaadan kartaailaa 14 maalmood oo kale oo kalandar ah**. IRO-gu ma qaadan karo waqti dheeraad ah si uu go'aan uga gaaro haddii codsigaagu yahay daawada Medicare Part B.

### Haddii aad heshay racfaan caadi ah Heerka 1, waxaad sidoo kale leedahay racfaan caadi ah Heerka 2.

- Haddii aad noogu gudbisay racfaan caadi ah Heerka 1, waxaad si toos ah u heleysaa racfaan caadi ah Heerka 2.
- Haddii codsigaagu ku saabsan yahay adeeg caafimaad ama shey, IRO waa inay ku siiso jawaabta Racfaankaaga Heerka 2 **30 maalmood gudahood** marka aad hesho racfaankaaga.
- Haddii codsigaagu ku saabsan yahay daawooyinka qoro Medicare Qaybta B, IRO waa inay ku siiso jawaabta Racfaan kaaga Heerka 2 gudahooda **7 maalmood oo shaqo** marka ay racfaan kaaga helaan.



- Haddii codsigaagu yahay shay caafimaad ama adeeg oo IRO-na u baahan yahay inuu ururiyo macluumaad dheeraad ah oo ku afici kara, waxay, **qaadan kartaa ilaa 14 maalmood oo kale oo kalandar ah.** IRO-gu ma qaadan karo waqti dheeraad ah si uu go'aan uga gaaro haddii codsigaagu yahay daawada Medicare Part B.

IRO waxay ku siineysaa jawaabtooda qoraal waxayna sharxaysaa sababaha go'aanka.

- **Haddii IRO ay Haa dhahdo qayb ama dhammaan codsiga adeeg caafimaad ama shey, waa inaan:**
  - Ansixinaa caymiska adeegga caafimaadka **gudahooda 72 saacadood, ama**
  - Bixinaa adeegga **gudahooda 14 maalmood** oo shaqo kadib markaan helno go'aanka IRO ee **codsiyada caadiga ah, ama**
  - Bixinaa adeegga **gudahooda 72 saacadood** laga bilaabo taariikhda aan helno go'aanka IRO ee **codsiyada degdegga ah.**
- **Haddii IRO ay Haa dhahdo qayb ama dhammaan codsiga daawooyinka qoro Medicare Part B, waa inaan ansixinaa ama bixinaa daawooyinka Medicare Part B ee lagu muransan yahay:**
  - **Gudahooda 72 saacadood** kadib markaan helno go'aanka IRO ee codsiyada **caadiga ah, ama**
  - **Gudahooda 24 saacadood** laga bilaabo taariikhda aan helno go'aanka IRO ee **codsiyada degdeggaah.**
- **Haddii IRO ay Maya ku tiraahdo qayb ka mid ah ama dhammaan racfaankaaga,** waxay la macno tahay inay ogol yihiin inaan ansixin codsigaaga (ama qayb ka mid ah codsigaaga) ee caymiska daryeelka caafimaadka. Tan waxaa loo yaqaan “adeegsiga go'aanka” ama “diidmada racfaankaaga.”
  - Haddii kiiskaaga uu buuxiyo shuruudaha, waxaad dooran kartaa inaad racfaanka sii wadato.
  - Waxaa jira saddex heer oo dheeraad ah oo ah habka racfaanka ka dib Heerka 2, oo ah guud ahaan shan heerar.
  - Haddii Racfaankaaga Heerka 2 la diido oo aad buuxiso shuruudaha lagu sii wado hawsha rafcaanka, waa inaad go'aansataa inaad u gudubto Heerka 3 oo aad sameyso racfaan saddexaad. Faahfaahinta ku saabsan sida loo sameeyo tan waxay ku jirtaa ogeysiis qoran oo aad hesho ka dib Racfaankaaga Heerka 2.
  - Garsoore Sharci Maamuleed (ALJ) ama garsoore qareen ayaa maamula Racfaanka Heerka 3aad. Ka eeg **Qaybta J** wixii macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan Racfaanka Heerka 3aad, 4aad, iyo 5aad.

### **Marka dhibaataadaadu tahay adeeg ama shey Kaalmada Caafimaadka caadiyan daboolo, ama ay daboolaan labadaba Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka**

Racfaanka Heerka 2aad ee adeegyada ay Gargaarka Caafimaadku badanaa daboolo waa Dhageysi Cadaalad ah oo lala yeesho gobolka. Minnesota Dhageysi Cadaalad ah waxaa loo yaqaan Racfaanka Gobolka. Waa inaad codsataa Dhageysi Cadaalad ah qoraal ahaan ama taleefan **ahaan 120 jadwal gudahood maalmaha** laga bilaabo taariikhda aan u dirnay warqadda go'aanka ee Racfaankaaga Heerka 1. Warqadda aad naga hesho ayaa kuu sheegaysa meesha aad ku gudbin karto codsigaaga Dhageysiga Cadaaladda ah.

Waa inaad codsataa Rafcaan Gobol 120 maalmood gudahood laga bilaabo taariikhda go'aanka racfaanka qorshaha.

Boostada ku dir, fakis ku dir, ama codsigaaga qoraalka ah u gudbi:

Minnesota Department of Human Services  
Appeals Office  
P.O. Box 64941  
St. Paul, MN 55164-0941



**Haddii aad su'aalo qabtid,** fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah,** booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

Fax: 651- 431-7523

U xareey onlaayin ahaan ee:

[edocs.dhs.state.mn.us/lfsrserver/Public/DHS-0033-ENG](https://edocs.dhs.state.mn.us/lfsrserver/Public/DHS-0033-ENG)

Garsoore Adeegyada Aadanaha oo ka socda Xafiiska Racfaanka Gobolka ayaa qaban doona dhageysiga. Kulankaagu wuxuu noqon doonaa mid taleefan ah haddii aadan codsan kulan fool ka fool ah. Inta lagu jiro dhageysigaaga, u sheeg Garsooraha sababta aadan uga soo horjeedin go'aanka uu gaaray qorshuhu. Waxaad weydiisan kartaa saaxiib, qaraabo, u doode, bixiye, ama qareen inuu ku caawiyo.

Hawshu waxay qaadan kartaa inta u dhaxaysa 30 iyo 90 maalmood. Haddii dhegeysigaagu uu ku saabsan yahay adeeg degdeg ah oo aad adiguna u baahan tahay. Haddii aad u baahan tahay jawaab degdeg ah, u sheeg Xafiiska Racfaanka Gobolka marka aad gudbiso codsigaaga dhageysiga. Haddii dhageysigaagu ku saabsan yahay diidmo baahi caafimaad, waxaad weydiisan kartaa ra'yi caafimaad oo khabiir ah dib-u-eege dibadda ah. Ma jiro qarash kaaga baxaaya.

Haddii aad u baahan tahay caawimaad mar kasta oo nidaamka lagu jiro, wac Sarkaalka Baara Cabashada Shakhsi ahaaneed ee Ka dhan Maamulka ee ku aadan Barnaamijyada Caafimaadka Dadweynaha ee Maamulka Dadweynaha taleefannada 651-431-2660 ama 1-800-657-3729 ama TTY adeega gudbinta ee MN 711, ama adeega gudbinta ee aad doorbideyso.

Xafiiska Dhageysiga Cadaaladdu wuxuu ku siinayaa go'aankooda qoraal ah oo ay sharaxayaan sababaha.

- Haddii Xafiiska Dhageysiga Cadaaladdu uu yiraahdo **Haa** qayb ama dhammaan codsiga alaabta ama adeega caafimaad, waa inaan oggolaano ama bixino adeega ama shayga **72 saacadood** gudahood marka aan helno go'aankooda.
- Haddii sarkaalkaaga dhagaysiga uu **Diido** qayb ka mid ah ama dhammaan racfaankaaga, waxay la macno tahay inay ogol yihiin inaan ansixin codsigaaga (ama qayb ka mid ah codsigaaga) ee caymiska daryeelka caafimaadka. Tan waxaa loo yaqaan "adeegsiga go'aanka" ama "diidmada racfaankaaga."

Haddii go'aanka IRO ama Xafiiska Dhageysiga Cadaaladdu uu yahay **Maya** qayb ama dhammaan codsigaaga, waxaad leedahay xuquuq racfaan oo dheeraad ah.

Haddii Racfaankaaga Heerka 2 uu aado **IRO**, waxaad racfaan qaadan kartaa mar kale oo keliya haddii qiimaha doolarka ee adeegga ama shayga aad rabto uu buuxiyo qaddarka ugu yar ee la cayimay. ALJ ama qareen garsoore ayaa maamula Racfaanka Heerka 3. **Warqadda aad ka hesho IRO waxay sharraxaysaa xuquuqda racfaanka dheeraadka ah ee aad yeelan karto.**

Warqadda aad ka hesho xafiiska Dhageysiga Cadaaladda ah waxay sharraxaysaa ikhtiyaarka racfaanka ee xiga.

Ka eeg **Qaybta J** si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan xuquuqdaada racfaanka ka dib Heerka 2aad.

## F5. Dhibaato lacag bixin

Uma oggolaanayno bixiyeyaashayada shabakadda inay kugu soo dallacaan adeegyada iyo alaabta la daboolay. Tani waa run xitaa haddii aan bixinno bixiyaha wax ka yar inta uu ku kacayo bixiyaha adeegga ama shay la daboolay. Weligaa lagaama doonayo inaad bixiso hadhaaga biil kasta. Lacagta kaliya ee lagaa codsanayo inaad bixiso waa lacag-bixinta daawooyinka dhakhtarku qoro.

**Si toos ah kuuguma soo celin karno adeegga ama shay Gargaarka Caafimaadka.** Haddii aad hesho biil ku saabsan adeegyada iyo alaabta ay daboolayso Gargaarka Caafimaadka, noo soo dir biilka. Ha bixin biilka adiga. Waxaan si toos ah ula xiriiri doonnaa bixiyaha oo waan xallin doonnaa dhibaatada. Haddii aad bixiso biilka, waxaad ka heli kartaa lacag celin bixiyaha daryeelka caafimaadka haddii aad raacdo xeerarka helitaanka adeegyada ama shay.

**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).



Haddii aad rabto inaan kuu celino adeegga **Medicare** ama shay ama aad naga codsanayso inaan bixinno bixiye daryeel caafimaad adeegga Gargaarka Caafimaadka ama shay aad bixisay, waxaad naga codsan doontaa inaan tan ka dhigno go'aan caymis. Waxaan hubin doonnaa haddii adeegga ama shay aad bixisay la daboolay iyo haddii aad raacday dhammaan xeerarka isticmaalka caymiskaaga. Wixii macluumaad dheeraad ah, fiiri **Cutubka 7** ee *Buug Gacmeedkaan Xubinta*.

- Haddii adeega ama alaabta aad bixisay uu caymiska ku jiro oo aad raacday dhammaan xeerarka, waxaannu u diri doonnaa bixiyaha lacagta adeega ama alaabta badanaa 30 maalmood gudahood, laakiin aan ka dambeyn 60 maalmood kadib marka aan helno codsigaaga.
- Haddii aadan weli bixin adeegga ama shayga, waxaan lacagta si toos ah ugu diri doonnaa bixiyaha. Marka aan lacagta u dirno, waxay la mid tahay inaad **Haa** ku tiraahdo codsigaaga go'aanka caymiska.
- Haddii adeega ama alaabta aysan caymiska ku jirin ama aadan raacin dhammaan xeerarka, waxaan kuu soo diri doonnaa warqad kuu sheegaysa inaan bixin doonin adeegga ama alaabta oo aan sharaxeyno sababta.

Haddii aadan ku raacsanayn go'aankeenna ah inaan la bixin lacagta, **waxaad samayn kartaa racfaan**. Raac habka racfaanka ee lagu sharraxay **Qaybta F3**. Markaad raacdo tilmaamahan, ogow:

- Haddii aad racfaan ka qaadanayso si aan kuugu soo celinno lacagtaada, waa inaan ku siinnaa jawaab 30 maalmood gudahood kadib marka aan helno racfaankaaga.

Haddii jawaabtayada racfaankaaga ay tahay **Maya** oo **Medicare** caadiyan daboolo adeegga ama alaabta, waxaan u gudbin doonnaa kiiskaaga IRO. Waxaan kuu soo diri doonnaa warqad haddii tan ay dhacdo.

- Haddii IRO ay ka noqoto go'aankayaga oo ay tiraahdo waa inaan ku siinnaa, waa inaan lacagta kuugu soo dirnaa adiga ama bixiyaha 30 maalmood gudahood. Haddii jawaabta racfaankaaga ay tahay **Haa** heer kasta oo nidaamka racfaanka ah kadib Heerka 2, waa inaan lacagta kuugu dirnaa ama u dirnaa bixiyaha daryeelka caafimaadka 60 maalmood gudahood.
- Haddii IRO uu yiraahdo **Maya** racfaankaaga, waxay la micno tahay inay ku raacsan yihiin inaan oggolaan codsigaaga. "Adeegidda go'aanka" ama "diidmada racfaankaaga." Waxaad heli doontaa warqad sharraxaysa xuquuqda racfaanka dheeraadka ah ee aad yeelan karto. Ka eeg **Qaybta J** wixii macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan heerarka dheeraadka ah ee racfaanka.

Haddii jawaabtayada racfaankaaga ay tahay **Maya** oo Gargaarka Caafimaadku badanaa daboolayo adeegga ama shayga, waxaad adigu gudbin kartaa Racfaanka Heerka 2aad. Tixraac **Qaybta F4** wixii xog dheeraad ah.

## G. Dawooyinka Medicare Qaybta D

Faa'iidooyinkaaga xubin ka ah qorshahayaga waxaa ka mid ah caymiska daawooyin badan. Inta badan kuwan waa daawooyinka Medicare Part D. Waxaa jira daawooyin yar oo Medicare Part D aysan dabooli karin oo Gargaarka Caafimaadku dabooli karo. **Qaybtani waxay khuseysaa oo keliya racfaannada daawada Medicare Part D.** Waxaan ku odhan doonnaa "daroogo" qaybta inteeda kale halkii aan ka odhan lahayn "Dawada Medicare Part D" mar kasta. Daawooyinka ay bixiso oo keliya Gargaarka Caafimaadka, raac habka **Qaybta E**.

Si loo daboolo, daawada waa in loo isticmaalaa tilmaam caafimaad ahaan la aqbalay. Taas macnaheedu waa in daawada ay ansixisay Maamulka Cuntada iyo Dawooyinka (FDA) ama ay taageerto tixraacyo caafimaad oo gaar ah. Ka eeg **Cutubka 5** ee *Buug-gacmeedkan Xubinta* si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan tilmaan caafimaad ahaan la aqbalay.



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

## G1. Go'aamada daboolka iyo rafcaannada Medicare Qaybta D

Waa kuwan tusaalooyinka go'aannada daboolidda ee aad naga codsan karto ku saabsan daawooyinkaaga Medicare Qaybta D:

- Waxaad na weydiisataa inaan samayno ka-reebis, oo ay ku jirto inaad na weydiisato:
  - inaan daboolno daawo Medicare Qaybta D ah oo aan ku jirin Liiska Daawooyinkayaga ama
  - inaan ka saarno xaddidaadyo ku saabsan dabooliddeena daawo (sida xaddidaadda inta aad heli karto)
- Waxaad naga weydiisataa haddii daawo lagu dabooli karo adiga (sida marka daawadaadu ku jirto Liiska Daawooyinkayaga laakiin aan u baahan nahay ogolaansho ka hor inta aannan daboolin).

**FIIRO GAARAH:** Haddii farmashiyahaagu kuu sheego in warqadda daawayntaada aan lagu buuxin karin sidii loo qoray, farmashiyuhu wuxuu ku siinayaa ogeysiis qoraal ah oo sharxaya sida aad nala soo xiriiri karto si aad u codsato go'aan daboolid.

Go'aanka hore ee daboolka ee ku saabsan daawooyinkaaga Medicare Qaybta D waxaa loogu yeeraa  
**“go'aamin daboolid.”**

- Waxaad naga codsanaysaa inaan bixinno kharashka daawada aad hore u iibsatay. Tani waa inaad codsato go'aan caymis oo ku saabsan lacag bixinta.

Haddii aad ku khilaafsan tahay go'aan caymis oo aan gaarnay, waxaad racfaan ka qaadan kartaa go'aankayaga. Qaybtani waxay kuu sheegaysaa labadaba sida loo codsado go'aannada caymiska iyo sida loo sameeyo racfaan. Isticmaal jaantuska hoose si uu kuu caawiyo.

| Waa kee xaaladda aad ku sugan tahay?                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                              |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Waxaad u baahan tahay daawo aan ahayn liiskeena daawoo <i>yinkaama</i> baahida si aan xeer ugu dejno ama xadidaada qorshe aan daboolno.</p> <p><b>Waxaad naga codsan kartaa inaan samayno shardi dhaaf.</b><br/>(Tani waa nooc go'aan daboolid ah go'aanka.)</p> <p>Ku biloow <b>Qaybta G2</b>, Tixraac <b>Qaybaha G3</b> iyo <b>G4</b>.</p> | <p>Aad naga doonayso in aan daboolno daawooyinka ku jira <i>Liiska Daawooyinka</i>, aadna isleedahay waad buuxisay daawada ee xeerarka ama xadidaadaha (sida helitaanka ogolaansho hordhac ah) daawada aad dooneyso.</p> <p><b>waad naga dalban kartaa Go'aamada daboolista.</b></p> <p>Tixraac <b>Qaybta G4</b>.</p> | <p>Waxaad rabtaa inaad na weydiisato inaan kuu celino lacagta daawada aad horey u heshay oo aad bixisay.</p> <p><b>Waad naga codsan kartaa inaan lacagta bixino kuu celino.</b><br/>(Tani waa nooc go'aan daboolid ah) go'aanka.)</p> <p>Tixraac <b>Qaybta G4</b>.</p> | <p>Waxaanu kuu sheegnay inaanu daboolayn ama bixinayn daawo qaabka aad dooneyso.</p> <p><b>Waxaad sameyn kartaa rafcaan.</b><br/>(Tan ayaa ka dhigan in aad codsato inaan dib u eegno.)</p> <p>Tixraac <b>Qaybta G5</b>.</p> |

## G2. Ka-dhaafitaanada Medicare Qaybta D

Haddii aanaan daawo u daboolin sida aad rabto, waxaad naga codsan kartaa inaan sameyno “ka reebitaan.” Haddii aan diidno codsigaaga ka reebitaanka, waxaad racfaan ka qaadan kartaa go'aankeena.

Marka aad codsato ka-reebis, dhakhtarkaaga ama qofka kuu qoray daawada waa inuu sharxo sababaha caafimaad ee aad ugu baahan tahay ka-reebista.

Codsashada daboolidda daawo aan ku jirin Liiskayaga Daawooyinka ama ka saarista xaddidaad lagu soo rogay daawo waxaa mararka qaar loogu yeeraa “**ka-dhaafitaan qaabeysan.**”

Waa kuwan tusaalooyinka ka-reebisyada adiga ama dhakhtarkaaga/qofka kuu qoray daawada aad naga codsan kartaan:

### 1. Daboolidda daawo aan ku jirin *Liiska Daawooyinkayaga*

- Haddii aan ogolaano inaan ka reebno oo aan daboolno daawo aan ku jirin *Liiskeena Daawada*, waxaad bixinaysaa lacagta la wadaago ee khuseysa daawooyinka magaca summada leh.
- Ma heli kartid wax ka reebitaan ah qaddarka lacag-bixinta ee loo baahan yahay ee daawada.

### 2. Ka saarista xaddidaad ku saabsan daawo la daboolay

- Xeerar ama xaddidaad dheeri ah ayaa lagu dabaqaa daawooyin gaar ah oo ku jira *Liiska Daawooyinkayaga* (tixraac **Cutubka 5** ee *Buug-gacmeedkan Xubinka* si aad wax badan uga ogaato).
- Xeerarka iyo xaddidaadyada dheeraadka ah ee loogu talagalay daawooyin gaar ah waxaa ka mid ah:
  - In lagu khasbo inaad isticmaasho nooca guud ee daawada beddelkii magaca calaamadda.
  - Helitaanka oggolaanshahayaga kahor intaan ogolaan inaan kuu daboolno daawada. Tan waxaa mararka qaarkood loo yaqaan “oggolaansho hore (PA).”
  - Waxaa lagu khasbay inaad isku daydo daawo kale marka hore ka hor inta aanan kuugu daboolin daawada aad codsatay. Tan waxaa mararka qaarkood loo yaqaan “daawaynta tallabada.”
  - Xadiyada cadadka. Daawooyin qaar, waxaa jira xaddidaadyo ku saabsan inta daawada ah ee aad heli karto.

## G3. Waxyaabo muhiim ah oo ku saabsan codsashada ka-dhaafitaan

**Dhakhtarkaaga ama qofka kuu qoray daawada waa inuu noo sheego sababaha caafimaadka.**

Si go'aan degdeg ah loo gaaro, ku soo dar xogtan caafimaadka ee dhakhtarkaaga ama qofka kuu qoray daawada marka aad codsaneyso ka-reebista. Si aad u hesho go'aan degdeg ah, ku dar macluumaadkan caafimaad ee dhakhtarkaaga ama qoraaga kale marka aad waydiiso ka reebanaanshaha.

*Liiska Daawadayada* badanaa waxaa ku jira in ka badan hal daawo oo loogu talagalay daaweynta xaalad gaar ah. Kuwaas waxaa loo yaqaan “daawooyinka kale. Haddii daawo kale ay waxtar u leedahay sida daawada aad weydiisatay oo aysan sababin waxyeellooyin badan ama **dhibaatooyin** caafimaad oo kale, guud ahaan ma ansixinno codsigaaga ka-reebista.

