

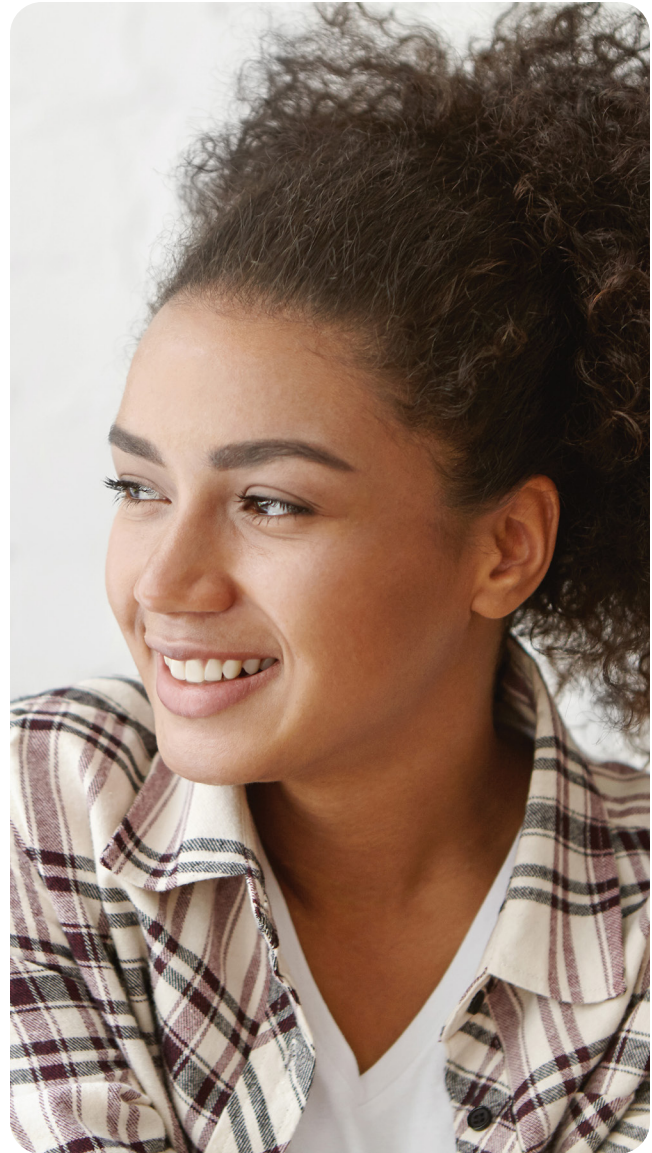


MedStar Family Choice

DISTRICT OF COLUMBIA

የDC Healthcare Alliance ፕሮግራም የተመዘጋገበ መመሪያ መጽሐፍ

2025





MedStar Family Choice ኮሎምቢያ ዲስትሪክት

በቀን ለ24 ሰዓታት፣ በሳምንት 7 ቀናት መደወል
ይችላሉ ወይም ከሰኞ እስከ ዓርብ ከጠዋቱ
8:00 -ከሰዓት 5:30 ወደ ቢሯችን መምጣት ይችላሉ።

እኛን እንዴት እንደሚጎበኙ በተመለከተ አቅጣጫ ለማግኘት፣
በ **202-363-4348** ወይም **855-798-4244** ይደውሉ።

3007 Tilden Street, NW, POD 3N
Washington, DC 20008

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

ድረገጽ፡ [MedStarFamilyChoiceDC.com](https://www.MedStarFamilyChoiceDC.com)

MedStar Family Choice District of Columbia የሚመለከታቸውን የፌዴራል ሲቪል መብቶች ህጎችን ያከብራል እና በዘር፣ በቆዳ ቀለም፣ በብሄራዊ ማንነት፣ በብሔር፣ በእድሜ፣ በሃይማኖት፣ በአካል ወይም በአእምሮአዊ አካል ጉዳተኝነት፣ በእርግዝና፣ በጾታ፣ በጾታዊ ማንነት ወይም ዝንባሌ፣ በቋንቋ፣ የመክፈል አቅም፣ ወይም ማህበራዊ ኢኮኖሚያዊ ሁኔታ ላይ በመመስረት አድልዎ አያደርግም። MedStar Family Choice DC ሰዎችን በዘር፣ በቆዳ ቀለም፣ በብሄራዊ ማንነት፣ በብሔር፣ በዕድሜ፣ በሃይማኖት፣ በአካል ወይም በአእምሮአዊ አካል ጉዳተኝነት፣ በእርግዝና፣ በጾታ፣ በጾታዊ ዝንባሌ፣ በጾታ ምድብ፣ በጋብቻ ሁኔታ፣ በጾታ፣ በጾታ ማንነት ወይም በአገላለጽ፣ በቋንቋ፣ የመክፈል አቅም፣ ወይም ማህበራዊ ኢኮኖሚያዊ ሁኔታ ላይ በመመስረት አያገልግልም ወይም በተለየ ሁኔታ አያስተናግድም። ለበለጠ መረጃ፣ እባክዎ የእኛን ድረገጽ በ [MedStarFamilyChoiceDC.com/Notice-of-Nondiscrimination](https://www.MedStarFamilyChoiceDC.com/Notice-of-Nondiscrimination) ላይ ይጎብኙ።

የቋንቋ ተደራሽነት

English

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

Spanish/Español

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

Amharic/አማርኛ

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

العربية /Arabic

تنبيه: إذا كنت لا تتحدث أو تقرأ اللغة العربية، يُرجى الاتصال بـ ٨٨٨-٤٠٤-٣٥٤٩ بين الساعة ٨:٠٠ صباحًا و ٥:٣٠ مساءً. أحد مندوبينا سيقوم بمساعدتك.

Bassa /Bàsɔ́ɔ́

DÈ ÐÈ NÌÀ KÈ DYÉÐÉ GBO: Ǻ Jǔ ké m̄ se Bàsɔ́ɔ́ wùdù poe dyuò mɔɔ wuɖuún zàà dyuò ní, dǻ nòbà nìà kè 888-404-3549 sòin 8:00 AM ké 5:30 PM gbo muè. À ké-baɖa-nyò dǻ mu m̄ gbo kpáun.

Burmese/မြန်မာဘာသာစကား

သတိပြုရန် သင့်ည့် မြန်မာဘာသာစကား ကို ဝေဖန်ပြောဆိုခြင်း မဟုတ်ဘဲ မရှိသည့် စကားပြောခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ သင့်ကိုယ်တိုင် ပြောဆိုခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

Cantonese / 粵語

注意: 如果你不會說或讀 粵語, 請在早上8點到下午5點半之間撥打888-404-3549。有個代表會幫助你的。

Chinese (Mandarin) / 普通

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

Farsi

888-404-3549 هرامش اب رصع 5.30 ات حبص 8.00 تا عاس نیب آفطل، دی‌ت‌س‌ی‌ن‌ی‌سی‌لی‌گ‌ن‌ا‌ب‌ز‌ه‌ب‌ ن‌د‌ن‌ا‌و‌خ‌ ای‌/و‌ ن‌د‌ر‌ک‌ ت‌ب‌ح‌ص‌ ه‌ب‌ ر‌د‌اق‌ ر‌گ‌: ه‌ج‌وت‌ «.د‌ر‌ک‌ د‌ه‌ا‌و‌خ‌ ک‌م‌ک‌ ا‌م‌ش‌ ه‌ب‌ ی‌ا‌ه‌د‌ن‌ی‌ا‌م‌ن‌. د‌ی‌ری‌گ‌ب‌ س‌ا‌م‌ت‌

French/Français

ATTENTION: “Si vous ne parlez pas et / ou ne lisez pas le Français, veuillez composer le 888-404-3549 entre 8h00 et 17h30, un représentant vous répondra”.

Gujarati/ગુજરાતી

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

Haitian Creol/Kreyòl Ayisyen

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

Hindi

ध्यान दें: यदि आप इंग्लिश बोलते और / अथवा पढ़ते नहीं हैं, तो कृपया 888-404-3549 पर सुबह 8:00 बजे से शाम 5:30 बजे के बीच फोन करें। एक प्रतिनिधि आपकी सहायता करेगा।

Hmong/Hmong

NCO NTSOOV: Yog tias koj tsis hais thiab / los sis tsis nyeem Hmong, thov hu rau 888-404-3549 thaum 8:00 sawv ntxov thiab 5:30 tsaus ntuj. Ib tus sawv cev yuav pab koj.

Igbo/Igbo

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

Italian/Italiano

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

Japanese /日本語

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

Korean/한국어

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

Polish/Polsku

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

Portuguese/Português

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

PUNJABI/ਪੰਜਾਬੀ

ਧਿਆਨ ਦਿਓ: ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪੰਜਾਬੀ ਬੋਲ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਪੜ੍ਹ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਵੇਰੇ 8:00 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 5:30 ਵਜੇ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ 888-404-3549 ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਇੱਕ ਨੁਮਾਇੰਦਾ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰੇਗਾ।

Russian/русском

ВНИМАНИЕ. Если вы не говорите и/или не можете читать на русском языке, позвоните по телефону 888-404-3549 с 8:00 до 17:30. Представитель поможет вам.

Somali/Soomaaliga

OGEYSIIS: Haddii aadan ku hadlin iyo/ama aadan akhrin karin Soomaaliga, fadlan wac lambarkaan 888-404-3549 inta u dhexeysa 8:00 subaxnimo iyo 5:30 galabnimo waxaa ku caawin doona qof wakiil ka ah.

Tagalog/Tagalog

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

اردو/Urdu

مشاہدے سے 8:00 بجے صبح 888-404-3549 تک ہر وقت سہولتیں ہیں۔ اگر آپ اردو نہیں بول سکتے یا پڑھ نہیں سکتے، تو براہ کرم 8:00 بجے صبح سے 5:30 بجے شام تک اس نمبر پر کال کریں۔ ایک نمائندہ آپ کی مدد کرے گا۔

Vietnamese/Tiếng Việt

Chú ý: Nếu bạn không nói và/học đọc Tiếng Việt, vui lòng gọi 888-404-3549 giữa 8 giờ sáng đến 5 giờ 30 chiều. Một người đi đến sẽ hỗ trợ bạn.

Yoruba / Yorùbá

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

አስፈላጊ የስልክ ቁጥሮች

	ስለ MedStar Family Choice District of Columbia ጥያቄዎች፦	የተመዝጋቢ አገልግሎቶች	202-363-4348 ወይም 888-404-3549 (ነፃ የስልክ መስመር)	በቀን 24 ሰዓት፣ በሳምንት 7 ቀን
		TTY/TDD የተመዝጋቢ አገልግሎቶች	711	
	የህኪም ቤት ከተዘጋ በኋላ እንክብካቤ ካስፈለገዎት፦	የነርስ የእርዳታ መስመር	855-798-3540 (ነፃ የስልክ መስመር)	በቀን 24 ሰዓት፣ በሳምንት 7 ቀን
		TTY/TDD የነርስ የእርዳታ መስመር	711	
	ሃኪም በ24 ሰዓት ውስጥ ማግኘት ካስፈለገዎት ("አስቸኳይ ህክምና")፦	የእርስዎ PCP ቤት	(የእርስዎን PCP መረጃ እዚህ ይመለከቱ)	
		የነርስ የእርዳታ መስመር	855-798-3540 (ነፃ የስልክ መስመር)	በቀን 24 ሰዓት፣ በሳምንት 7 ቀን
	ወደ ቀጠሮዎ የሚያደርስዎ መጓጓዣ ከፈለጉ፦	የትራንስፖርት አገልግሎቶች	866-201-9974 (ነፃ የስልክ መስመር)	በቀን 24 ሰዓት፣ በሳምንት 7 ቀን
	የባህሪ ጤና እንክብካቤ ካስፈለገዎት ወይም ስለ ባህሪ ጤና ጥያቄ ካለዎት፦	የእርስዎ BHP ቤት	(የእርስዎን BHP መረጃ እዚህ ይመለከቱ)	
		የነርስ የእርዳታ መስመር	855-798-3540 (ነፃ የስልክ መስመር)	በቀን 24 ሰዓት፣ በሳምንት 7 ቀን
		የዲሲ የባህሪ ጤና መምሪያ ማግኛ የእርዳታ የጥሪ መስመር	888-793-4357 (ነፃ የስልክ መስመር)	
	እርስዎ የሚናገሩትን ቋንቋ የሚናገር ሰው ከፈለጉ ወይም መስማት የተሳንዎት ከሆነ በዚህ ቁጥር ይደውሉ፦	የተመዝጋቢ አገልግሎቶች	202-363-4348 ወይም 888-404-3549 (ነፃ የስልክ መስመር)	በቀን 24 ሰዓት፣ በሳምንት 7 ቀን
		TTY/TDD የተመዝጋቢ አገልግሎቶች	711	
	የጥርስ ህክምና ጥያቄዎች፦	Avēsis	844-391-6678 (ነፃ የስልክ መስመር)	በቀን 24 ሰዓት፣ በሳምንት 7 ቀን

