Buug-gacmeedka Xubinka

Qoysaska iyo Carruurta

Tani waxaa sidoo kale loo yaqaanaa Barnaamijka Kaalmada Caafimaadka Ee Horey Loo Bixiyey (Prepaid Medical Assistance Program, PMAP)

Janaayo 1, 2026

Buug-yarahaan waxaa ku jira macluumaad muhiim ah oo ku saabsan adeegyada daryeelka caafimaadkaaga.

South Country Health Alliance, 6380 West Frontage Road, Medford, MN 55049

Adeegga Xubnaha: 1-866-567-7242 (lambarka lacag la'aanta lagu wici karo) Wicitaankan waa bilaash.

Dadka isticmaala TTY waca: 1-800-627-3529 ama 711 Wacitaankaan waa bilaash.

Saacadaha Adeegga: 8 subaxnimo ilaa 4 galabnimo, Isniinta – Jimcaha

Booqo boggeena intarneetka: www.mnscha.org

7525

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 ቅርጸት 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။ ကျေးဇူးပြု၍ အထက်ဖော်ပြပါ ဖုန်းနံပါတ်သို့ ခေါ်ဆိုပါ သို့မဟုတ် သင်၏ ထောက်ပံ့သူဖြင့် ပြောဆိုဆွေးနွေးပါ။ မြန်မာဘာသာစကား Burmese

យកចិត្តទុកដាក់៖ ប្រសិនបើអ្នកនិយាយភាសាខ្មែរ (ខ្មែរ) សេវាកម្មជំនួយភាសាឥតគិតថ្លៃមានផ្តល់ជូនអ្នកដោយមិនគិតថ្លៃ និងដោយគ្មានការពន្យារពេលមិនចាំបាច់ឡើយ។ លើសពីនេះ ជំនួយ និងសេវាកម្មដែលសមស្របក្នុងការផ្តល់ព័ត៌មានក្នុងទម្រង់ដែលអាចចូលប្រើបានគឺអាចរកបានដោយឥតគិតថ្លៃ 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

ဟ်သူဉ်ဟ်သး– နမ့ၢ်ကတိၤကညီကျိာ်အဃိ, နမၤန့ၢ် ကျိာ်တၢ်ဆီဉ်ထွဲမၤစၢၤ လၢတလာ်ဘူဉ်လာ်စ့ၤ ဒီးတအိဉ်ဒီး တၢ်မၤယံာ်မၤနီၢ်သးဘဉ်နဉ်လီၤ. အါန့ၢ်အနဉ်, တၢ်အိဉ်စ့ၢ်ကီးဒီး တၢ်မၤစၢၤတၢ်နၢ်ပှၢ်ဒီး တၢ်မၤစၢၤတၢ်မၤတဖဉ် လၢကဟ့ဉ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤ လၢပှၤအါဂၤနၢ်ပၢၢ်အီၤသ့ လၢတအိဉ်ဒီးအဘူးအလဲ ဒီးချ့ချ့ဆၢချ့ချ့ကတီၢ်နဉ်လီၤ. ဝံသးစူၤ ကိးနီဉ်ဂံၢ်လၢထး မ့တမ့ၢ် တဲသကိးတၢ်ဒီး ပှၤလၢအဟ့ဉ်နၤတၢ်မၤစၢၤ တက့ၢ်. ကညီကျိာ် 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

ໝາຍເຫດ: ຖ້າທ່ານເວົ້າພາສາລາວ, ທ່ານຈະໄດ້ຮັບບໍລິການຊ່ວຍເຫຼືອດ້ານພາສາໂດຍບໍ່ເສຍຄ່າ ແລະ ບໍ່ມີການລັກຊ້າ ທີ່ບໍ່ຈໍາເປັນ. ນອກຈາກນັ້ນ, ເຄືອງມືຊ່ວຍເຫຼືອແລະ ບໍລິການເສີມທີ່ເໝາະສົມເພື່ອໃຫ້ຂໍ້ມູນໃນຮູບແບບທີ່ເຂົ້າເຖິງໄດ້ 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 проволочек. 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 waqqigeeda. 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

Ogeysiiska Xuquuqda Madaniga ah

Takoorka waa ka mamnuuc xaga sharciga. South Country Health Alliance (South Country) kuma sameeyo takooro iyada oo lagu salaynayo mid ka mid ah kuwan soo socda:

- isir
- midab
- asal qaran
- caqiido
- diin
- jiheyn galmo
- xaaladda kaalmada dadweynaha
- da'da
- naafanimo (oo ay ku jirto naafo jireed ama maskaxeed)
- jinsiga (oo ay ku jiraan fikradaha jinsiga iyo aqoonsiga jinsiga)
- xaaladda guurka
- aaminsanaanta siyaasadeed
- xaalad caafimaad
- heerka caafimaad
- helitaanka adeegyada daryeelka caafimaadka
- sheegasho waayo-aragnimo
- taariikhda caafimaadka
- macluumaadka hiddaha

Waxa a xaq u leedahay in aad gudbiso cabashada takoorka haddii aad aaminsantahay in laguula dhaqmay si takoor ah South Country. Waxaad xereyn kartaa cabasho oo aad weydiisan kartaa caawinaad ku xereynta cabashada shaqsi ahaan ama boostada, teleefoonka, fakiska, ama iimaylka:

Civil Rights Coordinator
South Country Health Alliance
6380 West Frontage Road, Medford, MN 55049
Khadka bilaashka ah: 866-567-7242 TTY: 800-627-3529 ama 711 Faakis: 507-444-7774
Iimayl: grievances-appeals@mnscha.org

Kaalmada iyo Adeegyada Dheeraadka ah: South Country waxay bixisaa caawimo iyo adeegyo caawimo ah dheeraad ah, sida turjubaano aqoon leh ama macluumaadka oo loo dhigay qaabab kale, lacag la'aan ah iyo waqti ku habboon si loo xaqiijiyo fursad siman oo lagaga qayb qaato barnaamijyadeena daryeelka caafimaadka. **Kala xiriirn** Adeegyada Xubnaha members@mnscha.org ama wac 866-567-7242, TTY 800-627-3529 ama 711.

Adeegyada Kaalmada Luuqadda: South Country waxay bixisaa dukumiintiyo la turjumay iyo turjumaad afka ah, lacag la'aan iyo waqti ku habboon, marka adeegyada kaalmada luuqaddu ay lagama maarmaan noqdaan si loo hubiyo in dadka ku hadla Ingiriisiga xaddidan ay si macno leh u helaan macluumaadka iyo adeegyadayada. **Kala xiriirn** Adeegyada Xubnaha members@mnscha.org ama wac 866-567-7242, TTY 800-627-3529 ama 711.

Cabashooyinka Xuquuqaha Madaniga ah

Waxa a xaq u leedahay in aad gudbiso cabashada takoorka haddii aad aaminsantahay in laguula dhaqmay si takoor ah South Country. Waxaad sidoo kale aad si toos ah ula xidhiidhi kartaa mid ka mid ah wakaaladaha soo socda si aad u soo gudbiso cabashada takoorka.

Xafiiska Xuquuqda Madaniga ah (Office for Civil Rights, OCR) ee U.S. Department of Health and Human Services Office

Waxaad xaq u leedahay inaad cabasho u gudbiso OCR, oo ah hay'ad federaal ah, haddii aad aaminsan tahay in laguugu takooray mid ka mid ah kuwan soo socda:

- isir
- midab
- asal qaran
- da'da
- naafanimo
- jinsiga
- diin (xaaladaha qaarkood)

Si toosa ula xiriir**OCR** si aad cabasho u gudbiso:

Office for Civil Rights, U.S. Department of Health and Human Services
Midwest Region
233 N. Michigan Avenue, Suite 240 Chicago, IL 60601
Xarunta Jawaab celinta Macaamiisha: 800-368-1019, TTY: 800-537-7697
Iimeel: ocrmail@hhs.gov

Minnesota Department of Human Rights (MDHR)
Minnesota gudaheeda, waxaad xaq u leedahay inaad cabasho u gudbiso MDHR haddii lagugu takooray mid ka mid ah kuwan soo socda:

- isir
- midab
- asal qaran
- diin
- caqiido
- jinsiga
- jiheyn galmo
- xaaladda guurka
- xaaladda kaalmada dadweynaha
- naafanimo

Ula xidhiidh **MDHR** si toos ah si aad u xareysato cabasho:

Minnesota Department of Human Rights
540 Fairview Avenue North, Suite 201, St. Paul, MN 55104
651-539-1100 (cod), 800-657-3704 (lacag la'aan), 711 ama 800-627-3529 (Adeegga Gudbinta MN), 651-296-9042 (fakis)
Info.MDHR@state.mn.us (iimeel)

Waaxda Adeegyada adeegyada aadhanaha ee Minnesota (DHS)
Waxaad xaq u leedahay inaad cabasho u gudbiso DHS haddii aad aaminsan tahay in lagugu takooray barnaamijyadeena daryeelka caafimaadka mid ka mid ah kuwan soo socda:

- isir
- midab
- asal qaran
- diin (xaaladaha qaarkood)
- da'da
- naafanimo (oo ay ku jirto naafo jireed ama maskaxeed)
- jinsiga (oo ay ku jiraan fikradaha jinsiga iyo aqoonsiga jinsiga)

Cabashooyinka waa inay qoraal ahaadaan oo lagu xereeyaa 180 maalmood gudahooda laga bilaabo taariikhda aad ogaatay takoorka la sheegay. Cabashada waa inay ku jirtaa magacaaga iyo cinwaankaaga oo ay qeexdaa takoorka aad ka cabanayso. Dib ayaan u eegi doonaa oo qoraal ahaan ayaan kugu wargelin doonaa haddii aanu awood u leenahay inaanu baarno. Haddii aan sameyno, waxaan baari doonaa cabashada.

DHS ayaa qoraal kugu ogaysiin doonta natiijada baaritaanada. Waxaad xaq u leedahay inaad rafcaan ka qaadato haddii aadan ku raacsanayn go'aanka. Si aad rafcaan u qaadato, waa inaad soo dirtaa codsi qoraal ah si ay DHS dib u eegto natiijada baaritaanka. Si koob oo sheeg sababta aad u khilaafsan tahay go'aanka. Ku dar macluumaad dheeraad ah oo aad u malaynayso inay muhiim tahay.

Hadii aad dacwad u gudbiso habkan, dadka u shaqeeya wakaaladda ku magacaaban cabashada kaama aargoosan karaan. Tani waxay la micno tahay inaysan sinaba kuugu ciqaabi karin cabashada aad gudbisay. Cabashada habkan kama joojinayso inaad raadiso tallaabooyin kale oo sharci ama maamul ah.

Si toos ah ula xidhiidh **DHS** si aad u xarayso cabashada takoorka:

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 adeegyada gudbinta ee aad doorbiday

Hindida Maraykanku way sii wadan karaan ama bilaabi karaan isticmaalka rugaha caafimaadka qabiilka iyo Hindida (Indian Health Services, IHS). Uma baahnneesid oggolaansho ka hor ama kuma soo rogi doono wax shuruud ah si aad adeegyo uga hesho rugahaan. Waayeellada da'doodu tahay 65 sano iyo wixii ka weyn tan waxaa ku jira adeegyada ka dhaafitaanka Waayeelka (Elderly Waiver, EW) ee lagu helo qabiilka. Haddii dhakhtar ama bixiye kale oo ku sugan ruge qabiil ama IHS kuu gudbiyo bixiyaha shabakadeena, kaagama baahan inaad aragto bixiyaha daryeelka koowaad ka hor inta aan la gudbin.

Jadwalka Tusmooyinka

Qaybta 1. Lambarrada Taleefanka iyo Macluumaadka Xiriirka 4
Sida loola xidhiidho Adeegyadeena Xubinta 4
Macluumaadka xiriirka qorshaheena ee loogu talgalay adeegyada qaarkood 4
Macluumaadka xiriirka kale ee muhiimka ah 5
Qaybta 2. Macluumaadka muhiimka ah ee helitaanka daryeelka ee aad u baahan tahay .. 6
Gudbinta daryeelka:.. 6
Maamulka isticmaalka: 6
Oggolaanshooyinkii Hore: 7
Adeegyada caymisan iyo kuwa aan daboolnayn: 8
Lacagta lagu bixiyo bixiyayaasha:.. 8
Wacyigelinta dhaqanka:... 9
Adeegyada Turjubaanka: 9
Caymiska caafimaadka kale: 9
Xogta Gaarka ah:... 9
Barnaamijka qaataha xaddidan:.. 9
Joojinta: 10
Qaybta 3. Xeerka Xuquuqda Xubnaha 10
Qeybta 4. Mas'uuliyadaha Xubnaha... 11
Qaybta 5. Kaarka Aqoonsiga Xubinta ee Qorshahaaga Caafimaad 12
Qaybta 6. Kharash Wadaagista 13
Lacag wada-bixinada.. 13
Qaybta 7. Adeegyada la Caymiyay 14
Adeegyada Toobinta 14
Baaritaannada carruurta iyo dhallinta (Child and Teen Checkups, C&TC) 14
Daryeelka Lafaha Dhabarka (xubnaha ka yar 21 sano jira).. 16
Adeegyada Cafimaadka Ilkaha 16
Adeegyada ogaanshaha 18
Dhakhtarka iyo adeegyada kale ee caafimaadka.. 18
Adeegyada Farogelinta Koriinka iyo Hab-dhaqanka Hore ee Degdegga ah (EIDBI)* (*xubnaha ka yar 21 jir*) 20
Adeegyada Caafimaadka Degdegga ah iyo Daryeelka Xasilinta-Kadib 21
Adeegyada qorshaynta qoyska 21
Qalabka Gargaarka maqalka 22
Adeegyada daryeelka guriga 22
Isbitaalka 23
Isbitaalka – Bukaan-jiif 23
Isbitaalka – Bukaan-socodka 24
Adeegyada Turjubaanka 24
Agabka iyo qalabka caafimaadka 25
Adeegyada caafimaadka dhimirka 25
Adeegyada Dhakhaatiirta Dhalmada iyo Haweenka (OB/GYN) 27

Adeegyada Indhaha 29
Adeegyada aagga ka baxsan 29
Adeegyada shabakadda kabaxsan* 30
Daawooyinka dhakhtarka qoro (*ee loogu talagalay xubnaha aan HAYSANIN Medicare-ka*) 30
Daawooyinka dhakhtarka qoro (ee loogu talagalay xubnaha haysta Medicare-ka) 33
Daryeelka Soo Kabashada (loogu talagalay xubnaha jira 21 sano iyo ka weyn) 34
Baxnaaninta 34
Adeegyada bulshada ku salaysan dugsiga (ee xubnaha ka yar da'da 21) 35
Adeegyada xanuunada isticmaalka maandooriyaha (Substance Use Disorder Services, SUD) ... 35
Qalliin 36
Adeegyada caafimaadka khadka 36
Kormeerka khadka 37
Joojinta tubaakada iyo nikotiinka 37
Ku-tallaalidda 38
Gaadiidka ku gaynaya/kaa keenaya Adeegyada Caafimaadka 38
Daryeelka Degdega ah 38
Qaybta 8. Adeegyada aanu bixino caymisku ma bixiyo lacagtooda 39
Qaybta 9. Adeegyada qaarkooda malagu daboolo qorshaha laakiin waxaa laga yaabaa in lagu daboolay iyada oo loo maraayo il kale. 40
Qaybta 10. Goorta la wacaayo shaqaalaha degmadaada 41
Qaybta 11. Isticmaalka qorshaha caymiska ee la socda caymiska kale 41
Qaybta 12. Soo jeedinta ama sheegashada kale 41
Qaybta 13. Cabashada, Racfaanka iyo Racfaanka Gobolka (Dhageysiga Cadaalada ah ee Gobolka) Habka 42
Shuruudaha nidaamka cabashada iyo rafcaanka in la ogaado: 42
Waqtiyada Muhiimka ah ee Racfaanada 43
Si aad noogu xarayso rafcaan af ama qoraal ah: 44
Si aad u xarayso Racfaanka Gobolka (Dhegeysi Cadaalad ah oo lala yeesho gobolka) Waaxda Adeegyada Aadanaha ee Minnesota: 45
Cabashooyinka (Cabashooyinka) 45
Macluumaad muhiim ah oo ku saabsan xuquuqdaada marka aad buuxinayso cabashada, rafcaanka, ama aad codsanayso Racfaan Dawladeed (Dhegeysiga cadaalad ah oo lala yeesho gobolka) 46
Qaybta 14. Qeexitaannada 48

Ku soo dhowoow South Country Health Alliance

Waxaan ku faraxsanahay inaan kugu soo dhaweyno xubin ahaan barnaamijka Qoysaska iyo Carruurta ee South Country Health Alliance (oo loo yaqaanno 'qorshaha' ama 'barnaamijka').

South Country Health Alliance (oo loo yaqaano "annaga," "innaga," ama "waxeena") waa qayb ka mid barnaamijka Qooska iyo Carruurta. Waanu iskuduwaynaa oo caymineynaa adeegyadaada caafimaadka. Inta badan adeegyadaada caafimaadka waxaad ka heli doontaa iyada oo loo maraayo shabakada ee qorshaha bixiyayaasha. Markaad u baahan tahay daryeel caafimaad ama aad ka qabto su'aalo ku saabsan adeegyadaada caafimaadka, waad na soo wici kartaa. Waxaan kaa caawin doonaa inaad go'aamiso waxa xiga ee la sameeyo iyo bixiyaha daryeelka caafimaadka ee ku habboon ee aad adeegsan karto.

Haddii aad ku cusub tahay South Country Health Alliance, waxaad boostada ku heli doontaa baadhitaan loogu talagalay xubnaha cusub oo aad buuxiso. Tani waa baadhitaan iskaa ah. Waxay qaadan doontaa dhowr daqiiqo oo kaliya in la buuxiyo. Waxaan ku dhiirigelinaynaa inaad dhamaystirto baadhitaankan. Baadhitaanka wuxuu naga caawin doonaa inaan kugu xirno adeegyada daryeelka caafimaadka ama adeegyo kale oo aad xaq u leedahay xubin ahaan. Iyada oo ku saleysan jawaabahaaga, waxaa laga yaabaa inaan kula soo xiriirno wixii macluumaad dheeraad ah. Haddii aad qabto su'aalo ku saabsan baadhitaankan, fadlan wac Adeegyada Xubnaha.

Buug-gacmeedkan Xubinka waa qandaraaska aan kula leenahay adiga. Waa dukumiinti sharci ah oo muhiim ah.

Buug-gacmeedkaan Xubinka waxaa ka mid ah:

- Macluumaadka xiriirka
- Macluumaad ku saabsan sida loo helo daryeelka aad u baahan tahay
- Xuquuqdaada iyo waajibaadkaaga xubin ahaan ee qorshaha
- Macluumaadka ku saabsan wadaagga kharashka
- Liiska adeegyada daryeelka caafimaadka ee la caymiyay iyo kuwa aan la cayminin
- Goorta la wacaayo shaqaalaha degmadaada
- Isticmaalka qorshaha caymiska ee la socda caymiska kale ama ilo kale oo lacag bixin ah
- Macluumaad ku saabsan waxa la sameeyo haddii aad qabto dacwad (cabasho) ama aad rabto in aad rafcaan ka qaadato tallaabo qorshe, sida lagu qeexay Qaybta 13
- Qeexitaannada

Degmooyinka aaga adeega qorshaha waa sida soo socda: Brown, Dodge, Goodhue, Sibley, Steele, Wabasha, iyo Waseca.

Fadlan noo sheeg sida ay wax u socdaan. Waad soo wici kartaa, iimayl, ama waxaad noo soo diri kartaa qoraal wakhti kasta. (Qaybta 1aad ee Buug-gacmeedkan Xubinta ayaa sheegaya sida naloola soo xiriiro.) Faallooyinkaagu had iyo jeer waa la soo dhaweynayaa, ha ahaadaan kuwo wanaagsan ama kuwo taban. Waqti ka waqti, waxaan sameynaa sahanno oo waxaan ka codsanaynaa xubnaheena inay noo sheegaan waaya-aragnimadooda ee annaga. Haddii laguula soo xiriiro, waxaan rajaynaynaa inaad ka qaybqaadato sahanka qanacsanaanta xubinka. Jawaabahaaga su'aalaha sahanka ayaa naga caawin doona inaan ogaano waxa aan si fiican u sameneyno iyo halka aan u baahanahay inaan horumarino.

Qaybta 1. Lambarrada Taleefanka iyo Macluumaadka Xiriirka

Sida loola xidhiidho Adeegyadeena Xubinta

Haddii aad wax su'aalo ah ama walaac ah qabtid, wac, iimayl u dir, ama fariin u qor Adeegyada Xubnaha. Waan ku farxi doonaa inaan ku caawinno adiga. Saacadaha adeeggu waa Isniinta ilaa Jimcaha, 8:30 ilaa 4:30 galabnimo

WAC:	1-866-567-7242 (Wicitaankani waa bilaash)
TTY:	1-800-627-3529 ama 711 (Wacitaankani waa bilaash)
FAAKIS:	1-507-431-6328
U DIR WARQAD:	South Country Health Alliance Attn: Adeegyada Xubnaha 6380 West Frontage Road Medford, MN 55049
Booqo boggeena intarneetka:	www.mnscha.org
IIMEELKA:	members@mnscha.org

Macluumaadka xiriirka qorshaheena ee loogu talgalay adeegyada qaarkood

Rafcaannada iyo cabashooyinka	1-866-567-7242 (lacag la'aan), TTY 1-800-627-3529 ama 711 (Wicitaankani waa bilaash); ama u qor South Country Health Alliance, Attn: Waaxda Cabashada & Rafcaanka, cinwaanka hoose; ama Fakis ugu dir: 1-507-444-7774 Tixraac Qaybta 13 wixii macluumaad dheeraad ah.
Adeegyada Jir duugista	Wac Adeegyada Xubnaha
Adeegyada Cafimaadka Ilkaha	Daryeelka Macmiilka ee Delta Dental: 1-866-398-9419 (Wicitaankani waa bilaash) ama 1-651-348-3222 TTY 711
Shuruudaha cayminista qalabka caafimaad ee waara	Wac Adeegyada Xubnaha.
Khadka taleefanka su'aalaha caafimaadka	Khadka Kalkaalisada 24-saacadood: Isticmaal lambarka ku yaal dhabarka dambe ee Aqoonsiga Xubintaada
Adeegyada Turjubaanka	Luqadda Calaamadaha Mareykanka (ASL): 711 ama 1-800-627-3529 (TTY) (Wicitaankani waa bilaash) Luuqada Lagu Hadlo: 1-866-567-7242 (Wicitaankani waa bilaash)
Adeegyada Caafimaadka Dhimirka	Wac Adeegyada Xubnaha ama warqad u dir South Country Health Alliance ee cinwaanka hoose.
Qoraalada dawooyinka	Wac Adeegyada Xubnaha.
Adeegyada xanuunada isticmaalka maandooriyaha	Wac Adeegyada Xubnaha ama warqad u dir South Country Health Alliance ee cinwaanka hoose.
Gaadiidka	Wac Adeegyada Xubnaha.
U qor South Country	South Country Health Alliance 6380 West Frontage Road Medford, MN 55049

Macluumaadka xiriirka kale ee muhiimka ah

Dadka qaba dhago cuslaanta ama naafonimo hadal waxay wici karaan lambarrada soo socda si ay u helaan agabka ku qoran Buug-gacmeedkan Xubinta: 711, Adeegga Gudbinta Minnesota lambarka 800-627-3529 (TTY, Codka, ASCII, Dhegeysiga oo la qaado), ama 877-627-3848 (adeegga gudbinta hadalka). Wicitaanada nambaradaan waa bilaash.

Wixii macluumaad ah iyo si aad wax badan uga barato hagitaanada daryeelka caafimaadka iyo sida loo fuliyo dardaaranka hore, kala xidhiidh Adeegyada Xubnaha lambarka taleefoonka ee Qaybta 1. Macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan tilmaamaha daryeelka caafimaadka waxaa laga heli karaa www.mnscha.org. Waxaad sidoo kale booqan kartaa bogga internetka ee Waaxda Caafimaadka Minnesota (MDH) [http ://www.health.state.mn.us/facilities/regulation/infobulletins/advdir.html](http://www.health.state.mn.us/facilities/regulation/infobulletins/advdir.html)

Si aad u soo sheegto khiyaanada iyo xadgudubka, la xiriir Adeegyada Xubnaha lambarka taleefanka ee Qaybta 1aad. Si aad u soo sheegto khiyaano ama xadgudub, la xiriir Adeegyada Xubnaha lambarka ku xusan Qaybta 1. Haddii aad ka shakido khiyaano ama xadgudub ka imaanaya qof qaata faa'iidooyinka, bixiyeyaasha caafimaadka ee la shaqeeya Barnaamijyada Daryeelka Caafimaadka ee Minnesota, ama bixiyeyaasha adeegyada daryeelka carruurta ee qaata lacagaha kaalmada daryeelka carruurta, waxaad ku soo wargelin kartaa Minnesota Department of Human Services (DHS) adiga oo:

- gudbinta Guudmarka Waaqiciga Barnaamijka foomka hotline (lagu taliyay) (https://mn.gov/dhs/general-public/office-of-inspector-general/report-fraud/)
- Wacaya Khadka Tooska ah ee Program Integrity Oversight lambarka 651-431-2650 ama 800-657-3750 ama 711 (TTY), ama isticmaal adeegyada gudbinta ee aad doorbidayso (wacitaankani waa bilaash),
- U diraya warbixintaada iimaylka OIG.Investigations.DHS@state.mn.us, ama
- ugu diraya warqad boostada Maraykanka xafiiska Office of Inspector General – Program Integrity Oversight Division – PO Box 64982, St. Paul, MN 55164-0982.