**Waxaan ku oran karnaa Haa ama Maya codsigaaga.**



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

- Haddii aan **Haa** ku nidhaahno codsigaaga ka-reebista, ka-reebistu waxay badanaa socotaa ilaa dhammaadka sanadka kalandarka. Tani waa run ilaa inta dhakhtarkaagu uu kuu qorayo daawada iyo in dawadu ay sii ahaanayso mid ammaan ah oo waxtar u leh daawaynta xaaladdaada.
- Haddii aan **Maya** ku nidhaahno codsigaaga ka-reebista, waxaad samayn kartaa racfaan. Ka eeg **Qaybta G5** wixii macluumaad ah ee ku saabsan sameynta racfaanka haddii aan nidhaahno **Maya**.

Qaybta xigta waxay ku tusaysaa sida loo codsado go'aan daboolid, oo ay ku jirto ka-reebis.

#### G4. Codsashada go'aan daboolid, oo ay ku jirto ka-reebis

- Weydii nooca go'aanka caymiska ee aad rabto adigoo wacaya 1-866-567-7242 ama TTY 711, qoraal ahaan, ama noo soo diraya fakis. Adiga, wakiilkaaga, ama dhakhtarkaaga (ama dhakhtar kale) ayaa tan sameyn kara. Fadlan ku dar magacaaga, macluumaadka xiriirka, iyo macluumaadka ku saabsan sheegashada.
- Adiga ama dhakhtarkaaga (ama qofka kuu qoray daawada) ama qof kale oo ku matalaya ayaa codsan kara go'aan daboolid.
- Ka eeg **Qaybta E3** si aad u ogaato sida qof loogu magacaabo inuu noqdo wakiilkaaga.
- Uma baahnid inaad siiso ogolaansho qoraal ah dhakhtarkaaga ama qofka kuu qoray daawada si ay kuugu codsadaan go'aan daboolid adiga kugu matalaya.
- Haddii aad rabto inaad naga codsato inaan ku soo celinno lacagta daawo aad iibsatay, tixraac **Cutubka 7** ee *Buug-gacmeedka Xubinka*.
- Haddii aad codsato ka-reebitaan, na sii “bayaanka taageerada.” Bayaanka taageerada waxaa ku jira sababaha caafimaad ee dhakhtarkaaga ama dhakhtar kale u qoray codsiga ka-reebitaanka.
- Dhakhtarkaaga ama qofka kuu qoray daawada ayaa fakis ama boosto noogu soo diri kara warqadda taageerada. Waxay sidoo kale noogu sheegi karaan taleefoon ka dibna fakis ayay ku diri karaan ama waxay ku soo diri karaan bayaanka.

#### Haddii caafimaadkaagu uu u baahan yahay, naga codso “go'aan daboolitaan degdeg ah.”

Waxaan isticmaalnaa “wakhtiyada caadiga ah” ilaa aan ka ogolaanno inaan isticmaalno “wakhtiyada degdeg ah.”

- **Go'aan daboolid caadi** ah micnaheedu waa inaan ku siino jawaab 72 saacadood gudahood markii aan helno warqadda dhakhtarkaaga.
- **Go'aan daboolitaan degdeg** ah micnihiisu waa inaan ku siino jawaab 24 saacadood gudahood markii aan helno warqadda dhakhtarkaaga.

“Go'aan daboolid degdeg ah “waxaa loogu yeeraa “go'aamin daboolid degdeg ah.”

Waxaad heli kartaa go'aan daboolitaan degdeg ah haddii:

- Waxaa loogu talagalay darroogo aadan helin. Ma heli kartid go'aan daboolitaan degdeg ah haddii aad naga codsanayso inaan ku soo celinno lacagta daawo aad hore u soo iibsatay.
- Haddii caafimaadkaaga ama awooddaada shaqo ay halis ku jiri doonaan haddii aan isticmaalno wakhtiyada caadiga ah.



Haddii dhakhtarkaaga ama qofka kuu qoray daawada uu noo sheego in caafimaadkaagu uu u baahan yahay go'aan daboolitaan degdeg ah, waan ogolaanaynaa oo waan ku siinaynaa. Waxaan kuu soo dirnay warqad kuu sheegaysa.

- Haddii aad naga codsato go'aan daboolitaan degdeg ah adigoo helin taageero dhakhtarkaaga ama qofka kuu qoray daawada, annaga ayaa go'aaminayna inaad heli doonto go'aan daboolid degdeg ah.
- Haddii aan go'aansano in xaaladdaada caafimaad aysan buuxin shuruudaha loogu baahan yahay go'aan daboolitaan oo degdeg ah, waxaan isticmaaleynaa wakhtiyada caadiga ah taa beddelkeeda.
  - Waxaan kuu soo dirnay warqad kuu sheegaysa. Waxaan kuu soo dirnay warqad kuu sheegaysa. Warqadda sidoo kale waxay kuu sheegaysaa sida cabasho loogu gudbiyo go'aankeena.
  - Waxaad gudbin kartaa cabasho degdeg ah oo aad jawaab ka heli kartaa 24 saacadood gudahood. Wixii macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan sameynta cabashooyinka, oo ay ku jiraan cabashooyinka degdega ah, tixraac **Qaybta K**.

#### Wakhtiyada kama dambaysta ah ee go'aan daboolitaan degdeg ah

- Haddii aan isticmaalno waqtiyada kama dambaysta ah ee degdegga ah, waa inaan ku siinaa jawaabteenna 24 saacadood gudahood ka dib marka aan helno codsigaaga. Haddii aad codsato ka-reebitaan, waxaan ku siinaynaa jawaabteenna 24 saacadood gudahood ka dib marka aan helno bayaanka taageerada dhakhtarkaaga. Waxaan ku siinaynaa jawaabteenna goor hore haddii caafimaadkaagu u baahdo.
- Haddii aanaan la kulmin wakhtigan kama dambaysta ah, waxaan codsigaaga u gudbinaa Heerka 2 ee habka rafcaanka si uu u eego IRO. Tixraac **Qaybta G6** si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan Rafcaanka Heerka 2.
- Haddii aan ku dhahno **Yes** qaybo ka mid ah ama dhammaan codsigaaga, waxaan ku siinaynaa daboolidda 24 saacadood gudahood markii aan helno codsigaaga ama warqadda taageerada dhakhtarkaaga.
- Haddii aan **diidmo** qayb ama dhammaan codsigaaga, waxaan kuu soo dirnaa warqad sharxaysa sababaha oo kuu sheegaysa sida aad u gudbin karto rafcaan.

#### Wakhtiyada kama dambaysta ah ee go'aan daboolid caadi ah oo ku saabsan daawo aanad helin

- Haddii aan isticmaalno waqtiyada kama dambaysta ah ee caadiga ah, waa inaan ku siinaa jawaabteenna 72 saacadood gudahood ka dib marka aan helno codsigaaga. Haddii aad codsato ka-reebitaan, waxaan ku siinaynaa jawaabteenna 72 saacadood gudahood ka dib marka aan helno bayaanka taageerada dhakhtarkaaga. Waxaan ku siinaynaa jawaabteenna goor hore haddii caafimaadkaagu u baahdo.
- Haddii aanaan la kulmin wakhtigan kama dambaysta ah, waxaan codsigaaga u gudbinaa Heerka 2 ee habka rafcaanka si uu u eego IRO.
- Haddii aan **ku** dhahno Haa qaybo ka mid ah ama dhammaan codsigaaga, waxaan ku siinaynaa daboolidda 72 saacadood gudahood markii aan helno codsigaaga ama warqadda taageerada dhakhtarkaaga ee ka-reebis.
- Haddii aan **diidno** qayb ama dhammaan codsigaaga, waxaan kuu soo dirnaa warqad sharxaysa sababaha oo kuu sheegaysa sida aad u gudbin karto rafcaan.

#### Wakhtiyada kama dambaysta ah ee go'aan daboolid caadi ah oo ku saabsan daawo aad horeyba u soo gadatay

- Waa inaan ku siino jawaabta 14 maalmood oo kalandarka ah gudahood markii aan helno codsigaaga.
- Haddii aanaan la kulmin wakhtigan kama dambaysta ah, waxaan codsigaaga u gudbinaa Heerka 2 ee habka rafcaanka si uu u eego IRO.



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).



- Haddii aan ku dhahno **Haa** qaybo ka mid ah ama dhammaan codsigaaga, waxaan ku siinaynaa lacag celin 14 maalmood oo kalandarka ah gudahood.
- Haddii aan **Diidno** qayb ama dhammaan codsigaaga, waxaan kuu soo dirnaa warqad sharxaysa sababaha oo kuu sheegaysa sida aad u gudbin karto rafcaan.

## G5. Samaynta Rafcaan Heerka 1

Rafcaan loo gudbiyo qorshaheenna oo ku saabsan go'aan daboolid daawo Medicare Qaybta D ah waxaa loogu yeeraa “dib-u-eegis qorshe” qorshaha “**dib u go'aaminta**”.

- Bilow racfaankaaga **caadiga ah** ama **kan degdega ah adigoo** wacaya 1-866-567-7242 ama TTY 711, qoraal ahaan, ama fakis noogu soo diraya. Adiga, wakiilkaaga, ama dhakhtarkaaga (ama dhakhtar kale) ayaa tan sameyn kara. Fadlan ku dar magacaaga, macluumaadka xiriirka, iyo macluumaadka ku saabsan racfaankaaga.
- Waa inaad rafcaan **samaysaa 65 maalmood oo kalandarka** ah gudahood laga bilaabo taariikhda warqadda aan kuu soo dirnay oo ku sheegaysa go'aankayaga.
- Haddii aad seegto waqtiga kama dambaysta ah oo aad haysato sabab wanaagsan oo aad ku seegto, waxaa laga yaabaa inaan ku siino waqti dheeraad ah oo aad racfaan ka qaadato. Tusaalooyinka sababaha wanaagsan waa waxyaabo sida inaad qabtay xanuun daran ama aanu si khaldan kuu siinnay. Sharax sababta rafcaankaaga uu dib ugu dhacay marka aad sameyso rafcaan ka. Sharax sababta rafcaankaagu u daahay markaad racfaanka qaadanaayso.
- Haddii aad seegto waqtiga kama dambaysta ah oo aad haysato sabab wanaagsan oo aad ku seegto, waxaa laga yaabaa inaan ku siino waqti dheeraad ah oo aad racfaan ka qaadato. Tusaalooyinka sababaha wanaagsan waa waxyaabo sida inaad qabtay xanuun daran ama aanu si khaldan kuu siinnay.

### Haddii xaaladdaada caafimaad ay u baahan tahay, codso rafcaan degdeg ah.

“Rafcaan degdeg ah “ waxaa sidoo kale loogu yeeraa “**dib-u-eegisdegdeg ah.**”

- Haddii aad rafcaan ka qaadatid go'aan aane ka gaarnay daboolka daryeel caafimaad oo aadan helin, adiga iyo dhakhtarkaaga ama daawo qorahaaga ayaa go'aaminaya haddii aad u baahan tahay rafcaan degdeg ah.
- Shuruudaha rafcaanka degdega ah waa la mid yihiin kuwa go'aanka caymiska degdegga ah. Tixraac **Qaybta G4** wixii xog dheeraad ah.

Waxaan dib u eegnaa rafcaankaaga oo aan ku siin doonnaa jawaabta.

- Markaan dib u eegayno rafcaan kaaga, waxaan si taxadar leh u eegnaa dhammaan macluumaadka la xiriira codsigaaga daboolka daryeelka caafimaadka.
- Waxaan hubinaynaa inaan si sax ah u raacnay xeerarka markii aan **Diidno** codsigaaga.
- Waxaa laga yaabaa inaan kula xiriirno adiga ama dhakhtarkaaga ama daawo qorahaaga ee kale si aan u helno macluumaad dheeraad ah.

### Wakhtiyada kama dambaysta ah ee rafcaanka degdega ah ee Heerka 1

- Haddii aan isticmaalno wakhtiyada kama dambaysta ah ee degdega ah, waa inaan ku siinnaa jawaabta **72 saacadood gudahood** ka dib marka aan helno rafcaan kaaga.



- Waxaan ku siin doonaa jawaabta si ka dhakhso badan haddii caafimaadkaagu u baahan yahay.
- Haddii aanaan jawaab ku siinin 72 saacadood gudahood, waa inaan codsigaaga u dirnaa Heerka 2aad ee habka racfaanka. Kadib IRO ayaa dib u eegaya. Ka eeg **Qaybta G6** wixii macluumaad ah ee ku saabsan ururka dib u eegista iyo habka racfaanka Heerka 2aad.
- Haddii aan **oggolaanno** qayb ama dhammaan codsigaaga, waa inaan bixinnaa daboolka aan ku heshiinay 72 saacadood gudahood ka dib marka aan helno rafcaan kaaga.
- Haddii aan **diidno** qayb ama dhammaan codsigaaga, waxaan kuu soo dirnaa warqad sharxaysa sababaha oo kuu sheegaysa sida aad u gudbin karto rafcaan.

### Wakhtiyada kama dambaysta ah ee rafcaanka caadiga ah ee Heerka 1

- Marka aan isticmaalno wakhtiyada caadiga ah, waa inaan ku siino jawaabta **7 maalmood oo kalandarka ah gudahood** haddii rafcaan kaagu ku saabsan yahay adeegyo aadan helin.
- Waxaan ku siin doonaa go'aanka si ka dhakhso badan haddii aadan helin daawada oo xaaladda caafimaadkaagu u baahan tahay. Haddii aad aaminsan tahay in caafimaadkaagu u baahan yahay, codso rafcaan degdeg ah.
  - Haddii aanaan jawaab ku siinin 7 saacadood gudahood, waa inaan codsigaaga u dirnaa Heerka 2aad ee habka racfaanka. Kadib IRO ayaa dib u eegaya. Ka eeg **Qaybta G6** wixii macluumaad ah ee ku saabsan ururka dib u eegista iyo habka racfaanka Heerka 2aad.

Haddii aan **ogolaano** qayb ama dhammaan codsigaaga:

- Waa inaan **bixinnaa daboolka aan** ku heshiinnay sida ugu dhaqsaha badan ee caafimaadkaagu u baahan yahay, laakiin **aan dhaafin 7 maalmood gudahood ka dib** marka aan helno rafcaan kaaga.
- Waa inaan ku siinnaa lacagta bixinta ee daawada aad soo iibsatay **30 maalmood gudahood** ka dib marka aan helno rafcaan kaaga.

Haddii aan **Diidno** qayb ama dhammaan codsigaaga:

- Waxaan kuu soo direynaa warqad sharxaysa sababaha oo kuu sheegaysa sida aad u gudbin karto rafcaan.
- Waa inaan ku siinnaa jawaabta lacag celinta ee daawada aad iibsatay **14 maalmood gudahood kadib marka** aan helno rafcaan kaaga.
  - Haddii aanaan jawaab ku siinin 14 saacadood gudahood, waa inaan codsigaaga u dirnaa Heerka 2aad ee habka racfaanka. Kadib IRO ayaa dib u eegaya. Ka eeg **Qaybta G6** wixii macluumaad ah ee ku saabsan ururka dib u eegista iyo habka racfaanka Heerka 2aad.
- Haddii aan **ku dhahno** Haa qaybo ka mid ah ama dhammaan codsigaaga, waxaan ku siinaynaa lacag celin 30 maalmood oo kalandarka ah gudahood.
- Haddii aan **diidno** qayb ama dhammaan codsigaaga, waxaan kuu soo dirnaa warqad sharxaysa sababaha oo kuu sheegaysa sida aad u gudbin karto rafcaan.

## G6. Samaynta Racfaanka Heerka 2

Haddii aan **Maya** ku nidhaahno Racfaankaaga Heerka 1aad, waad aqbali kartaa go'aankayaga ama waxaad samayn kartaa racfaan kale. Haddii aad go'aansato inaad sameyso racfaan kale, waxaad isticmaashaa habka Racfaanka Heerka 2aad. **IRO** waxay dib u eegtaa go'aankeenna markii aan ku nidhi **Maya** racfaankaagaagu horreeya. Ururkani wuxuu go'aan ka gaaraa haddii aan beddelno go'aankeenna iyo in kale.



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

Magaca rasmiga ah ee “Ururka Dib-u-eegista Madaxa Bannaan” (IRO) waa “**Hay'adda Dib-u-eegista Madaxa Bannaan**”, oomararka qaarkoodna loogu yeedho “**IRE**”.

Si aad u gudbisno rafcaan Heerka 2 ah, adiga, wakiilkaaga, ama dhakhtarkaaga waa inaad qoraal ahaan ula **xiriirtaan** IRO oo aad codsataan in dib loo eego kiiskaaga.

- Haddii aan **DIIDNO** rafcaankaaga Heerka 1, warqadda aan kuu soo dirno waxay ka koobnaan doontaa **tilmaamo ku saabsan sida loo sameeyo Racfaanka Heerka 2aad** ee IRO. Tilmaamaha ayaa sheegaya cidda sameyn karta Racfaanka Heerka 2aad, waqtiyada kama dambaysta ah ee aad u baahan tahay inaad raacdo, iyo sida loola xiriiro ururka.
- Markaad racfaan ka qaadato IRO-ga, waxaanu macluumaadka aan ka hayno racfaankaaga u dirnaa urur. Macluumaadkan waxaa loo yaqaan “galka kiiskaaga”. **Waxaad xaq u leedahay nuqul bilaash ah oo ka mid ah galka kiiskaaga.**
- Waxaad xaq u leedahay inaad IRO siiso macluumaad dheeraad ah si aad ugu taageerto racfaan kaaga.

IRO waxay dib u eegaysaa racfaankaaga Heerka 2aad ee Medicare Qaybta D waxayna ku siinaysaa jawaab qoraal ah. Ka eeg **Qaybta F4** wixii macluumaad dheeraad ah ee ku saabsan IRO.

### **Wakhtiyada kama dambaysta ah ee rafcaanka degdega ah ee Heerka 2**

Haddii caafimaadkaagu u baahan yahay, codso rafcaan degdeg ah oo IRO.

- Haddii ay aqbalaan rafcaanka degdegga ah, waa inay ku siiyaan jawaab **72 saacadood gudahood** ka dib marka ay helaan codsigaaga rafcaan ka.
- Haddii ay oggolaadaan qayb ama dhammaan codsigaaga, waa inaan bixinnaa daboolka daawada la ansixiyay **24 saacadood gudahood** kadib marka aan helno go'aanka IRO.

### **Wakhtiyada kama dambaysta ah ee rafcaanka caadiga ah ee Heerka 2**

Haddii aad haysato rafcaan caadi ah oo Heerka 2 ah, IRO waa inay ku siiso jawaab:

- **7 maalmood gudahood** kadib marka ay helaan rafcaankaaga ku saabsan daawo aadan helin.
- **14 maalmood gudahood** ka dib marka ay helaan rafcaankaaga ku saabsan lacag celinta daawo aad soo iibsata.

Haddii IRO **oggolaato** qayb ama dhammaan codsigaaga:

- Waa inaan bixinnaa daboolka daawada la oggolaaday **72 saacadood gudahoodka** dib marka aan helno go'aanka IRO..
- Waa inaan ku siinnaa lacagta celinta ee daawada aad iibsata 30 maalmood gudahood ka dib marka aan helno go'aanka IRO.
- Haddii IRO ay ku dhahdo **Maya** racfaankaaga, waxay la macno tahay inay ku raacsan yihiin go'aankeenna ah inaan la ansixin codsigaaga. Tan waxaa loogu yeeraa “adeegsiga go'aanka” ama “diidmada racfaankaaga”.

Haddii IRO ay **Maya** ku tiraahdo Racfaankaaga Heerka 2aad, waxaad xaq u leedahay Racfaan Heerka 3aad haddii qiimaha doolarka ee caymiska daawada aad weydiisatay uu buuxiyo qiimaha ugu yar ee doolarka. Haddii qiimaha doolarka ee caymiska daawada aad weydiisatay uu ka yar yahay kan ugu yar ee loo baahan yahay, ma sameyn kartid racfaan kale. Xaaladdaas, go'aanka Racfaanka Heerka 2aad waa kama dambeys. IRO waxay kuu soo diraysaa warqad kuu sheegaysa qiimaha ugu yar ee doolarka ee loo baahan yahay si loo sii wado Racfaanka Heerka 3aad.



Haddii qiimaha doolarka ee codsigaagu uu buuxiyo shuruudaha, waxaad dooranaysaa inaad rabto inaad racfaankaaga sii waddo.

- Waxaa jira saddex heer oo kale oo ka dambeeya Heerka 2 ee nidaamka racfaan ka.
- Haddii IRO ay **Diido** Racfaan kaaga Heerka 2 isla markaana aad la kulanto shuruudaha sii wadista nidaamka racfaanka, waa inaad:
  - Go'aansataa haddii aad doonayso inaad samayso Racfaan Heerka 3.
  - Tixraac warqadda IRO ay kuu soo dirtay markii Racfaankaaga Heerka 2 la soo gabagabeeyay si aad u hesho faahfaahinta ku saabsan sida loo sameeyo Racfaan Heerka Racfaanka 3.

ALJ ama qareen garsoore ayaa maamula Racfaanka Heerka 3aad. Ka eeg **Qaybta J** wixii macluumaad ah ee ku saabsan Heerka 3aad, 4aad, iyo 5aad Racfaannada.

## H. Codsashada inaan sii daboolno joogitaankaaga isbitaalka muddo dheer

Marka lagu dhigo isbitaal, waxaad xaq u leedahay inaad hesho dhammaan adeegyada isbitaalka ee aan daboolno ee lagama maarmaanka u ah ogaanshaha iyo daaweynta xanuunkaaga ama dhaawacaaga. Wixii macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan caymiska isbitaalka ee qorshahayaga, tixraac **Cutubka 4-aad** ee *Buug-gacmeedkan Xubinta*.