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

የግል መረጃ

የእኔ የAlliance መታወቂያ ቁጥር፡ _____

የእኔ ተቀዳሚ ህክምና ሰጪ (PCP)፡ _____

የእኔ ተቀዳሚ ህክምና ሰጪ (PCP) አድራሻ፡ _____

የእኔ ተቀዳሚ ህክምና ሰጪ (PCP) ስልክ ቁጥር፡ _____

የእኔ ተቀዳሚ የጥርስ ህክምና ሰጪ (Primary Dental Provider) (PDP)፡ _____

የእኔ ተቀዳሚ የጥርስ ህክምና አቅራቢ (PDP) አድራሻ፡ _____

የእኔ ተቀዳሚ የጥርስ ህክምና አቅራቢ (PDP) ስልክ ቁጥር፡ _____

የእኔ የባህሪ ጤና አቅራቢ (BHP)፡ _____

የእኔ የባህሪ ጤና አቅራቢ (BHP) አድራሻ፡ _____

የእኔ የባህሪ ጤና አቅራቢ (BHP) ስልክ ቁጥር፡ _____



ማውጫ ሠንጠረዥ

አስፈላጊ የስልክ ቁጥሮች..... 1

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

ይህ የመመሪያ መጽሐፍ እንዴት እንደሚያገለግል..... 6

ይህ የመመሪያ መጽሐፍ እንዴት እንደሚረዳዎት 6

መብቶችዎ 7

የእርስዎ ሃላፊነቶች 8

የእርስዎ የተመዘጋቢ መታወቂያ ቁጥር..... 9

ተቀዳሚ የጤና ክብካቤ ሰጪ (PCP)..... 10

የእርስዎን PCP መምረጥ 10

የእርስዎን PCP እንዴት መቀየር ይችላሉ 11

**የመጀመሪያ የጥርስ ህክምና ሰጪዎ
(PDP) 12**

የእርስዎን PDP መምረጥ 12

የእርስዎን PDP እንዴት መቀየር ይችላሉ 13

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

መደበኛ እንክብካቤ 14

አስቸኳይ እንክብካቤ 14

ድንገተኛ እንክብካቤ 14

ድንገተኛ የጤና ሁኔታ ካጋጠምዎ ምን ማድረግ
እንዳለብዎ 14

**ከከተማ ውጪ በሆኑ ጊዜ የሚሰጥ
እንክብካቤ 15**

መደበኛ እንክብካቤ 15

አስቸኳይ እንክብካቤ 15

ድንገተኛ እንክብካቤ 15

**በፊትወርክ እና ከፊትወርክ ውጪ
ያሉ አገልግሎት ሰጪዎች 16**

ቀጠሮ ማስያዝ 16

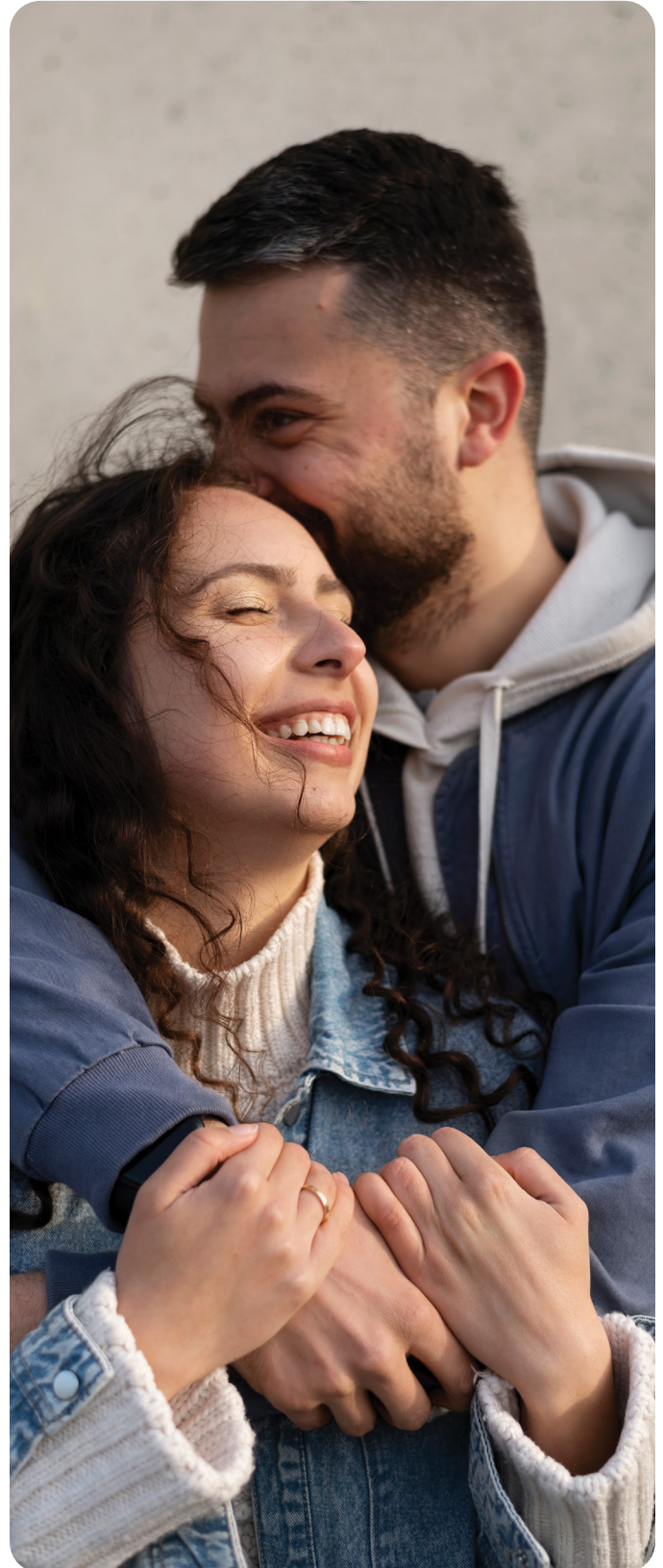
ከእርስዎ PCP ጋር ቀጠሮ መያዝ 16

ቀጠሮን መቀየር ወይም መሰረዝ 16

የእርስዎ PCP ወይም PDP ቢሮ ዝግ በሆነ

ጊዜ እንክብካቤ ስለማግኘት 17

ሃኪምን ለማግኘት ምን ያህል ጊዜ ይወስድባቸዋል? 17



የድጋፍ አገልግሎቶች 19

የትራንስፖርት አገልግሎቶች..... 19
የአስተርጓሚ እና የትርጉም አገልግሎቶች እንዲሁም
መስማት እና ማየት ለተሳናቸው የሚሰጡ የእገዛ መሳሪያ
አገልግሎቶች 19

የልዩ መድኃኒቶች እንክብካቤ እና ሪፈራሎች 20

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

**አዋቂዎች እንዳይታመሙ የሚረዱ
አገልግሎቶች 26**

የጤና ምርመራን የተመለከቱ ምክሮች
("ምርመራዎች") 26
የበሽታ መከላከል የምክር አገልግሎት 26
የአዋቂዎች ክትባት 26

እርግዝና 27

የቅድመ ወሊድና ድህረ ወሊድ እንክብካቤ 27

የጤና ጥቅሞች 29

በMedStar Family Choice District of
Columbia (MFC-DC) የሚሸፈኑ አገልግሎቶች 29
የማንከፍልባቸው አገልግሎቶች (የማይካተቱ) 29

የእንክብካቤ ማለፊያ 33

ማወቅ የሚገቡዎት ሌሎች አስፈላጊ ነገሮች 33

ቤት ከቀየርኩስ? 33
ልጅ ከወለድኩስ? 33

ልጅ በጉዲፈቻ ከወለድኩስ? 33
ከቤተሰቤ ውስጥ አንድ ሰው ከሞተስ? 33
የእኔን MCP እንዴት መቀየር እንደሚቻል 33
ሽፋን ለሚሰጠው አገልግሎት ክፍያ መጠየቂያ ቢል
ከቀረበልኝስ ምን ማድረግ አለብኝ? 34
ሽፋን ለማይሰጣቸው አገልግሎቶች መክፈል 34
አዲስ ቴክኖሎጂ እንዴት እንደሚገመገም ይማሩ:: 34
የቀደመ መመሪያ 34
ማጭበርበር ምንድን ነው? 35
የሃኪም (ዶክተር) የክፍያ ሁኔታን ማሳወቅ 35

**አቤቱታዎች፣ ቅሬታዎች፣ ይግባኞችና ፍትሃዊ
የክስ ማሰማት ሂደቶች 36**

ቅሬታ 36
ይግባኞች 36
ፍትሃዊ የክስ ማሰማት ሂደት 36
የተፋጠነ (አስቸኳይ) ቅሬታዎች እና የይግባኝ መስማት
ሂደት 37
ቅሬታዎች፣ ይግባኞች እና ፍትሃዊ የክስ መስማት ችሎት
ጥያቄዎች ባቀረቡበት ወቅት የሚኖሩ መብቶች 37

የግላዊነት ተግባራት ማሳወቂያ 38

**የጤና ጥበቃ የሕዝብ እንባ ጠባቂ ቢሮ እና
ቢል ኦፍ ራይትስ 45**

የቀደመ መመሪያ 46

እንኳን ወደ MedStar Family Choice District of Columbia በደህና መጡ



MedStar Family Choice District of Columbiaን ስለመረጡ እናመሰግናለን። ADC Healthcare Alliance ፕሮግራም የእርስዎ የሚተዳደር እንክብካቤ እቅድ (MCP) በመሆናችን ደስተኞች ነን። ከእርስዎ እና ከቤተሰብዎ ጤና በላይ አስፈላጊ የሆነ ምንም ነገር እንደሌለ እናውቃለን። እርስዎ በሚፈልጉት እና በሚገባዎት እንክብካቤ እና ክብር ዓይነት እንዲስተናግዱ ለማረጋገጥ ጠንክረን የምንሰራው ለዚህ ነው። ጤናዎን ለመጠበቅ ቁርጠኞች ነን እናም እርስዎ የሚቻለውን ከፍተኛ የእንክብካቤ ጥራት እንደሚቀበሉ ማረጋገጥ እንፈልጋለን።

ይህ የመመሪያ መጽሀፍ አስፈላጊ መረጃ ይዟል። እባክዎ በጥንቃቄ ያንብቡት። ከእኛ ምን ዓይነት አገልግሎቶችን ማግኘት እንደሚችሉ ይማራሉ። እርስዎ ላይ ተጽዕኖ የሚፈጥሩ ለውጦችን ካደረግን ከ30 ቀናት በፊት አስቀድመን እንግርዳለን።

ሁሉም አዲስ ተመዝጋቢዎች የአዲስ ተመዝጋቢ የመተዋወቂያ ስብሰባ (ኦሬንቴሽን) ላይ እንዲገኙ ይጋበዛሉ። በመተዋወቂያ ስብሰባው ላይ፣ ከMedStar Family Choice DC ሰራተኞች ጋር መነጋገር እና ሊኖሩዎት የሚችሉ ማንኛውም ጥያቄዎችን መጠየቅ ይችላሉ። ከተወሰኑ የቡድኖችን ሰዎች ጋር ለመገናኘት እና እኛ እንድንቀበልዎ ለማድረግ እድል አለው።

አዲስ ተመዝጋቢዎች ልክ ከተቀላቀሉ በኋላ በአጭር ጊዜ ውስጥ የስልክ ጥሪ ይደርሳቸዋል። ከሀኪምዎ ጋር ጉብኝት ለማድረግ በፍጥነት ቀጠሮ እንደሚይዙ ለማረጋገጥ እንፈልጋለን። እንዲሁም በዚህ ጊዜ የጤና ጥቅማጥቅሞች አጠቃላይ እይታን እንሰጥዎታለን፣ የጤና ስጋት ግምገማ እንዲያጠናቅቁ እንጠይቅዎታለን። የግመገማዎ ውጤቶች የሚያስፈልግዎትን እንክብካቤ እንዲገኙ ለማረጋገጥ ያግዛናል። መልዕክት ካስቀመጥንልዎ እና መልሰው እንዲደውሉልን ከጠየቅን፣ እባክዎ እንክብካቤ ውስጥ እንድናስገባዎ መልሰው ለመደወል ይሞክሩ። ነፍሱ-ጡር ከሆኑ፣ እባክዎ ወዲያውኑ ለእንክብካቤ አስተዳደር ክፍል በ **855-798-4244** ይደውሉ እና ከቅድመ-ወሊድ አስተባባሪው/ዋ ጋር ለመነጋገር ይጠይቁ።

ጥያቄዎች አሉዎት?

ጥያቄዎች ካሉዎት፣ እባክዎ ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች መምሪያችን በ **888-404-3549** ይደውሉ።

ይህ የመመሪያ መጽሐፍ እንዴት እንደሚያገለግል

MedStar Family Choice DC የጤና እንክብካቤ እንዲያገኙ የሚረዳዎት በኮሎምቢያ ዲስትሪክት የሚከፈል የሚተዳደር የእንክብካቤ እቅድ ነው። በዚህ የመመሪያ መጽሐፍ፣ MedStar Family Choice DC እንዴት እንደሚሰራ፣ ሃኪሞችን እንዴት ማግኘት እንደሚቻል፣ እንዴት እንደሚደውሉልን እና ለምን አይነት ጥቅማጥቅሞች እንደምንከፍል እንነግርዎታለን። በጤና እንክብካቤ እና በዶክተርዎ ጥቅም ላይ የሚውሉ ቃላት አንዳንድ ጊዜ ለመረዳት አስቸጋሪ ሊሆኑ ይችላሉ። ከዚህ መፅሃፍ በስተጀርባ ላይ የቃላት ትንታኔ ክፍል ውስጥ እነዚህን ቃላት አብራርተናቸዋለን።