Minnesota Department of Human Services

Waaxda Adeegyada Aadanaha ee Minnesota (DHS) waa hay'ad dawladeed oo dadka ka caawisa inay caymiyaan baahiyahooda aasaasiga ah. Waxay bixisaa ama maamushaa daryeel caafimaad, kaalmo dhaqaale, iyo adeegyo kale. DHS waxay maamushaa barnaamijka Kaalmada Caafimaadka ee gobollada dhan. Haddii aad qabto su'aalo ku saabsan xaq u yeelashadaada Caawinta Caafimaadka, la xiriir shaqaalaha degmadaada.

Dhexdhexaadiyaha Barnaamijyada Daryeelka Caafimaadka Dadwaynaha ee Maaraysan (Ombudsperson for Public Managed Health Care Programs)

Dhexdhexaadiyaha ee loogu talgalay Barnaamijyada Daryeelka Caafimaadka Dadweynaha ee la Maareeynaayo, ee jooga Minnesota Department of Human Services, waxuu caawiyaa dadka ku diiwaangashan qorshaha caafimaadka xalinta gelitaanka, adeega iyo dhibaatooyinka biilasha. Waxay kaa caawin karaan inaad nosoo xerayso cabasho ama racfaan. Dhexdhexaadiyaha ayaa sidoo kale kaa caawin kara inaad codsato Racfaan Goboleed (Dhageysiga Cadaalad ah oo lala yeesho gobolka). Wac 651-431-2660 ama 800-657-3729 ama 711 (TTY), ama isticmaal adeegyadaada gudbinta ee aad doorbiday. Wicitaankaan waa bilaash. Saacadaha adeega waa Isniin ilaa Jimce. 8 subaxnimo ilaa 4:30 galabnimo

Qaybta 2. Macluumaadka muhiimka ah ee helitaanka daryeelka ee aad u baahan tahay

Mar kasta oo aad hesho adeegyo caafimaad, fiiri si aad u hubiso in bixiyaha uu yahay bixiye shabakad qorshe. Inta badan, waxaad u baahan tahay inaad isticmaasho qorshe bixiyayaasha shabakada si aad u hesho adeegyadaada. Xubnaha waxay marin u heli karaan Tusaha Bixiyaha ee taxaya bixiyayaasha shabakada qorshaha. Hagaha Bixiyaha ayaa kuu sheegi kara macluumaadka ku saabsan bixiyeyaasha sida magaca, cinwaanka, lambarka taleefoonka, shahaadooyinka xirfadeed, takhasuska, iyo luuqadaha uu ku hadlo bixiyaha. Wac Adeegyada Xubnaha haddii aad rabto macluumaad ku saabsan shahaadada guddiga, imaanshaha dugsiga caafimaadka, barnaamijka degenaanshaha, iyo heerka shahaadada guddiga. Waxaa laga yaabaa inaad codsato nuqul daabacan oo ah Hagaha Bixiyahan wakhti kasta. Si aad u xaqiijiso macluumaadka hadda jira, waxaad wici kartaa bixiyaha, wac Adeegyada Xubnaha lambarka taleefoonka ee Qaybta 1, ama booqo boggeena intarneetka ee ku qoran Qaybta 1.

Markaad xubin ka noqoto ama aad noqoto xubin ka tirsan South Country waxaad doorатay ama lagugu qoray rugta daryeelka aasaasiga ah (primary care clinic, PCC). Rugtaada daryeelka aasaasiga ah (PCC) waxay ku siin kartaa inta badan adeegyada daryeelka caafimaadka aad u baahan tahay waxayna kaa caawin doontaa isku-duwidda daryeelkaaga. Waxaad bedeli kartaa rugtaada daryeelka aasaasiga ah (PCC). Ka wac Adeegyada Xubnaha lambarka taleefanka Qaybta 1 haddii aad rabto inaad beddesho PCC-gaaga. Waxaad isticmaali kartaa xarun kasta oo daryeelka aasaasiga ah ee ku taxan Hagaha Bixiyaha ama bixiyaheena intarneetka ee ka raadi https://www.mnscha.org.

Uma baahnid tixraac si aad u isticmaasho takhasuslaha shabakada qorshaha. Si kastaba ha ahaatee, rugtaada daryeelka aasaasiga ah ayaa bixin karta inta badan adeegyada daryeelka caafimaadka ee aad u baahan tahay waxayna kaa caawin doontaa isku-duwidda daryeelkaaga.

La xidhiidh rugtaada daryeelka aasaasiga ah si aad u hesho macluumaadka ku saabsan saacadaha rugta, ogolaanshaha hore, iyo si aad ballan u qabsato. Haddii aadan ballantaada ilaalin karin, wac rugtaada isla markaaba.

Waxaad bedeli kartaa bixiyahaaga daryeelka aasaasiga ah ama rugtaada. Si aad u ogaato sida tan loo sameeyo, wac Adeegyada Xubnaha lambarka taleefanka Qaybta 1.

Gudbinta daryeelka:

Haddii aad tahay xubin dhawaan is-diiwaangalisay oo hadda ka helaya daryeel bixiye aan ahayn bixiye shabakad qorshe, waxaanu kaa caawin doonaa inaad u gudubto bixiye shabakad.

Haddii daawada aad hadda qaadanayso aanay hoos imanayn qorshahaaga cusub, waxaa laga yaabaa inaad hesho sahay ku meel gaar ah oo 90 maalmood ah. Wixii macluumaad dheeraad ah, wac Adeegyada Xubnaha.

Maamulka isticmaalka:

South Country waxa uu rabaa in aad hesho xadiga saxda ah ee daryeelka tayada leh. Waxaan rabnaa inaan hubinno in adeegyada daryeelka caafimaadka ee la bixiyo ay yihiin kuwo caafimaad ahaan lagama maarmaan u ah, oo ku habboon xaaladdaada oo lagu bixiyo xarunta daryeelka ugu fiican. Waxaan sidoo kale u baahanahay inaan hubinno in daryeelka aad hesho ay tahay dheefta la ceymiyay. Habka tan loo sameeyo waxaa loo yaqaan maaraynta isticmaalka (Utilization Management, UM). Waxaan raacnaa xeerarka iyo talaabooyinka si aan u gaarno go'aannada ku saabsan ansixinta adeegyada caafimaadka. Kuma abaalmarinno bixiyeyaasha ama shaqaalaha ay diidaayaan caymiska. Ma siino dhiirigelin go'aamada ee loogu talagalay UM. Cidna kuma abaal-marinno inay dhahdo maya daryeelka loo baahan yahay.

Oggolaanshooyinkii Hore:

Oggolaanshaheena ayaa loo baahan yahay adeegyada qaarkood si loo caymiyo. Tan waxa loo yaqaan oggolaanshaha hore. Ansixinta waa in la helaa ka hor inta aadan helin adeegyada ama ka hor inta aadan bixin kharashka. Badi adeegyadan waxaa lagu xusay Qaybta 7. Fadlan la shaqee bixiyahaaga daryeelka caafimaadka ee shahaadaysan si aad u hesho oggolaansho hore haddii loo baahdo. Xaaladaha degdega ah, waxaanu go'aan ku gaadhi doonaa 72 saacadood gudahood ka dib markaan ka helno codsiga dhakhtarkaaga. Haddii aadan naga helin annaga oggolaansho hore marka loo baahdo, biilka waxaa laga yaabaa inaan la bixin. Si kastaba ha noqotee, haddii ay caddaatay in adeegga la dabooli lahaa haddii oggolaanshaha hore la heli lahaa, adeegga lama diidi doono. Oggolaanshayaasha hore waa lagu codsan karaa dib u eegis ahaan. Wixii macluumaad dheeraad ah, wac Adeegyada Xubnaha lambarka taleefoonka ee Qaybta 1.

Inta badan, waxaad u baahan tahay inaad isticmaasho qorshe bixiyayaasha shabakada si aad u hesho adeegyadaada. Haddii aad u baahan tahay adeeg la daboolay oo aadan ka heli karin bixiye ku jira shabakadda qorshaha, waa inaad ka heshaa annaga oggolaansho hore si aad u isticmaasho bixiye aan ku jirin shabakadda Waxyaabaha ka reeban xeerkaan waa:

- Adeegyada helitaanka furan: qorsheynta qoyska, ogaanshaha dhibaatooyinka taranka, baaritaanka iyo daaweynta cudurrada galmada lagu kala qaado (STDs), iyo baaritaanka cudurka **AIDS** ama xaaladaha kale ee la xiriira fayraska HIV. Waxaad isticmaali kartaa bixiye kasta oo xirfad u leh daryeel caafimaad, rug caafimaad, farmashiye, ama wakaalada qorsheynta qoyska, xitaa haddii aysan ku jirin shabakadayada, si aad u hesho adeegyadan.
- Adeegyada xaalada degdegga ah iyo xasilinta kadib

Wixii macluumaad dheeraad ah, wac Adeegyada Xubnaha lambarka ku xusan Qaybta 1.

Haddii aanaan awoodin inaan kuu helno bixiye shabakad qorshe u qalma, waa inaan ku siinaa oggolaansho hore si aad u isticmaasho khabiir u qalma mid ka mid ah shuruudahaan soo socda:

- Xaalad caafimaad darro oo joogto ah (socota)
- Jirro maskaxeed ama jireed oo nafta halis gelinaysa
- Uurka ka sarreeya saddexda bilood ee ugu horreeya (saddexda bilood hore)
- Xanuunka sii xumaanaayo ama naafonimo
- Xaalad kasta ama cudur kasta oo halis ah ama adag oo u baahan inuu daaweeyo qof takhasus u leh.

Haddii aadan naga helin annaga oggolaansho hore marka loo baahdo, biilka waxaa laga yaabaa inaan la bixin. Si kastaba ha noqotee, haddii ay caddaatay in adeegga la dabooli lahaa haddii oggolaanshaha hore la heli lahaa, adeegga lama diidi doono. Oggolaanshayaasha hore waa lagu codsan karaa dib u eegis ahaan. Wixii macluumaad dheeraad ah, wac Adeegyada Xubnaha lambarka taleefoonka ee Qaybta 1.

Haddii bixiyaha aad dooratid uusan ku jirin shabakadayada qorshaha, waa inaad doorataa bixiye shabakada qorshaha kale. Waxaa laga yaabaa inaad sii wadato isticmaalka adeegyada bixiyaha aan hadda ka mid ahayn shabakada qorshaheena ilaa 120 maalmood sababaha soo socda awgood:

- Xaalad aad u daran
- Jirro maskaxeed ama jireed oo nafta halis gelinaysa
- Uurka ka sarreeya saddexda bilood ee ugu horreeya (saddexda bilood hore)

- Naafanimada xagga jirka ama garaadka ah oo lagu qeexay in uu yahay awood la'aanta si ay u galaan hal ama in kabadan oo hawlo waaweyn oo nolosha ah. Tani waxay khusaysaa naafanimada jirta ama la filaayo inay socoto ugu yaraan hal sano, ama ay u badan tahay inay keento dhimasho.
- Xaalad naafonimo keenaysa ama mid daba-dheeraata taas oo ku jirta marxalad daran

Haddii dhakhtarkaagu kuu caddeeyo 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.

Wixii macluumaad dheeraad ah, wac Adeegyada Xubnaha lambarka taleefoonka ee Qaybta 1.

South Country Health Alliance, waxaan leenahay shaqaale kaa caawin kara inaad ogaato sida ugu fiican ee loo isticmaalo adeegyada daryeelka caafimaadka. Haddii aad qabtid su'aalo ku saabsan waxyaabo ay ka mid yihiin halka aad ka heli karto adeegyada, helitaanka oggolaanshaha adeegyada, ama xaddidaadda dawooyinka la qoro, waanu ku caawin karnaa. Nagala soo xiriir 1-866-567-7242, saacadaha shaqada waa 8 subaxnimo ilaa 4:30 galabnimo, Isniin – Jimce. Wicitaankaan waa bilaash. Haddii aad u baahan tahay caawimaad xagga luuqadda ah si aad uga hadasho arrimahaan, South Country Health Alliance waxay ku siin kartaa macluumaadka luuqadaada iyadoo loo maraayo turjumaan. Adeegyada luuqadda dhegoolaha, wac 711 ama 1-800-627-3529. Kaalmada luuqadda kale, wac 1-866-567-7242. Wacitaanadaan waa bilaash.

Adeegyada caymisan iyo kuwa aan daboolnayn:

Diiwaangelinta qorshaha ma dammaanad qaadayso in waxyaabaha qaarkooda la caymiyay. Daawooyinka qaar ama qalabka caafimaadka lama caymin karo. Tani waa run xitaa haddii hore loo caymiyay.

Adeegyada iyo saadka qaarkood lama cayminin. Dhammaan adeegyada caafimaadku waa inay caafimaad ahaan lagama maarmaan u noqdaan si ay u noqdaan adeegyo la caymiyay. Si taxadar leh u akhri Buug-gacmeedkaan Xubinka. Waxa uu qorayaa adeegyo iyo agabyo badan oo aan la cayminin. Ka fiiri qaybaha 7 iyo 8.

Adeegyada qaarkooda malagu daboolin qorshaha hoostiisa laakiin waxaa laga yaabaa in lagu daboolay iyada oo loo maraayo il kale. Tixraac Qaybta 9 wixii macluumaad dheeraad ah. Haddii aadan hubin in adeeg la ceymiyay, wac Adeegyada Xubnaha lambarka taleefanka Qaybta 1.

Waxaa laga yaabaa inaan daboolno adeegyada dheeraadka ah ama beddelaada xaaladaha qaarkood hoos timaadda.

Codsiyada lagu caymiyayo hababka cusub ee caafimaadka, qalabka, ama daawooyinka waxaa dib u eegis ku sameeya kooxdeena maaraynta isticmaalka. Kooxdan waxaa ku jira dhakhaatiir iyo khubarado kale ee daryeelka caafimaadka. Waxay adeegsadaan tilmaamaha qaranka iyo caddaynta caafimaadka iyo sayniska si ay go'aan uga gaadhaan haddii South Country ay oggolaado qalabka, habraacyada, ama dawooyinka cusub.

Lacagta lagu bixiyo bixiyayaasha:

Dib makuugu soo celin karno inta badan biilasha caafimaadka ee aad bixiso. Sharciyada gobolka iyo kuwa federaalka ayaa naga hortaagan inaan lacag toos ah ku siinno. Haddii aad bixisay kharashka adeeg aad u malaynayso inaanu daboolnay, la xiriir Adeegyada Xubnaha ee lambarka ku yaal hoosta boggan. Haddii aad heshay biil caafimaad oo ay ahayd in la daboolo, wac Adeegyada Xubnaha.

Waxa laga yaabaa inaad hesho adeegyo caafimaad ama agab aanu qorshuhu cayminin haddii aad ogolaato inaad iyaga ka bixiso. Bixiyeyaasha waa inaad u saxiixdaa foom ay ku qiranayaan in aad

masuul ka tahay biilka. Bixiyeyaasha waa inay lahaadaan foom saxiixan ka hor intaysan bixin adeegyo ama agab aan qorshuhu daboolaynin.

Wacyigelinta dhaqanka:

Waxaan fahamsanahay in caqiidadaada, dhaqankaaga, iyo qiyamkaagu ay door ku leeyihiin caafimaadkaaga. Waxaan rabnaa inaan kaa caawino inaad ilaaliso caafimadka wanaagsan iyo xiriirka wanaagsan ee bixiyaha daryeelka caafimaadkaaga. Waxaan rabnaa inaan hubinno inaad ku hesho daryeel si dhaqan xasaasi ah.

Adeegyada Turjubaanka:

Waxaan kusiin doonaa adeegyada turjumaada oo bilaash ah si ay kaaga caawiso inaad hesho adeegyada. Waxa taas kamid ah turjubaada luuqada lagu hadlo iyo turjubaada Luuqadda Dhegoolaha Maraykanka (American Sign Language, ASL). Adeegyada turjubaanka afka fool ka foolka ah waxaa la caymiyay kaliya haddii turjumaanka uu ku qoran yahay Liiska Turjumaanka Daryeelka Caafimaadka Luuqadda ee Minnesota Department of Health. Ka wac Adeegyada Xubnaha lambarka taleefoonka qaybta 1 si aad u ogaato turjubaannada aad isticmaali karto.

Caymiska caafimaadka kale:

Haddii aad leedahay caymis kale oo caafimaad ama ilkaha, noo sheeg **ka hor intaadan** helin daryeel. Waan kuu sheegi doonaa haddii ay tahay inaad isticmaasho bixiyeyaasha shabakada qorshaha ama bixiyeyaasha daryeelka caafimaadka ee loo isticmaalo caymiskaaga kale. Waxaan kaala shaqayn doonaa qorshahaaga caymiska kale. Haddii caymiskaaga caafimaadka kale ama caymiska ilkahaagu ay isbeddelaan, u sheeg shaqaalahaaga gobolka.

Haddii aad leedahay Medicare, waxaad u baahan tahay inaad ka hesho inta badan daawooyinka laguu qoray adigoo u sii maraya Barnaamijka Daawada Dhakhtarku Qoro ee Medicare (Medicare Prescription Drug Program) (Medicare Qaybta D). Waa inaad isku qortaa qorshaha daawada Medicare-ka si aad u hesho adeegyadaan. Qorshuhu ma bixiyo daawoyinka laguu soo qoray ee hoos yimaada Barnaamijka Dawooyinka ee Medicare-ka (Medicare Prescription Drug Program).

Xogta Gaarka ah:

Anaga, iyo bixiyeyaasha daryeelka caafimaadka ee ku daryeela, waxaan xaq u leenahay inaan helno macluumaadka ku saabsan daryeelkaaga caafimaadka. Markii aad iska diiwaangelisay Barnaamijka Daryeelka Caafimaadka Minnesota, waxaad na siisay oggolaanshahaaga inaanu tan samayno. Macluumaadkaan waanu ilaalin doonaa sida sharcigu qabo.

Barnaamijka qaataha xaddidan:

Barnaamijka qaataha xaddidan (Restricted Recipient Program, RRP) waxaa loogu talagalay xubnaha kaas oo si qaldan u isticmaalay adeegyada caafimaadka. Tan waxaa ka mid ah helitaanka adeegyo caafimaad oo xubnaha aysan u baahnayn, in loo isticmaalo si ay ugu kacdo kharash ka badan intii ay ahaan lahayd, ama qaab ay khatar ugu noqon karto caafimaadka xubinka. South Country Health Alliance ayaa ogeysiin doonta xubnaha haddii lagu meeleeyo Barnaamijka Qaataha Xaddidan.

Haddii aad ku jirto Barnaamijka Qaataha Xaddidan, waa inaad ka heshaa adeeg caafimaad hal bixiyaha daryeelka aasaasiga ah ee loo qoondeeyey, hal rug caafimaad, hal isbitaal oo uu isticmaalo bixiyaha daryeelka aasaasiga ah, iyo hal farmashi. South Country Health Alliance ayaa laga yaabaa inay u xilsaarto adeeg bixiyayaasha kale ee caafimaadka. Waxaa kale oo laga yaabaa in lagugu meeleeyo wakaalada caafimaadka guriga. Laguuma oggolaan doono inaad isticmaashid doorashada kaalmada daryeelka shakhsi ahaaneed ama ikhtiyaarka isticmaalka dabacsan, ama adeegyada macaamiisha hagayo.

Waxaa lagugu xaddidi doonaa bixiyeyaashaan loo qoondeeyay daryeelka caafimaadka ugu yaraan 24 bilood ee u-qalmitaanka Barnaamijyada Daryeelka Caafimaadka Minnesota (Minnesota Health Care Programs, MHCP). Dhammaan u gudbinta takhaatiirta takhasuska leh waa inay ka yimaaddaan bixiyaha daryeelka caafimaadkaaga oo ay helaan Barnaamijka Qaataha Xaddidan ee South Country Health Alliance. 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.

Meelaynta barnaamijka way kula jiri doontaa haddii aad beddesho qorshayaasha caafimaadka. 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 awgeed.

Dhamaadka 24-ta bilood, isticmaalkaaga adeegyada daryeelka caafimaadka dib ayaa loo eegi doonaa. Haddii aad weli si qaldan u isticmaashay adeegyada caafimaadka, waxaa lagu meelayn doonaa barnaamijka 36 bilood oo dheeraad ah oo aad xaq u leedahay. Waxaad xaq u leedahay inaad rafcaan ka qaadato meelaynta Barnaamijka Qaataha Xaddidan. Waa inaad ku xeraysataa racfaan 60 maalmood gudahooda laga bilaabo taariikhda ogeysiiska naga imaaday. Waa inaad rafcaan ku qaadato 30 maalmood gudahood si aad uga hortagto xaddidaadda in la fuliyo inta lagu jiro racfaankaaga. Waxaad codsan kartaa Rafcaan Dowladeed (Dhegeysi Cadaalad ah oo lala yeesho dowladda) kadib markaad hesho go’aankayaga oo caddeynaya inaan go’aansannay in aan xaddidaadda dhaqan gelinno. Tixraac Qaybta 13.

<u>Joojinta:</u>

Daboolíddaada nala jirta waa la kansali doonaa haddii aadan xaq u lahayn Caawinta Caafimaadka ama haddii aad isdiiwaangeliso qorshe kale oo caafimaad.

Haddii aad xaq u yeelan weydo Kaalmada Caafimaadka mar dambe, waxaa laga yaabaa inaad u qalanto inaad iibsato caymis caafimaad adiga oo adeegsanaya MNsure. Wixii macluumaad oo ku saabsan MNsure, wac 855-3MNSURE ama 855-366-7873, TTY, isticmaal adeegyada gudbinta isgaarsiinta maqalka ee aad doorbiday, ama booqo www.MNsure.org. Wicitaankaan waa bilaash.

Qaybta 3. Xeerka Xuquuqda Xubnaha

Waxaad xaq u leedahay inaad:

- Laguula dhaqmo si xushmad, karaamo, iyo tixgelin gaar ah leh.
- Hel adeegyada aad u baahan tahay 24 saacadood maalintiiba, todobo maalmood ee usbuuciiba. Tani waxaa ku jira xaaladaha degdeg ah.
- In loo sheego dhibaatooyinkaaga caafimaadka.
- La yeelato dood furan si aad u hesho macluumaadka ku saabsan ikhtiyaarrada daawaynta habboon ama caafimaad ahaan lagama maarmaanka u ah xaaladahaaga oo ay ku jiraan sida daawadu kuu caawin doonto ama kuu waxyeelaynayso, iyadoon loo eegayn kharash ama faa’iidada caymiska.
- Aad hesho macluumaadka ku saabsan ururkeena, adeegyadeena, hawl-wadeenadeena iyo bixiyeyaasheena, iyo xuquuqaha iyo masuuliyadaha xubnaha
- Kala qayb qaado bixiyayaasha gaarista go’aannada ku saabsan daryeelkaaga caafimaadka.
- Aad diido daaweynta oo hesho macluumaadka ku saabsan waxa dhici kara haddii aad diido daaweynta.
- Aad diido daryeelka bixiyayaasha gaarka ah.
- Ogaaw inaan xogtaada si gaar ah u ilaalin doono sida sharcigu uu qabo.

- Weydii oo soo hel nuqul ka mid ah diiwaanadaada caafimaadka. Waxaad sidoo kale aad xaq u leedahay in aad codsato in aad saxdo diiwaanada.
- Hel ogeysiiska go’aannadeena haddii aan diidno, yareyno, ama joojino adeegga, ama diidno lacag bixinta adeegga.
- Noo soo xerayso cabasho ama racfaan. Waxaad sidoo kale xareysan kartaa cabasho Minnesota Department of Health.
- Codso Racfaan Goboleed (Dhegeysi Cadaalad ah oo lala yeesho gobolka) Minnesota Department of Human Services (sidoo kale loo yaqaan "gobolka"). Waa in aad racfaan naga qaadato ka hor inta aadan codsan Racfaanka Gobolka. Haddii ay naga qaadato in ka badan 15 maalmood inaan go’aan ka gaarno racfaanka qorshahaaga, annagoon codsan waqti kordhin, uma baahnid inaad sugto go’aankayaga si aad u codsato racfaan heer gobol ah.
- Hel sharraxaad cad oo ku saabsan adeegyada daryeelka guriga la daboolay.
- Bixi tilmaamo qoran oo u sheegaya dadka kale rabitaankaaga ku saabsan daryeelkaaga caafimaad. Tani waxaa loo yaqaanaa "dardaaranka daryeelka caafimaadka." Waxay kuu ogolaanaysaa inaad magacowdo qof (wakiil) si uu go’aannada kuugu gaaro haddii aadan awoodin inaad go’aansato, ama haddii aad rabto in qof kale kuu go’aamiyo.
- Dooro meesha aad ka heli doonto adeegyada kalfogeenta ilmaha, ogaanshaha dhalmo la’aanta, adeegyada baadhista iyo daaweynta cudurada lagu kala qaado galmada, iyo adeegyada baadhista AIDS iyo HIV.
- Hel fikir labaad oo ku saabsan caafimaadka, caafimaadka dhimirka, iyo adeegyada khalkhalka isticmaalka muqaadaraadka.
- Ka xorow xayndaab ama gooni isu-saarid loo adeegsado si: lagu qasbo, lagu ciqaabo, ku habboonaanta shaqada, ama aargoosi.
- Codso nuqul qoraal ah oo Buug-gacmeedka Xubnaha ah ugu yaraan hal mar sannadkii.
- Naga hel macluumaadka soo socda, haddii aad codsato. Wac Adeegyada Xubnaha lambarka taleefoonka ee Qaybta 1.
  - Haddii aan isticmaalayno qorshaha dhiirigelinta dhakhtarka kaas oo saameynaya isticmaalka adeegyada gudbinta, iyo faahfaahinta oo ku saabsan qorshaha haddii aan mid isticmaalno.
  - Natiijooyinka daraasada dib-u-eegista tayada dibadda ah oo ka timid gobolka
  - Aqoonta xirfadeed ee bixiyayaasha daryeelka caafimaadka
- Soo jeedi talooyin ku saabsan xeerka xuquuqdeena iyo waajibaadkeena.
- Ku dhaqan xuquuqaha halkaan ku qoran.