Inta aad isbitaalka ku jirto, dhakhtarkaaga iyo shaqaalaha isbitaalku waxay kula shaqeeyaan si ay isugu diyaariyaan maalinta aad ka baxayso isbitaalka. Waxay sidoo kale kaa caawinayaan inaad diyaariso daryeelka aad u baahan karto ka dib markaad baxdo.

- Maalinta aad ka baxdo cisbitaalka waxaa loo yaqaan taariikhda bixitaanka.
- Dhakhtarkaaga ama shaqaalaha cisbitaalka ayaa kuu sheegi doona taariikhda bixitaankaaga.

Haddii aad u maleyso in lagu sheegay inaad ka baxdo cisbitaalka si ka dhakhso badan intii lagama maarmaan ahayd ama aad ka walwalsan tahay daryeelka aad heli doonto marka aad cisbitaalka ka baxdo, waad codsan kartaa inaad hesho waqti dheer oo cisbitaalka aad sii joogto. Qaybtani waxay kuu sheegaysaa sida loo waydiiyo.

## H1. Barashada wax ku saabsan xuquuqdaada Medicare

Laba maalmood gudahood marka lagu dhigo cisbitaalka, qof ka shaqeeya cisbitaalka, sida kalkaaliso ama shaqaale kiis, ayaa ku siin doona ogeysiis qoraal ah oo lagu magacaabo: "An Important Message from Medicare about Your Rights (Fariin Muhiim ah oo ka socoto Medicare taasoo ku saabsan Xuquuqdaada)." Qof kasta oo haysta Medicare wuxuu helayaa koobiga ogeysiiskan mar kasta oo la dhigo cisbitaal.

Haddi aadan helin ogeysiiska, qoob-ka-ciyaarka. Haddii aad u baahan tahay caawin, wac Adeegyada Xubnaha lambarrada ku yaal hoose ee bogga. Waxa kale oo aad wici kartaa 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). Dadka isticmaala TTY waa inay soo wacaan 1-877-486-2048.

- **Si taxaddar lehu** akhri ogeysiiska oo weydii su'aalo haddii aadan fahmin. Ogaysiisku wuxuu kuu sheegayaa xuquuqdaada bukaan ahaan **isbitaalka**, oo ay ku jiraan xuquuqda aad u leedahay inaad:
  - Ogaanshaha waxa ay yihiin adeegyadaas, cidda bixinaysa kharashka, iyo halka laga heli karo adeegyadaas. Waxaad xaq u leedahay inaad ogaato waxa ay yihiin adeegyadan, cidda bixinaysa, iyo halka aad ka heli karto.
  - Ka qaybqaadashada go'aannada ku saabsan muddada aad cisbitaalka joogeysa.
  - Ogaanshaha halka aad ku soo wargelin karto wixii cabashooyin ah oo ku saabsan tayada daryeelkaaga.



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

- Samaynta racfaan haddii aad u maleyso in lagaa saarayo cisbitaalka si ka dhakhso badan intii lagama maarmaan ahayd.
- **Saxiix ogeysiiska** si aad u muujiso inaad heshay oo fahantay xuquuqdaada.
  - Adiga ama qof adiga ku metelaya ayaa saxiixi kara ogeysiiska.
  - Saxiixidda ogeysiiska waxay keliya muujinaysaa inaad heshay macluumaadkakusaabsan xuquuqdaada. Saxeexidda macnaheedu maahan inaad ogolaatay **taariikhda laga** saarayo dhakhtarkaagu ama shaqaalaha isbitaalku ay kuu sheegeen.
- **Nuqulkaaga saxiixan** sii hayso si aad macluumaadka ugu haysto haddii aad u baahato.

Haddii aad ogeysiiska saxiixdo in ka badan laba maalmood ka hor maalinta bixitaankaaga, waxaad heli doontaa nuqul kale ka hor inta aadan ka bixin cisbitaalka.

Waxaad hore u eegi kartaa nuqul ka mid ah ogeysiiska haddii aad:

- Naga soo wac Adeegyada Xubinta lambarrada ku taxan xagga hoose ee boggan.
- Ka wac Medicare 1-800 MEDICARE (1-800-633-4227). Isticmaalayaasha TTY waa inay wacaan 1-877-486-2048.
- Booqo [www.cms.gov/medicare/forms-notices/beneficiary-notices-initiative/ffs-ma-im](http://www.cms.gov/medicare/forms-notices/beneficiary-notices-initiative/ffs-ma-im)

## H2. Samaynta Racfaan Heerka 1

Si aad nooga codsato inaan daboolno adeegyadaada isbitaalka ee bukaan-jiifka ah muddo dheer, samee racfaan. Ururka Horumarinta Tayada (QIO) wuxuu dib u eegayaa Racfaanka Heerka 1 si uu u ogaado haddii taariikhda aad qorsheyneyso inaad ka baxdo isbitaalka ay caafimaad ahaan kugu habboon tahay.

QIO waa koox dhakhaatiir ah iyo xirfadlayaal kale oo daryeel caafimaad ah oo ay bixiso dowladda federaalka. Khubaradani waxay hubiyaan oo ay gacan ka geystaan hagaajinta tayada dadka haysta Medicare. Qayb kama aha qorshahayaga.

Minnesota, QIO waa Commence Health. Wac 1-888-524-9900 (711 ama isticmaal adeegyada gudbinta ee aad doorbidayso). Macluumaadka xiriirka ayaa sidoo kale ku jira ogeysiiska, “Farriin Muhiim ah oo ka timid Medicare oo ku saabsan Xuquuqdaada,” iyo **Cutubka 2**.

**Wac QIO ka hor inta aadan ka bixin isbitaalka ugu dambayn maalinta la qorsheeyay bixitaankaaga.**

- **Haddii aad soo wacdo ka hor intaadan bixin**, waxaad joogi kartaa cisbitaalka ka dib taariikhdaada fasaxa ee qorshaysan adiga oo aan wax lacag ah bixin inta aad sugayso go'aanka QIO ee ku saabsan racfaankaaga.
- **Haddii aadan racfaan qaadan**, oo aad go'aansato inaad sii joogto, waxaa suurto gal ah inaad bixiso dhammaan kharashaadka cisbitaalka ka dambeeya taariikhda bixitaanka.

**Weydiiso caawimo haddii aad u baahato.** Haddii aad qabtid su'aalo ama aad u baahan tahay caawimo wakhti kasta:

- Naga soo wac Adeegyada Xubinta lambarrada ku taxan xagga hoose ee boggan.
- Minnesota Aging Pathways ka wac 1-800-333-2433 ama TTY MN Relay 711.

**Weydiiso dib u eegis degdeg ah.** Si degdeg ah ula xiriir QIO si aad u codsato dib-u-eegis degdeg ah oo ku saabsan bixitaankaaga isbitaalka.

Erayga sharciyeed ee “dib-u-eegis degdeg ah” ama “**dib-u-eegis degdeg ah oo waqtiyeysan.**”



### Waxa dhacaya intii lagu jiro dib-u-eegista degdegga ah.

- Dib-u-eegayaasha QIO waxay ku weydiinayaan adiga ama wakiilkaaga sababta aad u malaynayso in caymisku sii socdo ka dib taariikhda la qorsheeyay ee ka-bixidda. Looma baahna inaad qorto bayaan, laakiin waad qori kartaa.
- Dib-u-eegayaashu waxay eegayaan macluumaadkaaga caafimaad, waxay kula hadlayaan dhakhtarkaaga, waxayna dib u eegaan macluumaadka ay bixiyeen isbitaalka iyo qorshaheenna.
- Marka la gaaro duhurnimada maalinta dib u eegistu ay noo sheegaan qorshahayaga ku saabsan racfaankaaga, waxaad heleysaa warqad ku qoran taariikhda aad qorsheyneyso inaad ka baxdo isbitaalka. Warqaddu waxay sidoo kale bixineysaa sababaha dhakhtarkaaga, isbitaalka, iyo waxaan u maleyneynaa inay tahay taariikhda saxda ah ee aad ku bixi doonto isbitaalka ee ku habboon caafimaadkaaga.

Ereyga sharciga ah ee sharraxaaddan qoran waa **“Ogeysiis Faahfaahsan oo ku saabsan Ka-saariddaada.”** Waxaad ka heli kartaa muunad adigoo wacaya Adeegyada Xubnaha lambarrada ku yaal xagga hoose ee bogga ama 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). (Isticmaalayaasha TTY waa inay wacaan 1-877-486-2048.) Waxaad sidoo kale tixraaci kartaa muunad ogeysiis ah oo khadka tooska ah ah [www.cms.gov/medicare/forms-notice/beneficiary-notice-initiative/ffs-ma-im](http://www.cms.gov/medicare/forms-notice/beneficiary-notice-initiative/ffs-ma-im).

Hal maalin gudaheed marka QIO ay hesho dhammaan macluumaadka loo baahan yahay, waxay ku siinayaan jawaabta racfaan kaaga.

Haddii QIO ay ku tiraahdo **Haa** racfaankaaga:

- Waxaan ku siin doonaa adeegyada isbitaalka ee caymiska leh ilaa inta adeegyadu caafimaad ahaan lagama maarmaan yihiin.

Haddii QIO ay ku tiraahdo **Maya** racfaankaaga:

- Waxay u arkaan in taariikhda bixitaanka ee la qorsheeyay ay tahay mid caafimaad ahaan kugu habboon.
- Caymiskeenna adeegyada isbitaalka wuxuu dhammaanayaa duhurka maalinta ku xigta markii QIO ay ku siiso jawaabta racfaan kaaga.
- axaa suurtoagal ah inaad bixiso kharashka buuxa ee daryeelka isbitaalka ee aad hesho wixii ka dambeeya duhurka maalinta ku xigta jawaabta QIO ee racfaan kaaga.
- Waxaad samayn kartaa Racfaan Heerka 2 haddii QIO ay diiddo Racfaankaaga Heerka 1 iyo oo **aad** sii joogtid isbitaalka wixii ka dambeeya taariikhda bixitaanka la qorsheeyay.

### H3. Samaynta Racfaanka Heerka 2

Racfaan ka Heerka 2, waxaad QIO ka codsanaysaa inay dib u eegaan go'aanka ay ka gaareen Racfaankaaga Heerka 1. Ka wac 1-888-524-9900 (TTY: 1-888-985-8775).

Waa inaad dib u eegistan **codsataa 60 maalmood** gudahood ka dib maalinta QIO ay ku tiri **maye** Racfaankaaga Heerka 1. Waxaad codsan kartaa dib u eegistan oo **keliya** haddii aad sii wadato daryeelka ka dib taariikhda uu dhammaaday caymiskaaga daryeelka.

Dib-u-eegayaashu QIO waxay:

- Dib u eegis kale oo taxadar ku dheehan ku sameyn doonaan dhammaan macluumaadka la xiriira racfaankaaga.



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

- Kuu sheegi doonaan go'aankooda ku saabsan Rafcaan kaaga Heerka 2 gudahood 14 maalmood oo kalandhar ah laga bilaabo marka ay helaan codsigaaga dib-u-eegista labaad.

Haddii QIO ay **Haa** ku dhahdo racfaan kaaga:

- Waa inaan kugu soo celinno kharashaadka aan annagu daboolnay ee daryeelka isbitaalka laga bilaabo duhurkii maallinta ku xigtay markii QIO ay diidday Rafcaankaaga Heerka 1.
- Waxaan ku siin doonnaa adeegyada isbitaalka ee caymiska leh ilaa inta adeegyadu caafimaad ahaan lagama maarmaan yihiin.

Haddii QIO ay **Maya** ku dhahdo racfaan kaaga:

- Waxay ku raacaan go'aankooda ku saabsan Rafcaankaaga Heerka 1 mana beddelayaan go'aankaas.
- Waxay ku siinayaan warqad sharxaysa waxa aad samayn karto haddii aad rabto inaad sii waddo habka rafcaanka oo aad sameyso Rafcaan Heerka 3.

AlJ ama qareen garsoore ayaa maamula Racfaanka Heerka 3aad. Ka eegQaybta Jwixii macluumaad ah ee ku saabsan Heerka 3aad, 4aad, iyo 5aad Rafcaannada.

## I. Codsashada inaan sii daboolno adeegyo caafimaad oo gaar ah

Qeybtan waxay khusaysaa oo keliya saddex nooc oo adeegyo ah oo laga yaabo inaad haysato:

- Adeegyada daryeelka caafimaadka guriga
- daryeel kalkaalisada xirfad leh oo lagu helo xarunta daryeelka kalkaalisada xirfadda leh, **ama**
- daryeelka baxnaaninta sida bukaan-socod ahaan ee CORF-ga Medicare ay ogolaatay. Tani waxay badanaa ka dhigan tahay in aad ka helayso jirro ama shil ama aad ka soo kabsanayso qaliin weyn.

Mid ka mid ah adeegyadan saddexda ah, waxaad xaq u leedahay inaad hesho adeegyada la daboolay inta dhakhtarkaagu uu sheego inaad u baahan tahay.

Marka aan go'aansanno inaan joojino daboolista mid ka mid ah adeegyadan, waa inaan kuu soo sheegnaa **kahor** intaanay dhammaan adeegyadaada. Marka caynsanaantaada adeegaas dhamaato, waxaan joojinaa lacag bixinta.

Haddii aad u malaynayso inaan dhamayno daboolista daryeelkaaga si a **an ka badnayn, waxaad ka rafcaan qaadan kartaa go'aankeena**. Marka caynsanaantaada adeegaas dhamaato, waxaan joojinaa lacag bixinta.

### 11. Ogeysiis hore ka hor intaan dabooliddaada la joojin

Waxaan kuu soo direynaa ogeysiis qoraal ah oo aad heli doonto ugu yaraan laba maalmood ka hor inta aan joojino bixinta daryeelkaaga. Tan waxaa loo yaqaan "Ogeysiiska Caymiska Medicare La'aanta." Ogeysiisku wuxuu kuu sheegayaa taariikhda aan joojin doono bixinta daryeelkaaga iyo sida aad racfaan uga qaadan karto go'aankeenna.

Adiga ama wakiilkaagu waa inaad saxiixdaa ogeysiiska si aad u muujiso inaad heshay. Saxiixidda ogeysiiska waxay kaliya muujinaysaa inaad heshay macluumaadka. Saxeexidda macnaheedu maahan **inaad** ku raacsan tahay go'aankayaga.

### 12. Samaynta Rafcaan Heerka 1

Haddii aad u malaynayso inaan si dhakhso ah u joojinayno caymiska daryeelkaaga, waxaad racfaan ka qaadan kartaa go'aankayaga. Qaybtani waxay kuu sheegaysaa habka Rafcaanka Heerka 1aad iyo waxa la sameeyo.





- **Ka soo bax waqtiyada kama dambaysta ah.** Waqtiyada kama dambaysta ah waa muhiim. Fahmo oo raac waqtiyada kama dambaysta ah ee khuseeya waxyaabaha Waa inaad sidaas sameysaa. Qorshahayagu waa inuu sidoo kale raacaa waqtiyada kama dambaysta ah. Haddii aad u malaynayso inaan buuxinayn waqtiyada kama dambaysta ah, waad soo gudbin kartaa cabasho. Tixraac **Qaybta K** si aad uhesho macluumaaddheeraad ah oo ku saabsan cabashooyinka.
- **Weydiiso caawimo haddii aad u baahato.** Haddii aad qabtid su'aalo ama aad u baahan tahay caawimo wakhti kasta:
  - Naga soo wac Adeegyada Xubinta lambarrada ku taxan xagga hoose ee boggan.
  - Minnesota Aging Pathways ka wac 1-800-333-2433 ama TTY MN Relay 711.
- **La xiriir QIO.**
  - Tixraac **Qaybta H2** amatixraac **Cutubka 2** ee Buug- gacmeedka Xubinka si aadu hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan QIO iyo sida loola xiriiro.
  - Weydiiso inay dib u eegaan rafcaankaaga oo ay go'aan ka gaaraan haddii ay beddelaan go'aanka qorshaheena.
- **Si dhakhso ah u dhaqan oo codso “racfaan degdeg ah.** Weydii QIO haddii ay caafimaad ahaan ku habboon tahay. inaan joojino caymiska adeegyadaada caafimaad.

#### Waqtiga kama dambaysta ah ee aad kula xiriiri karto ururkan

- Waa inaad la xiriirtaa QIO si aad racfaankaaga u bilowdo duhurkii maalinta ka horreysa taariikhda dhaqangalka ee ku taal “Ogeysiiska Caymiska Medicare-ka ee aan kuu soo dirnay.

Waa inaad la akhridaa QIO si aad racfaankaaga u bilawday duhurkii maalinta ka taariikhda dhaqangalka ee ku taal “**OgeysiiskaCaymiska**”. Medicare-ka ee aan kuu soo dirnay. Adeegyada Xubnaha lambarrada ku yaal xagga hoose ee bogga ama wac Medicare lambarka 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227), 24 saacadood maalintii, 7 maalmood usbuucii. Isticmaalayaasha TTY waa inay wacaan 1-877-486-2048. Ama ka hel nuqul online ah [www.cms.gov/Medicare/Medicare-General-Information/BNI/FFS-Expedited-Determination-Notices](http://www.cms.gov/Medicare/Medicare-General-Information/BNI/FFS-Expedited-Determination-Notices).

#### Waxa dhacaya intii lagu jiro rafcaanka jidka degdegga ah:

- Dib-u-eegayaasha QIO waxay ku weydiinayaan adiga ama wakiilkaaga sababta aad u malaynayso in caymisku sii socdo. Looma baahna inaad qorto bayaan, laakiin waad qori kartaa.
- Dib-u-eegayaashu waxay eegayaan macluumaadkaaga caafimaad, waxay kula hadlayaan dhakhtarkaaga, waxayna dib u eegaan macluumaadka ay siiyeen qorshaheenna.
- Qorshahayagu wuxuu sidoo kale kuu soo dirayaa ogeysiis qoran oo sharraxaya sababaha aan u joojinay caymiska adeegyadaada. Waxaad ogeysiiska heleysaa dhammaadka maalinta dib-u-eegayaashu waxay noo sheegayaan racfaankaaga.

Erayga sharciyeed ee sharaxaadda ogeysiiska waa “**Sharaxaadda Faahfaahsanee Aan Daboolidda**”.

- Dib-u-eegayaashu waxay kuu sheegayaan go'aankooda hal maalin gudahood kadib marka ay helaan dhammaan macluumaadka ay u baahan yihiin.

Haddii QIO ay **Haa** ku dhahdo racfaan kaaga:



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).



- Waxaan ku siin doonaa adeegyada isbitaalka ee caymiska leh ilaa inta adeegyadu caafimaad ahaan lagama maarmaan yihiin.

Haddii QIO ay ku tiraahdo **Maya** racfaankaaga:

- Daboolistaada waxay dhammaanaysaa taariikhda aan kuu sheegnay.
- Waxaan joojinaynaa bixinta kharashaadka daryeelkan taariikhda ku cad ogeysiiska.
- Adigu waxaad bixinaysaa kharashka buuxa ee daryeelkan haddii aad go'aansato inaad sii waddo daryeelka caafimaadka guriga, daryeelka xarunta kalkaalinta xirfadda leh, ama adeegyada CORF ka dib taariikhda uu dhammaaday daboolistaada.
- Adigu waad go'aansan kartaa inaad sii waddo adeegyadaas oo aad sameyso Rafcaan Heerka 2.

### 13. Samaynta Racfaanka Heerka 2

Racfaan ka Heerka 2, waxaad QIO ka codsanaysaa inay dib u eegaan go'aanka ay ka gaareen Racfaankaaga Heerka 1. Ka wac 1-888-524-9900 (TTY: 1-888-985-8775).

Waa inaad dib u eegistan **codsataa 60 maalmood** gudahood ka dib maalinta QIO ay ku tiri **maya** Rafcaankaaga Heerka 1. Waxaad codsan kartaa dib u eegistan oo **keliya** haddii aad sii wadato daryeelka ka dib taariikhda uu dhammaaday caymiskaaga daryeelka.

Dib-u-eegayaashu QIO waxay:

- Dib u eegis kale oo taxadar ku dheehan ku sameyn doonaan dhammaan macluumaadka la xiriira racfaankaaga.
- Kuu sheegi doonaan go'aankooda ku saabsan Rafcaan kaaga Heerka 2 gudahood 14 maalmood oo kalandhar ah laga bilaabo marka ay helaan codsigaaga dib-u-eegista labaad.

Haddii QIO ay **Haa** ku dhahdo racfaan kaaga:

- Waxaan sii wadaynaa daboolista daryeelka ilaa inta uu caafimaad ahaan lagama maarmaan yahay.
- Waxaan ku siin doonna dooolista daryeelka ilaa inta adeegyadu caafimaad ahaan lagama maarmaan yihiin.

Haddii QIO ay **Maya** ku dhahdo racfaan kaaga:

- Waxay ku raaceen go'aankeenna ah in la joojiyo daryeelkaaga mana beddeli doonaan go'aankaas.
- Waxay ku siinayaan warqad sharxaysa waxa aad samayn karto haddii aad rabto inaad sii waddo habka racfaanka oo aad sameyso Racfaanka Heerka 3

AlJ ama qareen garsoore ayaa maamula Racfaanka Heerka 3aad. Ka eeg **Qaybta J** wixii macluumaad ah ee ku saabsan Heerka 3aad, 4aad, iyo 5aad Rafcaannada.