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

ይህ የመመሪያ መጽሐፍ እንዴት እንደሚረዳዎት

ይሄ የተመዝጋቢ መመሪያ መጽሐፍ የሚነግርዎ፡

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

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



መብቶችዎ

የሚከተሉት መብቶች አሉዎት፦

- ከሃኪሞችዎ እና ከሌሎች አገልግሎት ሰጪዎችዎ ጋር ሲነጋገሩ ሚስጥራዊ መሆኑን ማወቅ።
- ህመም ወይም ህክምና በሚረዱት ቋንቋ እንዲብራራልዎ የመጠየቅ።
- ሕክምናውን ያለመቀበል መብትዎን ጨምሮ፣ የጤና እንክብካቤዎን በሚመለከቱ ውሳኔዎች ላይ መሳተፍ።
- በመረጃ ላይ የተደገፈ ውሳኔ ማድረግ እንዲችሉ ስለ ህክምና አማራጮች እና እያንዳንዱ አማራጭ ስለሚያስከትለው አደጋ ሙሉ፣ ግልጽ እና ሊረዱት በሚችሉት መልኩ ገለጻ ማግኘት።
- ህክምናን ወይም እንክብካቤን አለመቀበል።
- እንደ ማስገደድ፣ ዲሲፕሊን፣ አመቺነት ወይም ብቁላ ከሚያገለግሉ ማንኛውም ዓይነት ክልከላዎች ወይም ማግለሎች ነፃ መሆን።
- የህክምና መዝገቦችዎን ፎቶ ኮፒ የመጠየቅና የመውሰድ እንዲሁም ማሻሻያ ወይም ማስተካከያን መጠየቅ ይችላሉ። ትክክል ካልሆኑ።
- ለእርስዎ የሚገኙ እና መውሰድ የሚችሉትን የጤና እንክብካቤ አገልግሎቶች ተደራሽነትን እና ጊዜውን በጠበቀ ሁኔታ መቀበል።
- ብቁ PCP/PDP ከMedStar Family Choice DC አውታረመረብ መምረጥ እና የእርስዎን PCP/PDP መቀየር።
- ስለቀረቡልዎ እንክብካቤ ወይም አገልግሎቶች ቅሬታ ማቅረብ እና መልስ ማግኘት።
- MedStar Family Choice DC አገልግሎትን ወይም ዕቃን መከልከል፣ መቀነሱ ወይም ማቆሙ ትክክል አልነበረም ብለው ካመኑ ይግባኝ ወይም ፍትሃዊ የችሎት ሂደት መጠየቅ።
- ከፈለጉት የአገልግሎት ሰጪ አካል የቤተሰብ ምጣኔ አገልግሎቶችን እና ግብዓቶችን መቀበል።
- ያለአስፈላጊ መጓተት የህክምና እንክብካቤ ማግኘት።
- በኔትወርክ ውስጥ ካለ ብቁ የጤና ጥበቃ ባለሞያ ሁለተኛ አስተያየት ማግኘት፣ ወይም፣ አስፈላጊ ከሆነ፣ ለእርስዎ ያለምንም ወጪ ከኔትወርክ ውጪ ካለ ማግኘት።
- ስለ ቅድሚያ መመሪያዎች መረጃ ማግኘት እና ማንኛውም ህይወት አድን ህክምናዎችን ላለማግኘት ወይም ላለመቀጠል መምረጥ።
- የMedStar Family Choice DC የተመዘጋቢ መመሪያ መጽሐፍ እና/ወይም የአቅራቢ ማውጫ ቅጂ ማግኘት።
- አዲስ የህክምና ዕቅድ እስከሚኖርዎት ድረስ እየተደረገሎት ያለውን ህክምና መቀጠል።
- የትርጉም እና የአስተርጓሚ አገልግሎቶችን በነፃ መቀበል።
- የቃል የትርጉም አገልግሎቶችን አለመፈለግ።
- ያለምንም ክፍያ የመጓጓዣ አገልግሎት ማግኘት።
- ስለ ቅድመ ፈቃድ ሂደቶች ገለጻ ማግኘት።
- ስለ MedStar Family Choice DC የገንዘብ ሁኔታ እና ለሀኪሞቻችን የምንከፍለውን ማናቸውንም ልዩ መንገዶች በተመለከተ መረጃ ማግኘት።
- የደንበኞች እርካታን በተመለከተ የተሰራ የዳሰሳ ጥናትን ማጠቃለያ ማግኘት።
- በሃኪም ለታዘዙ መድሃኒቶች የMedStar Family Choice DCን “በተጻፈው መሰረት መስጠት” የሚል ፖሊሲን መቀበል።
- ሽፋን ያላቸውን ሁሉንም መድሃኒቶች ዝርዝር ማግኘት።
- የእርስዎን ሞገስ እና የግላዊነት መብትዎን በሚያከብር እና ከግምት በሚያስገባ መልኩ መስተናገድ።

የእርስዎ ሃላፊነቶች

ለሚከተሉት ሃላፊነት ይወስዳሉ፡-

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



የእርስዎ የተመዝጋቢ መታወቂያ ቁጥር

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

እያንዳንዱ የMedStar Family Choice DC ተመዝጋቢ የራሱ ካርድ አለው። የእርስዎን የተመዝጋቢ መታወቂያ ካርድ ሌላ ሰው እንዲጠቀምበት ማድረግ ከህግ ውጪ ነው።

የተመዝጋቢ መታወቂያዎ ይሄንን ይመስላል፡



MedStar Family Choice
DISTRICT OF COLUMBIA

DC Healthcare Alliance
MedStarFamilyChoiceDC.com
Enrollee Services: 888-404-3549

Last Name, First Name

DOB: 01/01/2013 Eff Date: 01/01/2013
MFC ID#: 123456789 MA ID#: 12345678912

PCP Group Name:
PCP Phone:
PDP Group Name:
PDP Phone:

CVS CareMark® RxPCN: MCAIDADV | RxBin: 004336 | RxGroup: RX0610
Copayments: OV \$0 | RX \$0 | ER \$0

PRESENT THIS CARD FOR ALL HEALTH SERVICES

Enrollee Services: 24/7 by phone (Office: Monday - Friday, 8 a.m. to 5:30 p.m.)	888-404-3549 or TTY 711
24/7 Nurse Advice Line	855-798-3540
Transportation	866-201-9974
Dental	844-391-6678
Pharmacy/After Hours Prescription	855-798-4244
Economic Security Administration	202-727-5355
DC Dept of Behavioral Health Helpline	888-793-4357



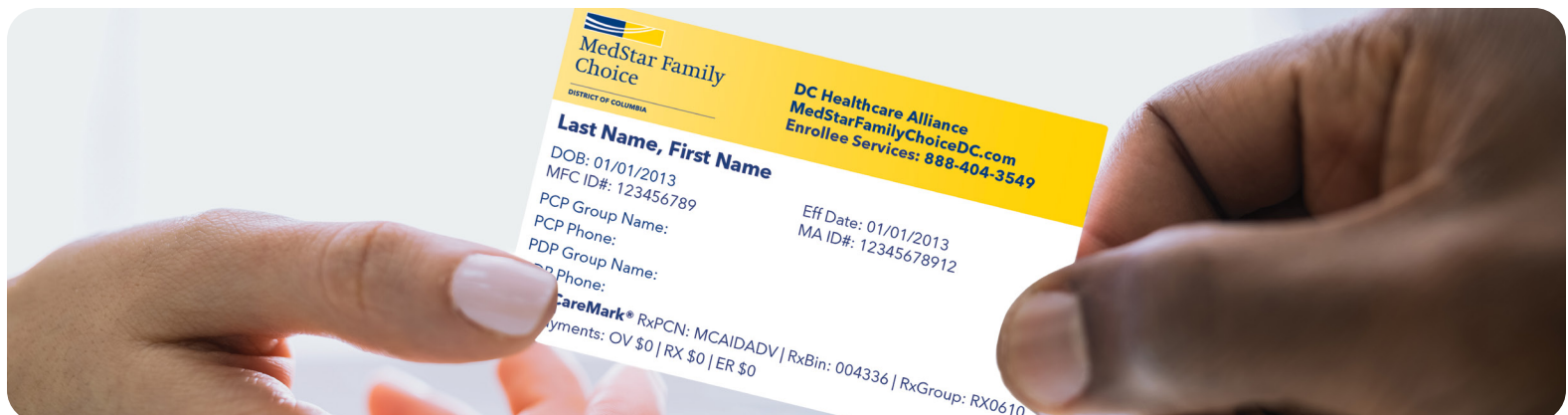
DHCF
Department of Health Care Finance
GOVERNMENT OF THE DISTRICT OF COLUMBIA
MURIEL BOWSER, MAYOR

Notice to Providers: Most institutional services require prior authorization which may be obtained by calling **855-798-4244**. Submit EDI claims using Payer ID RP062. Paper medical claims should be mailed to **MedStar Family Choice DC, P.O. Box 211702, Eagan, MN 55121**. Call **800-261-3371** for claims questions. For questions regarding pharmacy claims submission, call **800-364-6331**.

የካርዱ የፊትኛው ገጽ

የካርዱ የጀርባ ገጽ

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



ተቀዳሚ የጤና ክብካቤ ሰጪ (PCP)

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

እንክብካቤ ባስፈለገዎ ጊዜ መጀመሪያ ለPCPዎ መደወል አስፈላጊ ነው። ለMedStar Family Choice DC ከመመደብዎ በፊት PCP ካለዎት፣ እባክዎ ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች በ **888-404-3549** ይደውሉ። ክእርስዎ PCP ጋር ለመቆየት የእኛን ዕርዳታ ከፈለጉ ልንረዳዎ እንችላለን።

የእርስዎን PCP መምረጥ

- 1። በMedStar Family Choice DC ሲመዘገቡ አንድ PCP ይምረጡ። እርስዎ የMedStar Family Choice DC ተመዝጋቢ ሆነው በሚቆዩበት ጊዜ ይህ ሰው የእርስዎ PCP ይሆናል።
- አሁን ያለው የእርስዎ PCP የMedStar Family Choice DC አውታረመረብ አቅራቢ ከሆነ፣ ከዚያው ሃኪም ጋር ሊቆዩ ይችላሉ።
 - PCP ከሌለዎት፣ ከአገልግሎት ሰጪዎቻችን ዝርዝር (የአቅራቢ መዝገብ) ውስጥ ካሉት ዶክተሮች መካከል ወይም በMedStarFamilyChoiceDC.com መምረጥ ይችላሉ። የአቅራቢ ማውጫ የወረቀት ቅጂ ለመጠየቅ እባክዎ ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች በ **888-404-3549** ይደውሉ።
 - ዶክተር ለመምረጥ እርዳታ ከፈለጉ በ**888-404-3549** ለተመዝጋቢ አገልግሎት ይደውሉ።
 - በእቅዳችን ውስጥ ከሆኑ ጀምሮ ባሉት የመጀመሪያ 10 ቀናት ውስጥ PCP ካልመረጡ፣ ለእርስዎ ሃኪም እንመርጥልዎታለን። የመረጥነውን PCP ካልወደዱ፣ የእርስዎን PCP መቀየር ይችላሉ። በሚፈልጉት PCP ስም ደህንነቱ የተጠበቀ መልእክት ለመላክ በ**888-404-3549** ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች ይደውሉ ወይም የተመዝጋቢ ፖርታልን ይጎብኙ። የተመዝጋቢ ፖርታልን ለማግኘት MedStarFamilyChoiceDC.com/Enrollees/General-Benefits ላይ የእኛን ድረ-ገጽ ይጎብኙ።
 - MedStar Family Choice DC የተመዝጋቢ መታወቂያ ካርድ ይልክልዎታል። ካርድዎ የእርስዎ PCP ስምና ስልክ ቁጥር ይኖረዋል።





2። MFC-DC ውስጥ ላለው ለእያንዳንዱ የቤተሰብ አባል PCP ይምረጡ። የእርስዎ PCP ከሚከተሉት አንዱ ነው፦

- የቤተሰብና አጠቃላይ ሃኪም – አብዛኛውን ጊዜ አጠቃላይ ቤተሰቡን ማየት ይችላል
- የውስጥ ደዌ ሃኪም – አብዛኛውን ጊዜ 14 ዓመትና ከዚያ በላይ የሆኑ ልጆች እና አዋቂዎችን ያያሉ
- የጽንሰ/የማህጸን ሃኪም (OB/GYN) – የሴቶችና የእናትነት ጤና ላይ ልዩ እውቀት ያለው
- ልዩ የጤና እንክብካቤ ፍላጎቶች ካሉዎት፣ ስፔሺያሊስት ሃኪምን እንደርሰዎ PCP ሊመርጡ ይችላሉ።

3። የእርስዎን PCP ሲመርጡ፣ እባክዎ፦

- ወደሚፈልጉት ሆስፒታል ሊልክዎት የሚችለውን ሃኪም ለመምረጥ ይሞክሩ። ሁሉም ሃኪሞች ታካሚዎችን ወደ ሁሉም ሆስፒታሎች መላክ አይችሉም። የአገልግሎት አቅራቢዎችን መዝገብ አንድ PCP ወደ የትኛዎቹ ሆስፒታሎች እርስዎን መላክ እንደሚችሉ ያሳያሉ። ዕርዳታ ለማግኘት ወደ ተመዝጋቢ አገልግሎቶች መደወል ይችላሉ።

- አንድ አንድ ጊዜ የመረጡት PCP አዲስ ታካሚዎችን ለወሰዱ አይችሉም። ሌላ ሃኪም መምረጥ የሚያስፈልግዎት ከሆነ እናሳውቅዎታለን።
- ለቤትዎ ወይም ለስራዎ የሚቀርብ ሃኪም ይምረጡ።

የእርስዎን PCP እንዴት መቀየር ይችላሉ

የእርስዎን PCP በማንኛውም ጊዜ መቀየር ይችላሉ። ከአገልግሎት ሰጪ መዝገቡ ላይ አዲስ PCP መምረጥ ብቻ ነው የሚጠበቅብዎት። በሚፈልጉት PCP ስም ደህንነቱ የተጠበቀ መልእክት ለመላክ አዲስ PCP ከመረጡ በኋላ **በ888-404-3549** ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች ይደውሉ ወይም የተመዝጋቢ ፖርታልን ይጎብኙ። የተመዝጋቢ ፖርታልን ለማግኘት [MedStarFamilyChoiceDC.com/Enrollees/General-Benefit](https://www.MedStarFamilyChoiceDC.com/Enrollees/General-Benefit) ላይ **የእኛን ድረ-ገጽ ይጎብኙ።** አዲስ PCP መምረጥ ላይ ድጋፍ ካስፈለገዎት፣ የተመዝጋቢ አገልግሎቶች ሊረዳዎት ይችላል።

የመጀመሪያ የጥርስ ህክምና ሰጪዎች (PDP)

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

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

የእርስዎን PDP መምረጥ

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

- አሁን ያለው የእርስዎ PDP የMedStar Family Choice DC አውታረመረብ አቅራቢ ከሆነ፣ በዚያው የጥርስ ህክምና ጋር ሊቆዩ ይችላሉ።
- PDP ከሌለዎት፣ ከአገልግሎት ሰጪዎቻችን ዝርዝር (የአቅራቢ መዝገብ) ውስጥ ካሉት ዶክተሮች መካከል ወይም በ**MedStarFamilyChoiceDC.com** መምረጥ ይችላሉ። የአቅራቢ ማውጫ የወረቀት ቅጂ ለመጠየቅ እባክዎ ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች በ **888-404-3549** ይደውሉ።
- የጥርስ ህክምና ለመምረጥ እርዳታ ከፈለጉ፣ ለጥርስ ህክምና ተመዝጋቢ አገልግሎቶች በ**844-391-6678** ይደውሉ።
- በአቅዳችን ውስጥ ከሆኑ ጀምሮ ባሉት የመጀመሪያ 10 ቀናት ውስጥ PDPን የማይመርጡ ከሆኑ፣ ለእርስዎ የጥርስ ህክምና እንመርጥልዎታለን። እኛ የመረጥንልዎትን PDP ካልወደዱት፣ የእርስዎን PDP መቀየር ይችላሉ። የእርስዎን PDP ለመለወጥ ለጥርስ ህክምና የተመዘጋቢ አገልግሎቶች በ **844-391-6678** ይደውሉ።
- MedStar Family Choice DC የተመዘጋቢ መታወቂያ ካርድ ይልክልዎታል። ካርድዎ የእርስዎን PDP ስምና ስልክ ቁጥር ይኖረዋል።