Qeybta 4. Mas’uuliyadaha Xubnaha

Waxaa waajib kaa saaran in aad:

- Akhriso Buug-gacmeedkaan Xubinka oo aad ogaato adeegyada hoos yimaada qorshaha iyo sida loo helo.
- Tusiso kaarka Aqoonsiga Xubinka qorshahaaga caafimaadka iyo kaarka Barnaamijka Daryeelkaaga Caafimaadka ee Minnesota mar kasta oo aad hesho daryeel caafimaad. Sidoo kale tus kaararka caymisyada kale ee caafimaad ee aad leedahay, sida Medicare-ka ama caymiska gaarka ah.

- Samee xiriir la-tashi oo joogto ah bixiyahaaga daryeel caafimaad ee shabakadda ka tirsan ka hor intaadan xanuunsan. Tani waxay kaa caawinaysaa adiga iyo bixiyahaaga daryeel caafimaad inaad fahamtaan xaaladda caafimaadkaaga guud.
- Bixi macluumaadka ay bixiyaha daryeelka caafimaadkaaga iyo/ama qorshahaaga caafimaad ku weydiistaan si laguu siiyo daryeel sax ah ama adeegyo. La wadaag macluumaadka ku saabsan taariikhdaada caafimaadka.
- La shaqee bixiyahaaga daryeelka caafimaadka si aad u fahanto xaaladdaada caafimaad ee guud. Horumariso yoolalka daawaynta ee la isku raacsan yahay marka ay suurtogal tahay. Raacdo qorshayaasha iyo tilmaamaha daryeelka ee aad kula heshiisay dhakhtarkaaga. Haddii aad qabto su’aalo ku saabsan daryeelkaaga, weydii bixiyahaaga daryeelka caafimaadka ee haysta shahaadada.
- Ogoow waxa la sameenaayo marka ay dhibaato caafimaad dhacdo, goorta iyo meesha laga raadsado caawimo, iyo sida looga hortago dhibaatooyinka caafimaadka.
- Ku dhaqan daryeelka caafimaadka oo ka hortag ah. Yeelato baaritaano, baarisyo iyo tallaalo lagugu taliyay oo ku salaysan da’daada iyo jinsigaaga.

Nala soo xidhiidh haddii aad hayso wax su’aalo ah, walaac, dhibaatooyin ama talooyin ah. Wac Adeegyada Xubnaha lambarka taleefoonka ee Qaybta 1.

Qaybta 5. Kaarka Aqoonsiga Xubinta ee Qorshahaaga Caafimaad

Xubin kasta ayaa heli doona kaarka aqoonsiga xubinka ee qorshaha.

Had iyo jeer wado kaarkaaga Aqoonsiga xubinka ee qorshaha.

Waa inaad tustaa kaarkaaga aqoonsiga xubinka ee qorshaha mar kasta oo aad heleyso daryeel caafimaad.

Waa inaad isticmaashaa kaarkaaga aqoonsiga xubinka ee qorshaha iyo kaarkaaga Minnesota Health Care Program. Sidoo kale tus kaararka caymisyada kale ee caafimaad ee aad leedahay, sida Medicare-ka ama caymiska gaarka ah.

Wac Adeegyada Xubnaha lambarka taleefoonka qaybta 1 haddii kaadhka aqoonsiga xubinka uu kaa lumo ama lagaa xaday. Waxaan kuu soo diri doonaa kaar cusub.

Wac Shaqaalaha degmadaada haddii kaarkaaga Barnaamijka Daryeelka Caafimaadka ee Minnesota uu lumo ama la xado.

Waa kan kaarka Aqoonsiga xubinka ee qorshaha oo tusaale ah si aad u aragto sida uu u eg yahay:

Qaybta 6. Kharash Wadaagista

Wadaagista kharashku waa qadar ay xubnaha qorshaha caafimaadka masuul ka noqon karaan inay bixiyaan adeeg bixiyayaasha caafimaadkooda ama farmashiga. **Ma jirto qayb ka bixis adeegyada caafimaadka ama farmashiyada ee ay daboolayso Kaalmada Caafimaadka.**

<u>Lacag wada-bixinada</u>

Lacaga wada-bixinta waxay ku taxan tahay shaxda soo socota:

Adeegga	Qadarka Lacagta la bixinaayo
Booqaashinka aan ahayn kahortaga (sida booqashooyinka cune xanuunka, eegitaanka macaanka, xumada, dhabar xanuunka, iwm.) waxaa bixiya dhakhtar, kaaliyaha caafimaadka, kaaliyaha caafimaadka oo xirfadle sare ah, umuliso haysata shahaado, dhakhtarka lafaha, dhakhtarka toobinta, dhakhtarka lugaha, dhakhtaka dhagaha, ama dhakhtarka indhaha.	$0.00
Hababka ogaanshaha cudurka (tusaale ahaan, endoscopy, arthroscopy)	$0.00
Booqashada qolka degdega ah marka aysan jirin xaalad degdeg ah	$0.00
Warqadda dawooyinka magaca sumadda	$0.00
Warqadda dawooyinka guud	$0.00

Haddii aad leedahay Medicare, waa inaad heshaa inta badan daawooyinka laguu qoray adigoo u sii maraya Barnaamijka Dawooyinka ee Medicare-ka (Medicare-ka Qaybta D). Waxaa laga yaabaa inaad haysato lacag-bixino kala duwan oo aan xadidnayn bil kasta adeegyadaan qaarkooda. Haddii ay kuu harsan tahay lacag dhiibid, Waa in aad si toos ah ugu bixisa lacag bixintaada bixiyahaaga.

Wixii macluumaad dheeraad ah, wac Adeegyada Xubnaha lambarka taleefoonka ee Qaybta 1 haddii aad qabto su’aalo.

Qaybta 7. Adeegyada la Caymiyay

Qaybtani waxay sharxaysaa adeegyada waaweyn ee ka mid ah qorshaha xubnaha Kaalmada Caafimaadka. Ma aha liis dhammaystiran oo ah adeegyada la caymiyay. Haddii aad u baahato caawimaad ku saabsan fahamka adeegyada la daboolay, wac Adeegyada Xubnaha lambarka taleefanka ee ku qoran Qaybta 1. Qaar ka mid ah adeegyada waxay leeyihiin xaddidaadyo. Adeegyada qaarkood waxay u baahan yihiin oggolaansho hore. Adeegga lagu calaamadeeyay calaamada (*) macneheedu waxa weeye oggolaansho hore ayaa loo baahan yahay ama laga yaabaa in loo baahdo. Hubi in ay jirto oggolaansho hore ka hor inta aadan helin adeegga. Dhammaan adeegyada daryeelka caafimaadku waa inay caafimaad ahaan lagama maarmaan ahaadaan si ay u noqdaan adeegyo la daboolay. Ka eeg Qaybta 2 si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan oggolaanshaha hore. Waxaad sidoo kale wici kartaa Adeegyada Xubnaha lambarka taleefanka Qaybta 1 wixii macluumaad dheeraad ah.

Adeegyada Toobinta

Adeegyada la caymiyay:

- Adeegyada toobinta waa la daboolay marka uu bixiyo toobiyaha shatiyeysan ama dhakhtar kale ee Minnesota ah dhakhtar shati haysta leh tababbarka toobinta iyo aqoonsiga.
- Ilaa 20 qaybaha oo adeegyada toobinta ah ayaa la ogol yahay sanad kasta oggolaansho la'aan. Weydiiso oggolaansho hore haddii cutubyo dheeraad ah loo baahan yahay.*
- Adeegyada toobinta waxaa lagu caymiyaa kuwa soo socda:
    - xanuun ba'an iyo mid joogto ah
    - niyad jabka
    - walaac
    - waalida
    - cilada ka soo kabashada ka dib dhacdada argagax leh.
    - hurdo la'aan
    - joojinta sigaar cabbida
    - cillad lugaha aan degganayn
    - xanuunka caadada
    - afka oo qalala (af qalalan) oo la xidhiidha kuwaan soo socda:
        - Cudurka Sjögren
        - daaweynta shucaaca
    - lalabo iyo matag la xiriira arrimaha soo socda:
        - hababka qalliinka kadib
        - uurka
        - daryeelka kansarka

Baaritaannada carruurta iyo dhallinta (Child and Teen Checkups, C&TC)

Adeegyada la Caymiyay:

- Barnaamijka Baaritaannada Carruurta iyo Dhallinyarada (C&TC) wuxuu bixiyaa booqashooyin dhakhtar iyo adeegyo ilkaha ah oo ku salaysan da'da, kuwaas oo loogu talagalay carruurta, dhallinyarada, iyo dhalinyarada da'da yar ee ka hooseeya 21 sano. Adeegyada ku jira faa'iidadan waa la daboolayaa xitaa haddii isla adeegyadaas aan lagu daboolin faa'iidada dadka waaweyn. Carruurta, dhallinyarada, iyo dhalinyarada da'da yar ee u qalma waxay helayaan daryeelka caafimaad ee ay u baahan yihiin, marka ay u baahan yihiin, iyo goobta ugu habboon.

Booqashooyinka C&TC waxay si joogto ah ugu dhacaan dhallaanka iyo carruurta yaryar, halka carruurta da'doodu tahay 3 sano iyo ka weyn ay dhacaan ugu yaraan hal mar sannadkii.

Carruurta waa in la arkaa markey ku jiraan da'daha soo socda:

0-1 bilood	12 bilood
2 bilood	15 bilood
4 bilood	18 bilood
6 bilood	30 bilood
9 bilood	3 sano iyo sanad kasta ilaa 21 sano jir

Baaritaannadan joogtada ah waxay bixiyaan fursad lagu kormeero koritaanka iyo horumarka, lagu helo tallaallo, lagu baaro laguna aqoonsado dhibaatooyin suuragal ah, looguna daaweeyo si looga hortago dhibaatooyin waaweyn mustaqbalka. Waxaad foomkan ka eegi kartaa baaritaannada laga yaabo in lagu sameeyo booqasho kasta oo dhakhtar oo ku saleysan da'da: Jadwalka Minnesota C&TC ee Heerarka Baaritaannada Ku Saleysan Da'da (https://edocs.dhs.state.mn.us/lfserver/public/DHS-3379-ENG). Ilaalinta caafimaadka ilmahaaga waxay kordhisaa fursadaha uu u leeyahay inuu noqdo qof weyn oo caafimaad qaba.

Waxa la daboolayo

Barnaamijyada Caafimaadka Minnesota (Minnesota Health Care Programs, MHCP) waxay daboolayaan hubinta caafimaadka carruurta ee ku saleysan da'da iyo dhammaan baaritaannada lagama maarmaanka ah sida ay dhigayaan Jadwalka C&TC ee Minnesota ee Heerarka Baaritaanka Da'da (https://edocs.dhs.state.mn.us/lfserver/public/DHS-3379-ENG) oo wax khatar ah adiga kuguma taagna

Tan waxaa ku jira:

- baaritaan ka bilow madax ilaa cirib
- Tallaallo iyo baaritaan shaybaadh sida loo baahdo
- Baaritaanada lagu sameenayo horumarka jireed iyo koritaanka
- taariikhda caafimaadka oo ay ku jirto nafaqada
- waxbarashada caafimaadka
- Baaritaanka maqalka iyo aragga
- Macluumaad ku saabsan caafimaadka jirka iyo maskaxda wanaagsan
- Waqti lagu weydiiyo su'aalo iyo lagu helo jawaabo ku saabsan caafimaadka ilmahaaga, dabeecadiisa, iyo horumarkiisa, iyo in laga hadlo waxbarashada, dareenka, xiriirada, waalidnimada, iyo fayoobaanta qofka daryeel bixiyaha ah
- fluoride-ka dhumuca sare leh si loo ilaaliyo ilkaha caafimaad qab iyo gudbinta dhakhaatiirta ilkaha

Fiiro Gaar ah:
Hubinno dheeraad ah ayaa la dabooli karaa haddii loo baahdo. Carruurta ku nool meelaha daryeelka ka baxsan guriga ama daryeelka hoyga waa in si joogto ah loo hubiyaa.

Kormeeradani waxay ku habboon yihiin gelitaanka xarumaha daryeelka carruurta, barnaamijka Head Start, waana in lagu daraa shuruudaha baaritaanka isboortiga ee Ururka Isboortiga Dugsiyada Sare ee

Gobolka Minnesota. Hubi inaad ballanta la tagto dhammaan foomamka uu dhakhtarku u baahan yahay inuu buuxiyo.

Laga bilaabo da'da 11, booqasho kasta waxaa ku jiri kara bukaan iyo bixiyaha hal-hal-mar ah. Tani waxay siinaysaa wakhti qaangaarada iyo dhalinyarada si gaar ah su'aalo ay u waydiiyaan oo ay u bartaan inay maareeyaan caafimaadkooda.

La xidhiidh rugtaada daryeelka aasaasiga ah si aad u ballansato C&TC booqasho caafimaad oo ka hortag ah.

Daryeelka Lafaha Dhabarka (xubnaha ka yar 21 sano jira)

Adeegyada la Caymiyay:

- Hal qiimayn ama baarista sanad kasta ah
- Gacan ku toosinta (habaynta) laf dhabarta si loo daweeyo isdhexgalka laf dhabarta – ilaa 24 daawayno sanad kasta, oo ku xaddidan ilaa lix bishii. Daawooyinka ka badan 24 sanad dugsiyeedkii ama lix bishiiba waxay u baahan yihiin oggolaansho hore.
- Raajooyinka marka loo baahdo si loo taageero oggaanshaha isdhexgalka laf dhabarta

Adeegyada Aan La cayminin:

- Toosinada kale, fiitamiinno, sahay caafimaad, daawayno iyo qalabka daaweynada lafaha

Adeegyada Cafimaadka Ilkaha

MUHIIM: Tani ma aha liis dhammeystiran. Daboolidda gaarka ah lama damaanad qaadayo. Xadeynada adeega waxay quseyn kartaa adeegyada ku qoran qeybta adeegyada ilkaha. Adeegyada qaar waxaa laga yaabaa inay u baahdaan ama aysan u baahan ansixin hore sabab la xiriirto muhiimada caafimaadka. Si wax looga ogaado wax ku saabsan adeegyadaan, waxaad la xiriiri kartaa Adeegyada Xubnaha.

Adeegyada la Caymiyay:

- Adeegyada ogaanshaha:
  - baaritaanka iyo qiimeynta
  - adeegyada raajada, oo ay ku jiraan:
    - raajada ilkaha
    - hal Raajo oo ogaanshaha dhibaatooyinka
    - sawirka buuxo
    - raajada buuxdo ee afka
- Adeegyada ka hortagga:
  - daaweynta ilka bolalka
  - nadiifinta (nadaafada) ilkaha
  - kiimikada ilkaha
  - daboolada
  - tilmaamaha nadaafada afka
- Adeegyada soo celinta ilkaha:
  - buuxinada
  - buuxinada ilkaha ku meel gaarka ah oo xanuun baabi'in ah
  - ilkahasamayska ah ee shakhsi ahaaneed, kuna xaddidan resin* iyo birta aan daxalka lahayn

- Endodontics (xarigga xididdada ilkaha)
    - habraacyada kale ee wareega ciridka
- Daaweynta agagaarka ilkaha:
    - ka saarida guud ee huurdada iyo qabsiyada (ka saarida buuxdo ee afka)
    - huura ka saarida iyo nadiifinta gudaha*
        - habraacyada dabagalka (hagaajinta daaweynta ilkaha) (oo labo sanno oo xigta huura ka saarida iyo nadiifinta gudaha)
- Ilko Bedelista:
    - qalabka looga saari karo (ilko macmal ah, qaybo ah, xad-dhaaf macmal ah) (hal qalab sadex sanaba mar ilko kasta)
    - hagaajinta, wax ka beddelidda, dib u habeynta, dayactirka, iyo dib u dejinta qalabka la saari karo (ilkaha iyo qaybo ka mid ah)
    - bedelida qalabyada lumay, la xaday, ama burburay oo aan la hagaajin karin xaaladaha qaarkooda*
    - beddelka qalabka qayb ahaan haddii qaybta hadda jirta aan la beddeli karin si loo caymiyo baahiyaha ilkaha*
    - Kabista unugyada ilkaha gudaha ah
    - rakibyada iyo dayactirka
- Qaliinka afka
    - Ka saarista iligga
        - Ka saarista iligga dhoosha* (iyadoo oggolaansho hore la haysto)
- Biraha ilkaha oo leh ansixin Hore*
- Adeegyada ilkaha guud ee dheeraadka ah:
    - daaweynta degdegga ah ee xanuunka
    - suuxdinta guud, suuxdin qoto dheer
    - Xarun daryeel ballaaran ama booqasho guri oo lagu bixiyo goobaha hay'adaha qaarkood, oo ay ka mid yihiin: guryaha daryeelka hoyga, Hay'adaha Cudurrada Maskaxda (IMD), Xarumaha Daryeelka Dhexe ee Dadka Naafada Horumarka (ICF/DDs), daryeelka hospice-ka, Ikhtiyaarrada Daawaynta La Kordhiyay ee Minnesota (METO), xarumaha kalkaalinta, iskuullo ama barnaamijka Head Start, xarumaha kalkaalinta xirfadlaha ah, iyo sariiraha "swing beds" (sariir xarun kalkaalin oo ku dhex taal isbitaal).
    - maaraynta habdhaqanka marka loo baahdo si loo hubiyo in adeegga ilkaha loo caymiyay si badbaado leh loo fuliyay
    - gaaska aan guban
    - saxitaanada qaniinyada afka
    - suuxdinta afka ama faleebada IV

Fiirooyinka Gaarka ah:
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 Kaalmada Caafimaadka.

Haddii aad bilowdo adeegyada ilkaha, uma baahnid dhamaystirka qorshaha daawaynta si aanu u bixino lacagta bixiyaha adeegyada la helay.

Haddii aad ku cusub tahay qorshahayaga caafimaadka oo aad hore u bilawday qorshaha daawaynta adeegga ilkaha (tusaale, daryeelka dhakhtarka ilkaha), fadlan nala soo xidhiidh iskuduwidda daryeelka.

Tixraac Qaybta 1 ee macluumaadka xidhiidhka Adeegyada Ilkaha.

Adeegyada ogaanshaha

Adeegyada la Caymiyay:

- Baaritaanada shaybaadhka iyo raajooyinka
- Tijaabooyinka kale ee baaritaanka caafimaadka ee uu bixiyahaaga daryeelka caafimaadka ee shahaadaysan dalbado

Fiirooyinka Gaarka ah:
Baaritaannada ogaanshaha waa la caymiyay haddii ay buuxiyaan shuruudaha ceymsanaanta Medicare ama teena iyo baaritaanku caafimaad ahaan lagama maarmaanka ah. Ma ahan in baaritaan kasta la dabooli doono.

Adeegyada waxaa laga yaabaa in lagu bixiyo xafiiska dhakhtarka, goobta caafimaadka, goobta isbitaalka bukaan-socodka, shaybaar madax-bannaan ama goob raajo shucaac ah.

Dhakhtarka iyo adeegyada kale ee caafimaadka

Adeegyada la Caymiyay:

- Booqashooyinka dhakhtarka oo ay ku jiraan:
  - Xasaasiyadda daaweynta difaaca jirka iyo baaritaanka xasaasiyadda
  - Daryeelka dadka uurka leh
  - qorshaynta qoyska – **adeega gelitaanka furan**
  - baaritaanada shaybaadhka iyo raajooyinka
  - baaritaannada jirka
  - baaritaannada ka hortagga ah
  - booqashooyinka xafiiska ka hortagga
  - takhasuslayaasha gaarka ah
  - la tashiga daawada isgaariinta
  - tallaalada iyo daawooyinka lagu bixiyo xafiiska daryeel bixiyaha caafimaadka oo u qalma
  - booqashooyinka jirrada ama dhaawac
  - booqashooyinka isbitaalka ama guriga kalkaalinta

- Adeegyada kalkaaliyeyaasha heer sare: adeegyo ay bixiyaan kalkaaliye xirfadle (nurse practitioner), kalkaaliye suuxiye (nurse anesthetist), umuliso kalkaaliye ah (nurse midwife), ama kalkaaliye takhasus caafimaad (clinical nurse specialist).
- Guriga Caafimaadka Dhaqanka: isku-duwidda daryeelka aasaasiga ah, adeegyada caafimaadka maskaxda, iyo adeegyada bulshada.
- Dhiigga iyo waxyaabaha dhiigga laga dhaliyo
- Caymiska tijaabada caafimaadka: Daryeel joogto oo ah: 1) lagu bixiyo qayb ka mid ah daawaynta nidaamka tijaabada caafimaad; 2) caadi ah, dhaqan ah oo ku haboon xaaladaada; iyo 3) sida caadiga ah waxaa lagu bixiyaa meel ka baxsan tijaabada caafimaadka. Tan waxaa ku jira adeegyada iyo alaabta loo baahan yahay si loo daweeyo saamaynta iyo dhibaatooyinka daawaynta habraaca.
- Baaritaannada kansarka (oo ay ku jiraan baarista raajada naasaha, qalabka lagu baaro kansarka, baarista kansarka qanjirka, baaritaanka kansarka mindhicirka)
- Adeegyada rugta caafimaadka
- Iskuduwidda daryeelka shaqaalaha caafimaadka bulshada iyo adeegyada waxbarashada bukaanka
- Adeegyada Farsamo-yaqaanka Xaaladaha Degdegga ah ee Caafimaadka Bulshada (CMET).
  - booqashooyinka usaarista guriga ee isbitaalka ka dib/xanaanada ka dib ee uu amray bixiyaha daryeelka caafimaadkaaga

    - Booqashooyinka qiimeynta badbaadada ee uu dalbado Bixiyahaaga Daryeelka Aasaasiga ah/Dhakhtarkaaga (PCP)

- Adeegyada Paramedic-ga Bulshada: adeegyo gaar ah oo uu bixiyo paramedic bulsho. Adeegyadu waa inay ahaadaan qayb ka mid ah qorshaha daryeelka ee bixiyaha daryeelka caafimaadkaaga. Adeegyada waxaa ka mid noqon kara:
    - qiimaynta caafimaadka
    - la socodka iyo waxbarashada cudurada raaga
    - ka caawinta daawooyinka
    - tallaalista iyo tallaalada
    - ururinta muunada shaybaarka
    - daryeelka daba-galka ah ka dib markii lagugu daweeyey isbitaalka
    - hababka kale ee caafimaad ee yaryar

- La-talinta iyo baarista cudurrada galmada la isku qaadsiiyo (STDs), AIDS-ka iyo xaaladaha kale ee la xiriira HIV – **adeegga gelitaanka furan**
- Adeegyada daryeelka neefta ee la xoojiyey (xubnaha xaqa u leh ee da'doodu ka yar tahay 21 jir kuwaas oo laga helay cudurka neefta oo liidata, marka shuruudo gaar ah la buuxiyo)
    - Booqashada guriga si loo go'aamiyo haddii ay jiraan wax-kiciya neefta oo ku jira guriga xubinka.
    - Waa in uu bixiyaa khabiir caafimaad deegaan oo diwaan gashan, ku takhasusay guryaha caafimaadka qaba, iyo qiimeeyaha khatarta curiyada macdan ah. Hay'adda caafimaadka dadweynaha ee deegaanka ayaa kaa caawin karta inaad hesho mid ka mid ah xirfadlayaashan daryeelka caafimaadka si ay kuu caawiyaan ama waxaad la xiriiri kartaa Adeegyada Xubnaha

- Adeegyada Guriga Daryeelka Caafimaadka: isku-duwidda daryeelka xubnaha leh baahiyo daryeel caafimaad oo adag ama daba-dheer.
- Waxbarashada caafimaadka iyo la-talinta (tusaale, joojinta sigaarka, la-talinta nafaqada, waxbarashada sonkorowga)
- Isku-duwidda Adeegga Bulshada ee Ku Xiran Isbitaalka (IRSC): isku-duwid adeegyo loogu talagalay in lagu yareeyo isticmaalka qolka gargaarka degdegga ah ee isbitaalka (ER) xaalado gaar ah. Adeegani wuxuu wax ka qabtaa caafimaadka, bulshada, dhaqaalaha, iyo baahiyaha kale ee xubnaha si loo yareeyo isticmaalka ER iyo adeegyada kale ee daryeelka caafimaadka.
- Tallaalada
- Adeegyada xuubka sambabada (dirid cidiyaha suulasha, galleyda iyo galeyda cudurka qaba, iyo daryeelka cagaha kale ee aan caadiga ahayn)
- Daaweynta neefsashada
- Adeegyada kalkaalisada caafimaadka dad weynaha ee shahaadeysan ama kalkaalisada diiwaangashan ee ka shaqaynaysa rugta caafimaadka dadweynaha ee hoos timaada qayb dawladeed
- Daawaynta AIDS-ka iyo xaaladaha kale ee HIV-ga la xidhiidha – **MA AHAN** adeegga gelitaanka furan. Waa inaad isticmaashaa bixiye shabakada qorshaha
- Daaweynta cudurrada galmada lagu kala qaado (STDs) – **adeeg si furan loo heli karo**
- Maareynta daryeelka qaaxada iyo kormeerka tooska ah ee qaadashada daawada

Adeegyada aan la cayminin:

- Siyaabaha macmalka ah ee uur lagu yeelan karo (Bacrinka macmalka ah, oo ay ku jiraan bacriminta-iskukeenka biyaha iyo adeegyada la xidhiidha, daawooyinka bacriminta iyo adeegyada la xidhiidha)

Adeegyada Farogelinta Koriinka iyo Hab-dhaqanka Hore ee Degdegga ah (EIDBI)* (*xubnaha ka yar 21 jir*)

Ujeedada dheefta EIDBI waa in la bixiyo caafimaad ahaan lagama maarmaanka u ah, hore iyo ka-hortagga degdega ah ee dadka qaba Xanuunka Ootiisamka Koriinka Saameeya (Autism Spectrum Disorder, ASD) iyo xaaladaha la xidhiidha. Qoysasku waxay wax badan ka baran karaan EIDBI iyagoo qaadanaya EIDBI 101 tababarka khadka (https://pathlore.dhs.mn.gov/Courseware/DisabilityServices/EIDBI/EIDBI101_F/index.html). Warqadda Soo Dhawaynta EIDBI oo loogu talagalay Daryeel bixiyayaasha (https://mn.gov/autism/assets/EIDBI-welcome-parent-letter_tcm1070-538390.pdf) Waxay ku siinaysaa macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan barnaamijka marka haddii qoysku ay bilaabaan adeegyada.