## J. Qaadista rafcaan kaaga ka baxsan Heerka 2

### J1. Tallaabooyinka xiga ee adeegyadii iyo shayadii Medicare

Haddii aad samaysay Rafcaan Heerka 1 iyo Rafcaan Heerka 2 oo ku saabsan adeegyada ama alaabada Medicare, labadana waa la diiday, waxaad xaq u yeelan kartaa heerar rafcaan oo dheeraad ah.

Haddii qiimaha doollarka ee adeegga Medicare ama shayga aad racfaanka ka qaadatay uusan buuxin qaddarka ugu yar ee doollarka, racfaan dambe ma qaadan kartid. Haddii qiimaha doollarku uu ku filan yahay, waxaad sii



wadi kartaa habka rafcaanka. Warqadda aad ka hesho IRO ee Racfaankaaga Heerka 2aad waxay sharraxaysaa cidda aad la xiriiri karto iyo waxa la sameeyo si aad u codsato Racfaanka Heerka 3aad.

### Rafcaan Heerka 3

Heerka 3aad ee habka racfaanka waa dhageysiga ALJ. Qofka go'aanka gaaraya waa ALJ ama qareen garsoore ah oo u shaqeeya dowladda federaalka.

Haddii ALJ ama gar-qaadaha qareenka uu **Haa** ku dhaho rafcaankaaga, annaga ayaa xaq u leh inaan rafcaan ka qaadanno go'aanka Heerka 3 ee adiga kuu roon.

- Haddii aan go'aansanno **inaan racfaan** ka qaadanno go'aanka, waxaan kuu soo direynaa nuqul ka mid ah codsiga Racfaanka Heerka 4 oo ay la socdaan dukumeentiyo kasta oo la socda. Waxaa laga yaabaa inaan sugno go'aanka Racfaanka Heerka 4 ka hor inta aan la oggolaan ama aan bixin adeegga muranka dhaliyay.
- Haddii aan **go'aansanno inaan racfaan ka** qaadanno go'aanka, waa inaan kuu oggolaannaa ama ku siinaa adeegga 60 maalmood gudahood kadib helitaanka go'aanka ALJ ama qareenka garsooraha.
  - Haddii ALJ ama gar-qaadaha qareenka uu **Diido** rafcaankaaga, habka rafcaan ka wuxuu noqon karaa mid aan wali dhamaanin.
- Haddii aad go'aansato inaad **aqbasho** go'aankaas oo diiday rafcaankaaga, habka rafcaanka wuu dhammaaday.
- Haddii aad go'aansatoinaadan aqbalin go'aankaas oo diiday rafcaankaaga, waxaad sii wadan kartaa heerka xiga ee dib-u-eegista. Ogeysiiska aad hesho ayaa kuu sheegi doona waxaad samaynayso Racfaanka Heerka 4.

### Rafcaan Heerka 4

Golaha Racfaanka Medicare (Golaha) ayaa dib u eegaya racfaankaaga wuxuuna ku siinayaa jawaab. Goluhu waa qayb ka mid ah dowladda federaalka.

Haddii Golaha uu **Haa** ku dhaho Rafcaankaaga Heerka 4 ama uu diido codsigeenna ah inaan dib u eegno go'aan Heerka 3 oo adiga kuu roon, annaga ayaa xaq u leh inaan rafcaan ka qaadno Heerka 5.

- Haddii aan go'aansano **inaan rafcaan** ka qaadno go'aanka, waxaan kuu sheegi doonaa qoraal ahaan.
- Haddii aan go'aansano **inaan rafcaan** ka qaadno go'aanka, waa inaan oggolaannaa ama kuu bixinnaa adeegga 60 maalmood oo kalandarka ah gudahood laga bilaabo markaan helno go'aanka Golaha.

Haddii Golaha uu **dhaho** ama uu diido codsigayaga dib-u-eegista, habka rafcaanka wuxuu noqon karaa mid aan wali dhamaanin.

- Haddii aad go'aansato inaad **aqbasho** go'aankaas oo diiday rafcaankaaga, habka rafcaanka wuu dhammaaday.
- Haddii aad **go'aansato inaad aqbalin go'aankan** diidaya racfaankaaga, waxaa laga yaabaa inaad awoodo inaad u sii gudubto heerka xiga ee habka dib u eegista. Ogeysiiska aad hesho ayaa kuu sheegi doona haddii aad u gudbi karto Racfaanka Heerka 5 iyo waxa aad sameyneyso.

### Rafcaan Heerka 5

- Garsoore Maxkamadda Degmada Federaalka ayaa dib u eegi doona racfaankaaga iyo dhammaan macluumaadka wuxuuna go'aan ka gaari doonaa **Ogolaanshaha** ama **Diidmada**. Kani waa go'aanka kama dambaysta ah. Ma jiraan heerar kale oo racfaan ah oo ka baxsan Maxkamadda Degmada Federaalka.



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

## J2. Rafcaannada Dheeraadka ah ee Medical Assistance

Waxa kale oo aad leedahay xuquuqo kale oo rafcaan haddii rafcaankaagu uu ku saabsan yahay adeegyo ama waxyaabo ay inta badan daboolaan Gargaarka Caafimaadku. Warqadda aad ka hesho xafiiska Dhageysiga Racfaanka Gobolka ayaa kuu sheegi doonta waxaad samaynayso haddii aad rabto inaad sii wadato hawsha rafcaanka.

Haddii aad ku khilaafsantahay xukunka ka yimid habka Rafcaanka Gobolka, waxaad rafcaan u qaadan kartaa Maxkamadda Degmada ee gobolkaaga adigoo wacaya xafiiska diiwaangeliyaha degmada. Waxaad haysataa 30 maalmood oo aad racfaan kaga qaadanayso Maxkamadda Degmada.

Haddii aad u baahan tahay caawimaad mar kasta oo nidaamka lagu jiro, wac Sarkaalka Baara Cabashada Shakhsi ahaaneed ee Ka dhan Maamulka ee ku aadan Barnaamijyada Caafimaadka Dadweynaha ee Maamulka Dadweynaha taleefannada 651-431-2660 ama 1-800-657-3729 ama TTY MN Relay 711, ama adeeg relay aad doorato.

## J3. Heerarka Rafcaanka 3, 4 iyo 5 ee Codsiyada Dawooyinka Medicare Qaybta D

Qaybtani waxay ku habboonaan kartaa haddii aad samaysay Rafcaan Heerka 1 iyo Rafcaan Heerka 2, oo labadaba waa la diiday.

Haddii qiimaha daawada aad racfaanka ka qaadatay ay gaarto lacag gaar ah, waxaa laga yaabaa inaad awoodo inaad u gudubto heerar dheeraad ah oo racfaan ah. Jawaabta qoran ee aad ka hesho Racfaanka Heerka 2aad waxay sharraxaysaa cidda aad la xiriiri karto iyo waxa la sameeyo si aad u codsato Racfaanka Heerka 3aad.

### Rafcaan Heerka 3

Heerka 3aad ee habka racfaanka waa dhageysiga ALJ. Qofka go'aanka gaaraya waa ALJ ama qareen garsoore ah oo u shaqeeya dowladda federaalka.

Haddii ALJ ama gar-qaadaha qareenka uu **Haa** ku dhaho rafcaan kaaga:

- Habka rafcaan-qaadashada wuu dhammaaday.
- Waa inaan oggolaannaa ama ku siinnaa daboolka daawada oggolaatay 72 saacadood gudahood (ama 24 saacadood rafcaan degdeg ah), ama waa inaan bixinnaa lacagta ugu dambeyn 30 maalmood oo kalandarka ah gudahood laga bilaabo markaan helno go'aanka.

Haddii ALJ ama garsooraha qareenka uu yiraahdo **Maya** racfaankaaga ama haddii Goluhu diido codsiga dib u eegista, habka racfaanku ma dhammaan karo.

- Haddii aad go'aansato inaad **aqbasho** go'aankaas oo diiday rafcaankaaga, habka rafcaanka wuu dhammaaday.
- Haddii aad go'aansato **inaadan aqbalin** go'aankaas oo diiday rafcaankaaga, waxaad sii wadan kartaa heerka xiga ee dib-u-eegista. Ogeysiiska aad hesho ayaa kuu sheegi doona waxaad samaynayso Racfaanka Heerka 4.

### Rafcaan Heerka 4

Goluhu wuxuu dib u eegayaa racfaankaaga wuxuuna ku siinayaa jawaab. Goluhu wuxuu qayb ka yahay dowladda federaalka.

Haddii Gudigu uu **Haa** ku dhaho rafcaankaaga:

- Habka rafcaan-qaadashada wuu dhammaaday.



- Waa inaan oggolaannaa ama ku siinnaa daboolka daawada oggolaatay 72 saacadood gudahood (ama 24 saacadood rafcaan degdeg ah), ama waa inaan bixinnaa lacagta ugu dambeyn 30 maalmood oo kalandarka ah gudahood laga bilaabo markaan helno go'aanka.

Haddii Golahu **Diido** rafcaankaaga, habka rafcaan ka wuxuu noqon karaa mid aan wali dhamaanin.

- Haddii aad go'aansato inaad **aqbasho** go'aankan oo diiday rafcaankaaga, habka rafcaanka wuu dhammaaday.
- Haddii aad **go'aansato inaad aqbalin go'aankan** diidaya racfaankaaga, waxaa laga yaabaa inaad awoodo inaad u sii gudubto heerka xiga ee habka dib u eegista. Ogeysiiska aad hesho ayaa kuu sheegi doona haddii aad u gudbi karto Racfaanka Heerka 5 iyo waxa aad sameyneyso.

## Rafcaan Heerka 5

- Garsoore Maxkamadda Degmada Federaalka ayaa dib u eegi doona racfaankaaga iyo dhammaan macluumaadka wuxuuna go'aan ka gaari doonaa **Ogolaanshaha** ama **Diidmada**. Kani waa go'aanka kama dambaysta ah. Ma jiraan heerar kale oo rafcaan ah oo ka baxsan Maxkamadda Degmada Federaalka.

## K. Sida loo sameeyo cabasho

### K1. Noocyada dhibaatooyinka ah ee u baahan inay noqdaan cabashooyin

Habka cabashada waxaa loo isticmaalaa oo kaliya noocyada dhibaatooyinka qaarkood, sida dhibaatooyinka la xiriiira tayada daryeelka, sugitaanka, isku-duwidda daryeelka, iyo adeegga macaamiisha. Halkan waxaa ah tusaalooyin ku saabsan noocyada dhibaatooyinka ay maamusho habka cabashada.

| Cabashada                                                               | Tusaale                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Tayada daryeelkaaga caafimaadka                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>Waxaad ku qanacsanayn tayada daryeelka, sida daryeelka aad ku heshay isbitaalka isbitaalka.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Ixtiraamida asturnaantaada                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>Waxaad u malaynaysaa in qof uusan ixtiraamin xuquuqdaada gaarka ah ama la wadaagin macluumaad qarsoodi ah oo adiga kugu saabsan.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                        |
| Ixtiraam la'aan, adeegga macaamiisha oo liita, ama dhaqanno kale oo xun | <ul style="list-style-type: none"> <li>Bixiye daryeel caafimaad ama shaqaale ayaa kula dhaqmay si anshax xumo ah ama aan ixtiraam lahayn.</li> <li>Shaqaalahayaga ayaa si xun kuu maamulay.</li> <li>Waxaad u malaynaysaa in lagugu riixayo qorshaheenna si aad uga baxdo.</li> </ul>                                                                                                                                     |
| Helitaanka iyo luqadda caawimaad                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>Ma geli kartid adeegyada iyo xarumaha daryeelka caafimaadka gudaha xafiiska dhakhtarka ama bixiyaha.</li> <li>Dhakhtarkaaga ama bixiyahaagu ma bixiyo turjubaan luuqada aan Ingiriisiga ahayn ee aad ku hadasho (sida Luqadda Calaamadaha Mareykanka ama Isbaanishka).</li> <li>Bixiyahaaga ma ku siiyo habab kale oo macquul ah oo aad u baahan tahay oo aad codsatay.</li> </ul> |



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abril - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

| Cabashada                                                                           | Tusaale                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Sugitaanka</b>                                                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>Waxaad dhibaato ku qabtaa ballan samaynta ama waxaad sugtaa waqti dheer si aad u hesho ballan.</li> <li>Dhakhaatiirta, farmashiistayaasha, ama xirfadlayaasha kale ee caafimaadka, Adeegyada Xubnaha, ama shaqaalaha kale ee qorshaha ayaa ku sii hayn doona waqti aad u dheer.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                |
| <b>Nadaafadda</b>                                                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>Waxaad u malaynaysaa in rugta caafimaadka, isbitaalka, ama xafiiska dhakhtarka uusan nadiif ahayn.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Macluumaadka aad naga helayso</b>                                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>Waxaad u malaynaysaa inaan ku siinin ogeysiis ama warqad aad ahayd inaad hesho heshay.</li> <li>Waxaad u malaynaysaa in macluumaadka qoraalka ah ee aan kuu soo dirnay uu adkaaday fahamkiisa.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>Waqtiga ku habboon ee la xiriira caymiska go'aamada daboolka ama rafcaannada</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Waxaad u malaynaysaa inaan raacin wakhtiyada kama dambaysta ah ee go'aan daboolid ama ka jawaabida rafcaan kaaga ama ka jawaabista racfaankaaga.</li> <li>Waxaad u malaynaysaa in, ka dib markaad hesho go'aan daboolid ama rafcaan adiga kuu roon, aanan raacin wakhtiyada kama dambaysta ah ee oggolaanshaha ama bixinta adeegga ama ku soo celinta lacagta daryeel caafimaad gaar ah.</li> <li>Waxaad u malaynaysaa inaan kiiskaaga u dirin IRO wakhtiga kama dambaysta ah.</li> </ul> |

**Waxaa jira noocyo kala duwan oo cabashooyin ah. Waxaad samayn kartaa cabasho gudaha ah iyo/ama cabasho dibadeed.** Cabasho gudaha ah waxaa lagu soo gudbinayaa oo dib u eegayaa qorshahayaga. Cabasho dibadeed waxaa lagu soo gudbinayaa oo dib u eegayaa urur aan xiriir la lahayn qorshahayaga. Haddii aad u baahan tahay caawimo sameynta cabasho gudaha ah iyo/ama dibadeed, waxaad wici kartaa Ombudsperson ee Barnaamijyada Daryeelka Caafimaadka ee Maamulka Dadweynaha 651-431-2660 ama 1-800-657-3729 ama TTY MN Relay 711 ama isticmaal adeegga gudbinta ee aad doorbidayso.

Erayga sharciyeed ee “cabasho” waa **“cabasho sharciyeed.”**

Erayga sharciyeed ee “soo gudbinta cabasho” waa **“soo gudbinta caba shosharciyeed.”**

## K2. Cabashooyinka gudaha

Si aad cabasho gudaha ah u sameyso, wac Adeegyada Xubnaha lambarka ku yaal xagga hoose ee boggan. Waxaad cabashada samayn kartaa wakhti kasta haddii aysan ku saabsanayn daawada Medicare Part D. Haddii cabashadu ay ku saabsan tahay daawada Medicare Part D, waa inaad ku sameysaa **60 maalmood gudahood** kadib marka aad la kulanto dhibaataada aad rabto inaad ka cabato.

- Haddii ay jiraan waxyaabo kale oo aad u baahan tahay inaad sammeysa, Adeegyada Xubinta ayaa kuu sheegi doona.



- Waxaad sidoo kale qori kartaa cabashadaada oo aad noo soo diri kartaa. Haddii aad cabashadaada qoraal ahaan u gudbis, waxaan cabashadaada uga jawaabi doonnaa qoraal ahaan.

Waaxda Cabashada iyo Rafcaanka ee Isbahaysiga  
Caafimaadka ee Koonfurta Dalka  
6380 W Frontage Rd  
Medford, MN 55049

Erayga sharciyeed ee “cabasho degdeg ah” waa **“cabasho sharciyeedoo degdeg ah.”**

Haddii ay suurto gal tahay, isla markiiba waan ku soo jawaabnaa. Haddii aad na soo wacdo adigoo cabasho qaba, waxaa laga yaabaa inaan ku siinno jawaab isla wicitaankii taleefanka. Haddii xaaladdaada caafimaad ay naga rabto inaan si dhakhso ah uga jawaabno, waan sameyn doonnaa taas.

- Waxaan ka jawaabnaa cabashooyinka badankood 30 maalmood gudahood. Haddii aynaan go'aan ka gaarin 30 maalmood gudahood maadaama aan u baahanahay macluumaad dheeraad ah, waxaan kuugu soo wargelineynaa qoraal ahaan. Waxaan sidoo kale ku siineynaa cusbooneysiin xaaladeed iyo waqti lagu qiyaasay inaad jawaabta hesho.
- Haddii aad cabasho samayso sababtoo ah waxaan diidnay codsigaaga “go'aan daboolitaan degdeg ah” ama “rafcaan degdeg ah,” waxaan si toos ah ku siin doonaa “cabasho degdeg ah” oo waxaan uga jawaabi doonaa cabashadaada 24 saacadood gudahood.
- Haddii aad cabasho samayso sababtoo ah waxaan ku qaadanay wakhti dheeraad ah si u gaadhno go'aanka ceymiska amaracfaanka, waxaan si toos ah ku siin doonaa “cabasho degdeg ah” oo waxaan uga jawaabi doonaa cabashadaada 24 saacadood gudahood.

Haddii aanu ku raacin qayb ama dhammaan cabashadaada, waxaan kuu sheegi doonnaa sababaha go'aankayaga. Waanu ka jawaabnaa haddii aanu ku raacsanahay cabashada iyo haddii kale.

### K3. Cabashooyinka Dibadda

#### Medicare

Waxaad Medicare u sheegi kartaa cabashadaada ama waxaad u diri kartaa Medicare. Foomka Cabashada Medicare waxaa laga heli karaa: [www.medicare.gov/my/medicare-complaint](http://www.medicare.gov/my/medicare-complaint). Uma baahnid inaad cabasho ka gudbis SeniorCare Complete ka hor intaadan cabasho u gudbin Medicare.

Medicare si dhab ah ayay u qaadataa cabashooyinkaaga waxayna adeegsataa macluumaadkan si ay u hagaajiso tayada barnaamijka Medicare.

Haddii aad leedahay talooyin kale ama walaac, ama haddii aad dareento in qorshaha caafimaadka aanu xallin dhibaataada, waxaad sidoo kale wici kartaa 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). Isticmaalayaasha TTY waxay wacaan 1-877-486-2048. Wicitaanku waa bilaash.

#### Waxaad u sheegi kartaa Waaxda Caafimaadka ee Minnesota cabashadaada:

Managed Care Section  
P.O. Box 64975  
St. Paul, MN 55164

Taleefanka: 651-201-5100 pr 1-800-657-3916, TTY 711



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmaalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

Waxaad sidoo kale cabasho ka samayn kartaa [www.health.state.mn.us/facilities/insurance/clearinghouse/complaints](http://www.health.state.mn.us/facilities/insurance/clearinghouse/complaints)

### **Xafiiska Xuquuqda Madaniga ah (Office for Civil Rights, OCR)**

Waxaad cabasho u gudbin kartaa Waaxda Caafimaadka iyo Adeegyada Aadanaha (HHS) OCR haddii aad u malaynayso inaan si cadaalad ah laguula dhaqmin. Tusaale ahaan, waxaad cabasho ka gudbin kartaa helitaanka naafada ama kaalmada luqadda. Lambarka taleefanka ee OCR waa 1-800-368-1019. Isticmaalayaasha TTY waa inay wacaan 1-800-537-7697. Waxaad booqan kartaa [www.hhs.gov/ocr](http://www.hhs.gov/ocr) wixii macluumaad dheeraad ah.

Waxa kale oo aad la xiriiri kartaa xafiiska OCR ee deegaanka:

XafiiskaXuquuqda Madaniga ah ee deegaankaaga, Gobollada Midwest, oo ku yaal 233 N. Michigan Ave., Suite 240, Chicago, IL 60601. Wac 1-800-368-1019, fakis 1-202-619-3818, ama iimayl [ocrmail@hhs.gov](mailto:ocrmail@hhs.gov)

Waxa kale oo laga yaabaa inaad leedahay xuquuqo hoos yimaada Xeerka Dadka Naafada ah ee Mareykanka (ADA). Waxaad wici kartaa Ombudsperson ee Barnaamijyada Daryeelka Caafimaadka ee Maamulka Dadweynaha si aad u hesho caawimo. Lambarka taleefanka waa 651-431-2660 ama 1-800-657-3729 ama TTY MN Relay 711 ama adeegga gudbinta ee aad doorbidayso.

### **QIO**

Marka cabashadaadu ku saabsan tahay tayada daryeelka, waxaad haysataa laba doorasho:

- Waxaad si toos ah ugu gudbin kartaa cabashadaada tayada daryeelka QIO.
- Waxaad cabashadaada u gudbin kartaa QIO iyo qorshahayaga. Haddii aad cabasho u gudbiso QIO, waxaan la shaqeyn doonaa iyaga si aan u xallino cabashadaada.

QIO waa koox dhakhaatiir ah oo ku takhasusay daryeelka caafimaadka iyo khubaro kale oo daryeel caafimaad ah oo ay bixiso dowladda federaalka si ay u hubiso una horumariso daryeelka la siiyo bukaanada Medicare. Si aad wax badan uga barato QIO, tixraac **Qaybta H2** ama tixraac **Cutubka 2** ee *Buug-gacmeedkan Xubinka*.

Minnesota gudaheeda, QIO waxaa lagu magacaabaa Commence Health. Nambarka taleefanka ee Livanta waa 1-888-524-9900 (711 ama isticmaal adeegyada gudbinta ee aad doorbidayso).