- በእቅዳችን ውስጥ ላለው ለእያንዳንዱ የቤተሰብ አባል PDP ይምረጡ። የእርስዎ PDP ከሚከተሉት አንዱ ነው፦
 - የቤተሰብና አጠቃላይ የጥርስ ሃኪም -- አብዛኛውን ጊዜ አጠቃላይ ቤተሰቡን ማየት ይችላል።

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

- የአገልግሎት አቅራቢዎቻችን መዝገብ የእርስዎ PDP ወደ የትኛዎቹ ሆስፒታሎች እርስዎን መላክ እንደሚችሉ ያሳያሉ። ዕርዳታ ለማግኘት ወደ ተመዝጋቢ አገልግሎቶች መደወል ይችላሉ።

- አንድ አንድ ጊዜ፣ የመረጡት PDP አዲስ ታካሚዎችን መውሰድ ላይችሉ ይችላሉ። ሌላ የጥርስ ሃኪም መምረጥ የሚያስፈልግዎት ከሆነ እናሳውቅዎታለን።

የእርስዎን PDP እንዴት መቀየር ይችላሉ

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

መደበኛ እንክብካቤ፣ አስቸኳይ እንክብካቤ እና ድንገተኛ እንክብካቤ

ለያስፈልጉዎት የሚችሉ ሦስት (3) ዓይነት የጤና እንክብካቤዎች አሉ፡ መደበኛ እንክብካቤ፣ የአስቸኳይ ህክምና እንክብካቤ፣ ወይም ድንገተኛ የህክምና እንክብካቤ፡፡

መደበኛ እንክብካቤ

መደበኛ እንክብካቤ ከPCP በቋሚነት የሚያገኙት እንክብካቤ ነው፡፡ እንዲሁም የእርስዎ መደበኛ ህክምና የእርስዎ PCP የሚለክሎት ከሌሎች አገልግሎት ሰጪዎች የሚያገኙት እንክብካቤ ነው፡፡ መደበኛ እንክብካቤ መታየት፣ የአካሉ ምርመራ፣ የጤና ዳሰሳ እና እንደ ስኳር፣ ግፊት እና አሰም ያሉ የጤና ችግሮችን መንከባከብን ያጠቃልላል፡፡ መደበኛ እንክብካቤ ማግኘት ከፈለጉ ወደ እርስዎ PCP ቢሮ በመደወል ቀጠሮ ማስያዝ ያስፈልጋል፡፡

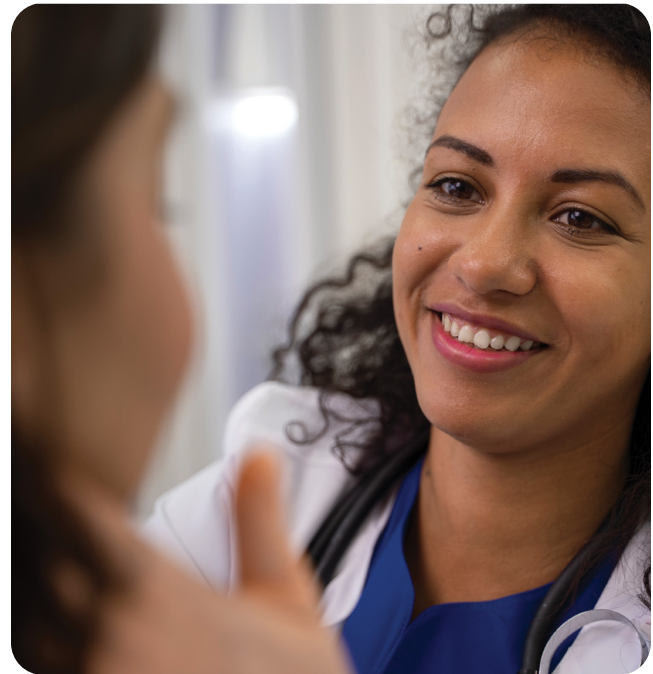
አስቸኳይ እንክብካቤ

የአስቸኳይ እንክብካቤ ወዲያውኑ መሆን የሌለበት ነገር ግን በ 24 ሰዓት ውስጥ ማግኘት ያለብዎት የህክምና እንክብካቤ ነው፡፡ አስቸኳይ እንክብካቤ የሚያስፈልጋቸው አንዳንድ ሁኔታዎች የሚከተሉት ናቸው፡፡

- መካከለኛ ጉንፋኖች
- ሳል
- የጉሮሮ ሕመም
- ቅማል፣ እከክ እና ቆዳ ላይ የሚወጣ ትላትል
- ዝቅተኛ መቆረጥ እና መፋቅ
- ወለምታና የሥር መዞር
- የጆሮ ሕመም
- የሽንት-ማውጫ አካላት ኢንፌክሽኖች
- ተቅማጥ
- ማስመለስ
- መካከለኛ የራስ ምታት

አስቸኳይ እንክብካቤ ካስፈለግዎ ወደ መ.አ.ሰ ቢሮ ይደውሉ፡፡

የ PCP ቢሮ ዝግ ሲሆን የስልክ መልዕክት ለመቀበል ለተቀመጠው ሰው መልዕክትዎን ያስቀምጡ፡፡ ከዚያም በኋላ የነርስ የእርዳታ መስመር ቁጥር በ**855-798-3540** ላይ ይደውሉ፡፡ አንድ ነርስ ወደ ሃኪም ባስቸኳይ መሄድ እንዳለብዎት ወይም እንደሌለብዎት ለመወሰን ይረዳዎታል፡፡ በተጨማሪም ነርስ እንዴት እንክብካቤ ማግኘት እንዳለብዎ ይነግርዎታል፡፡ ለመደበኛ ወይም ለአስቸኳይ እንክብካቤ ድንገተኛ ክፍል መግባትም ሆነ አምቡላንስ መጠቀም የለብዎትም፡፡



ድንገተኛ እንክብካቤ

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

የድንገተኛ ህክምና ሁኔታዎች ምሳሌዎች የሚያካትቱት፡፡

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

ድንገተኛ የጤና ሁኔታ ካጋጠምዎ ምን ማድረግ እንዳለብዎ

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

ከከተማ ውጪ በሆኑ ጊዜ የሚሰጥ እንክብካቤ

ከከተማ ውጪ እያሉ ሃኪም ጋር መታየት ወይም መድሃኒት ማግኘት ሲኖርብዎት፦

መደበኛ እንክብካቤ

ከከተማ ውጪ ሲሆኑ እንደ ሃኪም ወይም አገልግሎት አቅራቢ ጋር ለመታየት ሲያስቡ ደውለው ለሚያገኙት ህክምና እንክፍል እንደሆነና እንዳልሆነ መጠየቅ አለብዎ ምክንያቱም ከኩሎምቢያ ዲስትሪክት ውጪ ያሉ ሃኪሞች የMedStar Family Choice DC አካል አይደሉም። MedStar Family Choice-DC ህክምናውን ከማግኘትዎ በፊት ፈቃደኝነቱን ካልገለጸልዎ፣ እራስዎ ለህክምናው መክፈል አለብዎት። ከከተማ ውጪ እያሉ ከሃኪም መድሐኒት የሚፈልጉ ከሆነ፣ ለእኛ የተመዘጋገቡ አገልግሎት መምሪያን ይደውሉ። ከሥራ ሰዓታት በኋላ እርዳታ ካስፈለገዎ፣ እባክዎ ለእርስ የምክር መስመር በ **855-798-3540** ይደውሉ። የፋርማሲ ኔትወርክችን ከከተማ ውጪ ሲሆኑ የትዕዛዝ መድሃኒትዎን ለመስጠት የሚያግዙ በርካታ ብሔራዊ ሰንሰለቶች አለው።

አስቸኳይ እንክብካቤ

ለእርስዎ PCP ይደውሉ። የእርስዎ PCP ቢሮ ዝግ ከሆነ፣ ለእርስ እርዳታ መስመር በ **855-798-3540** ይደውሉ። እንደ ነርስ ወደ ሃኪም ባስቸኳይ መሄድ እንዳለብዎት ወይም እንደሌለብዎት ለመወሰን ይረዳዎታል። ነርሷ እንዴት እንክብካቤ ማግኘት እንዳለብት ትነግሮታለች። ለመደበኛ ወይም ለአስቸኳይ እንክብካቤ ድንገተኛ ክፍል መግባትም ሆነ አምቡላንስ መጠቀም የለብዎትም።

ድንገተኛ እንክብካቤ

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

በኔትወርክ እና ከኔትወርክ ውጪ ያሉ አገልግሎት ሰጪዎች

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

"ከኔትወርክ-ውጪ" ወደ ሆስፒታል ሆስፒታል ወይም ቤተ-ምርመራ ከሄዱ፣ ለሚያገኙት አገልግሎት እራስዎ መክፈል ሊኖርብዎት ይችላል። እኛን መጀመሪያ ከጠየቁ እና ከነገርዎት ብዙ ጊዜ በጽሁፍ፣ እሱ ችግር የለዉም። ይሄንን "ቅድመ ፈቃድ" ብለን እንጠራለን። MedStar Family Choice DC ለተሸፈኑ አገልግሎቶች ማቅረብ የሚችል በኔትወርክ

ውስጥ ያለ አገልግሎት ሰጪ ከሌለው፣ MedStar Family Choice DC ከጸደቀ የኔትወርክ ውጪ አገልግሎት ሰጪ (በቂ እና ጊዜውን የጠበቁ) የተሸፈኑ አገልግሎቶችን ያቀርባል።

ቅድመ ፈቃድ (PA) ማለት በMedStar Family Choice DC በመደበኛነት ያልተሸፈነ የህክምና አገልግሎት ፍቃድ ማግኘት ማለት ነው። አገልግሎቱን ከማግኘት በፊት ፍቃድ ማግኘት ያስፈልጋል። ድንገተኛ ህክምና ለማግኘት PA አያስፈልግዎትም። PA ለማግኘት ለመጠየቅ የተመዘጋገቡ አገልግሎቶች ክፍል በቁጥር **888-404-3549** ይደውሉ።

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

ቀጠሮ ማስያዝ

ከእርስዎ PCP ጋር ቀጠሮ መያዝ

- የተመዘጋገቡ መታወቂያ ካርድዎን እና ወረቀት እና እርሳስ በቅርብ ያድርጉ።
- ወደ PCP ቢሮ ይደውሉ። በተመዘጋገቡ መታወቂያ ካርድዎ ፊት ለፊት ላይ የእርስዎን PCP ስልክ ይፈልጉ። እንዲሁም በአገልግሎት ሰጪ መዝገብ ወይም በድህረ ገጻችን MedStarFamilyChoiceDC.com ውስጥ ያገኛሉ።
- ስልኩን ለሚያንሳው ሰው የMedStar Family Choice District of Columbia ተመዝጋቢ እንደሆኑ ይነገሩት። ከPCP ጋር ቀጠሮ መያዝ እንደሚፈልጉ ይነገሩት ወይም ይናገሩ።
- ላነሳ ሰው ቀጠሮውን ለምን እንደሚፈልጉ ይነገሩት። ለምሳሌ፦
 - ህመም ይሰማዎታል

- እራስዎን እንደጎዱ ወይም አደጋ እንደደረሰብዎት
- መታየት ወይም የክትትል እንክብካቤ እንደሚፈልጉ
- የቀጠሮውን ሰዓት እና ቀን ይጻፉ።
- በጊዜ ወደ ቀጠሮዎ ይሂዱ፣ እና የእርስዎ የተመዘጋገቡ መታወቂያ ካርድን (እና የምስል መታወቂያ ካርድ) ከእርስዎ ጋር ያምጡ።
- ቀጠሮ ለመያዝ እርዳታ ከፈለጉ፣ እባክዎ ወደ ተመዝጋቢ አገልግሎቶች በ **888-404-3549** ይደውሉ።

ቀጠሮን መቀየር ወይም መሰረዝ

- ወደ ቀጠሮዎ መሄድ እና በሰዓቱ መገኘት በጣም አስፈላጊ ነው።
- ቀጠሮዎን መቀየር ወይም መሰረዝ ከፈለጉ እባክዎ ከቀጠሮው ሰዓት ቢያንስ ከ24 ሰዓት በፊት ለሃኪም ይደውሉ።



- እንዳንድ ቀጠሮዎችን ለመሰረዝ ለቀጠሮው ከ 24 ሰዓታት በላይ አስቀድመው መደወል ይጠበቅብዎታል።
- ከቀጠሮው ከቀሩ ወይም ካረፉ ሃኪምዎ የእርሱ ወይም የእርሷ ታካሚ እንዳይሆኑ መወሰን ይችላል/ትችላላች።

የእርስዎ PCP ወይም PDP ቢሮ ዝግ በሆነ ጊዜ እንክብካቤ ስለማግኘት

የእርስዎን PCP ወይም PDP ለማናገር ወይም ቀዳሚ የጥርስ ሃኪም ቢሮ ከተዘጋ፣ ወደ የእርስዎ PCP ወይም PDP ወይም ቀዳሚ የጥርስ ሃኪም ቢሮ ይደውሉ እና ስልኩን ለእነሳው ሰው መልዕክት ይተው ከነ ስልክ ቁጥሮዎ። በተቻለ ፍጥነት እንድ ሰው መልሶ ይደውልዎታል። ድንገተኛ ሁኔታ ካጋጠመዎት፣ **911** ላይ ይደውሉ ወይም ወደ ድንገተኛ ክፍል ይሂዱ። እንዲሁም የጥርስ ጥሪ መስመሩን በቀን 24 ሰዓታት በ **855-798-3540** መደወል ይችላሉ።

ሃኪምን ለማግኘት ምን ያህል ጊዜ ይወስድብዎታል?