Qosaska wax badan ayay ka baran karaan cudurka ootiisamka, sidoo kale ilaha iyo taageerada, adiga oo booqanaya Minnesota Autism Resource Portal (https://mn.gov/autism/).

Dheefta waxaa sidoo kale loogu talagalay in:

- Wax lagu baro, lagu tababaro oo lagu taageero waalidiinta iyo qoysaska
- Lagu horumariyo madax-bannaanida dadka iyo ka-qaybgalka qoyska, dugsiga iyo nolosha bulshada
- Hagaajinta natiijooyinka muddada dheer iyo tayada nolosha dadka iyo qoysaskooda.

Adeegyada EIDBI waxaa bixiya bixiyeyaasha diiwaangashan ee EIDBI kuwaas oo khibrad u leh hababka daaweynta la oggolaaday oo ay ka mid yihiin:

- Falanqaynta Dhaqanka La Adeegsaday (Applied Behavior Analysis, ABA).
- Habka Korriinka Shakhsiyeed ee Xiriirka-ku-saleysan (DIR)/qaab dabiibineedka wakhtiga ilmaha qaba dhibaatadda korriineed lagula qaato sagxada.
- Qaabka Bilowga Hore ee Denver (ESDM)
- Faragelinta Horumarinta Xiriirka (RDI).

(https://www.dhs.state.mn.us/EIDBI-TreatmentModalities)

Adeegyada la Caymiyay:

- Qiimaynta Anshaxa Badan ee Dhammaystiran (CMDE) kaas oo loo baahan yahay si loo go'aamiyo u-qalmitaanka iyo baahida caafimaadka ee adeegyada EIDBI (https://www.dhs.state.mn.us/main/idcplg?IdcService=GET_DYNAMIC_CONVERSION&RevisionSelectionMethod=LatestReleased&dDocName=DHS16_195210)

- Horumarinta Qorshaha Daawaynta Qofka (Individual Treatment Plan, ITP) (Magac soo gaabinta)
  - Qorshaha Daawaynta Shakhsiga (ITP) Kormeerida Horumarka iyo Horumarinta (https://www.dhs.state.mn.us/main/idcplg?IdcService=GET_DYNAMIC_CONVERSION&RevisionSelectionMethod=LatestReleased&dDocName=DHS16_195402)

- Wax Uga Qabashada Tooska ah: Shakhsiga, Kooxda*, iyo/ama xooga sare (https://www.dhs.state.mn.us/main/idcplg?IdcService=GET_DYNAMIC_CONVERSION&RevisionSelectionMethod=LatestReleased&dDocName=DHS16_195212)

- Dhowridda iyo Jihada*
  (https://www.dhs.state.mn.us/main/idcplg?IdcService=GET_DYNAMIC_CONVERSION&RevisionSelectionMethod=LatestReleased&dDocName=DHS16_195401)
- Tobobarka iyo Latalinta Qoyska/Daryeelaha: Shakhsiga, iyoi/ama Kooxda*
  (https://www.dhs.state.mn.us/main/idcplg?IdcService=GET_DYNAMIC_CONVERSION&RevisionSelectionMethod=LatestReleased&dDocName=DHS16_195340)
- Shir Isku-duwid Daryee
  (https://www.dhs.state.mn.us/main/idcplg?IdcService=GET_DYNAMIC_CONVERSION&RevisionSelectionMethod=LatestReleased&dDocName=DHS16_195209)
- Waqtiga safarka

Adeegyada Caafimaadka Degdegga ah iyo Daryeelka Xasilinta-Kadib

Adeegyada la Caymiyay:

- Adeegyada qolka xaaladda degdega ah
- Daryeelka xasilinta-kadib
- Ambalaaska (hawada ama dhulka waxaa ku jira gaadiidka biyaha)

Adeegyada aan la cayminin:
Adeegyada caafimaadka degdegga ah, kuwa muhiimka ah, ama adeegyo kale oo caafimaad, ama walxo laga helo bixiyeyaasha ku yaal meel ka baxsan Mareykanka (U.S.). Annaga lacag daryeel caafimaad ma siin doonno bixiyaha ama hay'adda ka baxsan Maraykanka.

Fiirooyinka Gaarka ah:
Haddii aad qabto xaalad degdeg ah oo aad isla markiiba u baahan tahay daaweyn, wac 911 ama isticmaal qolka gargaarka degdegga ah ee kuugu dhow. Tus kaarka aqoonsiga xubinka oo weydii inay u wacaan dhakhtarkaaga daryeelka aasaasiga ah.

Dhammaan xaaladaha kale, haddii ay suurtagal tahay, la xiriir bixiyahaaga daryeelka caafimaadka ee shahaadaysan. Waxaad wici kartaa lambarka 24 saacadood maalintii, todobada maalmood ee usbuuca waxaadna heli kartaa tilmaamo ku saabsan waxaad samaynayso.

Haddii aad ka maqan tahay magaalada, isticmaal qolka gurmadka ee kuugu dhow ama wac 911. Tus kaarka aqoonsiga xubinka oo weydii inay u wacaan dhakhtarkaaga daryeelka aasaasiga ah.

Waa inaad adiga wacdaa rugtaada daryeelka aasaasiga ah ama Adeegyada Xubnaha ka tirsan 48 saacadood gudaheeda ama sida ugu dhakhsiyaha badan marka aad hesho daryeelka degdeg ee isbitaalka aan qayb ka ahayn shabakada qorshaha.

Adeegyada qorshaynta qoyska

Adeegyada la Caymiyay:

- Baaritaanka kala-fogeynta ilmaha iyo daaweynta caafimaadka – **adeegga gelitaanka furan**
- Shaybaarka kalafogeenta ilmaha iyo baaritaannada ogaanshaha – **adeegga gelitaanka furan**
- Hababka qorsheynta qoyska (tusaale, kaniiniyada ilaalinta uurka, balastar, giraanta, Aaladaha Minka la geliyo (Intrauterine Device, IUD), irbado, ku talaalis) – **adeegga gelitaanka furan**
- Qorshaynta qoyska oo leh warqad dhakhtar (tusaale, cinjir, isbuunyo, xumbo, filim, xabad, koofiyad) – **adeegga gelitaanka furan**
- La-talinta iyo ogaanshaha dhalmo la'aanta, oo ay ku jiraan adeegyada la xidhiidha – **adeegga gelitaanka furan**

- Daawaynta xaaladaha caafimaad ee dhalmo la'aanta – **MA AHAN** adeeg gelitaan furan. Waa inaad isticmaashaa bixiyaha ee shabakada qorshaha ah. Fiiro gaar ah: Adeegan kuma jiraan habab macmal ah oo aad uur ku yeelan karto.
- La-talinta iyo baarista cudurrada galmada la isku qaadsiiyo (STDs), AIDS-ka iyo xaaladaha kale ee la xiriira HIV – **adeegga gelitaanka furan**
- Daawaynta cudurada galmada lagu kala qaado (STDs) – **adeegga gelitaanka furan**
- Dhalmada ikhtiyaarka ah – **adeeg gelitaan furan**
  Ogsoonow: Waa inaad jirtaa 21 ama ka weyn tahay waana inaad saxiixdaa foomka oggolaanshaha dhalmo xakamaynta federaalka. Ugu yaraan 30 maalmood, laakiin aan ka badnayn 180 maalmood, waa in ay dhaafaan inta u dhaxaysa taariikhda aad saxiixday foomka iyo taariikhda qalliinka.
- La talinta hidda-siddaha – **adeeg gelitaan furan**
- Tijaabada hidda-sidaha* – **MA AHA** adeega gelitaanka furan. Waa inaad isticmaashaa bixiyaha ee shabakada qorshaha ah.
- Daawaynta AIDS-ka iyo xaaladaha kale ee HIV-ga la xidhiidha – **MA AHAN** adeegga gelitaanka furan. Waa inaad isticmaashaa bixiyaha ee shabakada qorshaha ah.

Adeegyada Aan La cayminin:

- Siyaabaha macmalka ah ee uur lagu yeelan karo (Bacrinka macmalka ah, oo ay ku jiraan bacriminta iskukeenka biyaha iyo adeegyada la xidhiidha, daawooyinka bacriminta iyo adeegyada la xidhiidha)
- Dib u celinta ee nadiifinta ikhtiyaarka ah
- Dhalmo dilista qof hoos yimaada ilaalinta/masuulka

Fiirooyinka Gaarka ah:
Sharciga federaaliga iyo gobolka ayaa kuu oggolaanaya inaad doorato dhakhtar kasta, rug caafimaad, isbitaal, farmashiye, ama wakaaladda qorsheynta qoyska si aad u hesho **adeegyo gelitaanka furan**, xitaa haddii aysan ku jirin shabakadda qorshaha.

Qalabka Gargaarka maqalka

Adeegyada la Caymiyay:

- Batariyada gargaarka maqalka
- Aaladaha maqalka*
- Dayactirka iyo beddelka* qalabka gargaarka maqalka xirashada iyo jeexjeexa caadiga ah awgeed, oo leh xad*

Adeegyada daryeelka guriga

Adeegyada la Caymiyay:

- Booqashada kalkaalisada xirfada leh
- Daaweynta baxnaaninta si loo soo celiyo shaqada (tusaale, hadalka, jirka, shaqada, neefsashada)
- Booqashada kaaliyaha caafimaadka guriga

Isbitaalka

Adeegyada la Caymiyay:
Faa'iidooyinka isbitaalka waxaa ka mid ah caynsanaanta adeegyada soo socda, marka si toos ah loo bixiyo iyadoo laga jawaabayo Xanuunka ugu dambeeya:

- Adeegyada dhakhtarka
- Adeegyada kalkaalinta
- Adeegyada bulshada ee caafimaadka
- La-talinta
- Agabka iyo qalabka caafimaadka
- Daawooyinka bukaan-socodka ee calaamadaha iyo xakamaynta xanuunka
- Cuntada iyo la-talinta kale
- Daryeelka bukaan-jiifka ee muddada gaaban
- Daryeelka nasashada
- Kaaliyaha caafimaadka guriga iyo adeegyada guri-ka guriga ah
- Daaweynta jirka, shaqada, iyo hadalka
- Iskaa wax u qabsayaalka
- Alaabooyinka iyo adeegyada kale ee ku jira qorshaha daryeelka ee sida kale loo caymiyay adeegyada caafimaadka

Fiirooyinka Gaarka ah:
Xubnaha da'doodu tahay 21 iyo kuwa ka yar weli waxay heli karaan daawaynta xaaladdooda kama dambaysta ah marka lagu daro adeegyada isbitaalka.

Doorashada Medicare-ka

Waa inaad doorataa dheefaha isbitaalka si aad u hesho adeegyada isbitaalka.

Haddii aad xaq u leedahay Medicare iyo Caawinta Caafimaadka labadaba, oo aad doorato hospice, waa inaad sidoo kale doorataa daryeelka hospice ee Medicare marka lagu daro daryeelka qofka ku dhaw dhamaadka wakhti nololeedkiisa ee Kaalmada Caafimaadka. Tilmaamaha federaalku waxay kaa mamnuucayaan inaad doorato daryeelka guriga barnaamijka oo aan ahayn midka kale marka aad u qalantid labadaba.

Haddii aad xiisaynayso isticmaalka adeegyada isbitaalka, ka wac Adeegyada Xubnaha lambarka taleefoonka Qaybta 1.

Isbitaalka – Bukaan-jiif

Adeegyada la Caymiyay:
Adeegyada isbitaalka bukaan-jiifka waa la caymiyaa haddii la go'aamiyo inay caafimaad ahaan lagama maarmaan u yihiin. Tan waxaa ku jira:

- Joogitaanka isbitaalka ee bukaan-jiifka
- Qolkaaga badhka-gaarka ah iyo cuntadaada
- Qolka gaarka ah marka caafimaad ahaan loo baahdo
- Baaritaanada iyo raajooyinka
- Qalliin*
- Daawooyinka
- Qalabka caafimaadka
- Adeegyada xirfadda
- Adeegyada dabiibka (tusaale ahaan, jirka, shaqada, hadalka, neefsashada)

Adeegyada aan la cayminin:

- Alaabooyinka raaxada gaarka ah, sida TV-ga, taleefoonka, timo-jaraha ama adeegyada qurxinta, adeegyada martida
- Kharashaadka la xidhiidha daryeelka isbitaalka ee adeegyada baarista, qalliinka caagga ah ama qalliinka qurxinta lama caymiyo ilaa la go'aamiyo caafimaad ahaan lagama maarmaan u ah habka dib u eegista caafimaadka

Fiirooyinka Gaarka ah:
Macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan noocyada kala duwan ee bukaan-jiifka oo ay ku jiraan bukaan-jiifka maskaxda ama cillada isticmaalka mukhaadaraadka (Substance Use Disorder, SUD), tixraac qaybaha gaarka ah ee buug-gacmeedkaan xubnaha.

Daryeelka aan degdega ahayn ee lagu helo isbitaalka waxaa laga yaabaa inay u baahdaan oggolaansho hore. Fadlan la shaqee bixiyahaaga daryeelka caafimaadka ee shahaadaysan si aad u hesho oggolaansho hore haddii loo baahdo. Waxaad sidoo kale wici kartaa Adeegyada Xubnaha lambarka taleefanka Qaybta 1 wixii macluumaad dheeraad ah.

Isbitaalka – Bukaan-socodka

Adeegyada la Caymiyay:

- Daryeelka degdega ah ee xaaladaha aan sida degdega ah u darnayn
- Xarunta qalliinka bukaan-socodka*
- Baaritaanada iyo raajooyinka
- Kelyo sifeynta
- Adeegyada qolka xaaladda degdega ah
- Daryeelka xasilinta-kadib
- Adeegyada indho-indheynta – haddii aan lagu seexanin sida bukaan-jiif ahaan isbitaalka, waxa aad geli kartaa heerka "indha-indheynta bukaan-socodka" ilaa uu bixiyahaagu go'aamiyo in xaaladaadu u baahan tahay in bukaan-jiif laguu seexiyo isbitaalka ama guriga laguu diro. Adeegyada indho-indheynta waxaa la caymiyaa ilaa 48 saacadood. South Country Health Alliance waxay tixgelin doonaan adeegyada kormeerka ilaa 72 saacadood xaaladaha aan caadi ahayn marka la soo gudbiyo dukumiinti dheeraad ah.

Fiirooyinka Gaarka ah:
Daryeelka aan degdega ahayn ee lagu helo isbitaalka waxaa laga yaabaa inay u baahdaan oggolaansho hore. Fadlan la shaqee bixiyahaaga daryeelka caafimaadka ee shahaadaysan si aad u hesho oggolaansho hore haddii loo baahdo. Waxaad sidoo kale wici kartaa Adeegyada Xubnaha lambarka taleefanka Qaybta 1 wixii macluumaad dheeraad ah.

Adeegyada Turjubaanka

Adeegyada la Caymiyay:

- Adeegyada turjubaanka luuqadda lagu hadlo
- Adeegyada turjubaanka luuqadda dhagoolada

Fiirooyinka Gaarka ah:
Adeegyada turjubaanka ayaa diyaar ah si ay kaaga caawiyaan helitaanka adeegyada la caymiyay.

Tixraac Adeegyada Turjubaanka ee Qaybta 1 si aad u hesho macluumaadka xidhiidhka iyo si aad u ogaato turjumaanada aad isticmaali karto.

Agabka iyo qalabka caafimaadka

Adeegyada la Caymiyay:

- Qalabka macmalka ah ama biraha*
- Qalabka caafimaadka waara* (tusaale ahaan: curyaamiinta, sariiraha isbitaalka, lugaha, biraha, jaranjarada, qalabka qubeyska iyo musqusha, iyo burukada loogu talagalay dadka timaha ka go'aan xaalad kasta oo caafimaad awgeed). La xidhiidh Adeegyada Xubnaha si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan caymiska iyo xadka faa'iidooyinka ee burukada.
- Dayactirka qalabka ee caafimaadka*
- Batariyada ee loogu talagalay qalabka caafimaadka
- Kabaha qaar, oo ay ku jiraan kabaha daaweynta marka shuruudo gaar ah la buuxiyo iyo marka la qaabeeyo ama qayb ka mid ah biraha lugaha*
- Ogsajiinka iyo qalabka ogsijiinka
- Aaladaha nadiifinta hawa-mareenka
- Qalabka kicinta korantada
- Qalabka caafimaad ee aad u baahan tahay si aad u daryeesho jirradaada, dhaawacaaga, ama naafadaada
- Qalabka iyo agabka xanuunka macaanka
- Alaabta nafaqada/mariinka* marka shuruudo gaar ah la buuxiyo
- Alaabooyinka kaadi-ceshan la'aanta
- Agabka qorshaynta qoyska – **adeegga gelitaanka furan** (Tixraac Adeegyada Kalfogeenta Ilmaha ee qaybtan ku jira.)
- Aaladaha isgaadhsiinta ee kordhiya*, oo ay ku jiraan kaniiniyada elektarooniga ah
- Alaabooyinka xasaasiyadda yareeya (xubnaha xaqa u leh ee da'doodu ka yar tahay 21 jir kuwaas oo laga helay neefta oo si liidata loo xakameeyo)
- Aaladaha lagu ogaado suuxdinta

Adeegyada aan la cayminin:

- Waxka bedelka dhismaha ee guriga, gaadiidka, ama goobta shaqada, oo ay ku jiraan baararka qabsashada musqusha
- Alaabooyinka deegaanka (sida filtarrada hawada, sifayaasha, qaboojiyaha, qoyaanka hawada) ilaa aan lagu cayminin sida alaabada yaraysa xasaasiyadda ee xubnaha u qalma
- Qalabka jimicsiga

Fiirooyinka Gaarka ah:
Waa inaad isticmaashaa bixiyahaaga daryeelka caafimaadka ee shahaadaysan oo aad heshaa warqad dhakhtar qoro si loo daboolo qalabka caafimaadka iyo sahayda.

Fadlan wac lambarka shuruudaha daboolidda qalabka caafimaadka ee Qeybta 1 haddii aad u baahan tahay macluumaad dheeri ah oo ku saabsan daboolidda qalabka caafimaadka.

Adeegyada caafimaadka dhimirka

Adeegyada la Caymiyay:

- Rugta Caafimaadka Habdhaqanka Bulshada ee la shahaadiyey (Certified Community Behavioral Health Clinic, CCBHC)
- Adeegyada Caafimaadka Hab-Dhaqanka ee degdega ah ee Carruurta (Children's Intensive Behavioral Health Services, CIBHS) (xubnaha ka yar da'da 21)
- La-talinta daryeelka caafimaadka
- Adeegyada wax ka qabashada dhibaatooyinka oo ay ka mid yihiin:

  - baaritaanka
  - qiimaynta
  - faragelinta
  - xasilinta oo ay ku jirto xasilinta deegaanka
  - faragelinta bulshada (ee xubnaha da'doodu tahay 18 ama ka weyn)

- Qiimaynta ogaanshaha oo ay ku jiraan baarista jiritaanka jirrooyinka dhimirka ee wada socda iyo cilladaha isticmaalka muqaadaraadka
- Daawaynta Dabeecadda Lahjada (Dialectical Behavioral Therapy, DBT) Barnaamijka Bukaan-socodka Degdega ah (Intensive Outpatient Program, IOP)* (xubnaha qaangaarka ah ee da'doodu tahay 18 ama ka weyn iyo xubnaha qaangaarka ah ee da'doodu tahay 12-17 kuwaas oo buuxiyey shuruudaha qaarkood.)
- Daawaynta Bulshada Xaqiijinta Baarista (Forensic Assertive Community Treatment, FACT) (xubnaha da'doodu tahay 18 ama ka weyn)
- Joogitaanka isbitaalka dhimirka ee bukaan-jiifka, oo ay ku jiraan bukaan-jiifka dhimirka oo la dheereeyey joogitaanka
- Bixiyaha caafimaadka dhimirka wakhtiga safarka
- Maareynta Kiiska Caafimaadka Dhimirka ee La Beegsado (Mental Health Targeted Case Management, MH-TCM)
- Adeegyada caafimaadka dhimirka ee bukaan-socodka oo ay ka mid yihiin:
  - Sharaxaada natiijooyinka
  - Adeegyada waxbarashada maskaxda ee qoyska (ee xubnaha ka yar da'da 21)
  - Maamulka daawaynta caafimaadka dhimirka
  - Adeegyada barashada neerfaha
  - Daaweynta cilmi nafsiga (bukaan iyo/ama qoyska, qoyska, dhibaatada, iyo kooxda)
  - Baaritaanka cilmi nafsiga

- Adeegyada Caafimaadka Dhimirka ee Dhakhtarka oo ay ku jiraan:
  - Caafimaadka iyo qiimaynta/faragelinta hab-dhaqanka
  - Booqashooyinka bukaan-jiifka
  - La-talinta maskaxda ee bixiyeyaasha daryeelka aasaasiga ah
  - La-talinta dhakhtarka, qiimaynta, iyo maamulka

- Adeegyada Caafimaadka Dhimirka ee Dhaqancelinta oo ay ku jiraan:
  - Daawaynta Bulshada Xaqiijinta Baarista (ACT) (xubnaha da'doodu tahay 18 ama ka weyn)
  - Daaweynta maalinta dadka waaweyn (ee xubnaha da'doodu tahay 18 ama ka weyn)
  - Adeegyada Caafimaadka Dhimirka ee Baxnaaninta Dadka Waaweyn (Adult Rehabilitative Mental Health Services, ARMHS) ayaa diyaar u ah xubnaha da'doodu tahay 18 ama ka weyn
  - Khabiirada asaagga qoyska oo la shahaado (oo loogu talagalay xubnaha ka yar da'da 21)
  - Adeegyada taageerada Takhasuslaha Asaaga ee shahaadeysan (Certified Peer Specialist, CPS) ee xaaladaha xaddidan
  - Adeegyada daawaynta deegaanka caafimaadka dhimirka ee carruurta* (xubnaha ka yar da'da 21)
  - Adeegyada Daaweynta Carruurta iyo Taageerada (Children's Therapeutic Services and Supports, CTSS) oo ay ku jiraan Daaweynta Maalinta Carruurta (xubnaha ka yar da'da 21)
  - Adeegyada waxbarashada maskaxda ee qoyska (ee xubnaha ka yar da'da 21)

- Adeegyada Daryeel Korinta Daawaynta Degdegga ah (ee xubnaha ka yar da'da 21)
    - Barnaamijka Qayb ka mid ah Isbitaal dhigista (PHP)*
    - Adeegyada Caafimaadka Maskaxda Dib U Dejinta Heerka Sare (IRMHS)/Daawaynta Gelinta Bushqada Dhalinyarta (Sharciga Dhalinyarta): adeegyo caafimaadka maskaxda dib u dejinta dadka oon aan loo hoyan oo heer sare ah (xubnaha ah 8 ilaa 20 jirka)

- Xarunta Daawaynta Loo Hoydo ee Cilmi Nafsiga (PRTF)* waxaa loogu talo geley xubnaha ka yar 21 wakhtiga la dhigayo. Laakiin, adeegyada ayaa sii socda ilaa ina shakhsigu uu buuxinayo shuruudaha ka bixitaanka ama inta uu gaadhayo 22 jir, kolba ta soo horeysa.
- Khadka Caafimaadka

Adeegyada aan la cayminin:

- Daaweynta beddelka

Adeegyada soo socda laguma cayminin qorshaha laakiin waxaa laga yaabaa in laga helo degmadaada. Wac degmadaada wixii macluumaad ah. Sidoo kale la soco Qaybta 9.