BOGGAAN SI KAS  
AH AYAA FAARUQ  
LOOGA TAGAY



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).



## Cutubka 10: Joojinta xubinnimadaada qorshaheenna

### Hordhac

Cutubkani wuxuu sharxayaa sida aad u joojin karto xubinnimadaada qorshahayaga iyo fursadahaaga caymiska caafimaadka ka dib markaad ka baxdo qorshahayaga. Haddii aad ka baxdo qorshahayaga, waxaad weli ku jiri doontaa barnaamijyada Medicare iyo Gargaarka Caafimaadka ilaa inta aad u qalanto. Shuruudaha muhiimka ah iyo qeexitaannadoodu waxay u muuqdaan si xarfo leh cutubka ugu dambeeya ee *Buuggacmeedkaan Xubinta*.

### Jadwalka Tusmooyinka

|                                                                                                                                                         |            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| <b>A. Goorta aad joojin karto xubinnimadaada qorshaheenna .....</b>                                                                                     | <b>164</b> |
| <b>B. Sida loo joojiyo xubinnimadaada qorshaheenna .....</b>                                                                                            | <b>165</b> |
| <b>C. Sida loogu helo adeegyada Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka si kala gooni ah .....</b>                                                            | <b>165</b> |
| Haddii aad doorato inaad ka baxdo qorshaheenna, waxaad leedahay doorashooyin ku saabsan helitaanka adeegyadaada Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka. .... | 165        |
| C1. Adeegyadaada Medicare .....                                                                                                                         | 165        |
| C2. Adeegyadaada Kaalmada Caafimaadka .....                                                                                                             | 168        |
| <b>D. Qalabkaaga caafimaadka, adeegyada, iyo daawooyinkaaga ilaa xubinnimadaada qorshaheenna ay dhammaato .....</b>                                     | <b>169</b> |
| <b>E. Xaaladaha kale ee xubinnimadaada qorshaheenna ay dhammaan karto .....</b>                                                                         | <b>169</b> |
| <b>F. Xeerarka ka dhanka ah inay kugu qasbaan inaad ka baxdo qorshaheenna sababo la xiriira caafimaadkaaga .....</b>                                    | <b>170</b> |
| <b>G. Xuquuqdaada inaad cabasho soo gudbiso haddii aan joojino xubinnimadaada qorshaheenna .....</b>                                                    | <b>170</b> |
| <b>H. Sida loo helo macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan joojinta xubinnimada qorshahaaga .....</b>                                                     | <b>170</b> |



## A. Goorta aad joojin karto xubinnimadaada qorshaheenna

Dadka badankood ee haysta Medicare waxay joojin karaan xubinnimadooda xilliyo gaar ah oo sanadka ah. Maadaama aad haysato Kaalmada Caafimaadka, waxaad haysataa doorashooyin aad ku joojin karto xubinnimadaada qorshahayaga bil kasta oo sanadka ah.

Intaa waxaa dheer, waxaad joojin kartaa xubinnimadaada qorshaheenna inta lagu jiro xilliyada soo socda:

- Muddada **Isdiiwaangelinta Sannadlaha ah**, oo soconaysa Oktoobar 15 ilaa Diseembar 7. Haddii aad doorato qorshe cusub muddadan, xubinnimadaada qorshaheenna waxay dhammaan doontaa Diseembar 31, xubinnimadaada qorshaha cusubna waxay bilaaban doontaa Janaayo 1.
- Faa'iidada **Medicare (MA, Medical Advantage) Muddada Is-diiwaangelinta Furan**, oo socota Janaayo 1 ilaa Maarso 31. Ka-faa'iideystayaasha cusub ee Medicare ee ku qoran qorshe, laga bilaabo bisha xaq u yeelashada Qaybta A iyo Qaybta B ilaa maalinta ugu dambeysa bisha 3aad ee xaq u yeelashada. Haddii aad doorato qorshe cusub inta lagu jiro muddadan, xubinnimadaada qorshaha cusub waxay bilaabmaysaa maalinta ugu horreysa ee bisha xigta.

Waxaa jiri kara xaalado kale marka aad xaq u leedahay inaad wax ka bedesho diiwaangelintaada. Tusaale, marka:

- aad ka guurto aagga adeeggayaga,
- u-qalmitaankaaga Kaalmada Caafimaadka ama Caawinta Dheeraadka ah ayaa isbedelay, **ama**
- haddii aad dhowaan u guurtay xarun daryeelka muddada dheer ah, ama hadda daryeel ka helayso, ama dhowaan ka guurtay isbitaal muddada dheer ah.

Xubinnimadaadu waxay dhammaanaysaa maalinta ugu dambeysa ee bisha ee aan helno codsigaaga ah inaad beddesho qorshahaaga. Tusaale ahaan, haddii aan helno codsigaaga Janaayo 18, caymiskaaga qorshahayagu wuxuu dhammaanayaa Janaayo 31. Caymiskaaga cusub wuxuu bilaabmayaa maalinta ugu horreysa ee bisha xigta (Febraayo 1, tusaalahan).

Haddii aad ka tagto qorshaheenna, waxaad heli kartaa macluumaadka ku saabsan:

- Ikhtiyaarada Medicare ee jadwalka ku jira **Qaybta C1** ee cutubkaan.
- Adeegyada Medical Assistance ee ku jira **Qaybta C2** ee cutubkaan.

Waxaad ka heli kartaa macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan sida aad u joojin karto xubinnimadaada adiga oo wacaya lambarka ku qoran bogga hoose.

- Adeegyada Xubnaha lambarka ku yaal xagga hoose ee boggan. Lambarka isticmaalayaasha TTY sidoo kale waa la taxay.
- Medicare laga heli karo 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). Dadka isticmaala TTY waa inay wacaan 1-877-486-2048.
- Barnaamijka Kaalmada Caymiska Caafimaadka Gobolka (SHIP), lambarka 1-800-333-2433, TTY MN Relay 711 dadka isticmaala waa inay wacaan 711 ama isticmaalaan adeegga gudbinta ee aad doorbidayso. Wicitaanadani waa bilaash. Minnesota barnaamijka SHIP waxaa loo yaqaan Minnesota Aging Pathways.

**FIIRO GAAR AH:** Haddii aad ku jirto barnaamijka maaraynta daroogada (DMP), waxaa laga yaabaa inaad awoodin inaad beddesho qorshayaasha. Ka eeg **Cutubka 5** ee *Buug-gacmeedkan Xubinta* si aad u hesho macluumaad ku saabsan barnaamijyada maaraynta daroogada.



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

## B. Sida loo joojiyo xubinnimadaada qorshaheenna

Haddii aad go'aansato inaad joojiso xubinnimadaada waxaad iska diiwaan gelin kartaa qorshe kale oo Medicare ah ama waxaad u wareegi kartaa Medicare-ka Asalka ah. Si kastaba ha ahaatee, haddii aad rabto inaad ka beddesho qorshahayaga una beddesho Medicare-ka Asalka ah laakiin aadan dooran qorshe daawo oo Medicare ah oo gaar ah, waa inaad codsataa in lagaa saaro qorshahayaga. Waxaa jira laba siyaabood oo aad ku codsan karto in lagaa saaro diiwaanka:

- Codsii qoraal ah ayaad noogu soo gudbin kartaa. Kala xiriir Adeegyada Xubinta lambarka ku qoran hoosta boggan haddii aad u baahan tahay macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan sida tan loo sameeyo.
- Wac Medicare lambarka 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). Dadka isticmaala TTY (dadka ku dhibtoonaya maqalka, ama hadalka) waa inay wacaan 1-877-486-2048. Markaad wacdo 1-800-MEDICARE, waxaad sidoo kale iska diiwaan gelin kartaa mid kale. Macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan helitaanka adeegyadaada Medicare marka aad ka baxdo qorshaheenna waxaa ku jira jaantuska **Qaybta C** ee cutubkaan.
- **Qaybta C** ee hoose waxay kutaxan tahay tillaabooyinka aad qaadi karto si aad ugu isdiiwaangeliso qorshe kale, kaas oo sidoo kale joojinaya xubinnimadaada qorshaheenna.

## C. Sida loogu helo adeegyada Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka si kala gooni ah

Haddii aad doorato inaad ka baxdo qorshaheenna, waxaad leedahay doorashooyin ku saabsan helitaanka adeegyadaada Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka.

### C1. Adeegyadaada Medicare

Waxaad haysataa afar doorasho oo aad ku heli karto adeegyadaada Medicare, kuwaas oo hoos ku qoran, isla markaana la heli karo bil kasta oo sanadka ka mid ah. Waxaad leedahay doorasho kale oo dheeraad ah xilliyada qaarkood ee sanadka, oo ay ku jiraan **Muddada Isdiiwaangelinta** ee Sannadlaha ah iyo **Muddada Furan** ee Isdiiwaangelinta **Medicare Advantage** ama xaaladaha kale ee lagu sharaxay Qaybta A. Markaad doorato mid ka mid ah doorashooyinkan, xubinnimadaada qorshaheenna si toos ah ayay u dhammaaneysaa.

#### 1. Waxaad u bedeli kartaa:

**Qorshe kale oo bixiya Medicare-kaaga iyo inta badan ama dhammaan faa'iidooyinkaaga iyo adeegyadaada Kaalmada Caafimaadka hal qorshe, oo sidoo kale loo yaqaan qorshe gaar ah oo isdhexgalka u ah dadka u qalma labada (D-SNP).**

#### Waa kan waxa la sameeyo:

Ka wac Medicare 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). Isticmaalayaasha TTY waa inay wacaan 1-877-486-2048.

Haddii aad u baahan tahay gargaar ama macluumaad dheeraad ah:

- Wac Barnaamijka Kaalmada Caymiska Caafimaadka Gobolka (SHIP) lambarka 1-800-333-2433 (dadka adeegayaasha TTY MN Relay 711 waa inay wacdaan 711 ama gudubtay gudbinta ee aad u dhibayso). Minnesota, SHIP-ka waxaa loo yaqaan Minnesota Aging Pathways. Wicitaanadani waa bilaash.

#### AMA

Iska diwaangeli D-SNP-ga cusub oo isku dhafan.

Waxa si toos ah lagaaga saarayaa qorsheena marka caymiska qorshahaaga cusub bilaabmo.



**2. Waxaad u bedeli kartaa:**

**Original Medicare oo leh qorshe daawo qorida Medicare oo gooni ah.**

**Waa kan waxa la sameeyo:**

Ka wac Medicare 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). Isticmaalayaasha TTY waa inay wacaan 1-877-486-2048.

Haddii aad u baahan tahay gargaar ama macluumaad dheeraad ah:

- Wac Barnaamijka Kaalmada Caymiska Caafimaadka Gobolka (SHIP) lambarka 1-800-333-2433 (dadka adeegayaasha TTY MN Relay 711 waa inay wacdaan 711 ama gudubtay gudbinta ee aad u dhibayso). Minnesota, SHIP-ka waxaa loo yaqaan Minnesota Aging Pathways. Wicitaanadani waa bilaash.

**AMA**

Iska diiwaangeli qorshaha cusub ee dawada Medicare uu qoray.

Si toos ah ayaa lagaaga saarayaa qorshaheena marka caymiskaaga Original Medicare uu bilaabmo.

Haddii aad doorato inaad ka tagto qorshaheena, waxaa si toos ah laguugu qori doonaa qorshahayaga Minnesota Senior Care Plus (MSC+) ee adeegyada Caawinta Caafimaadka haddii qorshahayaga MSC+ lagu bixiyo degmadaada.

Waxaad qoraal ahaan ku codsan kartaa inaad ku qorto qorshaha MSC+ ee aad ku qortay ka hor inta aan la diiwaan gelin barnaamijka MSHO ee qorshahayaga. Haddii qorshahayagu uusan lahayn qorshaha MSC+ ee degmadaada, waxaad ku qori doontaa qorshaha MSC+ ee laga heli karo degmadaada.

La xiriir shaqaalaha maaliyadda ee degmadaada haddii aad qabtid su'aalo. Haddii aad hadda haysato kharash caafimaad oo aad doorato inaad ka baxdo qorshahayaga, caymiskaaga Medical Assistance waxaa lagu siin doonaa khidmad adeeg. Laguma qori doono qorshe caafimaad oo kale oo loogu talagalay adeegyada Medical Assistance.



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmaalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

**3. Waxaad u bedeli kartaa:****Original Medicare oo aan lahayn qorshaha daawada Medicare ee gaarka ah**

**FIIRO GAAR AH:** Haddii aad u guurto Original Medicare oo aadan iska diiwaan gelin qorshaha daawada Medicare ee gaarka ah, Medicare ayaa laga yaabaa inay ku qorto qorshe daawo, ilaa in aad u sheegto maahee Medicare in aadan doonayn inaad ka qaybgasho.

Waa inaad iska daysaa oo keliya caymiska daawada haddii aad haysato caymiska daawada laga helo il kale, sida loo-shaqeeye, ama urur shaqaale. Haddii aad haysato su'aalo ku saabsan haddii aad u baahan tahay caymiska daroogada, wac Minnesota Aging Pathways ka wac 1-800-333-2433 (Isticmaaleyaasha TTY ka wacan 711 ama adeegso adeegyada gudbinta ee aad doorbidayso). Xafiiska Minnesota Aging Pathways aaggaaga, fadlan booqo <https://mn.gov/board-on-aging/direct-services/aging-pathways>.

**Waa kan waxa la sameeyo:**

Ka wac Medicare 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227), 24 saacadood maalintii, 7 maalmood usbuucii. Isticmaalayaasha TTY waa inay wacaan 1-877-486-2048.

Haddii aad u baahan tahay gargaar ama macluumaad dheeraad ah:

- Ka wac barnaamijka State Health Insurance Assistance Program (SHIP) lambarka 1-800-333-2433 (Isticmaalayaasha TTY MN Relay 711 waa inay wacaan 711 ama isticmaalaan adeeggaaga gudbinta ee aad doorbidayso). Minnesota, Markabka waxaa loogu yeeraa Minnesota Aging Pathways. Wicitaanadani waa bilaash. Waxaad sidoo kale booqan kartaa <https://mn.gov/board-on-aging/direct-services/aging-pathways>

Si toos ah ayaa lagaa saari doonaa qorshahayaga marka caymiskaaga Original Caymiska Medicare ayaa bilaabanaya.

Haddii aad doorato inaad ka baxdo qorshahayaga, si toos ah ayaa laguugu qori doonaa Qorshahayaga Minnesota Senior Care Plus (MSC+) ee qorshahayaga Caafimaadkaaga Adeegyada caawinta haddii qorshahayaga MSC+ laga bixiyo degmadaada.

Waxaad qoraal ahaan ku codsan kartaa inaad ku biirto qorshaha MSC+ ee aad ka diiwaan gashanayd kahor diiwaangelinta MSHO ee qorshahayaga. Haddii qorshaheenu aanu Macluumaad dheeraad ah ama si aad u hesho qof deegaanka ah oo leh qorshe MSC+ ah ooku yaal degmadaada, waxaad ku qoran doontaa qorshaha MSC+ taas oo laga heli karo degmadaada.

La xariir shaqaalaha dhaqaalaha ee degmadaada haddii aad su'aalo qabto. Haddii aad hadda waxaad leedahay kharash caafimaad oo aad dooratay inaad ka baxdo qorshahayaga, caymiskaaga Medical Assistance waxaa lagu siin doonaa khidmad adeeg. qorshe kale oo caafimaad oo loogu talagalay adeegyada Kaalmada Caafimaadka.



**4. Waxaad u bedeli kartaa:**

**Qorshe kasta oo** caafimaad oo Medicare ah xilliyo gaar ah oo sanadka ah oo ay ku jirto **Muddada Diiwaangelinta Furan** iyo mudada Diiwaan Gelinta Furan ee **Medicare Advantage** ama xaaladaha kale ee lagu qeexay Qaybta A.

**Waa kan waxa la sameeyo:**

Ka wac Medicare 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). Isticmaalayaasha TTY waa inay wacaan 1-877-486-2048.

Haddii aad u baahan tahay gargaar ama macluumaad dheeraad ah:

- Wac Barnaamijka Kaalmada Caymiska Caafimaadka Gobolka (SHIP) lambarka 1-800-333-2433 (dadka adeegayaasha TTY MN Relay 711 waa inay wacdaan 711 ama gudubtay gudbinta ee aad u dhibayso). Minnesota, SHIP-ka waxaa loo yaqaan Minnesota Aging Pathways. Wicitaanadani waa bilaash.

**AMA**

Iska diiwaangeli qorshaha cusub ee dawada Medicare.

Waxa si toos ah looga saarayaa qorsheena marka caymiska qorshahaaga cusub bilaabmo.

Haddii aad doorato inaad ka tagto qorshahayaga, waxaa si toos ah laguugu qori doonaa qorshahayaga Minnesota Senior Care Plus (MSC+) ee adeegyada Caawinta Caafimaadka haddii qorshahayaga MSC+ lagu bixiyo degmadaada.

Waxaad qoraal ahaan ku codsan kartaa inaad ku qorto qorshaha MSC+ ee aad ku qortay ka hor inta aan la diiwaan gelin barnaamijka MSHO ee qorshahayaga. Haddii qorshahayagu uusan lahayn qorshaha MSC+ ee degmadaada, waxaad ku qori doontaa qorshaha MSC+ ee laga heli karo degmada aad ku dhaqantahay.

La xiriir shaqaalaha maaliyadda ee degmadaada haddii aad qabtid su'aalo. Haddii aad hadda haysato kharash caafimaad oo aad doorato inaad ka baxdo qorshahayaga, caymiskaaga Medical Assistance waxaa lagu siin doonaa khidmad adeeg. Laguma qori doono qorshe caafimaad oo kale oo loogu talagalay adeegyada Medical Assistance.

**C2. Adeegyadaada Kaalmada Caafimaadka**

Haddii aad doorato inaad ka tagto qorshahayaga, waxaa si toos ah laguugu qori doonaa qorshahayaga Minnesota Senior Care Plus (MSC+) ee adeegyada Medical Assistance.

Waxaad qoraal ahaan ku codsan kartaa inaad ku biirto qorshaha MSC+ ee aad ku jirtay kahor diiwaangelinta MSHO ee qorshahayaga. La xiriir shaqaalaha maaliyadda ee degmadaada haddii aad qabtid su'aalo.

Haddii aad hadda leedahay kharash-dhimis caafimaad oo aad doorato inaad ka tagto qorshahayaga, kaaga ah Kaalmada Caafimaadka waxa lagu siin doonaa adeeg lacag lagu baxsho. Laguma qori doono qorshe kale oo caafimaad oo loogu talagalay adeegyada Caawinta Caafimaadka.



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmaalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

## D. Qalabkaaga caafimaadka, adeegyada, iyo daawooyinkaaga ilaa xubinnimadaada qorshaheenna ay dhammaato

Haddii aad ka baxdo qorshahayaga, waxay qaadan kartaa waqti ka hor inta xubinnimadaadu dhammaan oo caymiskaaga cusub ee Medicare iyo Gargaarka Caafimaadku bilaabmo. Inta lagu jiro wakhtigan, waxaad sii wadi doontaa inaad hesho daawooyinkaaga dhakhtarku kuu qoray iyo daryeelka caafimaadka iyada oo loo marayo qorshahayaga ilaa qorshahaaga cusub uu bilaabmo.

- Adeegso bixiyeyaasha shabakadayada si aad u hesho daryeel caafimaad.
- Adeegso farmashiyeyaasha shabakadayada si lagu buuxiyo dawooyinka lagu qoray.
- Haddii aad isbitaal ku jirto maalinta xubinnimadaada SeniorCare Complete ay dhammaato, qorshahayagu wuxuu dabooli doonaa joogitaankaaga isbitaalka ilaa lagaaga saaro isbitaalka. Tani waxay dhici doontaa xitaa haddii caymiskaaga caafimaad ee cusub uu bilaabmo ka hor inta aan laga saarin isbitaalka.

## E. Xaaladaha kale ee xubinnimadaada qorshaheenna ay dhammaan karto

Kuwani waa xaaladaha ay khasab ku tahay ee SeniorCare Complete ay joojiso xubinnimadaada qorshaha:

- Haddii ay dhacdo in caymiskaaga Medicare Qaybta A iyo Medicare Qaybta B uu joogsado.
- Haddii aadan mar dambe u qalmin Gargaarka Caafimaadka. Qorshaheenna waxaa loogu talagalay dadka u qalma Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka labadaba.
  - Haddii aad leedahay Medicare oo aad lumiso xaqaaga Kaalmada Caafimaadka, qorshaheenna wuxuu sii wadi doonaa bixinta faa'iidooyinka qorshaha ilaa saddex bilood.
  - Haddii aad saddexda bilood gudahood dib u helin Kaalmada Caafimaadka, caymiskaaga qorshaheenna waa uu dhammaan doonaa.
  - Waxaad u baahan doontaa inaad doorato qorshe cusub oo Medicare Qaybta D ah si aad u sii waddo helitaanka daawooyinka Medicare daboolay.
  - Haddii aad u baahan tahay caawimaad, waxaad wici kartaa Minnesota Aging Pathways at 1-800-333-2433 (TTY MN Adeeg isgaarsiinta ee dadka dhaga culus iyo kuwa hadalku uu dhibayo ee ah isticmaalayaasha 711 waa inay wacaan 711 ama adeeg gudbin kale oo aad doorbidayso). Wicitaanadan waa bilaash.
- Haddii aad ka guurto aagga adeeggayaga.
- Haddii aad ka maqnaato aaggayaga adeegga in ka badan lix bilood.
  - Haddii aad guurto ama safar dheer qaadata, wac Adeegyada Xubinta si aad u ogaato haddii meesha aad u guureyso ama u safreyso ay ku jirto aaggayaga adeegga.
- Haddii lagu xiro xabsi ama jeel sababo dambi ah awgood.
- Haddii aad been ka sheegto ama qararisid macluumaad ku saabsan caymis kale oo aad leedahay oo loogu talagalay dawooyinka lagu qoray.
- Haddii aadan ahayn muwaadin u dhashay Maraykanka ama qof sifo sharci ah u deggan waddanka Maraykanka.