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

የጉብኝት ዓይነት	የእርስዎ ሁኔታ	ሃኪሞችን ለማግኘት ምን ያህል ጊዜ እንደሚወስድ
አስቸኳይ ምክንያት	ታመው ወይም ተጎድተው ሁኔታዎች እንዳይባባሱ በ24 ሰዓት ውስጥ ህክምና ማግኘት ሲኖርብዎ ነገር ግን ወዲያውኑ ሃኪም ማየት አስፈላጊ ሳይሆን። ምሳሌዎች የሚጨምሩት ጉንፋን/ትኩሳት፣ ማስመለስ/ ተቅማጥ፣ የጉሮሮ ህመም፣ የጆሮ ህመም፣ የዓይን ኢንፌክሽን፣ ወለምታ/የጡንቻ መወጠር፣ ሊከሰት የሚችል የአጥንት ስብራት፣ ወደ ላይ ማስመለስ፣ ዝቅተኛ መቆረጥ ወይም መፋቅ፣ ቅመል፣ እከክ ወይም የሪንግ ትል፣ የሽንት-ማውጫ አካላት ኢንፌክሽኖች	በ 24 ሰዓታት ውስጥ
መደበኛ ህክምና	መለስተኛ ህመም ወይም ጉዳት ሲኖርብዎ ወይም መደበኛ ምርመራ ማድረግ ሲኖርብዎ ሆኖም ግን አስቸኳይ ቀጠሮ አስፈላጊ ሳይሆን።	በ 30 ቀናት ውስጥ
ለክትትል መሳብኘት	ከታከሙ በኋላ በደንብ እየተሻልዎ እንደሆነ ለማረጋገጥ ሃኪምዎን ማየት ያስፈልግዎታል።	እንደህክምናው ዓይነት ላይ ተመርኩዞ ከ1-2 ሳምንት ውስጥ
የአዋቂዎች የደህንነት ጉብኝት	- ከአዲስ ሃኪም ጋር የመጀመሪያ ቀጠሮዎን ሲይዙ - መደበኛ የአዋቂ ምርመራ ጊዜዎ ሲደርስ - የፕሮስቴት ምርመራ፣ የዳሌ አጥንት ምርመራ፣ የቅድመ ካንሰር ምርመራ (PAP smear) ወይም የጡት ምርመራ ጊዜዎ ሲደርስ	በ30 ቀናት ውስጥ ወይም አስፈላጊ ከሆነ ከዚያ አስቀድሞ
አስቸኳይ ያልሆኑ ቀጠሮዎች ከስፔሺያሊስቶች ጋር (በሪራል)	የPCPዎ አስቸኳይ ላልሆነ ሁኔታ ልዩ ባለሙያ እንዲያዩ ጠቁሞታል	በ 30 ቀናት ውስጥ



የድጋፍ አገልግሎቶች

የትራንስፖርት አገልግሎቶች

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

- ለትራንስፖርት አቅራቢው በ **866-201-9974** በመደወል በስንት ሰዓትና በየትኛው ቀን መጥተው እንዲወስዱ እንደሚፈልጉ ይነገሯቸዋል።
- የትራንስፖርት አገልግሎት ለማግኘት ቢያንስ ከቀጠሮዎ ቀን 3 የስራ ቀናት አስቀድመው (ቅዳሜ እና እሁድ ሳይጨምር) መደወል አለብዎት።
- ለአስቸኳይ ጉብኝቶች የትራንስፖርቴሽን አገልግሎት ካስፈለገዎት ትራንስፖርቴሽን ለመጠየቅ ከቀጠሮው በፊት አንድ ቀን አስቀድመው መደወል ይችላሉ።
- የመጓጓዣ ዓይነቶች አውቶቢስ፣ ባቡር፣ የኡበር፣ ሊፍት፣ ታክሲ መክፈያ ሾፕሮች፣ የዊልፔር መኪናዎች፣ እና አምቡላንሶች ናቸው። የሚያገኙት የትራንስፖርት አይነት በህክምና ፍላጎትዎ ላይ ይመሰረታል።
- ሲደውሉ ለትራንስፖርት አገልግሎት አቅራቢው የአባልነት መታወቂያ ቁጥርዎን፣ ስልክ ቁጥርዎንና መጥቶ የሚወስድዎበትን አድራሻ ይስጡ። በተጨማሪም፣ የሚሄዱበትን ሃኪም/የጥርስ ህክምና ቤት ወይም የሃኪም ቢሮ ስም፣ አድራሻ እና ስልክ ቁጥር ይነገሩ።

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

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

የአስተርጓሚ አገልግሎት ለማግኘት እባክዎ ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች በ **888-404-3549** ይደውሉ። የቃል ማስተርጎም አገልግሎትን ከፈለጉ እባክዎ ከሃኪምዎ ቀጠሮ በፊት ይደውሉልን።

የቃል ማስተርጎም አገልግሎቶች ብዙውን ጊዜ የሚሰጡት በስልክ ነው። አስተርጓሚው በአካል የሃኪምዎ ቢሮ አብሮት እንዲሆን ከፈለጉ፣ ሊያሳውቁን የሚገባው በ 3-5 የስራ ቀናት ውስጥ ወይም ከቀጠሮው በፊት በ48 ሰዓታት ውስጥ ነው። ሁሉም የአስተርጓሚ አገልግሎቶች ለማግኘት እባክዎ ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች በ**888-404-3549** ይደውሉ።

የትርጉም አገልግሎቶች

ከMedStar Family Choice DC ያገኙትን መረጃ ወደ ሌላ ቋንቋ እንዲተርጎምልዎ የሚፈልጉ ከሆነ፣ እባክዎ ለተመዝጋቢ አገልግሎቶችን በ **888-404-3549** ላይ ደውለው ያግኙ።

መስማት እና ማየት ለተሳናቸው የሚሰጡ የእገዛ መሳሪያ አገልግሎቶች

የመስማት ችግር ካለብዎት፣ የቴሌኮሙኔኬሽን የማስተላለፊያ አገልግሎት (TRS) ለማነጋገር፣ እባክዎ **711** ላይ ይደውሉ። የ TRS እርዳታ ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች ጥሪን በ **888-404-3549** እንዲያስቀምጡ ሊያገዝዎት ይችላል። የማየት ችግር ካለብዎት ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች በ **888-404-3549** ይደውሉ። በድምጽ ካሴቶች ላይ፣ በብሬል፣ ወይም በትልቅ ህትመት መረጃ ልንሰጥዎ እንችላለን።

የልዩ ሙያተኛ እንክብካቤ እና ሪፈራሎች

የልዩ ሙያተኛ እንክብካቤ እንዴት ማግኘት ይቻላል

የእርስዎ ተቀዳሚ የእንክብካቤ አቅራቢ (PCP) ልዩ እርዳታ የሚሰጥዎት ሃኪም ማየት እንደሚኖርብዎት ሊወሰን ይችላል። እነዚህን ሃኪሞች ስፔሻሊስቶች (ልዩ ሙያተኞች) ብለን እንጠራቸዋለን። የእርስዎ PCP ልዩ ሙያተኛ እንደሚያስፈልግዎት ካሰበ/ች ለህክምና የት እንደሚሄዱ ይነግርዎታል። የእርስዎ PCP እርስዎን ወክሎ ቀጠሮ ያስይዝልዎታል ወይም ቀጠሮ እንዲያስይዙ ስልክ ቁጥር ይሰጥዎታል። የእርስዎ PCP ወደ ልዩ ሙያተኛ ይዘው እንዲሄዱ ሪፈረ ይሰጥዎታል። የእርስዎ PCP አሁንም የእርስዎ መደበኛ ሃኪም ይሆናል እና ህክምና የሚሰጥዎት ልዩ ሙያተኛ ጋር ይነጋገራል።

ለሴት ተመዝጋቢዎች፣ የእርስዎ PCP፣ OB/GYN ካልሆነ፣ በMedStar Family Choice DC ኔትወርክ ውስጥ ያሉ OB/GYN ወይም የቤተሰብ እቅድ አቅራቢን ያለ ሪፈረ የማየት መብት አለዎት። ሁለተኛ ሀሳብ እንደሚያስፈልግዎት ከተሰማዎት፣ ከሌላ ኔትወርክ-ውስጥ አቅራቢ አንድ የማግኘት መብት አለዎት። ሌላ ኔትወርክ-ውስጥ አቅራቢ የማይገኝ ከሆነ፣ MedStar Family Choice DC እርስዎ ምንም ሳይከፍሉ ሁለተኛ ሀሳብን ከMedStar Family Choice DC ኔትወርክ ውጪ ለማመቻቸት ይረዳል። ሁለተኛ ሀሳብ ለማግኘት ለእርዳታ የእርስዎ PCP ማነጋገር ወይም የተመዘጋቢ አገልግሎቶችን በ **888-404-3549** ማግኘት ይችላሉ። ሪፈራል/ሪፈረ ሊያስፈልግ ይችላል፣ ስለዚህ የእርስዎ PCP ስለ ሁኔታዎች እንዲያውቅ ማድረግ በጣም ጥሩ ነው።

ልዩ ሙያተኛ ማየት ከፈለጉ፣ ግን MedStar Family Choice DC ለጉብኝቱ እንደማይከፍል ከነገረዎት፣ የሚከተሉትን ማድረግ ይችላሉ፦

- በMedStar Family Choice DC ኔትወርክ ውስጥ ካለው ሌላ ሃኪም ጋር ቀጠሮ መያዝ እና ሁለተኛ ሀሳብ ማግኘት
- ውሳኔያችን ላይ ይግባኝ ማለት (ስለ ይግባኝ page 36 ላይ ይመልከቱ)
- ፍትሃዊ የፍርድ መስማት ሂደትን መጠየቅ (ስለ ፍትሃዊ የፍርድ መስማት ሂደት page 36 ይመልከቱ)

ራስን ሪፈረ የማድረግ (Self-Referral) አገልግሎቶች

ከ PCP ቅድሚያ ፈቃድ ማግኘት ሳያስፈልግዎት ማግኘት የሚችሏቸው የተወሰኑ አገልግሎቶች አሉ። እነዚህ አገልግሎቶች የራስ ሪፈራል አገልግሎቶች የሚባሉ ሲሆን ዝርዝራቸውም ከታች ተቀምጧል።



የሚከተሉትን ለማድረግ ጥቆማ አያስፈልግዎትም፦

- PCPዎን ለማየት
- ድንገተኛ በገጠመዎ ጊዜ እንክብካቤ ማግኘት
- በMedStar Family Choice DC አውታረመረብ ውስጥ ካሉ የOB/GYN ሃኪም መደበኛ ወይም የመከላከያ አገልግሎቶችን (ለሴት ተመዝጋቢዎች ብቻ) ያግኙ
- የቤተሰብ እቅድ አገልግሎት ማግኘት
- በግብረ ሥጋ በሽታ ለሚተላለፉ በሽታዎች (STIs) አገልግሎቶች ያግኙ
- ክትባት ማግኘት (በመርፌ)



የባህሪ ጤና (የአዕምሮ ጤና ወይም የአደንዛኝ ፅፅ አጠቃቀም ችግር አገልግሎቶች)

የአእምሮ ጤና ህክምና ለህጻናትም ለአዋቂዎችን ይሰጣል። ይህ ህክምና ጭንቀት ወይም ፍርሃት ሲሰማዎ የሚሰጥ ነው።

እዛ የሚያስፈልግዎ ከሆነ ወይም ከቤተሰብዎ ውስጥ አንድ ሰው እዛ የሚያስፈልገው ከሆነ በሚከተለው ስልክ ይደውሉ፦

- የችግር ጊዜ ነጻ የስልክ መስመር በMedStar Family Choice DC በ **855-798-3540**

ለመጠጥ ወይም ሌሎች የአደንዛኝ ዕጽ መጠቀም አገልግሎቶች

ከአልኮልና ከሌሎች አደንዛኝ እጾች ጋር ለተገናኙ ችግሮች ለእርስዎ ጤናና በዙሪያዎ ላሉ ሰዎች ጤና አደገኛ ናቸው።

እነዚህ ችግሮች ላይ እዛ ከፈለጉ ወደ ሃኪም መሄድ አስፈላጊ ነው። በMedStar Family Choice DC የጸረ-መመረዝ አገልግሎቶችንና ሌሎች አገልግሎቶችን እንዲያገኙ ህክምናዎችን የማመቻቸት ስራ በመስራት ያግዝዎታል። ለእነዚህ ችግሮች አገልግሎቶችን ለማግኘት የሚከተሉትን ማድረግ ይችላሉ፦

- ለMedStar Family Choice DC የባህሪ ጤና አገልግሎቶች በ **800-777-5327**፣ በቀን 24 ሰዓት እና በሳምንት 7 ቀናት ይደውሉ።
- የግምገማ እና ሪፈራል ማዕከልን በቀጥታ በ **202-727-8473** ያግኙ ወይም 75 Florida Ave. NE, Washington, DC 20002 ይጎብኙ። ARC የሱስ ህክምናን፣ በመድሃኒት የታገዘ ህክምና እንዲሁም የግል እና የቡድን የምክር አገልግሎትን ጨምሮ ለአደንዛኝ ዕፅ አጠቃቀም ህክምና ለሚፈልጉ ግለሰቦች የተመሳሳይ ቀን ግምገማ እና ሪፈራል ያቀርባል።

- የዲሲ የማረጋገጫ ማዕከልን በ**202-839-3500** ያግኙ ወይም 35 K Street NE Washington, DC 20001 ይጎብኙ። የዲሲ የማረጋገጫ ማዕከል በአደንዛዥ ዕፅ አጠቃቀም ህመም ችግር ተጽዕኖ ስር ያሉ ሰዎች የሚያስፈልጋቸውን እገዛ እንዲያገኙ አስተማማኝ ቦታ ያቀርባል እንዲሁም በቦታው ላይ የጸደቀ መድሃኒት፣ የምክር አገልግሎት እንዲሁም ለረጅም ጊዜ ለሚቆዩ የህክምና አማራጮች ምደባ እና ሪፈራሎችን ያቀርባል። በቀን 24 ሰዓት፣ በሳምንት 7 ቀናት ክፍት ነው።
- ሁሉም የአዕምሮ ጤና፣ የአልኮል፣ እና ሱስ የሚያስደዝ መድሃኒት መጠቀም አገልግሎቶች በሚስጥር የተያዙ ናቸው።