- Daawaynta ee Rule 36 ee xarumaha aan shatiga u haysan sida Adeegyada Daawaynta Deganaanshaha Adag (Intensive Residential Treatment Services, IRTS)
- Qolka iyo guddiga la xidhiidha Adeegyada Daawaynta Deganaanshaha Adag (Intensive Residential Treatment Services, IRTS)
- Adeegyada daawaynta iyo qolka iyo guddiga ee xarumaha daawaynta caafimaadka dhimirka ee carruurta qaarkood ee la deggan gobollada xuduudka leh

Fiirooyinka Gaarka ah:

Tixraac Adeegyada Caafimaadka Dhimirka ee Qaybta 1 wixii macluumaad ah ee ku saabsan meesha aad wacayso ama aad ku qori karto.

U isticmaal bixiye shabakad qorshe adeegyada caafimaadka dhimirka.

Haddii aan go'aansanno in aan loo baahnayn daaweyn caafimaad dhimir habaysan, waxa laga yaabaa inaad hesho ra'yi labaad. Fikradda labaad, waa inaan kuu oggolaanno inaad isticmaasho xirfadle caafimaad kasta oo u qalma kaas oo aan ku jirin shabakadda qorshaha. Anaga ayaa bixin doona tan. Waa in aan tixgelinno ra'yiga labaad, laakiin waxaan xaq u leenahay inaan ku khilaafno ra'yiga labaad. Waxaad xaq u leedahay inaad rafcaan ka qaadato go'aankena.

Ma go'aamin doono baahida caafimaad ee adeegyada caafimaadka dhimirka ee ay maxkamaddu amartay. U isticmaal bixiye shabakad qorshe qiimaynta caafimaadka dhimirka ee ay maxkamaddu amartay.

Adeegyada Dhakhaatiirta Dhalmada iyo Haweenka (OB/GYN)

Adeegyada la Caymiyay:

- Daryeelka dhalmada ka hor, dhalmada, iyo dhalmada ka dib
- Fasallada dhalmada ilmaha
- Adeegyada isbitaalka ee dhallaanka cusub
- La-talinta iyo baaritaanka HIV-ga ee haweenka uurka leh – **adeeg gelitaan furan**
- Daawaynta haweenka uurka leh ee qaba HIV
- Daaweynta carruurta ay dhaleen waalidiin qaba HIV
- Baaritaanka iyo daawaynta cudurada galmada lagu kala qaado (STDs) – **adeega gelitaanka furan**
- Adeegyada uurka la xidhiidha ee loo qaado uur soo xaadhida *(kama mid aha adeegyada uur iska soo xaadhistu – waxaa bixiya gabolka iyo xeerka ay hagaan MHCP)*
- Adeegyada Doula oo uu leeyahay doula shahaadeysan

- Adeegyada uu bixiyo xirfadle caafimaad oo shati u haysta xarumaha dhalmada, oo ay ku jiraan adeegyada kalkaalisada umulisooyin shahaadaysan iyo umulisooyin dhaqameed shati haysta
- Qorshaha ku dhelista gurida waxaa la siiyaa dakda khatarta yar ee mushkilada uurka iyo dhalmada qaba.
    - Adeegyada la bixiyo waxaa kamid ah kuwa soo socda (oo lagu sameeyo guriga marka lagu samaynayo qalabka oo baahida uurku ay saaxamayso):
        - Booqashooyinka dhalmada kahor
        - Adeegyada shaybaadha
        - Altarawonka
        - Khatar yar oo dhalmada ah iyo foosha ah (marka ay jiraan walacyo inay iman karaan mushkilado ah)
        - Booqashada dhalmada kadib
        - Adeegyada daryeelka ilmaha cusub
    - Xaalada kaa saaraya caymiska dhalmada guriga waxaa kamd ah (laakiin kuma xadidna) kuwa soo socda:
        - Xanuunka macaanka uu u baahan isticmaalka insuliinta
        - Dhiikar sii socda inta uurka la leeyahay
        - Wixii kale ee walaacyo ah ee caafimaadka ilmaha ama korniin ah inta uu uurka ku jiro
        - In la dhalayo wax ka badan hal ilme (manaato ama nooc kale oo caruur badan ah)
        - Qaliin hore loogu dheley (qaliinku dhal)
        - In lagaa helo wax kamid ah xanuunada ama mushkilad loo arko inay yihiin khatar sare oo ay tahay inuu daweeyo bixiye daryeelka caafimaad ahi.
- **DelfinaCare** – Barnaamijka caafimaadka hooyada ee DelfinaCare ee South Country waa barnaamij waxbarasho oo ikhtiyaar ah oo taageeraya baahiyaha kala duwan ee xubnaha uurka leh laga bilaabo saddex-biloodkooda kowaad ee uurka ilaa 12 bilood dhalmada ka dib. Xubnaha waxay heli karaan macluumaadka waxbarashada iyo taageerada shakhsi ahaaneed iyagoo isticmaalaya abka maaraynta daryeelka dhamaystiran ee qalabka gacanta sida taleefanka gacanta ama tablet-ka. Barnaamijkan doorashadu waxay ku kabaysaa daryeelka caadiga ah ee qof ahaaneed oo leh hagayaal (doulas) iyo bixiyeyaasha takhasuska uurka leh sida caafimaadka dhimirka iyo dhakhaatiirta cuntada ee diiwaangashan. Wixii macluumaad dheeraad ah la xidhiidh Adeegyada Xubnaha ama hay’adda caafimaadka dadweynaha ee degaankaaga.

Adeegyada aan la cayminin:

- Iska soo xaadhida: Adeeggaan laguma daboolo oo mana hoos imaado qorshaha. Waxaa bixisa caymiska gobolka iyo sharciga MHCP. Ka wac Taageerada Macmiilka Daryeelka Caafimaadka ee DHS (HCCS) 651-297-3862 ama 800-657-3672-3672 ama 711 (TTY), ama isticmaal adeegyada gudbinta ee aad doorbiday ee macluumaadka caymiska. Sidoo kale la soco Qaybta 9. Wicitaankaan waa bilaash.

Fiirooyinka Gaarka ah:

Waxa aad "si toos ah u heleysaa" dhakhtarka dumarka (OB-GYN) iyada oo aan laguu gudbin adegyada soo socda: shaybaadhka caafimaaka kahortaga sanadkii, waxaa kamid ah shaybaadhada soo socoda inuu sheego inay daruuri in aad la kulanto daryeelka caafimaad bixiyaha; daryeelka maskaxda; qiimaynta iyo daawaynta xanuunada dumarka ama xaalada degdega ah. Si aad u hesho adeegyada gelitaanka tooska ah, waa inaad isticmaashaa bixiye ku jira shabakadda qorshaha. Loogu talagalay adeegyada loo calaamadeeyay **helitaan furan**, waxaad isticmaali kartaa rug caafimaad, isbitaal, farmashi, ama hay’ad qorshaynta qoyska oo ah mid shahaadaysan.

DelfinaCare: Xubnaha loogama baahna inay adeeggan isticmaalaan Haddii aad doorato inaad adeeggan isticmaasho, waxaad sii haysataa dhammaan xuquuqahaaga. Qorshahaaga caafimaadka kama hor istaagi karo helitaanka adeeg kasta sababta oo ah laguu soo bandhigay, aad isticmaashay, ama hore u adeegsatay adeeggan.

Adeegyada Indhaha

Adeegyada la Caymiyay:

- Baaritaannada indhaha
- Muraayadaha indhaha ee ugu horreeya, marka caafimaad ahaan loo baahdo (doorashada muraayadaha indhaha ayaa laga yaabaa inay xaddidan tahay)
- Beddel muraayadaha indhaha, marka caafimaad ahaan loo baahdo
    - Beddelka isku midka ah ee muraayadaha indhaha ee caymisan ee luminta, xatooyada, ama dhaawaca aan la hagaajin karin
- Dayactirka naqshadaha iyo weynaysada muraayadaha indhaha ee qorshaha hoos yimaada lagu daboolay
- Midab-madow, midab isbeddele (tusaale, weyneysada Transition®) ama muraayadaha halka meel la aadiyay, marka caafimaad ahaan loo baahdo*
- Muraayadaha indhaha, marka caafimaad ahaan loo baahdo*

Adeegyada aan la cayminin:

- Laba muraayad oo dheeraad ah
- Weneysadaha Horusocodka lawada dhinac/seddexda dhinac leh (aan lahayn xariiqano)
- Dahaarka ilaalinta muraayadaha caagga ah
- Qalabka muraayadaha indhaha

Adeegyada aagga ka baxsan

Adeegyada la Caymiyay:

- Adeega aad u baahan tahay markaad si ku meel gaar ah uga baxdo goobta adeega qorshaha. Xubnaha waa inay waydiiyaan bixiyaha haddii ay aqbalaan South Country Health Alliance, Xubnahana waa inay ogaadaan in oggolaansho hore loo baahan karo adeegyada caafimaadka ee <u>aan degdegga ahayn</u>. Wac Adeegyada Xubnaha si ay kaaga caawiyaan helida bixiye shabakada kuu dhow adiga.
- Adeeg aad u baahan tahay ka dib markaad ka guurto aagga adeega inta aad weli xubin ka tahay qorshaha
- Adeegyada degdega ah ee xaalad degdeg ah oo u baahan daaweyn isla markiiba
- Daryeelka xasilinta-kadib
- Daryeelka degdega ah ee caafimaad ahaan lagama maarmaanka ah markaad ka baxsan tahay aagga adeegga qorshaha. (Ka wac Adeegyada Xubnaha lambarka taleefoonka ee Qaybta 1 sida ugu dhakhsiyaha badan.)
- Adeegyada caymisan ee aan laga helin goobta adeega qorshaha*

Adeegyada aan la cayminin:

- Adeegyada caafimaadka degdegga ah, muhiimka ah, ama adeegyo kale oo laga helo bixiyeyaasha ku yaalla dibadda Mareykanka (U.S.). Annaga lacag daryeel caafimaad ma siin doonno bixiyaha ama hay’adda ka baxsan Maraykanka.

Fiirooyinka Gaarka ah:
Haddii aad u baahan tahay in aad isticmaashid farmashiye markaad ka baxdo aagga adeegga, wac Adeegyada Xubnaha lambarka taleefoonka qaybta 1 marka hore ka hor intaadan bixin daawada laguu qoray ama ka iibinta daawada, xitaa haddii daawadu ay ku jirto *Liiska Dawooyinka la Caymiyay* (qaabeysan). Dib makuugu soo celin karno haddii aad bixiso.

Adeegyada shabakadda kabaxsan*

Adeegyada la Caymiyay:

- Adeegyada qaarkood ee aad u baahan tahay oo aadan ka heli karin adeeg bixiye shabakad qorshe
- Adeegyada degdega ah ee xaalad degdeg ah oo u baahan daaweyn isla markiiba
- Daryeelka xasilinta-kadib
- Ikhtiyaarka labaad oo ku saabsan caafimaadka dhimirka iyo xanuunka isticmaalka muqaadaraadka*
- Adeegyada gelitaanka furan
- Adeegyada la xidhiidha uurka ee la hele ee la xidhiidha *soo xaadhiga uurka (kama mid aha adeegyada uur iska soo xaadhistu – waxaa bixiya gabolka iyo xeerka ay hagaan MHCP)*
- Adeeg caafimaad oo aan degdeg ahayn oo aad u baahan tahay markaad si ku meel gaar ah uga maqan tahay shabakadda ama goobta adeegga ee qorshaha taas oo ama laguu qoray, laguugu taliyey, ama uu hadda keenay bixiyaha shabakada
- Adeegyada la xidhiidha ogaanshaha, la socodka, iyo daawaynta cudurka ama xaalada naadirka ah

Fiirooyinka Gaarka ah:
Mararka qaarkood xubnaha waxay u baahan yihiin inay arkaan dhakhtar takhasus u leh. Waxaan la shaqayn doonnaa bixiyahaaga daryeelka caafimaadka ee shahaadaysan si loo hubiyo inaad hesho takhasusle ama adeeg markaad u baahato iyo muddada aad u baahan tahay, xitaa haddii bixiyaha uusan hadda ku jirin shabakadda. Ma jiro wax kharash ah oo kugu kacaayo marka aanu oggolaano daryeelka ama adeegga ka hor intaadan arkin bixiyaha.

Daawooyinka dhakhtarka qoro (ee loogu talagalay xubnaha aan HAYSANIN Medicare-ka)

Adeegyada la Caymiyay:

- Dawooyinka dhakhtarka qoro
- Adeegyada Maaraynta Daaweynta Daawada (Medication therapy management, MTM)
- Daawooyinka lasoo iibsado qaarkood (marka uu qoro bixiye daryeel caafimaad oo u qalma oo awood u leh inuu qoro)

Adeegyada aan la cayminin:

- Daawooyinka loo isticmaalo daawaynta kacsiga ama cilladda galmada
- Daawooyinka loo isticmaalo si kor loogu qaado dhalmada
- Daawooyinka loo isticmaalo ujeedooyinka isqurxinta oo ay ku jiraan daawooyinka lagu daaweeyo timaha daadanaya
- Daawooyinka laga saaray caymiska sharciga federaalka ama gobolka
- Daawooyinka tijaabada ah, daawooyinka baarista, ama dawooyinka aan la ansixin ama aan oggolayn Maamulka Cuntada iyo Dawooyinka (FDA)

- Xashiishadda caafimaadka

Fiirooyinka Gaarka ah:
Liiska Daawooyinka La daboolay (qaacidada) oo ay ku jiraan daawooyinka dhakhtarka qoro ay daboolaan South Country Health Alliance. Daawooyinka liiska ku jira waxaa doortay qorshaha iyaga oo gacan ka helaya koox dhakhaatiir iyo farmasiilayaal ah. Liisku waa inuu la mid ahaado liiska ay daboolaan adeegyada Kaalmada Caafimaadka ee bilaash ah ee Kaalmada Caafimaadku. Liistada sidoo kale waa in lagu daraa daawooyinka ku qoran Liiska Dawooyinka La Doorbiday ee Waaxda Adeegyada Caafimaadka (PDL).

Marka lagu daro daawooyinka dhakhtar qoray ee uu daboolo South Country Health Alliance, qaar ka mid ah daawooyinka aan warqad dhakhtar u baahnayn ayaa lagu daboolaa faa'iidooyinka Kaalmada Caafimaadka. Waxaad ka raadin kartaa dawooyinka laguu qoray adiga oo isticmaalaya qalabkayaga raadinta onlaayinka ah ee www.mnscha.org. *Daawooyinka Qoran ee La daboolay* (qaabeysan) sidoo kale waxaa la soo geliyay bogga intarneetka. Waxaa sidoo kale aad wici kartaa Adeegyada Xubnaha ah oo waxaad weydiin kartaa nuqul qoraal oo ah *Liiskeena ee Daawooyinka La daboolay* (qaabeysan).

Haddii daawada aad hadda qaadanayso aanay hoos imanayn qorshahaaga cusub, waxaa laga yaabaa inaad hesho sahay ku meel gaar ah oo 90 maalmood ah. Wixii macluumaad dheeraad ah, wac Adeegyada Xubnaha.

Qaar ka mid ah daawooyinka la caymiyay ayaa laga yaabaa inay leeyihiin shuruudo dheeraad ah ama xaddidaado caymis ah. Shuruudahaan iyo xaddidaadkan waxaa ka mid noqon kara:

- **Oggolaansho Hore (PA):** South Country Health Alliance waxay kaa rabtaa adiga ama bixiyahaaga daryeel caafimaad inaad heshaan oggolaansho horudhac ah qaar ka mid ah daawooyinka. Tani waxay ka dhigan tahay inaad u baahan doonto inaad oggolaansho ka hesho South Country Health Alliance ka hor inta aanad buuxin warqadaha daawooyinkaaga. Haddii aanad helin oggolaansho, South Country Health Alliance waxaa laga yaabaa inaanay cayminin daawada.
- **Xaddidyada Qadadka (QL):** Daawooyinka qaarkooda, South Country Health Alliance waxay xadidaysaa qadarka daawada uu caymini doono South Country Health Alliance.
- **La Doorbido/Aan La Doorbidin (P/NP):** Kooxaha dawooyinka qaarkooda, South Country Health Alliance waxay kaaga baahan tahay inaad isku daydo daawooyinka la door biday ka hor inta aanad bixin daawooyinka aan la door bidin. Si loo helo daawo aan la door bidin, dhakhtarkaaga ama bixiyaha xanaanada caafimaadkaagu waa inay helaan oggolaansho hore.
- **Shuruudaha Da'da:** Xaaladaha qaarkood, waxaa jira shuruudo da'da oo aad isku daydo daawooyinka qaarkood. Oggolaanshaha hore ayaa loo baahan yahay iyada oo ku xiran da'daada iyo daawada gaarka ah ee laguu qoray.
- **Daawooyinka-magaca Sumadda leh:** Nooca-magaca sumadda ee daawada ayaa dabooli doontaa South Country Health Alliance keliya marka:
    1. Dhakhtarka daaweeyaha ayaa qoraal ku ogeysiiya South Country Health Alliance in nooca magaca daawadu uu yahay mid caafimaad ahaan lagama maarmaan ah; AMA
    2. South Country Health Alliance waxa uu door bidayaa qaybinta nooca-magaca-caamka ah marka loo eego nooca guud ee daawada; AMA
    3. Sharciga Minnesota wuxuu u baahan yahay bixinta nooca-magaca daawada

Waxaad ogaan kartaa hadii dawadaadu u baahan tahay oggolaansho hore, ay leedahay xaddidaadyo tiro, iyo inay leedahay xaalada La Doorbiday/Aan La Doorbidin, ama uu leeyahay shuruud da'da adiga oo la xidhiidhaya Adeegyada Xubnaha ama booqanaya boggayaga www.mnscha.org. Xayiraada ama xaddida daawada waa laga saari karaa haddii dhakhtarkaagu soo gudbiyo qoraal ama dukumiinti

taageeraya codsiga. Waxaa kale oo aad heli kartaa macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan xayiraadaha lagu dabaqo dawooyinka gaarka ah ee la caymiyay adiga oo la xidhiidhaya Adeegyada Xubnaha ama booqanaya boggayaga www.mnscha.org.

Haddii South Country Health Alliance ay isbedelaan shuruudaha oggolaanshaha kahor, xadidaadaha tirada, iyo/ama xayiraadaha kale ee daawada aad hadda qaadanayso, South Country Health Alliance ayaa ku wargelin doona adiga iyo qoraagaaga daawada isbeddelka ugu yaraan 10 maalmood ka hor inta aanu isbeddelku dhaqan gelin.

Waxa caymisku bixiyaa dawooyinka aan ahayn qaacidada hadii aad u qalanto caymiska bixyaha daryeelka caafimaad oo aan tusto in: 1) daawada caadi ahaan la daboolo ay kugu keentay falcelin waxyeello leh; 2) ay jirto sabab loo arko in daawada caadi ahaan la daboolo ay keeni karto falcelin waxyeello leh; ama 3) daawada uu dhakhtarkaaga ku qoray ay adiga kuu waxtar badan tahay marka loo eego tan caadi ahaan la daboolo. Daawadu waa inay ku jirtaa heer dawooyin ah oo caymisan.

Waxaanu caymini doonaa daawada dhimirka, xitaa haddii aanay ku jirin liiskayaga dawada, haddii adeeg bixiyahaagu caddeeyo inay tani adiga kuugu fiican tahay. Ma jiraan wax lacag wada-bixino ah oo lagu bixiyo dawooyinka ka hortagga dhimirka. Xaaladaha qaarkood, waxa aanu sidoo kale caymini doonaa daawooyinka kale ee loo isticmaalo daawaynta jirrooyinka dhimirka ama qaska shucuureed xataa haddii aanay daawadu ku jirin liiska dawooyinka la ansixiyay. Waxaan tan sameyn doonaa ilaa hal sano haddii bixiyahaagu uu caddeeyo in daawadu ay kuugu fiican tahay oo lagugu daweeyay daawada 90 maalmood ka hor: 1) ka saaritaanka dawada liiskeena dawada; ama 2) aad ku jirto caymis.

Daawooyinka intooda badan iyo sahayda qaarkooda ayaa la heli karaa ilaa 34-maalmood. Daawooyinka qaarkood oo aad si joogto ah u qaadato xaalad daba-dheeraatay ama mid dheer ayaa la heli karaa ilaa 90-maalmood oo sahay ah waxaana lagu aqoonsaday Liiska South Country Health Alliance ee *Liiska Dawooyinka caymisan* sida **EDS** (Saadka-maalin Dheeraad ah (90-maalmood) waa la oggol yahay).

Haddi South Country Health Alliance aanu cayminin daawadaada ama uu leeyahay xaddidaadyo ama xaddidaad dawadaada oo aanad u malayn inay ku shaqaynayso, waxaad samayn kartaa mid ka mid ah waxyaalahaan:

- Waxaad waydiin kartaa bixiyaha daryeelka caafimaadkaaga haddii ay jirto daawo kale oo caymis ah oo ku shaqayn doonta adiga.
- Adiga iyo/ama Bixiyahaaga daryeelka caafimaadka waxa uu waydiisan karaa South Country Health Alliance inuu sameeyo “ka reeban” oo uu dawada kugu caymiyo ama meesha ka saaro xannibaadaha ama xaddidaadaha. Haddii codsigaaga ka reebanaanshaha la oggolaado, daawada waxaa lagu caymini doonaa heerka guud ama magaca sumadda ee ku habboon ee lacag bixinta.

Daawadu waa inay ku jirtaa Liiska Dawooyinka la Caymiyay (liiska daawooyinka). Haddii bixiyahaaga daryeel caafimaad uu kuu qoro daawo aan ku jirin liiskayaga, qorshaha wuxuu diidi karaa daawooyinkaas ama ku siin karaa daawo kale oo ka mid ah liiska oo leh isla saameynta. Dawooyinka aan caadiga ahayn, qorayaashu waa inay ka wacaan miiska caawinta farmashiyaha 1-866-935-8874 (lambarka lacag la’aanta lagu wici karo) si ay u helaan daawooyinka ka reeban daroogada.

Haddii shaqaalaha farmashiyaha ay ku sheegaan in daawada aan la daboolin oo ay ku weydiiyaan inaad bixiso lacag, weydiiso inay la xiriiraan bixiyahaaga daryeelka caafimaadka. Dib makuugu soo celin karno haddii aad bixiso. Waxaa laga yaabaa inay jirto daroogo kale oo shaqeyn doonta oo anaga hoos imaaneyno qorshaha. Haddii farmashiyaha uusan la xiriirin bixiyahaaga daryeelka caafimaadka, adigu waad sameyn kartaa. Waxaad sidoo kale ka wici kartaa Adeegyada Xubnaha lambarka taleefanka Qaybta 1 si aad u hesho caawimo.

Haddii shaqaalaha farmashiigu ay kuu sheegaan in farmashiyuhu ka maqan yahay shabakada, la xidhiidh Adeegyada Xubnaha.

Daawooyinka takhasuska gaarka ah waxaa isticmaala dadka qaba cudurrada adag ama dabadheeraada. Daawooyinkani waxay inta badan u baahan yihiin la tacaalid gaar ah, qaybinta, ama la socodka farmashiistaha si gaar ah-u tababaran. Farmashiyaha Takhasuska ah waxa kaliya oo loo baahan yahay hadii daawada khaaska ah ee loo qoray loo isticmaalo daawaynta sambabada oo xirma, dhiiga oo xinjiroobi waaya, cagaarshowga C, jirka oo adkaada, daaweynta kansarka, ama cunna xanuunka roomatisimka.

Haddii laguu qoro daawo ku jirta Liiska Dawooyinka Gaarka ah ee South Country Health Alliance, daaweeyahaagu waxa uu u baahan doonaa inuu u soo diro warqadda qoraalka daawada ee daawadaas khaaska ah Farmashiyaha Takhasuska ah ee South Country Health Alliance.