- Waa inaad tahay muwaadin u dhashay United States ama sharci ku joogta United States si aad u noqoto xubin qorshaheenna.
- Xarumada Adeegga ee Medicare iyo Medicaid (CMS) ayaa noogu soo sheegi doonta haddii aadan xaq u lahayn inaad sii ahaato xubin arrinkan awgii.
- Waxaan khasab kuugu saari doonaa xubinnimada haddii aadan buuxin shuruuddan.

Haddii aad ku jirto qorshaheenna muddada saddexda bilood ah ee loo malaynayso in aad xaq usii lahaaneyso, waxaanu sii wadi doonaa inaanu bixino dhammaan dheefaha la daboolay.

Waxaan kaa saari karnaa qorshaheenna sababo soo socda awgood kaliya haddii aan marka hore fasax ka helno Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka:

- Haddii aad si ula kac ah noogu bixiso macluumaad aan sax ahayn markii aad ku diiwaangashan tahay qorshaheenna oo macluumaadkaas uu saameyn ku yeesho xaqaaga qorshaheenna.
- Haddii aad si joogto ah u dhaqanto si aan habboonayn oo adkaata bixinta daryeel caafimaad ee adiga iyo xubnaha kale ee qorshaheenna.
- Haddii aad u ogolaato qof kale inuu isticmaalo Kaarka Aqoonsiga Xubinnimada si uu u helo daryeel caafimaad. (Medicare waxay weydiisan kartaa Kormeeraha Guud inuu baaro kiiskaaga haddii aan joojino xubinnimadaada sababtan awgeed.)

## F. Xeerarka ka dhanka ah inay kugu qasbaan inaad ka baxdo qorshaheenna sababo la xiriira caafimaadkaaga

Kuma weydiisan karno inaad ka baxdo qorshahayaga sabab kasta oo la xiriirta caafimaadkaaga awgeed. Haddii aad u malaynayso inaan ku weydiisanayno inaad ka baxdo qorshahayaga sabab la xiriirta caafimaadka awgeed, **ka wac Medicare** lambarka 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). Isticmaalayaasha TTY waa inay soo wacaan 1-877-486-2048.

## G. Xuquuqdaada inaad cabasho soo gudbiso haddii aan joojino xubinnimadaada qorshaheenna

Haddii aan xubinnimadaada ku joojino qorshahayaga, waa inaan kuu sheegnaa sababaha aan u joojinayno xubinnimadaada. Waa inaan sidoo kale sharaxnaa sida aad cabasho u gudbin karto ama aad cabasho uga samayn karto go'aankeenna ah inaan joojino xubinnimadaada. Waxa kale oo aad tixraaci kartaa **Cutubka 9** ee *Buug-gacmeedkan Xubinta* si aad u hesho macluumaad ku saabsan sida loo sameeyo cabasho.

## H. Sida loo helo macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan joojinta xubinnimada qorshahaaga

Haddii aad qabtid su'aalo ama aad rabto macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan marka aan joojin karno xubinnimadaada, waxaad wici kartaa Adeegyada Xubinta lambarka ku qoran hoosta boggan.



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmaalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. illaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).



## Cutubka 11: Ogeysiisyada Sharciga

### Hordhac

Cutubkan waxaa ku jira ogeysiisyo sharci ah oo khuseeya xubinnimadaada qorshahayaga. Ereyada muhiimka ah iyo qeexitaannadoodu waxay u muuqdaan si xarfo leh cutubka ugu dambeeya ee *Buug-gacmeedkan Xubinta*.

#### Jadwalka Tusmooyinka

|                                                                                                                                 |     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| A. Ogeysiis ku saabsan xeerarka.....                                                                                            | 171 |
| B. Ogeysiis federaalka ee ku saabsan Takoor la'aanta.....                                                                       | 171 |
| C. Ogeysiis Gobalka ee ku saabsan takoor la'aanta.....                                                                          | 171 |
| D. Ogeysiis ku saabsan Medicare inay noqoto bixiyaha labaad iyo Kaalmada<br>Caafimaadka inay noqoto bixiyaha ugu dambeeya ..... | 172 |

### A. Ogeysiis ku saabsan xeerarka

Sharciyo badan ayaa khuseeya *Buug-gacmeedkan Xubinta*. Sharciyadani waxay saameyn karaan xuquuqdaada iyo mas'uuliyadahaaga xitaa haddii sharciyada aan lagu darin ama lagu sharxin *Buug-gacmeedkan Xubinta*. Sharciyada ugu muhiimsan ee khuseeya waa sharciyada federaalka ee ku saabsan barnaamijyada Medicare iyo Gargaarka Caafimaadka. Sharciyada kale ee federaalka iyo gobolka ayaa sidoo kale khuseyn kara.

### B. Ogeysiis federaalka ee ku saabsan Takoor la'aanta

Annagu ma takoorno mana kula dhaqanno si ka duwan sababo la xiriira jinsiyaddaada, asal ahaan qaran, midabka, diinta, jinsiga, da'da, jiheynta galmada, naafo maskaxeed ama jireed, xaaladda caafimaadkaaga, khibradda sheegashooyinka, taariikhda caafimaadka, macluumaadka hidda-sidaha, caddeynta cayminta, ama goobta juqraafiyeed ee aagga adeega.

Dhammaan ururada bixiya qorshayaasha Medicare Advantage, sida qorshaheena, waa inay u hogaansamaan sharciyada federaalka ee ka soo horjeeda takoorka, oo ay ku jiraan Xeerka VI (Title VI) ee Xeerka Xuquuqda Madaniga ah ee soo baxay 1964, Xeerka Dhaqancelinta ee 1973, Xeerka Takoorka Da'da ee 1975, Sharciga Naafada Maraykanka, Qaybta 1557 ee Xeerka Daryeelka La Awoodi karo, iyo sharciyada kale ee khuseeya ururada maalgelinta ka hela federaalka, iyo sharci kasta oo kale iyo xeerarka khuseeya sabab kasta oo jirtaba.

Haddii aad rabto macluumaad dheeraad ah ama aad qabtid walaac ku saabsan takoorka ama daryeelka aan cadaaladda ahayn:

- Wac Waaxda Caafimaadka iyo Adeegyada Aadanaha, Xafiiska Xuquuqda Madaniga ah lambarka 1-800-368-1019. Dadka isticmaala TTY waxay wici karaan 1-800-537-7697. Waxaad sidoo kale booqan kartaa [www.hhs.gov/ocr](http://www.hhs.gov/ocr) si aad u hesho xog dheeraad ah.

### C. Ogeysiis Gobalka ee ku saabsan takoor la'aanta

Marka loo eego sharciyada xuquuqul insaanka ee gobalka kuma takoorno ama ulama dhaqano si kala duwan dadka ayadoo lagu saleynaayo jinsiyadaada, midabkaaga, asalkaaga qaran, caqiidadaada, diintaada, nooca galmada, heerka kaalmada dadwaynaha, da'da, naafanimada jirka ama maskaxda, jinsiga (oo ay ku jiraan fikradaha jinsiga iyo aqoonsiga jinsiga), heerka guurka, siyaasada qof aaminsan yahay, xaalada caafimaadka, heerka caafimaad, helitaanka adeegyada daryeelka caafimaadka, khibrada sheegashooyinka, taariikhda caafimaadka.

**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).



Haddii aad rabto macluumaad dheeraad ah ama aad qabtid walaac ku saabsan takoorka ama daryeelka aan cadaaladda ahayn:

- Wac Xafiiska Xuquuqda Madaniga ah ee deegaankaaga, Gobolka Midwest, lambarka 233 N. Michigan Ave., Suite 240, Chicago, IL 60601. Waxaad sidoo kale wici kartaa lambarrada bilaashka ah ee kor ku xusan, fakis u dir 1-202-619-3818, ama iimayl u dir [ocrmail@hhs.gov](mailto:ocrmail@hhs.gov).
- Haddii aad naafo tahay oo aad u baahan tahay caawimo helitaanka adeegyada daryeelka caafimaadka ama bixiye, wac Adeegyada Xubnaha. Haddii aad qabto cabasho, sida dhibaato ku saabsan marin u helidda kursiga curyaamiinta, Adeegyada Xubnaha ayaa ku caawin kara.

## **D. Ogeysiis ku saabsan Medicare inay noqoto bixiyaha labaad iyo Kaalmada Caafimaadka inay noqoto bixiyaha ugu dambeeya**

Mararka qaar qof kale waa inuu marka hore bixiyaa adeegyada aan ku siino. Tusaale ahaan, haddii aad shil baabuur ku gasho ama haddii aad ku dhaawacantay shaqada, caymiska ama Magdhawga Shaqaalaha waa inay marka hore bixiyaan.

Waxaan leenahay xaq iyo waajibaad inaan soo uruurinno kharashaadka Medicare ee la daboolay haddii Medicare uusan noqon bixiyaha koowaad.

Waxaan u hoggaansannahay sharciyada federaalka iyo kuwa gobolka iyo xeerarka la xiriira mas'uuliyadda sharciga ah ee dhinacyada saddexaad ee adeegyada daryeelka caafimaadka ee xubnaha. Waxaan qaadnaa dhammaan tallaabooyinka macquulka ah si aan u hubinno in Gargaarka Caafimaadku uu yahay bixiyaha xalka ugu danbeeya.



**Haddii aad su'aalo qabtid**, fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah**, booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

## Cutubka 12: Qeexitaanada kelmadaha muhiimka ah

---

### Hordhac

Cutubkan waxaa ku jira ereyo muhiim ah oo loo isticmaalo *Buug-gacmeedkan Xubinta* oo dhan iyo qeexitaannadooda. Ereyada waxaa lagu taxay si xarfo ah. Haddii aadan heli karin erey aad raadineyso ama haddii aad u baahan tahay macluumaad ka badan inta qeexitaanku ku jiro, la xiriir Adeegyada Xubnaha.

**Aagga adeegga:** Aagga juqraafiyeed halkaas oo qorshe caafimaad uu aqbalo xubnaha haddii uu xaddido xubinnimada iyadoo lagu saleynayo meesha ay dadku ku nool yihiin. Qorshayaasha xaddidaya dhakhaatiirta iyo isbitaallada aad isticmaali karto, guud ahaan waa meesha aad ka heli karto adeegyada caadiga ah (aan degdegga ahayn). Dadka ku nool aagga adeeggayaga ayaa iska diiwaangelin kara qorshahayaga.

**Adeegyada baxnaaninta:** Daaweynta aad hesho si ay kaaga caawiso inaad ka soo kabato xanuun, shil ama qalliin weyn. Tixraac **Cutubka 4** ee *Buug-gacmeedkan Xubinta* si aad wax badan uga barato adeegyada baxnaaninta.

**Adeegyada Caymisan:** Waa eray guud oo aanu u isticmaalno dhammaan daryeelka caafimaadka, adeegyada muddada dheer iyo taageerada, sahayda, daawooyinka dhakhtarku qoro iyo kuwa farmashiyaha laga iibsado, qalabka, iyo adeegyada kale ee qorshaheenna uu daboolo.

**Adeegyada dhakhtarka (Physician Services):** Adeegyada daryeelka caafimaadka ee uu bixinayo ama isku dubaridayo dhakhtar caafimaad oo shati ka haysta gobolka (M.D. – Dhakhtarka Caafimaadka ama D.O. – Dhakhtarka Daawada Xanuunada).

**Adeegyada Gelitaanka Furan:** Sharciga federaalka iyo gobolka ayaa kuu oggolaanaya inaad doorato dhakhtar kasta ama bixiye daryeel caafimaad oo u qalma, rug: caafimaad, isbitaal, farmashiye, ama wakaaladda qorsheynta qoyska - xitaa haddii aysan ku jirin shabakadeena - si aad u hesho adeegyadaan.

**Adeegyada Guriga iyo Bulshada ku Saleysan (HCBS):** Adeegyo dheeraad ah oo loo bixiyo si ay kaaga caawiyaan inaad gurigaaga ku sii jirto.

**Adeegyada Kahortaga:** Daryeelka caafimaadka si looga hortago xanuun ama lagu ogaado xanuun marxalada hore, marka ay u badan tahay in daawadu ay sifiican u shaqeyso (tusaale, adeegyada ka hortagga waxaa ka mid ah baaritaanka makaanka, talaalka hargabka, iyo baaritaanka raajitada naaska).

**Adeegyada Laga reebay:** Adeegyada aan lagu daboolin qorshahan caafimaadka.

**Adeegyada marin u helidda tooska ah:** Waxaad isticmaali kartaa bixiye kasta oo ku jira shabakadda qorshahayaga si aad u hesho adeegyadan. Uma baahnid gudbin ama oggolaansho hore ka hor intaadan helin adeegyada.

**Adeegyada Medicare daboolay:** Adeegyada ku hoos jira Medicare Qaybta A iyo Medicare Qaybta B. Dhammaan qorshayaasha caafimaadka Medicare, oo ay ku jiraan qorshaheenna, waa inay daboolaan dhammaan adeegyada Medicare Qaybta A iyo Medicare Qaybta B.

**Adeegyada Muddada Dheer iyo Taageerada (LTSS):** Waa adeegyo loo bixiyo in lagu hagaajiyo xaalad caafimaad oo muddo dheer ah. xaalad caafimaad oo muddo dheer ah. Adeegyadan badankood waxay kaa caawinayaan inaad gurigaaga joogto si aadan u tagin guri ama isbitaal.



**Adeegyada Xasilinta Guryaha:** Adeegyada lagu caawiyo dadka naafada ah, oo ay ku jiraan cudurrada dhimirka iyo khalkhalka isticmaalka maandooriyaha, iyo waayeelka inay helaan oo ay sii haystaan guryaha. Ujeeddada adeegyadani waa in la taageero u gudubka qofka ee guryeynta, la kordhiyo xasilloonida muddada dheer ee guryeynta bulshada, iyo in laga fogaado muddooyinka mustaqbalka ee hoy la'aanta ama hay'ad-dejinta.

**Adeegyada Xubnaha:** Waax ka tirsan qorshahayaga oo mas'uul ka ah ka jawaabista su'aalahaaga ku saabsan xubinnimada faa 'iidooyinka, cabashooyinka, iyo rafcaannada. Tixraac **Cutubka 2** ee *Buug-gacmeedka Xubinta* si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan Adeegyada Xubinta.

**Ambulatory surgical center:** Xarun bixisa qalliin bukaan-socodka aan u baahnayn daryeel isbitaal iyo kuwa aan u baahnayn wax ka badan 24 saacadood oo daryeel ah.

**Baahida Caafimaad:** Tani waxay qeexaysaa adeegyada, sahayda, ama daawooyinka aad u baahan tahay si aad uga hortagto, u ogaato, ama u daaweyso xaalad caafimaad ama si aad u ilaalisoo xaaladdaada caafimaad ee hadda jirta. Tan waxaa ku jira daryeelka kaa ilaalinaya inaad tagto isbitaal ama xarun kalkaalin caafimaad. Waxa kale oo ay la macno tahay in adeegyada, sahayda, ama dawooyinku ay buuxiyaan heerarka la aqbalay ee dhaqanka caafimaadka. Daryeelka caafimaad ee lagama maarmaanka ah ayaa ku habboon xaaladdaada. Tan waxaa ku jira daryeelka la xiriira xaaladaha jireed iyo caafimaadka dhimirka. Waxaa ku jira nooca iyo heerka adeegyada. Waxaa ku jira tirada daaweynta. Waxa kale oo ku jira meesha aad ka hesho adeegyada iyo inta ay sii socdaan. Adeegyada caafimaad ee lagama maarmaanka ah waa inay:

- inay yihiin adeegyo bixiyayaasha kale aad caadiyan dalban lahaayeen.
- kaa caawin inaad si fiican u fiicnaato ama u joogtid sida aad tahay.
- kaa caawiya joojinta xaaladdaada inay ka sii darto.
- kaa caawiya ka hortagga iyo raadinta dhibaatooyinka caafimaad.

**Baayosimilarada La Isku Beddeli Karo:** Waa Baayosimilarada laga beddelan karo farmashiyaha iyada oo aan loo baahnayn warqad cusub oo daawo ah sababtoo ah waxay buuxisaa shuruudo dheeraad ah oo la xiriira beddelidda tooska ah ee suurtagalka ah. Beddelka aut farmashiyaha waa mid hoos imaanaya sharciga gobolka.

**Badeecada Bayoolajiga:** Dawo laga sameeyay ilo dabiici ah iyo kuwo nool sida unugyada xayawaanka, unugyada dhirta, bakteeriyada, ama, khamiirka. Badeecadaha bayoolajiga ah way ka adag yihiin daawooyinka kale mana la koobi karin si sax ah, sidaa darteed noocyada kale waxaa loo yaqaan biosimilars. (sidoo kale tixraac "Alaabta Bayoolajiga Asalka ah" iyo "Biosimilars").

**Badeecada Bayoolojiga ee Asalka ah:** Badeecad bayooloji ah oo ay ansixisay FDA oo u adeegta isbarbardhigga soosaarayaasha sameeya nooc biosimilar ah. Waxaa sidoo kale loo yaqaan badeecad tixraac ah.

**Barnaamijka caawinta daawooyinka AIDS (ADAP):** Barnaamij caawiyaa dadka u qalma ee qaba HIV/AIDS si ay u helaan daawooyin HIV oo badbaadiya nolosha.

**Barnaamijka ka hortagga sonkorowga Medicare (MDPP):** Barnaamijka beddelka dhaqanka caafimaadka ee qaabaysan kaas oo bixiya tababar ku saabsan isbeddelka cuntada muddada dheer, kordhinta dhaqdhaqaaqa jirka, iyo xeeladaha looga gudbayo caqabadaha lagu sii wado miisaanka oo yaraada iyo qaab nololeed caafimaad leh.

**Barnaamijka maareyntadaawooyinka (Drug management program, DMP):** Barnaamij hubiya in xubnuhu si badbaado leh u isticmaalaan opioid-yada iyo daawooyin kale oo si joogto ah loo isticmaalo.



**Haddii aad su'aalo qabtid,** fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. illaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah,** booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

**Barnaamijka Qaataha Xaddidan:** Barnaamij loogu talagalay xubnaha helay daryeel caafimaad oo aan raacin xeerarka ama si xun u isticmaalay adeegyada. Haddii aad ku jirto barnaamijkan, waa inaad ka heshaa adeegyo caafimaad hal bixiye daryeel aasaasi ah oo loo qoondeeyay, hal rug caafimaad, hal isbitaal oo uu isticmaalo bixiyaha daryeelka aasaasiga ah, iyo hal farmashiye. SeniorCare Complete waxay magacaabi kartaa bixiyeyaasha daryeelka caafimaadka kale. Waa inaad tan sameysaa ugu yaraan 24 bilood oo u-qalmitaanka Barnaamijyada Daryeelka Caafimaadka Minnesota. Xubnaha barnaamijkan ee ku guuldareysta inay raacaan xeerarka barnaamijka waxaa laga rabaa inay sii wadaan barnaamijka 36 bilood oo dheeraad ah. Barnaamijka qaataha xaddidan ma khuseeyo adeegyada Medicare-ka uu daboolayo.

**Biilal aan habboonayn/aan habboonayn:** Xaalad marka bixiye (sida dhakhtar ama isbitaal) uu kugu soo dallaco lacag ka badan inta aan ku bixinno kharashka adeegyada. Wac Adeegyada Xubnaha haddii aad hesho biilal aadan fahmin.

Maadaama aan bixinno kharashka oo dhan ee adeegyadaada, mas'uul **kama** tihid inaad bixiso wax kharash ah. Bixiyayaashu waa inaysan waxba kugu soo dalacin adeegyadan.

**Biosimilar:** Badeeco bayooloji ah oo aad ugu eg, laakiin aan isku mid ahayn, badeecaddii bayoolojiga ee asalka ahayd. Badeeco bayooloji ah ayaa ammaan ah oo waxtar leh sida badeecaddii bayoolojiga ee asalka ahayd. Qaar ka mid ah bayoolajiga waxaa lagu beddeli karaa badeecaddii bayoolojiga ee asalka ahayd ee farmashiyaha iyada oo aan loo baahnayn warqad dhakhtar cusub. (U gudub "Bayoolajiga Isweydaarsiga").

**Bixiyaha daryeelka aasaasiga ah (PCP):** Dhakhtarka ama bixiye kale oo aad marka hore u isticmaasho dhibaatooyinka caafimaad badankood. Waxay hubinayaan inaad hesho daryeelka aad u baahan tahay si aad u caafimaad qabto.

- Waxay sidoo kale la hadli karaan dhakhaatiirta kale iyo bixiyeyaasha kale ee caafimaadka si loo daryeelo xaaladdaada loona gudbiyo bixiyeyaasha saxda ah.
- Qorshayaasha caafimaadka Medicare badan, waa inaad marka hore la xiriirtaa bixiyahaaga daryeelka koowaad ka hor intaadan u gudbin bixiye kale oo caafimaadka ah.
- Tixraac **Cutubka 3 Buug-gacmeedka Xubintasi** aad macluumaad uga hesho helitaanka daryeelka bixiyeyaasha daryeelka koowaad.