የባህሪ ጤና አገልግሎቶችን ከማግኘትዎ በፊት የእርስዎን PCP ማየት አይጠበቅብዎትም።

ነገር ግን ህክምናዎን በአውታረመረባችን ውስጥ ካለ ሰው ማግኘት አለብዎት። አሁን ህክምና እያገኙ ከሆነ፣ አቅራቢዎ MedStar Family Choice DCን ይይዙ እንደሆነ ይጠይቁ።

ከመጀመሪያ ጉብኝትዎ በፊት፦

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

በቀጠሮው ቀን፦

- አቅራቢዎ እንዴት ሊረዱዎ እንደሚችሉ እንዲያውቁ ሁሉንም መድሃኒቶችዎን እና የጥያቄዎች ዝርዝር ይያዙ።
- ለጉብኝትዎ በሰዓቱ ይገኙ። ቀጠሮዎ ላይ መገኘት ካልቻሉ እባክዎ አዲስ የቀጠሮ ጊዜ ለማግኘት ለአቅራቢዎ ይደውሉ።

- የMedStar Family Choice DC ID ካርድዎን ይያዙ። አቅራቢዎ ቅጂውን ሊያዘጋጁ ይችላሉ።

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

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

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

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

የወሊድ መቆጣጠሪያ እና ሌሎች የቤተሰብ ዕቅድ አገልግሎቶች

የወሊድ መቆጣጠሪያ እና ሌሎች የቤተሰብ ዕቅድ አገልግሎቶችን ለማግኘት ጥቆማ አያስፈልጎትም። ሁሉም የወሊድ መቆጣጠሪያ እና ሌሎች የቤተሰብ እቅድ አገልግሎቶች ሚስጥራዊ ናቸው።

እርስዎ ከMedStar Family Choice DC የአቅራቢ ኔትወርክ የወሊድ መቆጣጠሪያ እና ሌሎች የቤተሰብ ዕቅድ አገልግሎቶችን ማግኘት ይችላሉ። እነዚህን አገልግሎቶች ለማግኘት ጥቆማ አያስፈልጎትም። ለቤተሰብ ዕቅድ አገልግሎት ከእርስዎ PCP ሌላ ሃኪም ማየት ከፈለጉ ለ PCP ያሳውቁ። ለእርስዎ PCP የተሻለ እንክብካቤ እንዲያደርግልዎ ይረዳዋል። በ **888-404-3549** በመደወል ስለ ወሊድ ቁጥጥር ወይም ሌሎች የቤተሰብ አገልግሎቶች ላይ ተጨማሪ መረጃ ለማግኘት PCPዎን ያነጋግሩ ወይም ለMedStar Family Choice DC የተመዘጋቢ አገልግሎቶች ይደውሉ።



የቤተሰብ እቅድ አገልግሎቶች የሚያካትተው፡

- የእርግዝና ምርመራ
- ለሴቶችና ለጥንዶች የማማከር አገልግሎት
- የወላድነት ችግር ምርመራ እና ሕክምና*
- መደበኛና ድንገተኛ የወሊድ ቁጥጥር አገልግሎት
- የምክር አገልግሎት እና ክትባት
- ለሁሉም በግብረሰጋ ግኑኝነት የሚተላለፉ በሽታዎችን ምርመራ ማድረግ
- ለሁሉም በግብረሰጋ ግኑኝነት የሚተላለፉ በሽታዎችን ህክምና ማድረግ
- የማምከን መመሪያዎች (ዕድሜዎ ከ 21 ዓመት በላይ እና ሂደቱ ከመካሄዱ 30 ቀን በፊት አስቀድመው ቅርጽ እንዲፈርሙ ይጠይቃል)
- ኤችአይቪ/ኤድስ ምርመራ እና የምክር አገልግሎት

*የDC Healthcare Alliance ለተመዘጋቢዎች የመሃንነት ምርመራ እና ህክምናን ይሸፍናል።

የቤተሰብ እቅድ አገልግሎቶች የሚከተሉትን አያጠቃልሉም፡

- መደበኛ የመሃንነት ጥናት ወይም ህክምናዎች
- ለማኅላሽት የሚደረግ የማህጸን ማስወጣት ሂደት
- በፍቃድ የተደረገ ማኅላሽትን መመለስ
- የኤችአይቪ/ኤድስ (HIV/AIDS) ህክምና
- ውርጃ

የኤችአይቪ/ኤድስ ምርመራ፣ የማማከር አገልግሎት እና ህክምና

የኤችአይቪ/ኤድስ ምርመራ እና የምክር አገልግሎት ማግኘት የሚችሉት፡

- የቤተሰብ እቅድ አገልግሎት ሲኖርዎ
- ከእርስዎ PCP
- ከኤችአይቪ/ኤድስ ምርመራ እና የማማከር አገልግሎት ማዕከል

የኤች.አይ.ቪ/ኤድስ ምርመራ እና የማማከር አገልግሎት የት ማግኘት እንደሚችሉ መረጃ ለማግኘት የተመዘጋቢ አገልግሎቶች ጋር በ **888-404-3549** ይደውሉ። የኤችአይቪ/ኤድስ ህክምና ማግኘት ከፈለጉ፣ የእርስዎ PCP እንክብካቤውን እንዲያገኙ ይረዳዎታል ወይም በ **888-404-3549** መደወል ይችላሉ። እንዲሁም እርስዎ ወይም ዶክተርዎ ለ ኤችአይቪ/ኤድስ የመጋለጥ ኢድልዎ ሰፊ እንደሆነ የሚያምኑ ከሆነ የቅድመ-ተጋላጭነት የመከላከያ መድሃኒት (PrEP) ማግኘት ይችላሉ።

የመድሃኒት ቤት አገልግሎት እና የሃኪም ትዕዛዝ የሚያስፈልጋቸው መድሃኒቶች

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

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

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

በሃኪም የታዘዘ መድሃኒት እንዴት እንደሚወሰዱ

- የMedStar Family Choice DC ኔትወርክ አባል የሆነ እና ለሥራዎ እና ቤትዎ ቅርብ የሆነ ፋርማሲ ይምረጡ።
- በሐኪም የተዛዘ መድሐኒት ፍቃድ ያለዎት ጊዜ፣ ወደ ፋርማሲው ይሂዱ እና ለፋርማሲስቱ የሐኪም ትዕዛዝ ማዘዣውን እና የMedStar Family Choice DC የተመዘጋገበ መታወቂያዎን ይስጡ።
- እገዛ የሚፈልጉ ከሆኑ፣ እባክዎ ለ ተመዝጋቢ አገልግሎቶች በስልክ ቁጥር **888-404-3549** ይደውሉ።

ማስታወስ ያሉብዎ ነገሮች

- ለመድሐኒቶቹ ክፍያ እንዲፈጽሙ አይጠየቁም። ፋርማሲው ወይም የመድሃኒት መደብሩ እንዲከፍሉ ከጠየቁ ለMedStar Family Choice DC የተመዘጋገበ አገልግሎቶች ይደውሉ።

- አንዳንድ ጊዜ ሃኪምዎ ለመድሃኒት የቅድመ ፈቃድን (PA) ከ MedStar Family Choice DC ማግኘት ሊኖርብዎት ይችላል። ሐኪምዎ PA በመጠባበቅ ላይ እያለ መድሃኒቱን የማግኘት መብት አለዎት።
 - ለ እስከ 72 ሰዓታት ወይም
 - የሚወስዱት በቀን ከአንድ ጊዜ በታች ከሆነ ለአንድ ሙሉ ዙር መድሃኒት

መድሃኒትዎ ካልደረሰዎት፡

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



በሽታን መቆጣጠር

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

የእንክብካቤ ማስተባበር እና የእንክብካቤ አስተዳደር ፕሮግራሞች

ሥር የሰደደ ሕመም ወይም እንደ የስኳር በሽታ፣ ከፍተኛ የደም ግፊት፣ የአእምሮ ሕመም ወይም አስም ያሉ ልዩ የጤና እንክብካቤ ፍላጎቶች ካሉዎት፣ MFC-DC የጤና እንክብካቤ ፍላጎቶችዎን የሚያግዙ ልዩ አገልግሎቶችን እና ፕሮግራሞችን ሊሰጥዎት ይችላል። እርስዎ በሽታዎን እንዲያስታሙ እና የጤና ሁኔታዎን ለማሻሻል የሚያስፈልጉዎትን አገልግሎቶች እና መረጃ በመስጠት የሚያግዝ የእንክብካቤ አስተዳዳሪ ይኖርዎታል።

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

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

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





አዋቂዎች እንዲይታመሙ የሚረዱ አገልግሎቶች

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

MedStar Family Choice DC የሚመከሩ ዓመታዊ ማጣሪያዎችን ስላጠናቀቁ የስጦታ ካርዶችን ይሰጣል። ብቁ ለሚሆኑበት ፕሮግራሞች ላይ መረጃ ለማግኘት ከማህበራዊ ተደራሽነት ባለስልጣናት ጋር ለመነጋገር በ **202-363-4348** ወይም **855-798-4244** ይደውሉ።

የጤና ምርመራን የተመለከቱ ምክሮች ("ምርመራዎች")

እባክዎ ቀጠሮ ይዘዩና ቢያንስ በዓመት ውስጥ አንድ ጊዜ ለመመርመር የእርስዎን PCP ይጎብኙ። በምርመራዎ ጊዜ ከእርስዎ PCP ጋር ስለሚያወሯቸው ነገሮች "የጤናዎ ጥቅማጥቅሞች" ክፍል ዉስጥ "የአዋቂ ጤንነት አገልግሎቶች" ዝርዝርን ይመልከቱ።

የበሽታ መከላከል የምክር አገልግሎት

የበሽታ መከላከል የማማከር አገልግሎት ጤናማ ሆነው እንዲቆዩ ያግዟታል። በሚከተሉት ርዕሶች ላይ የበሽታ መከላከል ላይ ያተኮረ የምክር አገልግሎት ማግኘት ይችላሉ፡

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

የአዋቂዎች ክትባት

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

ቢያንስ በዓመት ውስጥ አንድ ጊዜ ከእርስዎ PCP ጋር ሄደው ለመታየት ቀጠሮ ይዘዩ።

እርግዝና

ነፍሰ ጡር ከሆኑ ወይም ነኝ ብለው ካሰቡ፣ ወዲያውኑ ወደ እርስዎ የጽንሰና የማህጸን ሃኪም (OB/GYN) መሄድዎ በጣም አስፈላጊ ነው። ይህንን ቀጠሮ ሳያስይዙ ከእርስዎ PCP ጋር መገናኘት አያስፈልግዎትም።

ነፍሰ ጡር ከሆኑ፣ እባክዎ ለሚከተሉት ይደውሉ

- እርግዝናዎን ሪፖርት ለማድረግ፣ የኢኮኖሚ ዋስትና አስተዳደር (ESA) በ **202-727-5355**
- ለMedStar Family Choice DC የእንክብካቤ አስተዳደር ቢሮ በ **202-363-4348** ወይም **855-798-4244** ይደውሉ።
- የእርስዎ PCP

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

የቅድመ ወሊድና ድህረ ወሊድ እንክብካቤ

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

እባክዎ ነፍሰ-ጡር መሆንዎን እንዳወቁ በፍጥነት ለMedStar Family Choice DC ይደውሉ። ጥሩ የቅድመ-ወሊድ እንክብካቤን የሚያበረታታ ልዩ ፕሮግራም ለነፍሰ-ጡር ሴቶች ይኖረናል። እርስዎ የ 28 ሳምንት በታች እርጉዝ ከሆኑ፣ የMedStar Family Choice DC እምባ እና እኔ የማበረታቻ ፕሮግራም ለመቀላቀል ብቁ ሊሆኑ ይችላሉ።

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





ይህ ፕሮግራም ከመውለድዎ በፊትና በኋላ ለራስዎና ለልጅዎ ለእንክብካቤ እንዲያደርጉ ማበረታቻ ይሰጣል። እንዲሁም፣ እንደ Momma and Me (እምየ እና እኔ) ተሳታፊ፣ እርስዎ የትምህርት ቁሳቁሶችን ያገኛሉ። ስለ ፕሮግራሙ ተጨማሪ መረጃ ለማግኘት፣ እባክዎ ለእንክብካቤ አስተዳደር መምሪያ በ **202-363-4348** ወይም **855-798-4244**፣ ይደውሉ እና የተደራሽነት ጥቆማን ይምረጡ እና ከቅድመ-ወሊድ አስተባባሪ ጋር ለመነጋገር ይጠይቁ።

በ MedStar Family Choice-DC Momma and Me የማበረታቻ ፕሮግራም ውስጥ ለማይመዘገቡ እናቶች፣ We Care (እኛ እናንከበክባለን) የሚባል የድህረ-ወሊድ ፕሮግራም አለን። በዚህ ፕሮግራም ውስጥ ላላች ተሳታፊ፣

የድህረ-ወሊድ ምርመራዎችዎን ስለወሰዱ እና አዲስ የተወለደ/ች ልጅዎን ወደ የመጀመሪያ ሁለት-ሳምንቱ/ቷ፣ የጤናማ-ልጅ ጉብኝት፣ ስለወሰዱ ለማበረታቻ ብቁ ሊሆኑ ይችላሉ። ስለ We Care (እኛ እናንከበክባለን) ተጨማሪ መረጃ ለማግኘት፣ እባክዎ ለእንክብካቤ አስተዳደር መምሪያ በ **202-363-4348** ወይም **855-798-4244** ይደውሉ እና የተደራሽነት ጥቆማን ይምረጡ እና ከድህረ-ወሊድ አስተባባሪ ጋር ለመነጋገር ይጠይቁ።

ልጅዎን ከወለዱ በኋላ፣ ለእንክብካቤ አስተዳደር በ **202-363-4348** ወይም **855-798-4244** እና ለESA በ **202-727-5355** ይደውሉ።