- Magaca Farmashiyaha Takhasuska Gaarka ah: AcariaHealth
- Taleefanka iyo TTY: 1-800-511-5144 ama 711
- Faakiska: 1-877-541-1503
- Saacadaha Shaqada:
  - Isniin – Jimce 8:00 subaxnimo – 9:00 galabnimo CST
  - Sabti 8:00 subaxnimo – 2:00 galabnimo CST
  - Saacadaha shaqada kadib: AcariaHealth waxa ay bixiyaa adeeg Wicitaan saacado kadib, markaa bukaanadu waxa ay la hadli karaan farmashiistaha 24 saacadood maalintii, 7 maalmood todobaadkii, iyo 365 maalmood sanadkiiba
- https://acariahealth.envolvehealth.com/

Farmashiyaha Khaaska ah ayaa kula soo xiriiri doona si aad u hagaajiso akoonkaaga ka dib marka aad u oggolaatay dhakhtarkaaga inuu u soo diro warqadda daawada farmashiyaha Gaarka ah oo aad oggolaansho ka hesho South Country Health Alliance.

Daawooyinka dhakhtarka qoro (ee loogu talagalay xubnaha haysta Medicare-ka)

Adeegyada la Caymiyay:

- Qaar ka mid ah badeecooyinka aan farmashiyaha laga iibsan, qaar ka mid ah qufaca iyo alaabta qabow, iyo fiitamiinnada qaarkood oo aan hoos imanayn Barnaamijka Dawooyinka ee Medicare (Medicare Qaybta D)

Adeegyada aan la cayminin:

- Daawooyinka laguu qoray ee hoos yimaada Barnaamijka Qoraalka Daawada ee Medicare-ka (Medicare-ka Qaybta D).
- Daawooyinka loo isticmaalo daawaynta kacsiga ama cilladda galmada
- Daawooyinka loo isticmaalo si kor loogu qaado dhalmada
- Daawooyinka loo isticmaalo ujeedooyinka isqurxinta oo ay ku jiraan daawooyinka lagu daaweeyo timaha daadanaya
- Daawooyinka laga saaray caymiska sharciga federaalka ama gobolka
- Daawooyinka tijaabada ah, daawooyinka baarista, ama dawooyinka aan la ansixin ama aan oggolayn FDA
- Xashiishadda caafimaadka

Fiirooyinka Gaarka ah:
Medicare-ka waxay bixisaa inta badan warqadda daawooyinkaaga iyada oo loo maraayo Barnaamijka Qoraalka Daawada ee Medicare-ka (Medicare-ka Qaybta D). **Waa inaad ka diiwangashan tahay**

qorshaha daawada ee Medicare si aad u hesho inta badan ee adeegyada daawadaada laguu qoray. Waxaad ka heli doontaa adeegyadaada daawada laguu qoro qorshahaaga daawada Medicare-ka –ma ahan qorshaheena. Waxaa laga yaabaa inaad bixiso kharashka daawaynta ee uu daboolay qorshahaaga daawada ee Medicare-ka.

Daryeelka Soo Kabashada (loogu talagalay xubnaha jira 21 sano iyo ka weyn)

Daryeelka soo kabashada wuxuu caawiyaa xubnaha xaqa u leh inay ka fogaadaan in markale isbitaalka la dhigto. Wuxuu siiya hoy ku meel gaar ah, daryeel caafimaad, iyo taageero muddo gaaraysa ilaa lixdan (60) maalmood dadka ka soo kabanaya xanuun oo aan meel deganayn. Daryeelkan waxaa loogu talagalay xubnaha u baahan caawimaad si ay uga soo kabtaan xanuun, laakiin aan u baahnayn joogitaan isbitaal.

Adeegyada la caymiyay:

- Daryeelka kalkaalinta aasaasiga ah, sida kormeerka caafimaadka iyo heerka xanuunka
- Daryeelka dhaawaca
- Caawinta qaadashada daawooyinka
- Barista wax ku saabsan caafimaadka
- Dib-u-eegista iyo cusboonaysiinta (tallaalada)
- Qorshaynta soo kabashada iyo u diyaarinta hoyga
- Qiimaynta iyo qorshaynta baahiyaha caafimaad, dareen, iyo bulsho
- Dejinta iyo raacitaanka qorshaha daryeelka
- Caawinta arrimaha sharciga, helitaanka hoy, helitaanka gaadiid, iyo adeegyada bulshada kale
- Caawinta faa'iidooyinka caafimaadka iyo faa'iidooyinka kale
- Dabagalka iyo hirgelinta qorshaha daryeelka
- Bixinta taageero caafimaad, bulsho iyo dareen, sida la-talin
- Adeegyada shaqaalaha caafimaadka bulshada

Adeegyada aan la cayminin:

- Adeegyada la xiriira baahiyaha caafimaadka dareenka xubnaha oo ka badan waxa bixiye ku taageeri karo
- Adeegyada la xiriira hawl maalmeedka (Activities of Daily Living, ADL) ee Xubnaha aan keligiis u samayn karin, sida istaagga ama adeegsiga musqusha
- Lacagta hoyga iyo cuntada ee la xiriirta adeegyada daryeelka soo kabashada waxaa mas'uul ka ah Minnesota Department of Human Services

Fiirooyinka Gaarka ah:
Xubnaha waa inuu haystaa soo-jeedin oo ka timaadda isbitaal ama rug caafimaad si uu u helo daryeel soo kabasho.

Baxnaaninta

Adeegyada la Caymiyay:

- Dabiibka dib u dejinta lagu soo celinayo shaqada: dabiibka jidhka, dabiibka shaqada, dabiibka hadalka*
  - Dabiibka jidhku waxa uu ku xadidan tahay 14 booqasho sanadkii iyada oo ogolaanshe hore la helo moojee.
  - Dabiibka shaqadu waxa uu ku xadidan yahay 24 booqashooyin sanadkii iyada oo ogolaanshe hore la helo moojee
- Aaladaha isgaarsiinta kordhinta

- Adeegyada maqalka oo ay ku jiraan tijaabooyinka maqalka

Adeegyada aan la cayminin:

- Baxnaaninta xirfada leh
- Naadiyada caafimaadka iyo isboortiga

Adeegyada bulshada ku salaysan dugsiga (ee xubnaha ka yar da'da 21)

Adeegyada Bulshada Ku-saleysan Dugsiga (SBCS) waa adeegyo caafimaad ahaan lagama maarmaanka ah MHCP waxa ay dib u soo celin doontaa marka ay siiso carruurta dugsiga ku jirta bixiye daryeel caafimaad oo u qalma oo u shaqeeya ama qandaraas ka qaatay dugsigu. Dugsiyada dadweynaha ee Minnesota ayaa awood u yeelan doonaan inay biilasha ka bixiyaan adeegyadaan.

SBCS waa ikhtiyaari. Kuwani ma aha adeegyo cusub ama ballaarin, balse waa qayb ka mid ah xirmada faa'iidooyinka Kaalmada Caafimaadka. Dugsiyadu waxay leeyihiin ikhtiyaar ay ku bixiyaan adeegyadan si ay u caawiyaan ardayda aan helin adeegyada la xiriira caafimaadka iyada oo loo marayo Barnaamijka Waxbarashada Shakhsi ahaaneed (Individualized Education Program, IEP) ama Qorshaha Adeegga Qoyska ee Shakhsi ahaaneed (Individualized Family Service Plan, IFSP) ama marka adeegyada aan lagu aqoonsan IEP.

Adeegyada la Caymiyay:

- Adeegyada baxnaaninta
  - Cilmiga maqalka
  - Daaweynta Daliiga
  - Daaweynta jirka
  - Ogaanshaha cudurka luuqadda hadalka
- Adeegyada Caafimaadka Dhimirka
  - Adeegyada daaweynta carruurta iyo taageerada
  - Qiimaynta Cudur Agaanshaha
  - Sharaxaada Natiijooyinka
  - Waxbarashada cilmi-nafsiga qoyska
  - Qiimaynta/Faragelinta hab-dhaqanka caafimaadka
  - Adeegyada caafimaadka dhimirka ee bukaan-socodka
  - Baaritaanka Cilmi nafsiga
  - Daaweynta cilmi nafsiga
  - Daaweynta cilmi-nafsiga ee dhibaatada

Adeegyada aan la cayminin:

- Caawinta daryeelka shakhsi ahaaneed
- Tignoolajiyada caawinta
- Kalkaalinta daryeelka guriga
- Gaadiidka gaarka ah
- Adeegyada Qorshaha Waxbarashada Gaarka ah (IEP) ee loo baahan yahay inay iskuulku Qolka iyo raashinka la xiriira adeegyada caafimaadka daroogada ee hoyga lehdaboolo

Adeegyada xanuunada isticmaalka maandooriyaha (Substance Use Disorder Services, SUD)

Adeegyada la Caymiyay:

- Baadhitaan/Qiimeyn/Baadhitaano ay ku jiraan Baadhista Faragelinta Kooban ee u Gudbinta Daaweynta (Screening Brief Intervention Referral to Treatment, SBIRT) ee adeegyada idman

- Qiimayno dhamaystiran
- Daaweynta bukaan-socodka
- Isbitaalka bukaan-jiifka
- Daawaynta aan isbitaalka ahayn ee deegaanka
- Daawaynta bukaan-socodka ayaa caawisay daawaynta
- Sun-saar (kaliya marka cisbitaalka bukaan-jiifku uu caafimaad ahaan lagama maarmaan u yahay sababtoo ah xaaladaha ka dhasha dhaawac ama shil ama dhibaatooyin caafimaad inta lagu jiro sun-saaridda)
- Iskuduwidda daawaynta SUD
- Taageerada soo kabashada asxaabta
- Maareynta Ka noqoshada

Adeegyada aan la cayminin:
Lacag bixinta qolka iyo guddiga lagu go'aamiyay lagama maarmaanka u ah qiimeynta cilladda isticmaalka muqaadaraadka waa mas'uuliyadda Minnesota Department of Human Services.

Fiirooyinka Gaarka ah:
Tixraac Qaybta 1 si aad u hesho macluumaadka xidhiidhka adeegyada xanuunka Isticmaalka mukhaadaraadka.

Xirfadle aqoon leh oo qayb ka ah shabakada qorshaha ayaa kuu samayn doona talooyinka adeegyada xanuunka Isticmaalka mukhaadaraadka. Waxaad dooran kartaa ilaa heerka ugu sarreeya ee daryeelka uu ku taliyay xirfadlaha aqoonta u leh. Waxaad heli kartaa qiimeyn dheeraad ah wakhti kasta inta lagu jiro daryeelkaaga haddii aadan ku raacsanayn adeegyada laguu soo jeediyay. Haddii aad ku raacdo qiimaynta labaad, waxaad heli kartaa adeegyo iyadoo loo eegaayo heerarka cilladda isticmaalka muqaadaraadka iyo qiimaynta labaad. Waxaad xaq u leedahay inaad rafcaan ka qaadato. Tixraac Qaybta 13 ee Buug-gacmeedkan Xubinka.

Qalliin

Adeegyada la Caymiyay:

- Booqashooyinka xafiisyada/rugaha caafimaadka / qalliinnada*
- Ka saarida calaamadaha dhalashada ee ay keento wasakhda khamriga dekedda
- Qalliin dib-u-dhis ah (tusaale, qalliinka naas saarida, daba-socda qalliinka dhaawaca, jirrada ama cudurrada kale; ee loogu talagalay cilladaha dhalashada)*
- Adeegyada suuxdinta
- Gudniinka marka caafimaad ahaan loo baahdo*
- Qaliin xaqiijinta jinsiga*

Adeegyada aan la cayminin:

- Qalliinka qurxinta

Adeegyada caafimaadka khadka

Adeegyada la Caymiyay:

- Adeegyada caafimaadku khadka waxay caymiyaan adeegyada lagama maarmaanka u ah caafimaadka iyo la-talinta uu ku siiyo daryeel caafimaad oo shati leh taleefoon ahaan ama wicitaan muuqaal ah xubinka. Meesha xubintu waxay noqon kartaa gurigooda. Daawaynta taleefanka waxaa lagu qeexaa bixinta adeegyada daryeelka caafimaadka ama latalinta iyadoo la adeegsanayo wakhtiga dhabta ah, isgaarsiinta maqalka iyo muuqaalka ah ee labada dhinac ah. Ujeedada telehealth waa in la bixiyo ama la taageero bixinta daryeelka caafimaadka iyo

fududaynta qiimaynta, ogaanshaha, la talinta, waxbarashada daaweynta, iyo maaraynta daryeelka caafimaadka bukaanka inta uu bukaanku joogo goobta uu asal ahaan ka soo jeedo iyo bixiyaha daryeelka caafimaad ee shatiga haysta uu joogo meel fog.

Kormeerka khadka

Kormeerka khadka waa isticmaalka tignoolajiyada si loo bixiyo daryeelka iyo taageerada baahiyaha caafimaad ee xubinka ka jira meel fog sida guriga xubinka. Kormeerka khadka wuxuu la socon karaa calaamadaha muhiimka ah ee xubinka iyadoo la isticmaalayo qalab ama qalab u soo diraya xogta si elektaroonig ah adeeg bixiyayaasha si ay dib ugu eegaan. Tusaalooyinka calaamadaha muhiimka ah ee meel fog lagala socon karo waxaa ka mid ah garaaca wadnaha, cadaadiska dhiigga, iyo heerarka gulukoosta dhiigga.

Adeegyada la Caymiyay:

- Adeegyada la socodka ee xubnaha leh khatarta sare, xaaladaha caafimaad ahaan kakan sida wadna xanuunka oo istaaga, cudurada sambabada ee joogtada ah (Chronic Obstructive Pulmonary Disease, COPD) ama sokorowga (marka caafimaad ahaan loo baahdo)

Joojinta tubaakada iyo nikotiinka

Adeegyada la Caymiyay:

- Waxa aad ka heli kartaa caawimaad joojinta cabitaanka tubaakada ama isticmaalka nikotiinka kalfadhi shaqsi ama koox ah oo uu hoggaamiyo xirfadle caafimaad oo tababaran.
- Latalinta Taleefanka: Waxaad wici kartaa Barnaamijka EX si aad u hesho taageero. Adeeggan waxaa lagu heli karaa taleefan mana u baahna muuqaal. Samee qorshe-joojin shaqsiyeed, ku biir bulshada taageerada kobcaysa, oo ka gal barnaamijka aaladdaada moobaylka wakhti kasta iyo meel kasta. Tababarka wada sheekaysiga tooska ah waa la heli karaa, xubnahana waxay heli karaan ilaa 8 toddobaad oo balastar, xanjo ah, Xanjo dhegdheg ah ama isku darka daawaynta oo laguu keeno. Barnaamijku wuxuu kaloo bixiyaa taageerada sigaarka elektaroonigga ah iyo sigaarka qiiqa ah.
    - 1-833-EXCOACH (1-833-392-6224)
    - Waa la heli karaa 24/7
    - GO.TheEXProgram.com/SCHA
- Waxa aad 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.
- Daawaynta Taleefanka: Adeegyada waxaa lagu bixin kawaa daawaynta taleefanka. (taleefan muuqaal ah ama onleyn)

Fiirooyinka Gaarka ah:

Ma jiraan wax xaddidan oo ku saabsan inta jeer ee aad adeegan isticmaali karto ama tirada jeer ee aad heli karto la-talin ama daawooyin joojinta tubaakada ama nikotiinka.

Adeegyo badan: Waxaad adeegsan kartaa noocyo kala duwan oo taageero ah isku mar, sida la-talin iyo daawooyin.

Looma baahna oggolaansho hore adeegyada joojinta tubaakada iyo nikotiinka ama daawooyinka ay oggolaatay Maamulka Cuntada iyo Dawooyinka ee daawaynta joojinta tubaakada.

Ku-tallaalidda

Adeegyada la Caymiyay:

- Qaliinka talaalka unuga iyo xubnaha*, waxaa kamid ah: dhuuxa lafta, lafaha, wadnaha, wadnaha-sanbabada, xiidmaha, xiidmaha- beerka, kelyaha, beerka, sambabada, xameetida, ganaca-kelyaha, ganaca unuga beer yaraha, unugga jirka, iyo ku-tallaaliddaha kale
- Aalada Kaalmada Wadnaha*: la geliyo sidii buundada wadnaha lagu tallaalo ama daawaynta teraabiyada loo socdo

Fiirooyinka Gaarka ah:
Noocyada qaliinka talaalka unuga waa inay: 1) ku qoran Buugga Bixiyaha ee Waaxda Minnesota ee Adeegyada Bilaa Aadanka; 2) nooc uu caymiyay Medicare; ama 3) uu ansixiyay wakiilka caafimaadka ee gobolka.

Ku-tallaalidda waa in lagu sameeyaa xarun-tallaalid oo ah xarun-tallaalidda Medicare la oggolaaday.

Xarumaha taranka unugyada moxoga ama dhuuxa lafta waa inay buuxiyaan heerarka ay dejisay Aasaaska Aqoonsiga Daawaynta Unigyada (FACT).

Gaadiidka ku gaynaya/kaa keenaya Adeegyada Caafimaadka

Adeegyada la Caymiyay:

- Ambalaaska (hawada ama dhulka waxaa ku jira gaadiidka biyaha)
- Gaadiidka darawalka iskaa wax u qabso ah
- Gaadiidka aan la isku caawin (taksi ama gaadiidka dadweynaha)
- Gaadiidka la isku caawiyo*
- Gaadiid qalabaysan/rampka ah*
- Gaadiidka la ilaaliyo*
- Gaadiidka iskala jiida*

Adeegyada aan la cayminin:

- Lacag celinta masaafada (tusaale, marka aad isticmaashid baabuurkaaga), cuntada, hoyga, iyo baarkinka sidoo kale ay ku jiraan safarka ka baxsan gobolka. Adeegyadani kuma hoos jiraan qorshaha laakiin waxaa laga yaabaa in laga helo degmada ama wakaalada qabiilka. Wac degmadaada ama wakaalada qabiilka wixii macluumaad dheeraad ah.

Fiirooyinka Gaarka ah:
Hadii aad u baahan tahay gaadiid aad u raacdo oo aad kaga timaado adeegyada caafimaadka ee caymisku bixinayo, la hadal lambarka taleefanka ee Qaybta 1. Waxaanu ku siin doonaa gaadiidka ugu habboon ee kharash ahaana ugu wax ku oolsan.

Qorshuhu ma ahan in lagu siiyo gaadiid rugtaada daryeelka aasaasiga ah haddii ay gurigaaga uu ka badan yahay 30 mayl ama haddii aad doorato bixiye khaas ah oo gurigaaga u jira in ka badan 60 mayl. Wac lambarka taleefoonka gaadiidka ee qaybta 1 haddii aanad lahayn rugta daryeelka aasaasiga ah oo laga heli karo meel 30 mayl u jirta gurigaaga iyo/ama Haddii aadan haysan bixiye khaas ah oo laga heli karo meel 60 mayl u jirta gurigaaga.

Daryeelka Degdega ah

Adeegyada la Caymiyay:

- Daryeelka degdega ah ee ku dhex jira goobta adeega qorshaha
- Daryeelka degdega ah ee ka baxsan aagga adeegga qorshaha

Adeegyada aan la cayminin:

- Adeegyada caafimaadka muhiimka ah, degdegga ah, ama adeegyo kale oo dibadda Mareykanka laga bixiyo ama alaabo laga helo. Annaga lacag daryeel caafimaad ma siin doonno bixiyaha ama hay'adda ka baxsan Maraykanka.

Fiirooyinka Gaarka ah:
Xaaladda degdega ahi aan mid halis ah sida xaalad degdeg ah ahayn. Tani waa daryeelka xaalad u baahan daaweyn degdeg ah si loo joojiyo in xaaladdu ka sii darto. Daryeelka degdega ah ayaa la heli karaa 24 saac maalintii.

Waxaa kale oo aad wici kartaa adeega talobixinta kalkaalisada ee 24-saac ah lambarka ku yaala dhabarka dambe ee kaarka Aqoonsiga South Country. Adeegga Talo-bixinta Kalkaalisada ee 24-Saacadood waxa ay bixisaa taageero caafimaad 24 saacadood maalintii, 7 maalmood todobaadkii.

Dhakhtar Dalbasho waa adeeg telehealth ah oo daryeel degdeg ah oo 24/7 ah oo loo heli karo xubnaha South Country. Xubnaha waxay dhakhtar kula kulmi karaan si muuqaal ah halkii ay rug caafimaad tagi lahaayeen ama ka dib saacadaha rugta caafimaadka. Dhakhtar Dalbasho wuxuu hubin karaa oo daaweyn karaa xaalado kala duwan. Booqo https://doctorondemand.com/southcountry or get the Doctor On Demand app from your mobile device app store.

Way fiicantahay in la ogaado rugta daryeelka degdega ah ee shabakada ee kuugu dhow. Waxaad ka heli kartaa rugta daryeelka degdega ah halkaan: https://mnscha.org/provider-search/. Ama waxaad adiga wici kartaa Adeegyada Xubnaha.

Ka wac Adeegyada Xubnaha lambarka taleefoonka qaybta 1 sida ugu dhakhsaha badan marka aad hesho daryeel degdeg ah oo ka baxsan goobta adeegga qorshaha.

Qaybta 8. Adeegyada aanu bixino caymisku ma bixiyo lacagtooda

Haddii aad hesho adeegyo ama sahay aan caymis lahayn, waxaa laga yaabaa inaad adigu iska bixiso. Adeegyada "aanu caymisk bixin" qaar iyo agabka waxay ku qoran yihiin qayb kasta oo Qaybta 7 ah. Kuwa soo socdaa waa liiska adegeyada iyo agabka kale ee aanu bixin caymiska qorshahan. Tani ma aha liis dhammaystiran. Soo wac Adeegyada Xubnaha wixii macluumaad dheeraad ah.

- Baadhitaanno (baaritaano lagu sameeyo maydadka dadka dhintay si loo ogaado sababta dhimashada)
- Hababka qurxinta ama daawaynta
- Adeegyada caafimaadka degdegga ah, kuwa muhiimka ah, ama adeegyo kale oo caafimaad, ama walxo laga helo bixiyeyaasha ku yaal meel ka baxsan Mareykanka (U.S.). Annaga lacag daryeel caafimaad ma siin doonno bixiyaha ama hay'adda ka baxsan Maraykanka.
- Adeegyada tijaabada ama baaritaanka
- Adeegyada daryeelka caafimaadka ama saadka aan caafimaad ahaan daruuri ahayn
- Daawooyinka guriga lagu sameeyo iyo mida dhirta
- Adeegyada shilalka ah ee bukaan-jiifka iyo guriga kalkaalinta, sida TV-ga, taleefoonka, timo-jaraha iyo adeegyada qurxinta, iyo adeegyada martida
- Alaabta aan loo isticmaalin in lagu daaweeyo xaaladda caafimaadka

Qaybta 9. Adeegyada qaarkooda malagu daboolo qorshaha laakiin waxaa laga yaabaa in lagu daboolay iyada oo loo maraayo il kale.

Adeegyadan kuma hoos jiraan qorshaha, laakiin waxaa laga yaabaa in lagu caymiyo ilo kale, sida gobolka, degmada, dawladda dhexe, qabiilka, ama qorshaha daawada Medicare-ka. Si aad u ogaato wax badan oo ku saabsan adeegyadaan, wac Taageerada Macmiilka ee Daryeelka Caafimaadka ee DHS (HCCS) 651-297-3862 ama 800-657-3672 ama 711 (TTY), ama isticmaal adeegyadaada isgaarsiinta maqalka ee aad doorbidayso. Wicitaankaan waa bilaash.

- Adeegyada soo xaadhida ilmaha (kuwani waxaa bixiya oo si toos ah loogu dalacaa kharashkooda MHCP)
- Maareynta kiiska ee loogu talagalay xubnaha qaba naafada koriinka
- Maareynta kiisaska ku wajahan daryeelka carruurta
- Tababarka maalinta iyo adeegyada baxnaaninta
- Maareynta kiiska HIV
- Kaaliyaha Caafimaadka Daryeelka Guriga (HCN): Si aad wax badan uga ogaato adeegyada HCN, la xidhiidh wakaaladda daryeelka guriga si aad u qiimeyso. Si aad u hesho wakaaladda daryeelka guriga oo aaggaaga ah, wac lambarka HCCS ee hore laguugu qoray.
- Xarunta daryeelka dhexe ee xubnaha naafada koriinka (ICF/DD)
- Tababarka shaqada iyo adeegyada waxbarashada
- Adeegyada caafimaad ee muhiimka ah ee lagu qeexay Qorshaha Waxbarashada Shaqsiga (IEP) ama Qorshaha Adeegyada Qoyska Shaqsiga (IFSP) oo ay bixiyaan degmo dugsiyeedyo, isla markaana uu daboolo Kaalmada Caafimaadka
- Lacag celinta masaafada (tusaale ahaan, marka aad isticmaashid baabuurkaaga aad leedahay), cuntada, hoyga, iyo baarkinka. Wac degmadaada wixii macluumaad dheeraad ah.
- Guuritaanka Guriga adeegyada Minnesota
- Guriga kalkaalinta ayaa joogi doona
- Adeegyada iyo Taageerada Kowaad ee Bushqada (CFSS). Kaalmada Daryeelka Shakhsi Ahaaneed (PCA) wuu sii dhamanayaa oo waxaa lagu bedeley CFSS. Laga bilaabo Oktoobar 1,2024, wax qiimayn cusub ah laguma samaynin adeegyada PCA. Laakiin, shakhsiyaadka qar ayaa weli qaadan kara PCA inta lagu jiro mudada kala guurka ah ee hore. CFSS iminka waxay bedelysaa PCA wakhtiga qiimaynta sanadkii ee xubinta. Si aad wax badan uga ogaato CFSS ama aad u dalbato qiimayn, la xiriir xafiiska qaabilaadda degmadaada adeegyada daryeelka mudada dheer iyo taageerada degmada aad degan tahay.
- Xiritaanka ka dib Iskudubaridka Adeegyada Ku salaysan Bulshada
- Haddii aad leedahay Medicare Qeybta A, B ama labadaba, daawooyinka waxaa daboolaya Barnaamijka Daawooyinka Medicare (Medicare Qeybta D). Waa inaad isku qortaa qorshaha daawada Medicare-ka si aad u hesho adeegyadaan.
- Qolka iyo guddiga la xidhiidha Adeegyada Daawaynta Deganaanshaha Adag (Intensive Residential Treatment Services, IRTS)
- Hoyga iyo cuntada la xiriirta adeegyada daryeelka soo kabashada
- Qolka iyo guddiga la xidhiidha adeegyada daawaynta ee xarumaha daawaynta caafimaadka dhimirka ee deegaanka carruurta. Qolka iyo guddiga waxaa laga yaabaa inay caymiyaan degmadaada. Wac degmadaada wixii macluumaad ah.
- Adeegyada ay bixiyaan hay'adaha dawladda dhexe
- Adeegyada ay bixiso xarunta daawaynta ee gobolka ama xarunta daryeelka muddada-dheer ee gobolka leedahay ilaa annagu aanu oggolaanno mooyee ama adeegga uu amar ku bixiyo maxkamad marka la eego shuruudaha sharciga ku qeexan.