**Bixiyaha Shabakadda Dibadda ama Xarunta Dibadda Shabakadda:** Bixiye ama xarun aan shaqeyn, lahaan ,ama aan ku shaqeyn qorshaheenna oo aan qandaraas kula jirin inay bixiso adeegyada la caymiyay xubnaha qorshaheenna. **Cutubka 3** ee *Buuga Gacmeedkaan Xubinta* wuxuu sharxayaa bixiyeyaasha ama tas-hiilaadka ka baxsan shabakada.

**Bixiyaha Shabakadda:** "Bixiye" waa ereyga guud ee aan u isticmaalno dhakhaatiirta, kalkaaliyayaasha caafimaadka, iyo dadka kale ee ku siiya adeegyo iyo daryeel. Ereyga waxaa sidoo kale ku jira isbitaallada, hay'adaha caafimaadka guriga, rugaha caafimaadka, iyo meelaha kale ee ku siiya adeegyada daryeelka caafimaadka, qalabka caafimaadka, iyo adeegyada iyo taageerada muddada dheer.

- Waxay ruqsad ama shahaado ka haystaan Medicare iyo gobolka si ay u bixiyaan adeegyada caafimaadka.
- Waxaan ugu yeernaa "bixiyeyaal shabakadeed" marka ay ogolaadaan inay la shaqeeyaan qorshaheenna caafimaad, aqbalaan lacag-bixinta aan sameyno, oo aysan xubnaha lacag dheeraad ah ka qaadin.
- Inta aad xubin ka tahay qorshaheenna, waa inaad isticmaashaa bixiyayaasha shabakadda si aad u hesho adeegyada la caymiyay. Bixiyeyaasha shabakada waxaa sidoo kale loogu yeeraa "bixiyeyaal qorshe".



**Bixiyaha:** Waa ereyga guud ee aan u isticmaalno dhakhaatiirta, kalkaaliyayaasha caafimaadka, iyo dadka kale ee ku siiya adeegyo iyo daryeel. Ereyga waxaa sidoo kale ku jira isbitaallada, hay'adaha caafimaadka guriga, rugaha caafimaadka, iyo meelaha kale ee ku siiya adeegyada daryeelka caafimaadka, qalabka caafimaadka, iyo adeegyada iyo taageerada muddada dheer. Waxay shati ka haystaan ama shahaado ka haystaan Medicare iyo gobolka si ay u bixiyaan adeegyada daryeelka caafimaadka.

**Brand name drug:** Dawo dhakhtar qoray oo ay samaysay oo iibisay shirkaddii markii hore samaysay dawada. Dawada summadaysan waxay leedahay maaddooyin la mid ah noocyada guud ee dawada. Dawada guud ahaan waxaa badanaa sameeya oo iibiya shirkadaha kale ee dawooyinka, guud ahaanna lama heli karo ilaa shatiga ku jira dawada summadaysan uu dhammaado.

**Bukaan-jiifka:** Aterm waxaa la isticmaalaa marka si rasmi ah laguugu dhigo isbitaalka si aad u hesho adeegyo caafimaad oo xirfad leh. Haddii aan si rasmi ah lagu dhigin, waxaa laga yaabaa in lagu tixgeliyo bukaan-socod halkii aad ka ahaan lahayd bukaan-jiif xitaa haddii aad habeenkii seexato.

**Buug -gacmeedka Xubinta iyo Macluumaadka Shaacinta:** Dukumeenti, oo ay weheliyaan foomka isdiiwaangelinta iyo lifaaqyada kale, kuwaas oo sharxaya dabooliddaada, xuquuqdaada, iyo waajibaadkaaga sida xubin ka tirsan qorshaheenna.

**Caafimaadka Hab- dhaqanka:** Erey guud oo ka hadlaya daryeelka caafimaadka dhimirka iyo isticmaalka maandooriyaha.

**Caawinta Dheeraadka:** Ah waa barnaamijka Medicare oo ka caawiya dadka dakhliga iyo ilaha dhaqaale ee xaddidan inay dhimaan kharashaadka daawooyinka lagu qoro Medicare Qaybta D, sida khidmad ceymiseedka joogtada ah, wax ka jaritaanada, iyo ceymis wadaaga go'an. Caawinta dheeraadka ah waxa kale oo loo yaqaan "Kabitaanka dakhli-hooseeya," ama "LIS".

**Cabashada Tayada Daryeelka:** Buug-gacmeedkan, "cabashada tayada daryeelka" macnaheedu waa qanacsanaan la'aan la muujiyay oo ku saabsan adeegyada daryeelka caafimaadka taasoo keenta waxyeello suurtagal ah ama dhab ah oo soo gaarta xubin. Cabashadu waxay noqon kartaa helitaanka; bixiye iyo kartida shaqaalaha; ku habboonaanta caafimaad ee daryeelka; isgaarsiinta; dhaqanka; tixgelinta xarunta iyo deegaanka; iyo arrimo kale oo saameyn xun ku yeelan kara tayada adeegyada daryeelka caafimaadka.

**Cabashada:** Cabasho aad ka gudbisno annaga ama mid ka mid ah bixiyayaasha shabakadda ama farmashiyadayada. Tan waxaa ka mid ah cabasho ku saabsan tayada daryeelkaaga ama tayada adeegga uu bixiyo qorshahaaga caafimaad.

**Cabasho:** Bayaan qoran ama hadal ah oo sheegaya inaad dhibaato ama walaac ka qabto adeegyadaada ama daryeelkaaga la daboolay. Tan waxaa ku jira walaac kasta oo ku saabsan tayada adeegga, tayada daryeelkaaga, bixiyayaashayada shabakadda, ama farmashiyayaasha shabakadda. Magaca rasmiga ah ee "samaynta cabasho" waa "fayl gareynta cabasho".

**Daaweynta tallaabada:** Xeer caymis oo kaa doonaya inaad isku daydo daawo kale ka hor inta aanaan dabooli daawada aad weydiisatay.

**Daawo guud:** Dawo ay ansixisay FDA si loogu isticmaalo beddelka daawo magac summadeed leh. Dawada guud waxay leedahay maaddooyin la mid ah daawada magac summadeed leh. Badanaa way ka jaban tahay waxayna u shaqaysaa si la mid ah daawada magaca summadeed leh.

**Daawooyinka daboolan:** Eray aan u isticmaalno dhammaan daawooyinka la qoro iyo kuwa OTC ee qorshaheenna daboolo.



**Haddii aad su'aalo qabtid,** fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah,** booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

**Daawooyinka laga soo iibsano karo farmashiyaha riijeeto la'aan (OTC):** Waa daawooyin ama dawooyin la iibsano karo qofkuna ka iibsano karo farmashiyaha iyada oo aan loo baahnayn warqad dhakhtar.

**Daawooyinka Qaybta D:** Tixraac “Medicare Qaybta D Daawooyinka.”

**Daraasadda dib-u-eegista tayada ee aybixiyaan qolo dibadda ka socoto:** Daraasad ku saabsan tayada, waqtiga, iyo helitaanka daryeelka ay bixiso SeniorCare Complete. Daraasadani waa mid dibadda ah oo madax bannaan.

**Daryeelka Bukaanku socodka Isbitaalka:** Daryeelka isbitaalka oo badanaa u baahnayn joogitaanka habeenkii. Joogitaanka habeen ee daawashada waxay noqon kartaa daryeelka bukaan-socodka.

**Daryeelka caafimaadka guriga:** Adeegyada daryeelka caafimaadka ee jirro ama dhaawac lagu bixiyo guriga ama bulshada dhexdeeda halkaas oo hawlaha nolosha caadiga ah qaato xubinka.

**Daryeelka dadka sii dhimanaaya:** Barnaamij daryeel iyo taageero ah si loo caawiyo dadka qaba saadaasha dhimashada ee aan dhammaadka lahayn inay si raaxo leh ugu noolaadaan. Saadaasha dhimashada waxay ka dhigan tahay in qofku caafimaad ahaan loo xaqiijiyay inuu yahay qof xanuunsan oo aan dhiman karin, taasoo la micno ah inuu noolaan karo 6 bilood ama ka yar.

- Xubin leh saadaasha dhimashada waxay xaq u leedahay inay doorato barnaamijka goob ku xanaaneynta waayeelka.
- Koox xirfadlayaal iyo daryeelayaal ah oo si gaar ah loo tababaray ayaa daryeel siiya qofka oo dhan, oo ay ku jiraan baahiyaha jireed, shucuureed, bulsho, iyo ruuxi ah.
- Waa inaan ku siinnaa liis bixiyeyaasha hospice ee ku sugan aaggaaga juquraafiyeed.

**Daryeelka Degdegga ah ee Loo Baahan Yahay:** Daryeelka aad ka hesho cudur aan la filayn, dhaawac, ama xaalad aan degdeg ahayn laakiin u baahan daryeel isla markiiba. Waxaad ka heli kartaa daryeel degdeg ah bixiyeyaasha ka baxsan shabakadda marka aadan heli karin sababtoo ah marka la eego waqtigaaga, goobtaada, ama duruufahaaga, suurtagal maaha, ama waa wax aan macquul ahayn inaad adeegyo ka hesho bixiyeyaasha shabakadda (tusaale ahaan marka aad ka baxsan tahay aagga adeegga qorshaha oo aad u baahan tahay adeegyo degdeg ah oo caafimaad ahaan loogu baahan yahay xaalad aan la arki karin laakiin aan ahayn xaalad degdeg ah oo caafimaad).

**Daryeelka degdegga ah:** Adeegyada daboolan ee uu bixiyo bixiye u tababaran inuu bixiyo adeegyada degdegga ah loona baahan yahay in lagu daweeyo xaalad degdeg ah oo caafimaad.

**Daryeelka Naasnuujinta:** Daryeelka naasnuujinta wuxuu ka caawiyaa dadka qaba cudurrada halista ah inay dareemaan fiicnaan. Waxay ka hortagtaa ama daawaysaa calaamadaha iyo waxyeellooyinka ka dhasha cudurka iyo daaweynta. Daryeelka naasnuujinta sidoo kale wuxuu daweeysaa dhibaatooyinka shucuureed, bulsho, wax ku ool ah, iyo ruuxiga ah ee cudurradu keeni karaan. Daryeelka naasnuujinta waxaa la bixin karaa isla waqtiga daaweynta loogu talagalay in lagu daaweeyo ama lagu daweeyo cudurka. Daryeelka naasnuujinta waxaa la bixin karaa marka cudurka la ogaado, inta lagu jiro daaweynta, inta lagu jiro dabagalka, iyo dhammaadka nolosha.

**Daryeelka xarunta kalkaalinta xirfadda leh (SNF):** Adeegyada daryeelka kalkaalinta xirfadda leh iyo baxnaaninta oo si joogto ah loo bixiyo maalin kasta, xarun kalkaalinta xirfad leh. Tusaalooyinka daryeelka xarunta kalkaalinta xirfadda leh waxaa ka mid ah daaweynta jirka ama duritaanka xididka (IV) oo kalkaaliye caafimaad ama dhakhtar uu bixin karo.

**Degdeg:** Xaalad degdeg ah oo caafimaad marka adiga, ama qof kale oo aqoon caadi ah u leh caafimaadka iyo daawada, aad aaminsan tahay inaad leedahay calaamado caafimaad oo u baahan daryeel caafimaad oo degdeg ah si looga hortago dhimashada, Lumitaanka qayb ka mid ah jirka, ama luminta ama naafo daran oo ku timaadda

**Haddii aad su'aalo qabtid,** fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. illaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah,** booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).



shaqada jirka. Calaamadaha caafimaadku waxay noqon karaan xanuun, dhaawac, xanuun daran, ama xaalad caafimaad oo si degdeg ah uga sii dareysa.

**Diwangelinta:** Habka soo afjarida xubinimadaada qorshahayaga. Diwaangelin la'aantu waxay noqon kartaa ikhtiyaari (doorashadaada) ama ikhtiyaari (ma aha doorashadaada).

**D-SNP Isku-dhafan:** Waa qorshe loogu talagalay dadka u qalma Medicare iyo Medicaid labadaba, oo daboolaa adeegyada Medicare iyo inta badan ama dhammaan adeegyada Medicaid ee hal qorshe caafimaad ah. Shakhsiyaadkan waxaa loo yaqaanaa faa'iido buuxda oo laba-labo ah oo u qalma.

**Farmashiyaha ka baxsan shabakadda:** Farmashiyaha aan ogolaan inuu la shaqeeyo qorshahayaga si aan isugu dubbaridno ama u siino daawooyinka la daboolay xubnaha qorshahayaga. Qorshahayagu ma daboolayo inta badan daawooyinka aad ka hesho farmashiyada ka baxsan shabakadda haddii aan shuruudo gaar ah la dabaqin.

**Farmashiyaha Shabakadda:** Farmashiye (dukaanka daawada) oo ogolaaday inuu buuxiyo daawooyinka loo qoro xubnaha qorshahayaga. Waxaan ugu yeernaa “farmashiyaasha shabakadda” sababtoo ah waxay ogolaadeen inay la shaqeeyaan qorshahayaga. Inta badan, waxaan daboolnaa daawooyinkaaga oo keliya marka laga buuxiyo mid ka mid ah farmashiyada shabakaddayada.

**Ficilka: Tani waxaa ka mid ah:**

- Diidmada ama oggolaanshaha xaddidan ee nooca ama heerka adeegga
- Dhimista, ka joojinta, ama joojinta adeeg hore loo ansixiyay
- Diidmada bixinta qayb ama dhammaan adeegga
- In aan adeegyada lagu bixin waqti macquul ah
- Diidmada codsiga xubinka ee helitaanka adeegyada ka baxsan shabakadda xubnaha ku nool aagga miyiga oo leh hal qorshe caafimaad oo keliya.

**Gaadiidka caafimaadka degdegga ah:** Adeegyada ambalaasta, oo ay ku jiraan gaadiidka dhulka iyo hawada ee xaalad caafimaad oo degdeg ah.

**Garsooraha sharciga maamulka (ALJ):** Garsooraha dib u eegista racfaanka heerka 3.

**Go'aamintaururka:** Qorshahayagu wuxuu go'aaminayaa ururka marka annaga, ama mid ka mid ah bixiyeyaashayada, aan go'aan ka gaarno in adeegyada la daboolayo ama inta aad ku bixinayso adeegyada la daboolay. Go'aaminta ururka waxaa loo yaqaan “go'aannada caymiska” **Cutubka 9** ee *Buug-gacmeedkan Xubinta* ayaa sharxayaa go'aannada caymiska.

**Go'aanka caymiska:** Go'aan ku saabsan faa'iidooyinka aan daboolayno. Tan waxaa ka mid ah go'aannada ku saabsan daawooyinka la daboolay iyo adeegyada ama qaddarka aan ku bixin doonno adeegyadaada caafimaadka. **Cutubka 9** ee *Buug-gacmeedkan Xubinta* wuxuu sharxayaa sida loo weydiisto go'aan caymis.

**Golaha Rafcaanka Medicare (Golaha):** Waa gole dib u eega rafcaan ka heerka 4-aad. Goluhu waa qayb ka mid ah dawladda Federaalka.

**Guri ku kalkaalinta ama xarun:** Meel daryeelka loogu fidiyo dadka aan gurigooda ka heli karin daryeelka balse aan u baahnayn inay isbitaal ku jiraan.



**Haddii aad su'aalo qabtid,** fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. illaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah,** booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).



**Hawlaha nolol-maalmeedka (ADL):** Waxyaalaha caadiga ah ee dadka sameeyaan maalin kasta, sida cunista, isticmaalka musqusha, labiska, qubeyska, ama cadayashada ilkaha.

**Hay'adda Medicaid ee Gobolka:** Minnesota, hay'addan waa Waaxda Adeegyada Aadanaha ee Minnesota.

**Heerarka Daawada:** Kooxaha daawooyinka ku jira *Liiska Daawada*. Daawooyinka guud, magaca summada, ama kuwa aan dhakhtar qorin (OTC) waa tusaalooyin heerarka daawada. Daawo kasta oo ku jirta *Liiska Daawada* waxay ku jirtaa mid ka mid ah saddexda heer.

**Heerka Wadaagga Kharashka:** Koox daawooyin ah oo leh isla lacag-bixin isku mid ah. Dawo kasta oo ku jirta *Liiska Daawooyinka La Daboolayo* (oo sidoo kale loo yaqaan *Liiska Daawada*) waxay ku jirtaa mid ka mid ah 3 heer oo wadaagga kharashka ah. Guud ahaan, heerka wadaagga kharashka badan, ayaa kharashkaaga daawada sii kordhaya.

**Isbitaal dhigista:** Daryeelka cisbitaalka oo u baahan in la seexiyo bukaan-jiif ahaan oo inta badan u baahan in habeen la joogo. Joogitaanka habeen ee daawashada waxay noqon kartaa daryeelka bukaan-socodka.

**Iskuduwaha daryeelka:** Hal qof oo kuu shaqeeya si uu u hubiyo inaad hesho daryeelka aad u baahan tahay, isagoo wada shaqaynaya adiga, qorshaha caafimaadka, iyo bixiyayaasha daryeelkaaga.

**Kaalmada Dakhli Hoose (LIS):** Tixraac “Caawinta Dheeraadka ah.”

**Kaalmada Ammaanka Dheeraadka ah (SSI):** Lacag bille ah oo ay Bulshada Ammaanku siiso dadka qaba dakhliyo xaddidan iyo agab kuwaas oo naafan ah, indhoolayaal ah, ama jira 65 sano iyo ka weyn. Dheefaha SSI la mid ma aha macaashka Lambarka Bulshada.

**Ka-dhaafitaan:** Oggolaansho lagu helo daboolidda daawo aan caadi ahaan la daboolin ama in daawada loo isticmaalo iyada oo aan la raacin xeerar iyo xaddidaadyo gaar ah.

**Kalkaaliyaha caafimaadka guriga:** Qof bixiya adeegyo aan u baahnayn xirfadaha kalkaaliso ruqsad leh ama daaweeye, sida caawinta daryeelka shakhsiyeed (tusaale qubeyska, isticmaalka musqusha, xirashada, ama fulinta jimicsiyada la qoray). Caawinta caafimaadka gurigu ma haystaan shatiga kalkaalinta ama ma bixiyaan daawayn.

**Khabiir:** Dhakhtar bixiya daryeel caafimaad oo ku wajahan cudur gaar ah ama qayb gaar ah oo jidhka ka mid ah.

**Kharashaadka aad ka-baxineyso jeebkaaga:** Waa kharash la doonayo xubnaha inay bixiyaan qayb ka mid ah adeegyada ama daawooyinka ay helaan Waxaa kale oo loo yaqaan shuruudaha kharashka “jeebka ka baxsan”. Tixraac qeexida “wadaagista kharashka” ee sare.

**Kooxda Daryeelka ee Cilmiyada Kala Duwan (Interdisciplinary Care Team, ICT):** Waa koox ka kooban dhakhaatiir, kalkaalisoooyin, la-taliyayaal, ama xirfadlayaal caafimaad oo kale oo kaa caawiya inaad hesho daryeelka aad u baahan tahay. Kooxdaada daryeelka waxay sidoo kale kaa caawinayaan inaad sameyso qorshe daryeel.

**Kooxda daryeelka:** Tixraac “Kooxda Daryeelka Isku-dhafaan.”

**Liiska Daawooyinka La Daboolay (Liiska Daawada):** Liiska daawooyinka dhakhtarku qoro iyo kuwa aan dhakhtarku qorin (OTC) ee aan daboolno. Waxaan doorannaa daawooyinka ku jira liiskan annagoo kaashanayna dhakhaatiirta iyo farmashiistayaasha. Liiska Daawada ayaa kuu sheegaya haddii ay jiraan xeerar aad u baahan tahay inaad raacdo si aad u hesho daawooyinkaaga. Liiska Daawada waxaa mararka qaarkood loogu yeeraa “formulary”.



**Maareynta Daaweynta Daawada (MTM):** Barnaamijka Medicare Part D ee baahiyaha caafimaad ee adag ee la siiyo dadka buuxiya shuruudaha qaarkood ama ku jira Barnaamijka Maareynta Daawada. Adeegyada MTM badanaa waxaa ka mid ah wadahadal lala yeesho farmashiistahaaga ama bixiyaha daryeelka caafimaadka si dib loogu eego daawooyinka. Tixraac **Cutubka 5** ee *Buug-gacmeedkan Xubinta* si aad u hesho macluumaad dheeraad ah.

**Macluumaadka caafimaadka shakhsi ahaaneed (oo sidoo kale loo yaqaan macluumaadka caafimaadka ee la ilaaliyo) (PHI):** Macluumaadka adiga iyo caafimaadkaaga, sida magacaaga, cinwaankaaga, lambarkaaga amniga bulshada, booqashooyinka dhakhtarka, iyo taariikhda caafimaadka. Tixraac Ogeysiiska Nidaamyada Qarsoodiga si aad u hesho macluumaad ku saabsan sida aan u ilaalino, u adeegsano, uguna shaacino PHI-gaaga, iyo xuquuqahaaga la xiriira PHI-gaaga.

**Marxalada caymiska masiibada:** Marxalada Medicare Qaybta D ee dheefta daawada halkaas oo qorshaheenu uu bixiyo dhammaan kharashyada daawooyinkaaga ilaa dhammaadka sanadka. Marxaladaan waxaad bilaabaysaa marka adiga (ama dhinacyada kale ee u qalma magacaaga) aad ku bixisay \$2,100 qaybta D ee daawooyinka la daboolay sanadka gudihiisa.

**Medicaid (ama Kaalmada Caafimaadka):** Waa barnaamij ay maamulaan dowladda dhexe iyo gobolka oo ka caawiya dadka leh dakhli iyo ilo dhaqaale oo xaddidan inay bixiyaan adeegyada muddada dheer, taageerada, iyo kharashaadka caafimaadka.