የጤና ጥቅሞች

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

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

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

የማንከፍልባቸው አገልግሎቶች (የማይካተቱ)

- የውበት ቀዶ ህክምና (Cosmetic surgery)
- የሙከራ ወይም የምርምር አገልግሎቶች፣ ቀዶ ጥገናዎች፣ ህክምናዎችና መድሃኒቶች
- የክሊኒካል ሙከራ ፕሮቶኮል አካል የሆኑ አገልግሎቶች
- ውርጃ፣ ወይም በፈቃደኝነት ልጅን ማስወገድ በፌደራል ህግ በማይጠየቅ ሁኔታ ውስጥ
- በህክምና አስገዳጅ ያልሆኑ አገልግሎቶች
- ክፍት የልብ ቀዶ ጥገና ህክምና
- የአይን ህክምና
- የአካል ክፍል ንቅለ ተከላ
- አንድ አንድ የምክር ወይም የሪፌር አገልግሎቶች በሃይማኖታዊ ወይም ስነ-ምግባር እምነቶች ምክንያት በMedStar Family Choice DC ላይሸፈኑ ይችላሉ። ተጨማሪ መረጃ ለማግኘት በ **888-404-3549** የተመዘጋቢ አገልግሎቶች ክፍልን ያነጋግሩ።

ጥቅሞች	የሚያገኙት ምንድን ነው	ይህንን ጥቅም ማን ሊያገኝ ይችላል
የአዋቂዎች የደህንነት አገልግሎቶች	• ክትባቶች • በግብረሰጋ ግንኙነት ለሚከሰቱ በሽታዎች መደበኛ ምርመራ • ኤችአይቪ/ኤድስ ምርመራ፣ ማጣራት እና የምክር አገልግሎት • የጡት ካንሰር ምርመራ • የማህጸን ካንሰር ምርመራ (ለሴቶች ብቻ) • የአስቴፖሮሲስ ምርመራ (ለረጡ ሴቶች) • የኤችፒቪ (HPV) ምርመራ • ፕሮስቴት ካንሰር ምርመራ (ለወንዶች ብቻ) • የሆድ አሮቲክ እንዴሪዝም ምርመራ • ከልክ በላይ ውፍረት (Obesity) ምርመራ • የሰኳር ህመም ምርመራ • የከፍተኛ የደም ግፊትና የኮሌስትሮል ምርመራ (የሊፒድ ችግሮች) • የጭንቀት ምርመራ • የኮሎሬክታል ካንሰር ምርመራ (50 ዓመት እና ከዚያ በላይ ዓባላት) • ማጨስ ስለማቆም የምክር አገልግሎት • የአመጋገብና የአካል ብቃት እንቅስቃሴ ምክር • የአእምሮ ጤና የምክር አገልግሎት • መጠጥ እና ሌሎች ዕጾች መውሰድ ምርመራ	እንደ አመቺነቱ ሁሉም ተመዝጋቢዎች

ጥቅሞች	የሚያገኙት ምንድን ነው	ይህንን ጥቅም ማን ሊያገኝ ይችላል
የባሕሪ ጤና አገልግሎቶች	• የምርመራ ግምገማ • የቀውስ አገልግሎቶች • የምክር አገልግሎት • የአዕምሮ ህመም ህክምና • የህክምና ቡድኖች • በመድሃኒት የሚታገዝ ህክምና (MTM) • የተኝቶ ታካሚ መልቀቂያ አስተዳደር/የአልኮል ወይም የአደንዛዥ ዕፅ ህክምና • የተኝቶ ታካሚ ህክምና	እንደ አመቺነቱ፣ ሁሉም ዓባላት
የጥርስ ህክምና ጥቅሞች	• ጠቅላላ የጥርስ ሕክምና (መደበኛ እና የድንገተኛ ሕክምና ጨምሮ) • በቀን መቁጠሪያ ዓመት ለአገልግሎቶች \$1000 ገደብ የተደረገበት • የሚከተሉትን ጨምሮ የጥርስ እና ድድ እንክብካቤ እና ህክምና፡ – በየ6 ወራቱ የሚከናወን አጠቃላይ የጥርስ ምርመራ – ቀላል እና ውስብስብ የቀዶ ጥገና አገልግሎቶች እና ቁንጠራዎች – የድንገተኛ ጊዜ የጥርስ ህክምና – መሙላት – በየ6 ወራቱ የሚከናወን የማፅዳት እና ፍሎራይድ ህምክናዎች – ከፊል ሰው ሰራሽ ጥርሶች – ራጆች (የተሟላ ተከታታይ በየ 3 ዓመቱ 1 ጊዜ ብቻ) – ዴንቸርስ (በየ5 ዓመታት አንድ አዲስ ስብስብ) እና ዴንቸር ጥገና – አራል ቀዶ ጥገና	ሁሉም ተመዝጋቢዎች
የዲያሊሲስ አገልግሎት	• በሳምንት እስከ 3 ጊዜ ድረስ (በቀን አንድ ጊዜ ብቻ የተወሰነ) የሚደረግ ብቻ	ሁሉም ተመዝጋቢዎች
ረጅም እድሜ የሚቆዩ የህክምና መሳሪያዎች (DME) እና የሚወገዱ የህክምና እቃዎች (DMS)	• DME - የተሽከርካሪ ወንበሮች፣ የሆስፒታል አልጋዎች፣ ማስኬጃዎች፣ አክሲጂን። • DMS - ፋሻዎች እና መጠቅለያዎች፣ ካቴተሮች • አርቶቴክስ - ቅንፍ፣ ስንጥቆች፣ ፕሮስቴቲክስ	ሁሉም ተመዝጋቢዎች

ጥቅሞች	የሚያገኙት ምንድን ነው	ይህንን ጥቅም ማን ሊያገኝ ይችላል
የቤተሰብ እቅድ	- የእርግዝና ምርመራ፣ የምክር አገልግሎት ለሴቶች - መደበኛና ድንገተኛ የወሊድ ቁጥጥር አገልግሎት - የወላድነት ችግር ምርመራ እና ሕክምና* - በፈቃደኝነት ላይ የተመሰረተ ማምከን (ህክምናው ከመደረጉ ከ30 ቀናት በፊት በአገሉ የጸደቀ የማምከን አገልግሎት መጠየቂያ ላይ ፊርማ ያስፈልጋል) - ምርመራ፣ የምክር አገልግሎትና ክትባ (ሂዩፕላቪ ታይፖ ሻይረስ (Human Papilloma Virus – HPV) ጨምሮ) - ለሁሉም በግብረሰጋ ለሚተላለፉ በሽታዎች ምርመራ እና የበሽታ መከላከል ሕክምና - ነርስ የአዋላጅ ነርስ እና የልምድ አዋላጅ አገልግሎቶች *የDC Healthcare Alliance ለተመዝጋቢዎች የመሃንነት ምርመራ እና ህክምናን ይሸፍናል።	እንደ አመቺነቱ፣ ሁሉም ተመዝጋቢዎች
የመስማት ህክምና	የመስማት ህክምና አገልግሎቶች ከመስማት ችሎታ፣ ከመስማት ማገዣ መሳሪያዎችና ከባትሪዎቻቸው ጋር የተያያዙ ሁኔታዎች ምርመራና ህክምናን ጨምሮ	ሁሉም ተመዝጋቢዎች
የቤት ውስጥ የጤና አገልግሎቶች	የሚከተሉትን ጨምሮ የቤት ውስጥ የጤና እንክብካቤ አገልግሎቶች፡ - የነርስ አገልግሎትና የቤት ውስጥ ተንከባካቢ ህክምና - በቤት ውስጥ ጤና አገልግሎት አቅራቢዎች የሚሰጡ የቤት ውስጥ ተንከባካቢ አገልግሎቶች - አካላዊ ቴራፒ፣ የሥራ-ነክ ቴራፒ፣ የንግግር ፓቶሎጂ እና የድምጽ ማገዣ አገልግሎቶች	ሁሉም ተመዝጋቢዎች
የሆስፒታል አገልግሎቶች	- ተመላላሽ ታካሚዎች (የበሽታ መከላከል፣ ምርመራ፣ ቴሮፓውቲክ፣ ሪሃቢሌሽን፣ ወይም የፓሊያቲቭ አገልግሎቶች) - በድንገተኛ ህክምና ሁኔታ ምክንያት የመግቢያ መስፈርት የማያሟሉ የውስጥ ታካሚ አገልግሎቶች (የሆስፒታል ቆይታ)	ሁሉም ተመዝጋቢዎች
የላብራቶሪ እና የራጅ አገልግሎቶች	የላብራቶሪ ምርመራዎችና ራጆች	ሁሉም ተመዝጋቢዎች
የነርሲንግ ሆም እንክብካቤ	እስከ 30 ተከታታይ ቀናት የሙሉ ቀን የቤት ለቤት የብቁ ባለሞያ ነርስ እንክብካቤ	ሁሉም ተመዝጋቢዎች

ጥቅሞች	የሚያገኙት ምንድን ነው	ይህንን ጥቅም ማን ሊያገኝ ይችላል
የመድሃኒት ቤት አገልግሎቶች (በማዘዣ የሚሸጡ መድሃኒቶች)	- የMedStar Family Choice DC የመድሃኒት ፎርሙላሪ (ዝርዝሩን) ውስጥ የተካተቱ የትዕዛዝ መድሃኒቶች። የመድሃኒት ዝርዝሩን በ MedStarFamilyChoiceDC.com ወይም የተመዝጋቢ አገልግሎቶች ጋር በመደወል ማግኘት ይቻላል። - በኔትወርክ ውስጥ ካሉ መድሃኒት ቤቶች የሚሰጡ መድሃኒቶችን ብቻ ያካትታል - የሚከተሉትን የሐኪም ትዕዛዝ የማያስፈልጋቸው (ከመድሐኒት መደብር የሚገዙ) መድሐኒቶችን ያካትታሉ፡ - የላቴክስ ኮንዶሞች - የድንገተኛ ጊዜ የወሊድ መቆጣጠሪያ (እንደ Plan B ዓይነት) ሙሉ ዝርዝር በድረገጽ ላይ ወይም የአባል አገልግሎቶች ላይ በመደወል ይገኛል። ያለ-ማዘዣ የሚሸጡ መድሃኒቶችን ለማግኘት ከሃኪምዎ የመድሃኒት ማዘዣን ማግኘት አለብዎት።	ሁሉም ተመዝጋቢዎች
የእግር ህክምና (Podiatry)	- ከእግር ጋር ለተያያዙ ችግሮች ልዩ ህክምና - በህክምና አስፈላጊ ሲሆን መደበኛ የእግር ህክምና	ሁሉም ተመዝጋቢዎች
የመጀመሪያ ደረጃ የህክምና አገልግሎቶች	የበሽታ መከላከል፣ የአጣዳፊ፣ እና ስር የሰደዱ የጤና ሕክምና አገልግሎቶች በአጠቃላይ በእርስዎ PCP የሚቀርቡ	ሁሉም ተመዝጋቢዎች
የማገገም (Rehabilitation) አገልግሎት	የከፋ ጉዳት ወይም ሌላ የሕክምና ክስተት በኋላ ተግባር ለማሻሻል ለማገዝ እንደ አስፈላጊ ሕክምና ቅድሚያ በሚፈቀዱበት ጊዜ ይሄ የሚጨምረው አካላዊ፣ ንግግር፣ እና የሥራ ቴሪኒ ያካትታል።	ሁሉም ተመዝጋቢዎች
ልዩ አገልግሎቶች	- ልዩ ስልጠና ባገኙ ዶክተሮች ወይም በከፍተኛ ደረጃ ነርሶች የሚሰጡ የጤና እንክብካቤ አገልግሎቶች። - ሪፈራሎች ብዙ ጊዜ ያስፈልጋሉ። - ከቀዶ ጥገና ወይም ከህመም ጋር ተያይዞ የተፈጠሩ ሁኔታዎችን ለማስተካከል፣ በድንገተኛ አደጋ ጉዳት ወይም ሲወለዱ የነበሩ ችግርን፣ ወይም አካልዎ በመደበኛ ሁኔታ እንዳይሰራ እክል የሚፈጥርን ችግር ለማስተካከል ከሚሩ ቀዶ ጥገናዎች በስተቀር የውበት አገልግሎቶችንና ቀዶ ህክምናን (Cosmetic surgery) እያጠቃልልዎ	ሁሉም ተመዝጋቢዎች
የትራንስፖርት አገልግሎቶች	በDHCF የሚሸፈኑ አገልግሎቶችን ለማካተት ወደ ህክምና ቀጠሮዎች ለመውሰድ እና ለመመለስ ትራንስፖርት	ሁሉም ተመዝጋቢዎች

የእንክብካቤ ማለፊያ

MedStar Family Choice DC ለእርስዎ አዲስ ከሆነ፣ ቀጠሮ የተያዘላቸው የዶክተር ቀጠሮችዎ እና የመድሃኒት ትእዛዛትን ለመጀመሪያ 90 ቀናት ማቆየት ይችላሉ። ባሁኑ ጊዜ አቅራቢዎ በMedStar Family Choice DC ኔትዎርክ ውስጥ ከሌለ፣ እንግዲያውስ የMedStar Family Choice DC የአቅራቢ ኔትዎርክ ውስጥ የሆነ አዲስ አቅራቢን እንዲመርጡ ይጠየቃሉ።

አቅራቢዎ MedStar Family Choice DC ኔትዎርክ ትቶ ከወጣ፣ አቅራቢው ኔትዎርኩን የተወበትን ቀን በኋላ በ15 ቀናት ውስጥ እናሳወቅታለን፣ አዲስ አቅራቢን ለመምረጥ ጊዜ እንዲያገኙ። MedStar Family Choice DC የእርስዎን አቅራቢ ካቋረጠ፣ የማቋረጫ ቀኑ ተፈጻሚ ከሚሆንበት ቀን በፊት በ30 የቀን መቁጠሪያ ቀናት ውስጥ የምናሳውቅዎ ይሆናል።

ማወቅ የሚገቡዎት ሌሎች አስፈላጊ ነገሮች

ቤት ከቀየርኩስ?