- Daawaynta ee Rule 36 ee xarumaha aan shatiga u haysan sida Adeegyada Daawaynta Deganaanshaha Adag (Intensive Residential Treatment Services, IRTS)
- Ka dhaafitaanada Adeegyada Lagu dhex bixiyo Guriga iyo Bulshada

Qaybta 10. Goorta la wacaayo shaqaalaha degmadaada

Wac shaqaalaha degmadaada si aad uga warbixiso isbeddeladaan:

- Wax ka beddelada magaca
- Wax ka beddelada ciwaanka oo ay ku jiraan ka guurista ee Minnesota
- Taariikhaha bilowga/dhamaadka uurka
- Xubin qoyska ku soo biirta ama ka baxda
- Kaarka aqoonsiga Minnesota Health Care Program ee lumay ama la xaday
- caymis Cusub ama Medicare – taariikhda bilawga iyo dhammaadka
- Wax ka beddelka dakhliga oo ay ku jiraan wax ka beddellada shaqada

Qaybta 11. Isticmaalka qorshaha caymiska ee la socda caymiska kale

Haddii aad leedahay caymis kale, noo sheeg intaadan daryeel helin. Waan kuu sheegi doonaa haddii ay tahay inaad isticmaasho bixiyeyaasha shabakada qorshaha ama bixiyeyaasha daryeelka caafimaadka ee loo isticmaalo caymiskaaga kale. Waanu isku dubaridi doonaa lacagahayaga. Tan waxa loo yaqaan "isku-duwidda dheefaha." Tusaalooyinka caymisyada kale waxaa ka mid ah:

- Caymis baabuur oo aan khalad lahayn
- Magdhawga shaqaalaha
- Medicare
- Tricare
- Caymiska Ururka Dayactirka Caafimaadka Kale (Health Maintenance Organization, HMO).
- Caymiska ganacsiga kale

Markaad xubin ka noqoto qorshaha, waxaad ogolaatay:

- Aan biilal u dirno caymiskaaga kale
- Aan ka helno macluumaadka caymiskaaga kale
- Aynu lacag ka helno caymiskaaga kale halkii lacag laguu soo diri lahaa
- Naga caawi inaan lacag ka helno caymiskaaga kale

Haddii caymiskaaga kale isbeddelo, wac shaqaalaha degmadaada.

Qaybta 12. Soo jeedinta ama sheegashada kale

Cutubkaan koowaad waxa uu quseeyaa dadka aan muwaadiniinta ahayn qaarkooda ee ku jira barnaamijka Qoyska iyo Carruurta:
Waxaa laga yaabaa inaad haysato ilo kale oo lacag bixinta daryeelkaaga caafimaad. Waxa laga yaabaa inay ka yimaaddaan qof kale, koox, shirkad caymis, ama urur kale. Haddii aad hayso dacwad ka dhan ah ilo kale oo dhaawac ah, waxaanu kuu dacwoon doonaa daryeel caafimaad oo aanu kuu cayminay. Sharciga gobolku wuxuu kaaga baahan yahay inaad naga caawiso samaynta tan. Sheegashada waxaa laga yaabaa in laga soo ceshado heshiis kasta ama xukun kasta oo aad ka hesho meel kale. Tani waa run xitaa haddii aadan si buuxda u helin lacag-bixinta codsigaga. Qadarka sheegashadu kama badnaan doonto inta sharciga gobolku ogol yahay.

Qodobkan labaad wuxuu khuseeyaa xubnaha ku jira barnaamijka Qoysaska iyo Carruurta marka laga reebo ajaaniibta qaarkood.
Waxaa laga yaabaa inaad haysato ilo kale oo lacag bixinta daryeelkaaga caafimaad. Waxa laga yaabaa inay ka yimaaddaan qof kale, koox, shirkad caymis ama urur kale. Sharciga Federaalka iyo kan gobolka ayaa dhigaya in gunooyinka Caawinta Caafimaadka la bixiyo oo kaliya haddii aysan jirin ilo kale oo lacag bixin ah. Haddii aad qabto dacwad ka dhan ah ilo kale wixii dhaawacyo ah, waxaanu samayn doonaa dacwad gooni ah oo ku saabsan daryeel caafimaad oo aanu kuu cayminay. Sharcigu waxa uu kaaga baahan yahay in aad nagu caawiso in aan sidan samayno. Sheegashada waxaa laga yaabaa in laga soo ceshado meel kasta oo laga yaabo inay mas'uul ka tahay bixinta daryeelka caafimaadka ee aan kuu cayminay. Qadarka sheegashadu kama badnaan doonto wax ka badan sharciyada federaalka iyo gobolka.

Qaybta 13. Cabashada, Racfaanka iyo Racfaanka Gobolka (Dhageysiga Cadaalada ah ee Gobolka) Habka

Qaybtani waxa ay kuu sheegaysaa nidaamka cabashada iyo rafcaanka oo ay ku jiraan ogaysiisyada, cabashooyinka (cabashada), rafcaannada qorshaha caafimaadka, iyo Racfaanka Gobolka (Dhagaysiga Caddaaladda leh ee gobolka). Waxay kuu sheegaysaa sida iyo goorta aad isticmaalayso nidaamka cabashada iyo rafcaanka haddii aanad ku qanacsanayn daryeelkaaga ama adeegaaga caafimaad ama aadan ku raacsanayn go'aanka aanu samaynay. Waxay kuu sheegaysaa xuquuqdaada markaad isticmaalayso nidaamka cabashada iyo rafcaanka.

Ka wac Adeegyada Xubnaha lambarka taleefanka Qaybta 1 haddii aad su'aalo qabto ama aad rabto in lagaa caawiyo buuxinta cabasho ama rafcaan.

Shuruudaha nidaamka cabashada iyo rafcaanka in la ogaado:

Cabashadu waa marka aanad ku qanacsanayn adeegyada aad heshay oo ay ku jiri karto mid ka mid ah kuwaan soo socda:

- tayada daryeelka ama adeegyada la bixiyo
- ku guuldareysiga in aad ixtiraamto xuquuqdaada
- madax adeega adeeg bixiyaha ama shaqaale qorshe caafimaad
- dib u dhigista daawaynta ku haboon ama gudbinta
- aan ku dhaqmin muddada loo baahan yahay ee cabashooyinka iyo rafcaannada

Diidmada, joojinta ama dhimista (denial, termination or reduction, DTR) (ogaysiis ficil) waa foom ama warqad aan kuu soo dirno si aan kuugu sheegno go'aanka aan ku gaarnay codsi adeeg, bixinta lacag-sheegasho, ama codsi kasta oo kale. Ogeysiiska ayaa kuu sheegi doona sida rafcaanka loogu xareeyo qorshaha caafimaadka ama aad u codsato Racfaan Goboleed (dhageysi cadaalad ah oo lala yeesho gobolka) haddii aadan ku raacsanayn go'aankayaga.

Rafcaanka qorshaha caafimaadku waa codsigaaga in aanu dib u eegno go'aanka aanu gaadhnay. Waxaad codsan kartaa racfaan haddii aadan ku raacsanayn go'aankayaga mid ka mid ah **tallaabooyinka** soo socda (go'aamada)**:**

- diidmada ama oggolaanshaha xaddidan ee nooca ama heerka adeegga uu codsaday bixiyahaaga
- dhimista, ka joojinta, ama joojinta adeeg hore loo ansixiyay
- diidmada dhammaan ama qayb ka mid ah bixinta adeegga
- in aan lagu bixin adeegyo (oo ay ku jiraan gaadiid) waqti macquul ah
- diidmada codsiga xubinta ee ah in adeegyada laga saaro shabakada xubnaha ku nool meel miyi ah oo leh hal qorshe caafimaad

- aan ku siinin jawaab cabashadaada ama rafcaanka wakhtiga loo baahan yahay
- diidmada codsigaaga si aad uga dooddo mas'uuliyaddaada maaliyadeed oo ay ku jiraan lacag-bixinta iyo wadaagga kharashyada kale

Bixiyahaagu waxa laga yaabaa inuu rafcaan ka qaato magacaaga oggolaanshahaaga oo qoran. Bixiyahaaga daawaynta ayaa laga yaabaa in uu racfaan ka qaato go'aanka oggolaanshaha adeeg ee hore adiga oo aan oggolaanin.

<u>Racfaan Goboleed (Dhegeysi Cadaalad ah oo lala yeesho Gobolka)</u> waa codsigaaga gobolka inuu dib u eego go'aanka aanu gaadhnay. Waa inaad rafcaan u gudbisaa South Country Health Alliance ka hor inta aanad codsan Racfaan Dawladeed. Hadii aan qaadano in ka badan 15 maalmood si aan go'aan uga gaarno racfaankaaga oo aadan codsan muddo kordhin ama aadan ku darin muddo kordhin, uma baahnid inaad sugto go'aankayaga si aan u codsano Racfaan Goboleed. Waxaad rafcaan ka qaadan kartaa mid ka mid ah tallaabooyinkan (go'aamada):

- diidmada ama oggolaanshaha xaddidan ee nooca ama heerka ee adeegga
- dhimista, ka joojinta, ama joojinta adeeg hore loo ansixiyay
- diidmada dhammaan ama qayb ka mid ah bixinta ee adeegga
- in aan lagu bixinin adeegyada waqti macquul ah
- guuldaraysigena in aan ku dhaqaaqno waqtiyada loo baahan yahay oggolaanshaha iyo rafcaannada hore
- mas'uuliyadda maaliyadeed oo ay ku jirto lacag-bixinno ama kharash wadaag kale
- Wixii talaabo kale ah

<u>Waqtiyada Muhiimka ah ee Racfaanada</u>

Waa in aad raacdo jadwalada lagu xareynaayo rafcaannada qorshaha caafimaadka iyo Racfaanka Gobolka (Dhageysiyada Cadaaladda ah ee gobolka). Haddii aad ka gudubto wakhtiga laguu ogol yahay, waxaa laga yaabaa inaanan dib u eegis ku samayn racfaankaaga gobolkuna ma aqbali doono codsigaaga racfaanka.

Waa inaad rafcaan noogu soo dirtaa **60 maalmood gudahooda** laga bilaabo taariikhda DTR (ogaysiiska ficilka). Waxaan ku siin karnaa waqti dheeri ah haddii aad haysato sabab wanaagsan oo aad uga baaqanayso wakhtiga kama dambaysta ah. Waa in aad noo xaraysataa racfaan **ka hor** inta aanad codsan Racfaanka Gobolka. Hadii aan qaadano in ka badan 15 maalmood in aan go'aan ka gaarno racfaankaaga oo aadan codsan muddo kordhin ama aadan ku darin muddo kordhin, waxaad codsan kartaa Racfaan Dawladeed adigoon na sugin.

Waa inaad ku codsataa Racfaanka Gobolka **120 maalmood gudahooda** ee go'aankeena rafcaanka.

Haddii aan joojineyno ama dhimeyno adeegga, waxaad sii wadi kartaa helitaanka adeegga haddii aad xareyso rafcaan qorshe caafimaad **10 maalmood gudahooda** laga soo bilaabo taariikhda ogeysiiska, ama ka hor inta aan adeegga la joojin ama la dhimin, hadba kii dambe. **Waa inaad dalbadaa inay kuu sii socdaan adeega marka aad xarayso rafcaanka.** Adeegu waxa uu sii soconayaa ilaa inta rafcaanka laga gaadhayo go'aan. Haddii aad lumiso racfaanka, waxaa laga yaabaa in lagugu dallaco adeegyadan, laakiin waa haddii xeerka gobolku kuu ogolaado.

Haddii aad lumiso rafcaanka, waxaad sii wadi kartaa helitaanka adeegga inta lagu jiro Racfaanka Gobolka haddii aad ku codsato Racfaanka Gobolka 10 maalmood gudahooda laga bilaabo taariikhda go'aanka rafcaanka qorshahaaga.

Wixii ah Barnaamijka Qaataha Xaddidan, xubinta hesha ogeysiiska xaddidaadda waxa laga yaabaa in ay anaga naga xareysato rafcaan. Waa inaad ku xeraysataa racfaan **60 maalmood gudahooda** laga soo

bilaabo taariikhda ogeysiiska. Waa inaad rafcaan ku qaadato 30 maalmood gudahood si aad uga hortagto xaddidaadda in la fuliyo inta lagu jiro racfaankaaga. Waxaad codsan kartaa Racfaanka Gobolka ka dib markaad hesho go’aankeenaa.

Si aad noogu xarayso rafcaan af ama qoraal ah:

Waxaad rafcaan ku qaadan kartaa telefoon, qoraal, fakis ama qof ahaan. Macluumaadka xiriirka iyo ciwaanka waxaa laga heli karaa Qeybta 1 ee hoos timaada "Rafcaannada iyo Cabashooyinka."

Waxaad soo gudbin kartaa dukumeenti kasta oo aad ku bixin kartaa macluumaadka shakhsi ahaan, teleefoon ahaan, ama qoraal ahaan. Diiwaanadaada waxa loo hayn doonaa si gaar ah sida uu sharcigu qabo. Waxaad naga heli doontaa warqad cadeyneysa inaan helnay codsigaaga racfaanka.

Codsigaaga racfaanka waa inuu ku jiraa:

- Magacaaga
- Taariikhda dhalashada
- Ciwaanka
- Lambarka Xubnaha
- Lambarka taleefoonka
- Sababaha racfaanka

Waxaa kale oo aad ku dari kartaa macluumaad kasta oo aad rabto in aan dib u eegno, sida diiwaannada caafimaadka, waraaqaha bixiyaha, ama macluumaadka kale ee sharaxaya sababta aad ugu baahan tahay shayga ama adeegga. Wac bixiyahaaga haddii aad u baahan tahay macluumaadkaan. Waxaan kugula talineynaa inaad haysato koobiga wax kasta oo aad noo soo dirto si aad u hesho diiwaankaaga.

Racfaanada degdega ah ayaa adeegyada si degdegga ah loogu baahan yahay. Haddii aan ku heshiino inay degdeg tahay, waxaanu ku siin doonaa go’aan 72 saacadood gudahood. Waxaan isku dayi doonaa inaan ku soo wacno oo aan kula wadaagno go’aanka ka hor intaanan go’aanka qoraal ahaan u dirin.

Waxaa laga yaabaa inaan qaadano ilaa 14 maalmood oo dheeri ah haddii aan u baahanahay macluumaad dheeri ah oo ay ku jirto dantaada ama haddii adiga ama bixiyahaagu aad codsataan wakhti dheeraad ah. Waxaan kuu sheegi doonaa sababta aan u qaadaneyno waqtiga dheeriga ah.

Haddii racfaankaagu uusan ahayn mid degdeg ah, waxaan kuu sheegi doonaa 10 maalmood gudahood inaan helnay. Waxaan kugu siin doonaa go’aan qoraal ah 15 maalmood gudahood. Waxaa laga yaabaa in aan qaadano ilaa 4 maalmood oo dheeri ah haddii aan u baahanahay macluumaad dheeri ah oo ay ku jirto dantaada ama haddii aad codsato wakhti dheeraad ah. Waan kuu sheegi doonaa inaan qaadaneyno waqti dheeri ah iyo sababta.

Qofka go’aan ka gaarayaa ma noqon doono isla qofka ku lug lahaa dib u eegis hore ama go’aan-qaadasho.

Haddii aan go’aansanayno rafcaan ku saabsan adeegga la diiday sababtoo ah ma ahayn lagama maarmaan caafimaad ahaan, go’aanka waxaa gaari doona xirfadle daryeel caafimaad oo leh khibrad caafimaad oo ku habboon daaweynta xaaladdaada ama cudurkaaga.

Adiga ama wakiilkaaga waxaad ku soo bandhigi kartaan macluumaadkaaga shaqsi ahaan, taleefoon ahaan, ama qoraal ahaan.

Haddii aad rafcaan qaadato, waxaanu kuu soo diri doonaa adiga ama wakiilkaaga faylka kiiska marka la codsado, oo ay ku jiraan diiwaannada caafimaadka iyo dukumeentiyada kale iyo diiwaanada aanu tixgelinay inta lagu jiro nidaamka rafcaanka.

Si aad u xarayso Racfaanka Gobolka (Dhegeysi Cadaalad ah oo lala yeesho gobolka) Waaxda Adeegyada Aadanaha ee Minnesota:

Waa in aad noo xaraysataa Racfaan Qorshe Caafimaad **ka hor** inta aanad codsan Racfaanka Gobolka. Waa inaad ku codsataa Racfaan Gobol **120 maalmood gudahooda** ee laga soo bilaabo taariikhda go'aanka rafcaankeena (xalinta).

Racfaankaaga gobolka waa inuu ahaadaa qoraal ahaan. Waxaad warqad u diri kartaa Minnesota Department of Human Services si aad u codsato Racfaanka Gobolka.

Qoraal u dir:	Minnesota Department of Human Services Xafiiska Racfaanka P.O. Box 64941 St. Paul, MN 55164-0941
Kaga xaree onlaayin ahaan:	https://edocs.dhs.state.mn.us/lfserver/Public/DHS-0033-ENG
Ama fakiska ku dir:	651-431-7523

U sheeg gobolka sababta aad u diidan tahay go'aanka aanu gaadhnay. Waxaad weydiisan kartaa saaxiib, qaraabo, u doode, bixiye, ama qareen inuu ku caawiyo. Bixiyahaagu waa inuu haystaa oggolaansho qoraal ah si uu kuugu codsado Racfaan Goboleed.

Garsooraha adeegga aadanaha ee Xafiiska Rafcaanka ee gobolka ayaa qaban doona dhageysi. Waxa aad dalban kartaa dhagaysi taleefanka, fiidyaw ah ama foolka-fool ah. Waxa aad waydiin kartaa bixiyayaasha ama cid kale inay meesha ka sheegto xog. Waxaad siin kartaa dukumeenti uu garsooruhu tixgeliyo.

Nidaamku wuxuu qaadan karaa 90 maalmood. Haddii dhegeysigaagu uu ku saabsan yahay adeeg si degdeg ah loogu baahan yahay, u sheeg Garsooraha ama Dhexdhexaadiyaha marka aad wacdo ama u qorto.

Haddii dhegeysigaagu uu ku saabsan yahay adeeg la diiday sababtoo ah ma ahayn lagamamaarmaan caafimaad, waxaad codsan kartaa inuu dib u eego khabiir caafimaad. Khabiirka caafimaadku wuu ka madax bannaan yahay gobolka iyo South Country Health Alliance labadaba. Gobolka ayaa bixinaya kharashka dib u eegista. Wax kharash ah oo kugu kacaya ma jiro.

Haddii aadan ku raacsanayn go'aanka garsooraha adeegga aadanaha, waxaad weydiisan kartaa gobolka inay dib u eegaan go'aankooda. U dir codsi qoraal ah oo dib u eegis ah Minnesota Department of Human Services Appeals Office 30 maalmood gudahooda laga bilaabo taariikhda go'aanka. Macluumaadka xiriirka waxa ay ku qoran yihiin horraantii qeybtaan.

Haddii aadan ku raacsanayn go'aanka gobolka, waxaad rafcaan u qaadan kartaa maxkamadda degmada ee degmadaada.

Cabashooyinka (Cabashooyinka)

Waxaad **mar kasta** naloo soo gudbin kartaa cabasho haddii ay jiraan dhibaatooyin ama welwel dhacay intaad qorshaha caafimaadka ku jirtay. Ma jiro wakhti go'an oo cabasho nalaga soo gudbin karo. **Si aad noogu xerayso cabasho afka ah:**

Wixii macluumaad dheeraad ah, wac Adeegyada Xubnaha lambarka taleefoonka ee Qaybta 1 oo noo sheeg dhibaatada.

Waxaan kugu siin doonaa go'aan 10 maalmood gudahood. Waxaa laga yaabaa inaan qaadano ilaa 14 maalmood oo dheeraad ah si aan go'aan uga gaarno haddii aan u baahanahay macluumaad dheeraad ah waxayna noqon doontaa dantaada ugu fiican ama haddii adiga ama bixiyahaagu aad

codsataan wakhti dheeraad ah. Waxaan kuu sheegi doonaa 10 maalmood gudahood inaan qaadaneyno waqti dheeri ah iyo sababaha.

Haddii cabashadaadu ay ku saabsan tahay diidmadeena racfaanka degdegga ah ama cabashada ku saabsan arrimaha daryeelka caafimaadka degdegga ah, waxaan ku siin doonaa go’aan 72 saacadood gudahood.

Si aad noogu soo xarayso cabasho qoraal ah:

Warqad cabashadaada ku saabsan noo soo dir. Ku qor ciwaanka ku taxan Qaybta 1 ee hoos timaada "Rcfaanada iyo Cabashada." Ama fakis ayaad noogu soo diri kartaa warqadda adigoo isticmaalaya lambarka fakiska ee ku qoran Qeybta 1.

Waxaan kaa caawin karnaa inaad cabashadaada qoraal ahaan u gudbiso. Ka wac Adeegyada Xubnaha lambarka taleefanka Qaybta 1 haddii aad u baahan tahay caawimo.

Waxaan kuu sheegi doonaa inaan ku helnay cabashadaada qoraalka 10 maalmood gudahooda.

Waxaan ku siin doonaa go’aan qoraal ah 30 maalmood gudahood. Waxaa laga yaabaa inaan qaadano ilaa 14 maalmood oo dheeri ah haddii aan u baahanahay macluumaad dheeri ah oo ay ku jirto dantaada ama haddii adiga ama bixiyahaagu aad codsataan wakhti dheeraad ah. Waan kuu sheegi doonaa inaan qaadaneyno waqti dheeri ah iyo sababta.

Haddii aadan ku raacsanayn go’aankayaga, waxaad cabashadaada u gudbin kartaa Minnesota Department of Health.

Waxaad u dirtaa:	Minnesota Department of Helitaanka Managed Care Systems Section P.O. Box 64975 St. Paul, MN 55164-0975
Wac:	800-657-3916 (wacitaankaani waa bilaash) ama (651) 201-5100. 711 (TTY) ama isticmaal adeegyada gudbinta ee aad doorbiday.
Booqo:	health.state.mn.us/facilities/insurance/clearinghouse/complaints.html

Waxa kale oo aad wici kartaa Dhexdheexaadiyaha Barnaamijyada Daryeelka Caafimaadka ee Dadwaynaha la Maareeyo si ay kuu caawiyaan. Macluumaadka xiriirka waxa ay ku qoran tahay horraantii qeybtan.

Macluumaad muhiim ah oo ku saabsan xuquuqdaada marka aad buuxinayso cabashada, rafcaanka, ama aad codsanayso Racfaan Dawladeed (Dhegeysiga cadaalad ah oo lala yeesho gobolka)

Haddii aad go’aansato inaad xarayso cabasho ama rafcaan, ama aad codsato Racfaan Dawladeed, ma saamaynayso u-qalmitaankaaga adeegyada caafimaadka. Sidoo kale saameyn kuma yeelan doonto isdiiwaangelintaada qorshahayaga caafimaadka.

Waxaad heli kartaa qaraabo, saaxiib, u doode, bixiye, ama qareen kaa caawiya cabashadaada, racfaanka, ama racfaanka Gobolka.

Ma jiro wax kharash ah oo kugu kacaya xereynta rafcaanka qorshaha caafimaadka, cabashada, ama Racfaanka Gobolka. Waxaa laga yaabaa in aanu bixino kharashaadka qaarkood sida gaadiidka, daryeelka carruurta, sawir qaadista, iwm.

Haddii aad weyddiisato diiwaannadaada caafimaadka ama dukumiintiyo kale oo aan u isticmaalnay si aan u sameyno go’aankayaga, ama aad rabtid nuqullo, anaga ama bixiyahaaga waa inaan kugu siinaa

lacag la'aan. Haddii aad na weydiiso, waa inaan ku siinaa koobiga hab-raacyada aan u isticmaalnay si aan u gaarno go'aankayaga, iyada oo aan wax kharash ah kaaga bixin. Waxaa laga yaabaa inaad u baahato inaad codsigaaga qoraal ku qorto.