**Medical Assistance:** Kani waa magaca barnaamijka Medicaid ee Minnesota. Gargaarka Caafimaadka waxaa maamula gobolka waxaana bixiya gobolka iyo dowladda federaalka. Waxay ka caawisaa dadka dakhligoodu iyo kheyraadkoodu xaddidan yahay inay bixiyaan adeegyada iyo taageerada muddada dheer iyo kharashyada caafimaadka.

- Wuxu daboolaa adeegyada dheeraadka ah iyo daawooyinka qaarkood ee aanay daboolin Medicare.
- Barnaamijyada Medicaid way kala duwan yihiin gobolba gobol, laakiin haddii aad u qalanto Medicare iyo Medicaid labadaba, inta badan kharashaadka caafimaadka waa la daboolaa.

**Medicare Advantage:** Barnaamij Medicare ah, oo sidoo kale loo yaqaan “Medicare Part C” ama “MA,” kaas oo bixiya qorshayaasha MA iyada oo loo marayo shirkado gaar loo leeyahay. Medicare waxay shirkadahan siisaa si ay u daboolaan faa’iidooyinkaaga Medicare.

**Medicare Qaybta A:** Waa barnaamijka Medicare oo daboolaa inta badan adeegyada caafimaadka ee muhiimka ah sida isbitaalada, xarumaha kalkaalinta xirfadda leh, daryeelka caafimaadka guriga, iyo daryeelka hospice.

**Medicare Qaybta B:** Waa barnaamijka Medicare oo daboolaa adeegyada (sida baaritaannada shaybaarka, qalliinada, iyo booqashada dhakhaatiirta) iyo sahayda (sida kursiga curyaanka iyo walxaha socodka) kuwaas oo caafimaad ahaan muhiim u ah daawaynta cudur ama xaalad caafimaad. Medicare Qaybta B waxa kale oo ay daboolaa adeegyo badan oo ka hortag iyo baadhis ah.

**Medicare Qaybta C:** Waa barnaamijka Medicare, oo sidoo kale loo yaqaano “Medicare Advantage” ama “MA,” kaas oo shirkadaha caymiska caafimaadka ee gaarka loo leeyahay ay ku bixiyaan faa’iidooyinka Medicare iyada oo loo sii marayo Qorshe MA.

**Medicare Qaybta D:** Barnaamijka faa’iidada daawada Medicare. Waxaan barnaamijkan ugu yeernaa “Qaybta D” marka la soo gaabiyo. Qaybta D ee Medicare waxay daboolaysaa daawooyinka bukaan-socodka, tallaallada, iyo agabyada qaarkood ee aan daboolin Qaybta A ee Medicare ama Qaybta B ee Medicare ama Kaalmada Caafimaadka. Qorshahayagu wuxuu ka kooban yahay Qaybta D ee Medicare.



**Haddii aad su’aalo qabtid,** fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah,** booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

**Medicare:** Barnaamijka caymiska caafimaadka ee federaalka ee dadka da'doodu tahay 65 sano ama ka weyn, dadka qaar ee ka yar da'da 65 ee qaba naafonimo gaar ah, iyo dadka qaba cudurrada kelyaha ee heerka ugu dambeeya (guud ahaan kuwa qaba kelyaha oo si joogto ah u shaqeeya ee u baahan dialysis ama qalliin kelyaha lagu beddelo). Dadka haysta Medicare waxay heli karaan caymiskooda caafimaadka Medicare iyagoo adeegsanaya Medicare-ka Asalka ah ama qorshaha daryeelka la maareeyey (tixraac "Qorshaha Caafimaadka").

**Minnesota Senior Care Plus (MSC+):** Barnaamij ay Dawladdu qandaraas kula gasho qorshayaal caafimaad si ay u daboolaan oo u maareeyaan adeegyada daryeelka caafimaadka iyo Elderly Waiver ee xubnaha Caawinta Caafimaadka da'doodu tahay 65 iyo wixii ka weyn.

**Minnesota Senior Health Options (MSHO):** Waa barnaamij ay wada maamulaan gobolka iyo CMS kaas oo bixiya adeegyo oo keliya waayeelka u qalma Medicare iyo Caawinta Caafimaadka labadaba, oo ay ku jiraan kuwa ku daboolan MSC+.

**Ogaysiiska Ficilka:** Waa foom ama warqad aanu kuu soo dirayno si aan kuugu sheegno go'aanka dacwadda, adeegga, ama wixii tallaabo kasta kale oo aan qaadnay. Tan waxa kale oo loo yaqaan Diidmada, Joojinta, ama Dhimista (DTR).

**Ogolaanshahahore (PA):** Oggolaansho aad naga hesho ka hor intaadan helin adeeg ama daawo gaar ah ama aad u adeegsanayso bixiye aan ka tirsanayn shabakadda qorshaha. Qorshahayagu waxa laga yaabaa inaanu daboolin adeegga ama daawada haddii aanad marka hore helin oggolaansho.

Qorshahayagu waxa uu daboolaa adeegyada caafimaadka ee shabakadda qaarkood oo keliya haddii dhakhtarkaaga ama bixiyahaaga kale uu naga helo PA.

- Adeegyada la daboolay ee u baahan PA-ga qorshahayaga waxaa lagu calaamadeeyay **Cutubka 4** aad ee *Buug-gacmeedkan Xubnaha*.

Qorshahayagu wuxuu daboolayaa qaar ka mid ah daawooyinka oo keliya haddii aad naga hesho PA.

- Daawooyinka caymiska leh ee u baahan PA waxaa lagu calaamadiyay Liiska Daawooyinka La Daboolay, waxaana shuruudaha lagu daabacay boggayaga

**Ombudsperson:** Xafiis ku yaal gobolkaaga oo u shaqeeya sidii u doode adiga ku matalaya. Waxay ka jawaabi karaan su'aalaha haddii aad qabto dhibaato ama cabasho waxayna kaa caawin karaan inaad fahamto waxa la sameeyo. Adeegyada ombudsperson waa bilaash. Waxaad ka heli kartaa macluumaad dheeraad ah **Cutubyada 2 iyo 9** ee this *Buug-gacmeedkan Xubinta*.

**Original Medicare (Medicare caadi ah ama Medicare lacag ah):** Dawladdu waxay bixisaa Original Medicare. Marka uu bixinaayo Original Medicare, adeegyada waxaa lagu daboolaa iyada oo loo bixinayo dhakhaatiirta, isbitaalada, iyo bixiyeyaasha daryeelka caafimaadka lacagaha ay Kongareesku go'aamiso.

- Waxaad isticmaali kartaa dhakhtar kasta, isbitaal, ama bixiye daryeel caafimaad oo kale oo aqbala Medicare. Medicare-ka asalka ah wuxuu leeyahay laba qaybood: Medicare Qaybta A (caymiska isbitaalka) iyo Medicare Qaybta B (caymiska caafimaadka).
- Original Medicare waxaa laga heli karaa meel kasta oo ku taal Maraykanka.
- Haddii aadan rabin inaad ku biirto qorshaheenna, waxaad dooran kartaa Original Medicare.

**Qalab caafimaad waara (Durable medical equipment, DME):** Waxyaabo caafimaad oo gaar ah oo uu dhakhtarku amro in lagu isticmaalo gurigaaga. Tusaalaha shey-yadan waa kursi-curyaano, biraha curyaanka, furshaanta korontada ku shaqeeya, sahayda cudurka sonkorowga, sariiraha isbitaalka ee (IV), aaladaha codka sameeya, qalabka iyo agabka ogsajiinta, qalabka dawooyinka uumiga ka dhiga iyo qalabka caawiya socodka.



**Qalabka Faa’iidada Waqtiga Dhabta ah:** Codsiga internetka ama kombiyuutarka kaas oo dadka isdiiwaangeliya ay ka raadin karaan daawooyinka iyo macluumaadka faa’iidooyinka ee la daboolay ee ku habboon qofka isdiiwaangeliya. Tan waxaa ka mid ah xaddiyada kharashka, daawooyinka kale ee loo isticmaali karo xaalad caafimaad oo la mid ah daawada la bixiyay, iyo xaddidaadaha caymiska (oggolaansho hore, daaweynta tallaabada, xadka tirada) ee khuseeya daawooyinka kale.

**Qalabka ilkaha lagu xidho iyo kuwa lafaha lagu xidho:** Aalado caafimaad oo uu dalbado dhakhtarkaaga ama bixiye kale oo daryeel caafimaad oo ay ku jiraan, laakiin kuma koobna, qalabka gacmaha, dhabarka, iyo qoorta; addimada macmalka ah; indhaha macmalka ah; iyo aaladaha loo baahan yahay si loogu beddelo qaybta gudaha ama shaqada jirka, oo ay ku jiraan qalabka ostomy iyo daaweynta nafaqada ee gudaha iyo maskaxda.

**Qaybta A:** Ka eeg “Medicare Part A.”

**Qaybta B:** Ka eeg “Medicare Part B.”

**Qaybta C:** Ka eeg “Medicare Part C.”

**Qaybta caymiska:** Lacag go’an oo aad bixiso oo ah qaybtaada kharashka mar kasta oo aad hesho daawooyin gaar ah. Tusaale ahaan, waxaad bixin kartaa \$2 ama \$5 daawo.

**Qaybta D:** Ka eeg “Medicare Part D.”

**Qiimaha Wadaaga kharashka ee maalin kasta:** Waa qiimaha laga yaabo inuu sameeyo marka dhakhtarkaagu kuu qoro daawo sahaydeedu ka yar tahay bil buuxda marka la eego daawooyinka qaarkood oo lagaa rabo inaad bixiso qayb kamid ah caymiska. Heerka wadaagga cunto maalinlaha ah waa lacag la’aan oo loo qaybiyay tirada maalmaha ku jira sahayda bisha.

**Qiimaynta Khatarta Caafimaad (HRA):** Dib u eegis lagu sameeyo taariikhdaada caafimaad iyo xaaladdaada hadda jirta. Waxaa loo isticmaalaa in lagu barto caafimaadkaaga iyo sida uu isu beddeli karo mustaqbalka.

**Qof labada caymisba xaq u leh:** Qof xaq u leh labadaba Medicare iyo caymiska Medical Assistance.

**Qorshaha baahiyaha gaarka ah ee u qalma labada (D-SNP):** Waa qorshe caafimaad oo loogu talagalay dadka u qalma Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka labadaba.

**Qorshaha caafimaadka:** Urur ka kooban dhakhaatiir, isbitaal, farmashiyeyaal, bixiyeyaasha adeegyada muddada dheer, iyo bixiyeyaasha kale. Waxa kale oo uu leeyahay isku-duwayaal daryeel si ay kaaga caawiyaan inaad maareyso dhammaan bixiyeyaashaada iyo adeegyadaada. Dhammaantood waxay si wada jir ah uga shaqeeyaan bixinta daryeelka aad u baahan tahay.

**Qorshaha Daryeelka Shakhsi ahaaneed (ICP ama Qorshaha Daryeelka):** Qorshe loogu talagalay adeegyada aad heli doonto iyo sida aad u heli doonto. Qorshahaagu wuxuu ku jiri karaa adeegyada caafimaadka, adeegyada caafimaadka dhaqanka, iyo adeegyada iyo taageerada muddada dheer.

**Qorshaha Daryeelka:** Tixraac “Qorshaha Daryeelka Shakhsi ahaaneed.”

**Qorshahayagu wuxuu ka kooban yahay Medicare Qaybta:** Daawooyinka lagu daboolay Medicare Qaybta D. Kongareesku wuxuu si gaar ah uga reebayaa qaybaha qaarkood ee daawooyinka caymiska Medicare Qaybta D. Gargaarka Caafimaadku wuxuu dabooli karaa qaar ka mid ah daawooyinkan.

**Qorsheynta Qoyska:** Macluumaad, adeegyo iyo agab si looga caawiyo qofka inuu go’aan ka gaaro dhalidda carruurta. Go’aannadan waxaa ka mid ah doorashada inuu ilmo dhalo, goorta uu ilmo dhali doono iyo goorta uusan ilmo dhalin doonin.



**Haddii aad su’aalo qabtid,** fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah,** booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

**Rafcaan:** Hab aad uga hor imaan karto ficilkeenna haddii aad u malaynayso inaan khalad sameynay. Waxaad naga codsan kartaa inaan beddelno go'aanka caymiska adigoo fayl gareynaya racfaan. **Cutubka 9** ee *Buug-gacmeedkan Xubinta* wuxuu sharxayaa rafcaannada, oo ay ku jiraan sida loo sameeyo racfaan.

**Rafcaanka Gobolka:** Haddii dhakhtarkaaga ama bixiye kale uu codsado adeeg Kaalmada Caafimaadka oo aanan ansixin doonin, ama aanan sii wadi doonin bixinta adeegga Kaalmada Caafimaadka ee aad hore u haysatay, waxaad codsan kartaa dhageysi. Haddii dhageysiga lagu go'aamiyo adiga, waa inaan ku siinaa adeegga aad codsatay. Waa inaad codsataa dhageysi qoraal ah. Waxaad codsan kartaa dhageysi haddii aadan ku raacsanayn mid ka mid ah kuwa soo socda:

- Diidmo, joojinta, ama yareynta adeegga
- Diiwaangelinta Qorshaha
- Diidmada dhamaystiran ama qayb ka mid ah sheegasho ama adeeg
- Guuldaradeena ku aadan inaan qaadno tallaabo waqtiyada loo baahan yahay ee loogu talagalay oggolaanshaha
- Hore iyo racfaannada

**Rugta daryeelka aasaasiga ah (PCC):** Xarunta aad ka hesho adeegyada daryeelka caafimaadka ee ugu badan ee aad u baahan tahay, sida baaritaannada sanadlaha ah, waxayna kaa caawineysaa isku-dubaridka daryeelkaaga. Waxaa laga yaabaa inaad u baahato inaad doorato rug caafimaad oo aasaasi ah marka aad iska diiwaangeliso qorshahayaga.

**Shatiyeysan oo lagu aqoonsan karo guriga daryeelka waayeelka:** Go'aan ah inaad u baahan tahay daryeel heer sare ah oo guriga daryeelka waayeelka ah. Baaruhu wuxuu adeegsadaa hab loo yaqaan La-talinta Daryeelka Muddada Dheer si uu u go'aamiyo.

**Tababarka Aqoon Dhaqameedka:** Tababar bixiya tilmaamo dheeraad ah oo loogu talagalay bixiyeyaashayada daryeelka caafimaadka, taas oo ka caawisa inay si fiican u fahmaan asalkaaga, qiyamkaaga, iyo waxa aad aaminsan tahay, si ay ula qabsadaan adeegyada si ay u daboolaan baahiyahaaga bulsho, dhaqan, iyo luqadeed.

Waa kan tusaale: Aan dhahno lacagta la wadaago ee daawadaada ee bil dhan oo daawo ah (30-maalmood ah) waa \$1.35. Taas macnaheedu waa in lacagta aad maalintii ku bixiso daawadaada ay ka yar tahay \$0.05 maalintii. Haddii aad hesho daawo 7 maalmood ah, lacagtaadu waxay ka yar tahay \$0.05 maalintii oo lagu dhufatay 7 maalmood, wadarta guud ee lacag bixinta waxay ka yar tahay \$0.35.

**Tixraac:** Tixraacu waa oggolaanshaha bixiyaha daryeelkaaga aasaasiga ah (PCP) si uu u isticmaalo bixiye aan ahayn PCP-gaaga. Haddii aadan marka hore helin oggolaansho, waxaa laga yaabaa inaan dabooli karin adeegyada. Uma baahnid tixraac si aad u isticmaasho khabiir gaar ah, sida khabiirada caafimaadka haweenka. Waxaad ka heli kartaa macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan gudbinta **Cutubyada 3 iyo 4** ee *Buug Gacmeedkan Xubinta*.

**Urur dib u eegis madax-bannaan (IRO):** Urur madax-bannaan oo ay shaqaaleysiisay Medicare oo dib u eegis ku sameeya racfaanka heerka 2aad. Annaga nama khuseyso mana aha hay'ad dowladeed. Ururkani wuxuu go'aamiyaa in go'aanka aan gaarnay uu sax yahay iyo in kale. Medicare ayaa kormeerta shaqadeeda. Magaca rasmiga ah waa **Wakaalada Dib u Eegista Madaxa Banaan**.



**Ururka Horumarinta Tayada (QIO):** Koox dhakhaatiir ah iyo khabaro kale oo daryeel caafimaad ah oo gacan ka geysta hagaajinta tayada daryeelka dadka qaba Medicare. Dowladda federaalku waxay bixisaa QIO si ay u hubiso oo ay u horumariso daryeelka la siiyo bukaanada. Ka eeg **Cutubka 2** ee *Buug-gacmeedkan Xubinta* si aad u hesho macluumaad ku saabsan QIO.

**Wadaagga Kharashaadka:** Lacagta aad bixinayso marka aad hesho daawooyin gaar ah. Wadaagga Kharashaadka waxaa ka mid ah lacagaha la wadaago.

**Xadka tirada:** Waxa laga yaabaa inaan xaddidno tirada daawada aan daboolayno mar walba oo warqad dhakhtar laga qoro.

**Xarumaha Adeegyada Medicare & Medicaid (CMS):** Hay'adda federaalka ee mas'uulka ka ah Medicare. **Cutubka 2** ee *Buug Gacmeedkaan Xubinta* ayaa sharxaaya sida loola xiriiro CMS.

**Xarunta baxnaaninta bukaan-socodka oo dhammaystiran (CORF):** Xarunta oo inta badan bixisa adeegyo baxnaanin ka dib xanuun, shil, ama qalliin weyn. Waxay bixisaa adeegyo kala duwan, oo ay ku jiraan daaweynta jirka, adeegyada bulshada ama cilmi-nafsiya, daaweynta neefsashada, daaweynta shaqada, daaweynta hadalka, iyo adeegyada qiimeynta deegaanka guriga.

**Xarunta kalkaalinta Xirfadlaha ah (SNF):** Xarun leh shaqaale iyo qalab siiya daryeel kalkaalinta xirfadeed iyo, kiisas badan, adeegyo xirfadeed baxnaanin iyo adeegyo caafimaad oo kale.

**Xubin (Xubin ka tirsan qorshaheenna ama xubin qorshe):** Waa qof leh Medicare iyo Caawinta Caafimaadka oo u qalma inuu helo adeegyo daboolan, isdiwaangeliyay qorshaheenna, oo diiwaangelintiisa ay xaqiijiyeen Xarunta Medicare iyo Medicaid (CMS) iyo gobolka.



**Haddii aad su'aalo qabtid,** fadlan Adeegyada Xubnaha ee SeniorCare Complete ka wac lambarka 1-866-567-7242, isticmalayaasha TTY waxay wacayaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo Isniinta - Jimcaha (*Abriil - Sebteembar*); 8 subaxnimo. ilaa 8 fiidnimo., 7 maalmood asbuucii (*Oktoobar - Maarso*) Wicitaanka bilaashka ah. **Si aad u hesho xog dheeraad ah,** booqo [www.mnscha.org](http://www.mnscha.org).

BOGGAAN SI KAS  
AH AYAA FAARUQ  
LOOGA TAGAY



# Adeegyada Xubnaha SeniorCare Complete.

|                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|---------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>WAC</b>          | 1-866-567-7242<br>Wicitaanada nambarkan waa bilaash<br>Saacadaha Adeegga: 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, 7 maalmood tod-dobaadkii (Oktoobar- Maarso); 8subaxnimo – 8 fiidnimo, Isniin ilaa Jimce ( <i>Abriil - Sebteembar</i> )<br>Adeegyada Xubnuhu waxa kale oo ay leeyihiin adeegyo turjumaan luqadeed oo bilaash ah oo ay heli karaan dadka aan Ingiriisiga ku hadlin. |
| <b>TTY</b>          | 711<br>1-800-627-3529: Lambarkan wuxuu u baahan yahay qalab telefoon oo gaar ah waxaana loogu talagalay dadka qaba dhibaatooyinka maqalka ama hadalka.<br>Wicida lambarkan waa bilaash. Saacadaha Adeegga: 8 a.m. - 8 p.m., 7 maalmood asbuucii ( <i>Oktoobar - Maarso</i> ); 8 a.m. - 8 p.m., Isniinta - Jimcada ( <i>Abriil - Sebteembar</i> )                      |
| <b>QORAAL U DIR</b> | South Country Health Alliance<br>Attn: Member Services<br>6380 W Frontage Rd<br>Medford, MN 55049                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>IIMEYLKA</b>     | members@mnscha.org                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>WEBSEEDKA</b>    | <a href="http://www.mnscha.org">www.mnscha.org</a>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

## Minnesota Aging Pathways, Minnesota's SHIP

**Minnesota Aging Pathways** waa barnaamij dawladeed oo lacag ka hela dawladda dhexe si uu u siiyo la-talin caymis caafimaad oo bilaash ah dadka Medicare ka ee Minnesota jooga.

|                     |                                                                                                                                         |
|---------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>WAC</b>          | 1-800-333-2433 Wicitaanku waa bilaash.                                                                                                  |
| <b>TTY</b>          | Wac Adeegga Minnesota Relay ka wac 711 ama isticmaal adeegga gudbinta ee aad door bidayso. Wicitaanku waa bilaash.                      |
| <b>QORAAL U DIR</b> | Minnesota Board on Aging<br>PO Box 64976<br>St. Paul, MN 55164-0976                                                                     |
| <b>QORAAL U DIR</b> | <a href="https://mn.gov/board-on-aging/direct-services/aging-pathways">https://mn.gov/board-on-aging/direct-services/aging-pathways</a> |