Haddii aad u baahan tahay in lagaa caawiyo cabashadaada, racfaankaaga, ama Racfaanka Gobolka, waxaad wici kartaa ama u qori kartaa Dhexdhexaadiyaha ee loogu talgalay Barnaamijyada Daryeelka Caafimaadka Dadweynaha la Maareeyay (Ombudsperson for Public Managed Health Care Programs). Waxa laga yaabaa inay kaa caawiyaan marin u helka, adeegga, ama dhibaatooyinka biilasha. Waxay kaloo kaa caawin karaan inaad noo xerayso cabasho ama rafcaan ama codso Racfaan Goboleed.

Wac:	651-431-2660 800-657-3729 ama 711 (TTY), ama isticmaal adeegyada gudbinta isgaarsiinta maqalka ee aad doorbidayso. Wicitaankaan waa bilaash. Saacadaha adeeggu waa Isniin ilaa Jimce, 8:00 subaxnimo ilaa 4:30 galabnimo.
Ama	
U dir:	Ombudsperson for Public Managed Health Care Programs P.O. Box 64249 St. Paul, MN 55164-0249
Fakiska ku dir:	651-431-7472

Qaybta 14. Qeexitaannada

Kuwani waa macnaha erayada qaar ee buug-gacmeedkan xubinka ah.

Ficilka: Tani waxaa ka mid ah:

- diidmada ama oggolaanshaha xaddidan ee nooca ama heerka ee adeegga
- dhimista, ka joojinta, ama joojinta adeeg hore loo ansixiyay
- diidmada dhammaan ama qayb ka mid ah bixinta adeegga
- in aan lagu bixinin adeegyada waqti macquul ah
- aan ku dhaqmin muddada loo baahan yahay ee cabashooyinka iyo rafcaannada
- diidmada codsiga xubinta si ay u helaan adeegyada ka baxsan shabakada xubnaha ku nool aagga miyiga leh hal qorshaha caafimaadka oo keliya

Suuxdinta: Daawooyinka kaa dhigaya inaad hurdo la dhacdo xiliga qalliinka.

Racfaan: Qaab aad uga doodi karto talaabadeena haddii aad u malaynayso inaan khalad samaynay. Waxaad naga codsan kartaa inaan bedelno go'aanka caynsanaanta adiga oo buuxinaya racfaan qoraal ama hadal ah.

Ilmaha: Xubnaha uu ka yaryahay da'da 21.

Baaritaannada carruurta iyo dhallinta (Child and Teen Checkups, C&TC): Barnaamij daryeel caafimaad oo gaar ah oo ah booqashooyinka wanaagsan ee carruurta ee xubnaha ka yar 21 jir. Waxaa ka mid ah baaritaanka si loo hubiyo dhibaatooyinka caafimaad. Waxa kale oo ka mid ah gudbinta ogaanshaha iyo daaweynta, haddii loo baahdo.

Tijaabada Caafimaadka: Daraasada caafimaadka ee u qalma waa: oo lagu eegayo lodka; waxaa kafaale qaaday barnaamijka daraasada caafimaadka kaas oo buuxiyay shuruudaha federalka iyo gobolka iyo nidaamyada la ansixiyay; oo natiijadeeda rasmiga ah laga warbixiyay.

Kharash wada-bixin/Lacag-bixin: Qadar go'an oo aad ku bixin karto qayb ahaan kharashka mar kasta oo aad hesho adeegyo gaar ah, sahay, ama dawooyin dhakhtar qoray. Lacag-bixiinada waxaa badanaa la bixiyaa marka adeegyada, saadka, ama daawooyinka la qoray la bixiyo.

Wadaagista Qiimaha: Qadarka aad masuulka ka tahay inaad ku bixiso adeegyadaada caafimaad. Ka eeg qaybta 6 macluumaadka ku saabsan wadaagista kharashka.

Adeegyada caymisan: Adeegyada daryeelka caafimaadka ee u qalma lacag bixinta.

Kartida dhaqanka: Kartida dhaqanka iyo luuqada waa awooda ururada daryeelka la maareeyey iyo bixiyayaasha shabakadooda si ay u siiyaan daryeelka xubnaha leh qiyamka kala duwan, caqiidooyinka iyo dhaqamada, iyo in ay habeeyaan bixinta daryeelka si ay ula kulmaan xubnaha bulshada, dhaqanka, iyo baahida luqadda. Hadafku waa nidaam bixinta daryeelka caafimaadka iyo xooga shaqaalaha oo gaarsiin kara tayada ugu sareysa ee daryeelka bukaan kasta, iyadoon loo eegin jinsiyadda, qowmiyadda, asalka dhaqanka, aqoonta luuqadda, akhriska-qoraalka, da'da, jinsiga, nooca galmada, naafanimada, diinta, ama heerka dhaqan-dhaqaale.

Diidmada, Joojinta ama Dhimista (DTR) (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.

Adeegyada gelitaanka tooska ah: Waxaad isticmaali kartaa bixiye kasta oo ku jira shabakada qorshaha si aad u hesho adeegyadan Uma baahnid tixraac ama ogolaansho ka hor PCP-gaaga ama PCC ka hor inta aadan helin adeegyada.

Qalab Caafimaad Waara (Durable Medical Equipment, DME): Qalab caafimaad oo uu dhakhtarkaagu ku amro in lagu isticmaalo guriga. Tusaalooyinka waa kuwa lugeeya, kuraasta curyaanka, qalabka ogsijiinnka iyo sahayda.

Gurmad: Xaaladda degdega ah ee caafimaadku waa marka adiga, ama qof kasta oo kale oo celcelis ahaan aqoonta caafimaadka iyo daawadu leeyahay, aad aaminsan tahay inaad leedahay astaamo caafimaad oo u baahan daryeel caafimaad oo degdeg ah si looga hortago dhimashada, luminta xubin jidhka ka mid ah, ama luminta shaqada qayb jidhka ah ama waxay keeni kartaa dhaawac jidheed ama maskaxeed oo daran. Calaamadaha caafimaadku waxay noqon karaan dhaawac halis ah ama xanuun daran. Tan waxa kale oo loo yaqaan Xaaladda Caafimaad ee Degdegga ah.

Daryeelka/Adeegyada degdegga ah: Adeegyada caymisan ee uu bixiyo bixiye u tababbaran inuu bixiyo adeegyada degdegga ah loona baahan yahay in lagu daweeyo xaalad degdeg ah oo caafimaad. Tan waxaa kale oo loo yaqaan Daryeelka Qolka Degdegga ah.

Gaadiidka caafimaadka degdegga ah: Adeegyada ambalaasta ee xaalad caafimaad oo degdeg ah.

Adeegga tijaabada: Adeeg aan la caddayn inuu badbaado iyo waxtar leeyahay.

Daraasada Dib-u-eegista Tayada Dibadda: Daraasad ku saabsan sida tayada, waqtiga iyo helitaanka daryeelka ay bixiso South Country Health Alliance. Daraasadaan waa mid dibadda ah oo madax bannaan.

Qoysaska iyo Carruurta: Magaca barnaamijka Caawinta Caafimaadka ee la sii bixiyo (PMAP) ee aad ku jirto.

Qorshaynta Qoyska: Macluumaadka, adeegyada, iyo sahayda qofka ka caawiya inuu go'aansado inuu carruur dhalo. Go'aamadan waxaa ka mid ah doorashada in aad ilmo dhasho, Goorta aad ilmo dhalayso, ama inaadan ilmo dhalin.

Ujrada-adeegga (Fee-for-Service, FFS): Habka lacag bixinta adeegyada caafimaadka. Bixiyaha caafimaadku wuxuu si toos ah biilasha ugu soo dalacayaa Minnesota Department of Human Services (DHS). DHS waxay siisaa bixiyaha adeegyada caafimaadka. Habkan ayaa la isticmaalaa markaad xaq u leedahay Barnaamijyada Caafimaadka Minnesota laakiin aadan ku jirin qorshe caafimaad.

Liiska daawooyinka: Liiska daawooyinka hoos yimaada qorshaha.

Cabashooyinka: Cabashada aad anaga naga sameyso ama mid ka mid bixiyeyaasheena shabakadda ama farmashiyaasheena. Tan waxaa ku jira cabasho ku saabsan tayada daryeelkaaga.

Daryeelka Caafimaadka Guriga: Adeegyada daryeelka caafimaadka ee jirro ama dhaawac lagu bixiyo guriga ama bulshada dhexdeeda halkaas oo hawlaha nolosha caadiga ah ay qaataan Xubinka.

Daryeelka lasiiyo Waayeelka Dhul-yaalka ah: Barnaamij gaar ah oo loogu talagalay xubnaha jirran ee aan la filaynin in ay noolaadaan in ka badan lix bilood si ay ugu noolaadaan nolol raaxo leh inta ka hartay wakhtiga xubinka. Waxay siisaa adeegyo gaar ah xubinka iyo qoyskooda. Tan waxaa kale oo loo yaqaanaa Adeegyada Daryeel ee lasiiyo Waayeelka Dhul-yaalka ah.

Isbitaal dhigista: Daryeelka cisbitaalka oo u baahan in la seexiyo bukaan-jiif ahaan oo inta badan u baahan in habeen la joogo.

Daryeelka Bukaan-socodka Isbitaalka: Daryeelka isbitaalka oo badanaa u baahnayn joogitaanka habeenkii.

Joogitaanka Isbitaalka Bukaan jiifka: Joogitaanka isbitaalka ama xarunta daawaynta oo inta badan qaata 24 saacadood ama in ka badan.

Adeegga baarista: Adeeg aan la caddayn inuu badbaado iyo waxtar leeyahay.

Kaalmada Caafimaadka: Barnaamijka Medicaid ee Minnesota oo loogu talagalay dadka dakhligoodu hooseeyo.

Caafimaad ahaan lama huraan ah: Tani waxay qeexaysaa adeegyada, sahayda, ama daawooyinka aad u baahan tahay si aad uga hortagto, u baadho, ama u daaweyso xaaladaada caafimaad ama si aad u ilaaliso xaaladaada caafimaad ee hadda. Tan waxa ku jira daryeelka kaa ilaalinaya inaad cosbitaalka ama guriga kalkaalinta aado. Waxa kale oo ay la macno tahay adeegyada, sahayda, ama dawooyinka buuxiya heerarka la aqbalay ee ku dhaqanka caafimaadka. Daryeelka caafimaad ahaan lagama maarmaanka ah ayaa ku habboon xaaladdaada. Tan waxa ku jira daryeelka la xidhiidha xaaladaha jidhka iyo caafimaadka dabeecadda (oo ay ku jiraan Caafimaadka Dhimirka iyo Dhibaatada Isticmaalka Maandooriyaha). Waxa ku jira nooca iyo heerka adeegyada. Waxaa ku jira tirada daawooyinka. Waxaa kale oo ku jira halka 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 bixiyeyaasha kale ayaa badanaa dalban doona.
- kaa caawin inaad si fiican u fiicnaato ama u joogtid sida aad tahay.
- inay kaa caawiyaan joojinta ka sii daritaanka xaaladdaada.
- ka caawin ka hortagga ama helida dhibaatooyinka caafimaadka.

Medicare-ka: Barnaamijka caymiska caafimaadka federaalka ee dadka da’doodu tahay 65 ama ka weyn. Waxa kale oo loogu talagalay dadka qaar ka yar da’da 65 ee naafada ah, iyo dadka qaba Cudurka Kelyaha ee Heerka Dhammaadka.

Qorshaha Warqada Daawooyinka ee Medicare-ka: Qorshaha caymiska oo bixiya Barnaamijka Warqada Daawada ee Medicare-ka (Medicare-ka Qaybta D) gunooyinka daawada.

Barnaamijka Daawada Dhakhtarku Qoro ee Medicare: Gunada daawada dhakhtarku qoray ee xubnaha Medicare-ka. Waxaa mararka qaarkood loo yaqaan Medicare Qaybta D. Caymiska daawada waxaa lagu bixiyaa qorshaha dawada ee Medicare.

Xubinka: Qofka adeegyada ku helaya barnaamij gaar ah, sida Minnesota Health Care Program ama Medicare.

Buug-gacmeedka Xubnaha: Kani waa dukumeentiga aad akhrinayso. Dukumiintigani wuxuu kuu sheegayaa adeegyada hoos yimaada qorshaha. Waxay kuu sheegaysaa waxa ay tahay inaad samayso si aad u hesho adeegyada la caymiyay. Waxay kuu sheegaysaa xuquuqdaada iyo waajibaadkaaga. Waxay sidoo kale ay noo sheegaysaa xuquuqdeena iyo waajibaadkeena.

Shabakadda: Bixiyeyaashayada daryeelka caafimaadka qandaraaska ku haysta ee qorshaha.

Daladaha Shakabada: Kuwaani waa bixiyeyaasha ku raacsan inay la shaqeeyaan qorshaha caafimaadka oo ay aqbalaan inaga bixinta lacagteenna oo aan xubnaheena ka qaadaynin qadar dheeraad ah. Inta aad xubin ka tahay qorshahayaga, waa inaad isticmaashaa bixiyayaasha shabakada si aad u hesho adeegyada la caymiyay. Bixiyeyaasha shabakadda waxaa sidoo kale loogu yeeraa bixiyeyaasha qorshe ama bixiyayaasha ka qaybqaata.

Dhexdhexaadiyaha ee loogu talgalay Barnaamijyada Daryeelka Caafimaadka Dadweynaha la Maareeyay: Qofka ka tirsan Minnesota Department of Human Services kaasoo kaa caawin kara helitaanka, adeegga ama dhibaatooyinka biilasha. Dhexdheexaadiyuhu waxa kale oo uu kaa caawin karaa in aad gudbiso cabasho ama rafcaan ama aad ka codsato Racfaan Goboleed (Dhegeysi Cadaalad ah oo lala yeesho Gobolka).

<u>Adeegyada Gelitaanka Furan</u>: 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.

<u>Adeegyada Isbitaalka Bukaan-socodka</u>: Adeegyada lagu bixiyo isbitaalka ama xarumaha bukaan-socodka ee aan ku jirin heerka daryeelka bukaan-jiifka. Adeegyadaan waxaa kale oo laga yaabaa in laga helo rugtaada caafimaadka ama xaruun kale oo caafimaad ah.

<u>Adeegyada aagga ka baxsan</u>: Daryeel caafimaad oo ay siiso xubin ay bixiso bixiye ka baxsan shabakadaha meel ka baxsan goobta adeega qorshaha.

<u>Bixiyaha Shabakadda Dibadda ama Xarunta Dibadda Shabakadda</u>: Bixiye ama xarun aan shaqeyn, lahaan, ama aan ku shaqeyn qorshaheenna oo aan qandaraas kula jirin inay bixiso adeegyada la caymiyay xubnaha qorshaheenna. Tan waxaa kale oo loo yaqaanaa bixiyaha aan ka qeybqaadanaynin.

<u>Adeegyada Shabakadda Kabaxsan</u>: Daryeel caafimaad oo uu siiyo xubinka bixiye aan ka mid ahayn shabakada qorshaha.

<u>Qorshaha Dhiirigelinta Dhakhtarka</u>: Nidaam lacag-bixineed oo gaar ah oo naga dhexeeya annaga iyo dhakhtarka ama kooxda dhakhtarka oo laga yaabo inay saamayso isticmaalka gudbinta. Waxa kale oo laga yaabaa inay saamayso adeegyada kale ee laga yaabo inaad u baahato.

<u>Adeegyada Dhakhaatiirta</u>: Adeegyada uu bixiyo shaqsi shatiyaysan sharciga gobolka si uu ugu dhaqmo daawada ama lafo-jileeca. Adeegyada daryeelka caafimaadka ee dhakhtarka caafimaadka liisanka haysta (M.D. – Dhakharka Caafimaadka ama D.O. – Dhakhtarka ama Caafimaadka Guud) waxa uu bixiyaa ama isku duwaa.

<u>Qorshe</u>: Urur leh shabakad dhakhaatiir, isbitaallo, farmashiye, bixiyeyaasha adeegyada muddada dheer, iyo bixiyeyaasha kale. Waxa ay sidoo kale leedahay isku-duwayaal daryeel oo ku caawiya.

<u>Daryeelka xasilinta-kadib</u>: Adeegga cisbitaalka ayaa loo baahan yahay si uu uga caawiyo xaaladda qofka inay degganaato ka dib marka la helo daryeel degdeg ah. Waxay bilaabataa marka cisbitaalku naga codsado ogolaanshaha caymiska. Way sii socotaa ilaa qofka laga saaraayo, qorshaheena shabakada bixiyaha daryeelka caafimaadka oo u qalma ayaa bilaabaya daryeel, ama anaga, isbitaalka, iyo bixiyaha xanaanada caafimaadka ee aqoonta leh ayaa ku heshiinay nidaam ka duwan.

<u>Lacagta joogtada loo bixiyo</u>: Lacag-bixinta xilliyeedka ah ee Medicare, shirkadda caymiska, ama qorshaha daryeelka caafimaadka ee caymiska caafimaadka ama daawada laguu qoray.

<u>Barnaamijka Kaalmada Caafimaadka ee Lacagta Horeyba loo sii bixiyay (Prepaid Medical Assistance Program, PMAP)</u>: Barnaamijka ay dawladdu heshiis la gasho qorsheyaal caafimaad si ay daboolaan oo maamulaan adeegyada caafimaadka ee dadka ku jira Kaalmada Caafimaadka .

<u>Qoraalada daawada</u>: Daawooyinka iyo daawooyinka uu dalbado bixiye caafimaad.

<u>Cayminista Dawooyinka Laguu Qoray</u>: Qorshe caafimaad oo caawiya bixinta kharashka dawooyinka iyo dawooyinka la soo qoray. Sidoo kale tixraac "Medicare Prescription Drug Program (Barnaamijka Daawada Dhakhtarku Qoro ee Medicare)."

<u>Adeegyada Ka Hortagga</u>: Adeegyada kaa caawinaya inaad caafimaad qabtid, sida jirdhiska joogtada ah, tallaalada, iyo daryeelka qofka wanaagsan. Adeegyadani waxay caawiyaan helida iyo ka hortagga dhibaatooyinka caafimaadka. Dabagalka xaaladaha la helay (sida baaritaanka sonkorowga) ***maaha*** ka hortag.

<u>Rugta Daryeelka Aasaasiga ah</u>: Rugta daryeelka aasaasiga ah (PCC) ee aad u doorato daryeelkaaga joogtada ah. Rugtani waxay ku siin doontaa inta badan daryeelkaaga.

Bixiyaha Daryeelka Koowaad: Bixiyaha daryeelkaaga aasaasiga ah (PCP) waa dhakhtarka ama bixiye kale oo daryeel caafimaad oo tayo leh oo aad ku isticmaasho rugtaada daryeelka aasaasiga ah. Qofkani wuxuu maamuli doonaa daryeelkaaga caafimaadka.

Oggolaanshaha hore: Oggolaanshahayaga ee loo baahan yahay adeegyada qaar ka hor intaadan helin. Tan waxaa kale oo loo yaqaan oggolaansho ka hor ama oggolaansho adeegga.

Bixiye: Xirfadle daryeel caafimaad oo u qalma ama xarun lagu ansixiyay sharciga gobolka si ay u bixiso daryeel caafimaad.

Cabashada Daryeelka ee Tayada leh: Ujeeddooyinka buug-gacameedkaan, "Cabashada daryeelka tayada" waxaa loola jeedaa qanacsanaan la'aanta muujinta adeegyada daryeelka caafimaadka oo keenaya suurtagalnimada ama waxyeello dhab ah oo xubinka ka imaan karta. U hogaansanka tayada daryeelka waxaa kamid ah noqon kara: gelitaanka; bixiyaha iyo kartida shaqaalaha; ku habboonaanta kiliinikada ee daryeelka; isgaarsiinta; dhaqanka; xarunta iyo tixgelinta deegaanka; iyo arrimo kale oo saamayn kara tayada adeegyada daryeelka caafimaadka.

Adeegyada baxnaaninta iyo qalabka: Daawaynta iyo qalabka aad hesho si ay kaaga caawiyaan inaad ka soo kabsato jirro, shil ama qalliin weyn.

Barnaamijka qaataha xaddidan (RRP): Barnaamij loogu talagalay xubnaha helay daryeel caafimaad oo aan raacin shuruucda ama si qaldan u isticmaalay adeegyada. Haddii aad ku jirto barnaamijkan, waa inaad ka heshaa adeegyo caafimaad hal bixiye daryeel aasaasiga ah, hal farmashiye, hal isbitaal ama bixiye kale oo daryeel caafimaad loo qoondeeyay. Waa inaad sidaas samaysaa ugu yaraan 24 bilood inta aad u qalantid Barnaamijyada Daryeelka Caafimaadka Minnesota. Xubnaha barnaamijkan ku guuldareysta inay raacaan shuruucda barnaamijka waxaa looga baahan doonaa inay sii wataan barnaamijka 36 bilood oo dheeraad ah.

Ra'yiga Labaad: Haddii aadan ku raacsanayn ra'yi aad ka hesho bixiye shabakad qorshe, waxaad xaq u leedahay inaad fikrad ka hesho bixiye kale. Anaga ayaa bixin doona tan. Adeegyada caafimaadka dhimirka, fikirka labaad waxaa laga yaabaa inuu ka yimaado bixiyaha shabakadda ka baxsan. Adeegyada khalkhalka isticmaalka muqaadaraadka, ra'yiga labaad wuxuu ka iman doonaa qiimeeye aqoon kale oo aan u baahnayn inuu ku jiro shabakada qorshaha. Waa inaan tixgelinno ra'yiga cida kale laakiin ma aha inaan aqbalno ra'yi cida kale oo ku saabsan cilladda isticmaalka mukhaadaraadka ama adeegyada caafimaadka dhimirka.

Aagga Adeegga: Meesha ay tahay in qofku ku noolaado si uu u awoodo in uu xubin ka noqdo qorshaha. Kala xidhiidh Adeegyada Xubnaha lambarka taleefoonka ee Qaybta 1 wixii tafaasiil ah ee ku saabsan goobta adeega. Waxaad sidoo kale tixraaci kartaa Hordhaca si aad u hesho macluumaad ku saabsan degmooyinka ku jira aagga adeegga qorshaha.

Oggolaanshaha Adeega: Oggolaanshahayaga ee loo baahan yahay adeegyada qaar ka hor intaadan helin. Tan waxa kale oo loo yaqaan oggolaansho adeega ama oggolaansho adeeg.

Daryeelka Kalkaalinta Xirfadlaha ah: Daryeelka ama daawaynta ay samayn karaan oo kaliya kalkaaliyayaal shati haysta.

Khabiir: Dhakhtar bixiya daryeel caafimaad oo ku wajahan cudur gaar ah ama qayb gaar ah oo jidhka ka mid ah.

Oggolaanshaha joogtada ah: Ogolaansho qoran oo naga timid si aan u isticmaalno khabiir ku takhasusay shabakad ka baxsan hal mar wax ka badan (daryeel joogto ah.)

<u>Racfaanka Goboleedka (Dhegeysiga caddaaladda ah oo lala yeesho gobolka)</u>: dhagaysiga ee gobolka inuu dib u eego go'aanka aanu gaadhnay. Waa in aad qoraal ku codsato dhageysiga. Bixiyahaagu waxa laga yaabaa inuu codsado Racfaan Gobol oo leh ogolaanshahaaga qoran. Waxaad codsan kartaa dhageysi haddii aadan ku raacsaneyn mid ka mid ah kuwan soo socda:

- diidmo, joojin, ama dhimista adeegyada
- diiwaangelinta qorshaha
- diidmada qayb ama dhammaan sheegashada adeegga
- guuldaraysigena in aan ku dhaqaaqno waqtiyada loo baahan yahay oggolaanshaha iyo rafcaannada hore
- wixii talaabo kale ah

<u>Soo jeedin</u>: Xaqqa aan u leenahay inaan lacag magacaaga kaga ururino qof kale, koox, ama shirkada caymiska. Waxaan haysanaa xuquuqdaan marka aad ka hesho caymiska caafimaadka ee hoos yimaada qorshahaan adeegga uu caymiyay ilo kale ama bixiyaha cidda saddexaad.

<u>Xanuunka Isticmaalka Maandooriyaha</u>: Isticmaalka khamrada ama maandooriyaha qaabka ay wax kuu dhimayso.

<u>Maraykanka</u>: Ujeedada Buug-gacmeedkaan ee Xubnaha, Maraykanka waxaa ka mid ah kontonka gobol, Degmada Columbia, Barwaaqo-sooranka ee Puerto Rico, Jasiiradaha Virgin Islands, Guam, Samoa Ameerika, iyo Jasiiradaha Waqooyiga Mariana.

<u>Daryeelka Degdega ah ee Loo Baahan Yahay</u>: Daryeel aad u hesho jirro lama filaan ah, dhaawac, ama xaalad aan degdeg ahayn balse u baahan daryeel isla markiiba. Tan sidoo kale waxaa loo yaqaanaa Daryeelka Degdegga ah.

Boggaan si ula kac ah ayaa looga tagay

Boggaan si ula kac ah ayaa looga tagay