- የመገኛ መረጃዎን አንላይን በ <https://districtdirect.dc.gov> ላይ ያዘምኑ።
- ወደ MedStar Family Choice DC የተመዘጋቢ አገልግሎቶች በ **888-404-3549** ይደውሉ።

ልጅ ከወለድኩስ?

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

ልጅ በጉዲፈቻ ከወሰድኩስ?

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

ከቤተሰቤ ውስጥ አንድ ሰው ከሞተስ?

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

የእኔን MCP እንዴት መቀየር እንደሚቻል

- የእርስዎን MCP መቀየር ይችላሉ።

- ከመጀመሪያ ምዝገባ ቀንዎ በኋላ በ90 የካሌንደር ቀናት ውስጥ ወይም ከዲስትሪክቱ የምዝገባ ማስታወቂያ ከደረሰዎ በኋላ በ90 የካሌንደር ቀናት ውስጥ፣ የትኛውም በኋላ የመጣ።
- በዓመት አንድ ጊዜ በክፍት ምዝገባ ወቅት።
- ጊዜያዊ የብቁነት ማጣት የክፍት ምዝገባ እድል እንዲያጠኑ ካደረጉ።
- ዲስትሪክቱ በMedStar Family Choice DC ላይ ቅጣቶችን ከጣለ ወይም ምዝገባ ካቆመ።
- በማንኛውም ጊዜ፣ ጥሩ ምክንያት ያለዎት ከሆነ፣ የሚከተሉትን ዓይነት።
 - » ከአገልግሎት አካባቢ ወደ ሌላ ቦታ ከተዛወሩ፤
 - » የMedStar Family Choice DC፣ በሥነ ምግባራዊ ወይም ሃይማኖታዊ ምክንያቶች፣ የሚፈልጉትን አገልግሎት(ቶች) የማይሸፍን ከሆነ፤
 - » የተያያዙ አገልግሎቶች በተመሳሳይ ጊዜ እንዲከናወኑ ያስፈልግዎታል፣ እና ከተያያዙ አገልግሎቶች ሁሉም የሚገኙ ካልሆኑ፣ እና አቅራቢዎ አገልግሎቶችን ለብቻ ለብቻ መቀበል ጉዳት እንዳለው ከወሰነ፤
 - » በዘር፣ ጾታ፣ ብሄር፣ የብሄራዊ አመጣት፣ ሃይማኖት፣ አካል ጉዳተኝነት፣ እርግዝና፣ እድሜ፣ የዘረመል መረጃ፣ የጋብቻ ሁኔታ፣ የወሲባዊ ምርጫ፣ የጾታ መለያ፣ የግል መግለጫ፣ የቤተሰብ ሀላፊነቶች፣ የፖለቲካ አመለካከት፣ እና/ወይም የገቢ ምንጭ ወይም የመኖሪያ ቦታ፣ የMedStar Family Choice DC አድልዎ እንደፈጸመብዎ ካሙኑ ወይም፤

» ጥራት የጎደለ እንክብካቤ እንደወሰዱ፣ ለተሸፈኑ አገልግሎቶች ተደራሽነት ካጡ፣ ወይም የጤና እንክብካቤ ፍላጎቶችን በማስተናገድ ልምድ ያላቸው አቅራቢዎች ተደራሽነትን እንዳጡ ካሙ።

- DC Healthy Families ከክፍት ምዝገባ ቀን በፊት ሁለት ወራት አስቀድሞ ደብዳቤ ይልክልዎታል። ደብዳቤው እንዴት MCPs መለወጥ እንደሚችሉ ይነግርዎታል።
- የእርስዎን MCP ሲቀይሩ፣ የሚፈልጉትን እንክብካቤ ማግኘት መቀጠል እንዲችሉ የጤና እንክብካቤ መረጃዎ ወደ አዲሱ MCP ይተላለፋል።

የእርስዎን MCP ለመቀየር፡

- በስልክ፣ በ**202-639-4030** ወይም **800-620-7802** ይደውሉ። የስራ ሰዓት፡ ከሰኞ እስከ ዓርብ፣ ከጧት ከሰዓት 8:00 እስከ ምሽት 6:00
- በኢንተርኔት በ DCHealthyFamilies.com
- የጤና እቅድ መምረጫ ቅጽ እና የምዝገባ አሽግ ውስጥ ያሉ ሁሉም ሌሎች ቅጾችን ይሙሉ። በምዝገባ አሽግ ውስጥ የሚገኘው የተጠቃለለ ፖስታ ውስጥ አድርገው በፖስታ መልሰው ይላኩባቸዋል።

የሚከተሉትን ካደረጉ፣ ከእንግዲህ ከMedStar Family Choice DC የጤና እንክብካቤ ለማግኘት አይፈቀድልዎትም።

- ለማንኛውም ሌላ የህክምና እርዳታ ፕሮግራም ወይም የጤና መድን ብቁ ይሁኑ።

የሚከተሉትን ካደረጉ የ D.C. መንግስት ከMedStar Family Choice DC ሊያወጣዎት ይችላል፡

- ሌላ ሰው የተመዘጋቢ መታወቂያ ካርድዎን እንዲጠቀምበት ካደረጉ፤
- የጤና እንክብካቤ ማጭበርበር ከፈጸሙ፤ ወይም
- የአገልግሎት ሃላፊነትዎን ካልተወጡ።

ሽፋን ለሚሰጠው አገልግሎት ክፍያ መጠየቂያ ቢል ከቀረበልኝስ ምን ማድረግ አለብኝ?

ከገጽ 28 እስከ 31 ላይ ባለው ዝርዝር ውስጥ ላለ የተሸፈነ አገልግሎት የሂሳብ መጠየቂያ ካገኙ፣ ለተመዘጋቢ አገልግሎቶች በ **888-404-3549** ይደውሉ።

ሽፋን ለማይሰጣቸው አገልግሎቶች መክፈል

- እኛ የማንከፍልበትን አገልግሎት እንደሚፈልጉ ከወሰኑ ከMedStar Family Choice DC የተሰጠ የጽሁፍ ፈቃድ ከሌለዎት፣ ለአገልግሎቱ እራስዎ መክፈል ይኖርበዎታል።
- እኛ የማንከፍልበትን አገልግሎት እንደሚፈልጉ ከወሰኑ ለአገልግሎቱ እራስዎ እንደሚከፍሉ የሚያሳይ መግለጫ ላይ መፈረም አለብዎት።
- ሁልጊዜም የተመዘጋቢ መታወቂያ ካርድዎን ማሳየት እንዳለብዎና ለአቅራቢዎ የMedStar Family Choice DC ተመዝጋቢ መሆንዎን አገልግሎቱን ከማግኘትዎ በፊት መንገር አይርሱ።

አዲስ ቴክኖሎጂ እንዴት እንደሚገመገም ይማሩ።

MedStar Family Choice DC አዲስ ቴክኖሎጂን ይገመግማል፣ እና ለአዲስ ቴክኖሎጂ አዲስ ጥቅሞች፣ እንዳስፈለግኩ፣ ቀድሞውኑ ይኖራል። በኢንደስትሪ ለውጦች እና ደረጃዎች ጋር ለመሄድ አዲስ ቴክኖሎጂን እንገመግማለን። ይህም ተመዝጋቢዎች ደህንነት ያለው እና ውጤታማ የሆነ እንክብካቤ ተደራሽነት እንዲያገኙ ለማረጋገጥ ይረዳል።

የምንገመገመው አዲስ ቴክኖሎጂ እንደ ህክምና እና ባህሪ የጤና እንክብካቤ አሰራሮች፣ መድሃኒቶች፣ የህክምና መሳሪያ (ለምሳሌ፡ የኢንሱሊን ፓምፕ) እና ህክምናዎች (ለምሳሌ፡ ክትባቶች) ምድቦች ውስጥ ይካተታሉ። የአዲስ ቴክኖሎጂ አስፈላጊነት ሲኖር፣ ዋና የህክምና መኮንን ይገመገመዋል እና በምግብ እና መድሃኒት አስተዳደር እንደጸደቀ እና ደህንነት እንዳለው ጥናቶች እንዳሳዩ እና ለተመዘጋቢዎቻችን ውጤታማ እንደሆነ ያረጋግጣል።

የቀደመ መመሪያ

የላቀ መመሪያ (Advance Directive) ማለት ሌሎች ሰዎች የጤና እንክብካቤ ምርጫዎችዎን እንዲያውቁ ለማድረግ የሚፈርሙት የህግ ሰነድ ነው። ጥቅም ላይ የሚውለው ለራስዎ መናገር በማይችሉባቸው ጊዜያት ነው። አንዳንድ ጊዜ በህይወት ዘመን እያለ የሚጠቅም ኑዛዜ ወይም የረጅም ጊዜ የውክልና ስልጣን" በመባል ይታወቃል።

የላቀ መመሪያ እርስዎን በመወከል ለእርስዎ የህክምና ምርጫዎችን መወሰን የሚችል ሰውን እንዲመርጡ ያስችልዎታል። የላቀ መመሪያ በተጨማሪም ፍላጎቶችዎን ለሌሎች ለመናገር እስከማይችሉበት ድረጃ ድረስ በጠና ቢታመሙ ምን ዓይነት ህክምና መውሰድ እንደሚፈልጉ የመግለጽ እድል ይሰጥዎታል።

ስለ የላቀ መመሪያ ከቤተሰብዎ፣ ከ PCP እና በእንደዚህ አይነት ጉዳዮች ላይ ሊያግዙዎ ከሚችሉ ከሌሎች ጋር መወያየት ጠቃሚ ነው።

የላቀ መመሪያን መስጠትና መፈረም ከፈለጉ፣ በቀጣዩ ቀጠሮዎ ወቅት የእርስዎን PCP እንዲያግዙዎት ይጠይቁ ወይም ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች በ **888-404-3549** ይደውሉ፣ እና እነሱ ያግዙዎታል።

ማጭበርበር ምንድን ነው?

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

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

የሃኪም (ዶክተር) የክፍያ ሁኔታን ማሳወቅ

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

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



አቤቱታዎች፣ ቅሬታዎች፣ ይግባኞችና ፍትሃዊ የክስ ማሰማት ሂደቶች

MedStar Family Choice DC እና የዲስትሪክት መንግስት ሁለታቸው ስላገኙት እንክብካቤ ወይም MedStar Family Choice DC ስለሚያቀርብልዎ አገልግሎቶች ቅሬታ የሚያቀርቡበት መንገዶች አላቸው። ከዚህ በታች እንደተገለጸው ቅሬታ ማቅረብ ይችላሉ።

ቅሬታ

- የጤና ጥበቃ አገልግሎቶችን ሲቀበሉ ባጋጠምዎ ነገር ደስተኛ ካልሆኑ አቤቱታ ወይም ቅሬታ ማቅረብ ይችላሉ። አቤቱታ ወይም ቅሬታ ሊያቀርቡባቸው የሚችሉ ምክንያቶች ምሳሌዎች የሚከተሉትን ይጨምራሉ፦
 - በአክብሮት እንዳልተስተናገዱ ከተሰማዎት
 - ባገኙት ህክምና አልተደሰቱም
 - ቀጠሮ ለማግኘት በጣም ብዙ ጊዜ ወሰደብዎት
- አቤቱታ ወይም ቅሬታ ለማቅረብ፣ ለደንበኞች አገልግሎት በ **888-404-3549** መደወል አለብዎ።
- እንዲሁም አገልግሎት ሰጪዎ እርስዎን በመወከል ቅሬታ ሊያቀርብ ይችላል

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

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

MedStar Family Choice District of Columbia
ትኩረት፦ Enrollee Services Coordinator
3007 Tilden Street, NW, POD 3N
Washington, DC 20008

ይግባኞች

ጥቅሞችዎ ፍትሃዊ ባልሆነ መንገድ እንደተከለከሉ፣ እንደተቀነሱብዎ፣ እንደዘገዩ ወይም እንደተቋረጡ የሚያም ከሆነ ለMedStar Family Choice DC ይግባኝ ማለት ይችላሉ። ይግባኝዎን ያቀረቡት በስልክ በመደወል ከሆነ፦

MedStar Family Choice DC በስልክ ያቀረቡትን ይግባኝ ወደ ደብዳቤ ይቀይርና እርስዎ እንዲፈርሙበት የደብዳቤውን ቅጂ ይልክልዎታል። ደብዳቤውን በጥንቃቄ ማንበብዎን እርግጠኛ ይሁኑ እና ለመረጃ እንዲሆንዎ ያስቀምጡት።

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

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

ስለይግባኝዎ MedStar Family Choice DC የሰጠውን ውሳኔ የሚገልጽ ማስታወሻ በደብዳቤ በፖስታ ይደርስዎታል።

MedStar Family Choice DC ስለይግባኝዎ በሰጠው ውሳኔ ደስተኛ ካልሆኑ፣ ፍትሃዊ የሆነ የክስ መሰማት ሂደት መጠየቅ ይችላሉ።

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

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

ፍትሃዊ የክስ ማሰማት ሂደት

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

የፍትሃዊ ክስ የመስማት ሂደት ጥያቄ ለማቅረብ በሚከተለው አድራሻ ከዲትሪክቱ መንግስት ይደውሉ ወይም ይጻፉ፡

**District of Columbia Office of
Administrative Hearings
Clerk of the Court**
441 4th Street, NW, Room N450
Washington, DC 20001
Telephone Number: **202-442-9094**

ማብቂያ ጊዜዎች

- ያልተፈለገ የጥቅማጥቅም ውሳኔ ማሳወቂያ ከተላከበት ቀን ጀምሮ በ60 የካሌንደር ቀናት ዉስጥ ይግባኝ መጠየቅ አለብዎት።
- ከMedStar Family Choice DC የሚሰጠው የይግባኝ መፍትሄ መስጫ ማስታወቂያ ከደረሰ በኋላ 120 የካሌንደር ቀናት ባልበለጠ ውስጥ የመስሚያ ችሎት ሊጠይቁ ይችላሉ።
- የፍትሃዊ የክስ መስማት ሂደት ጥያቄ ወይም ይግባኝ አቅርቦው በነበረበት ጊዜ ጥቅሞቹን መቀበልዎን መቀጠል ከፈለጉ የፍትሃዊ የክስ መስማት ሂደቱን ወይም ክሱን ማቅረብ ያለብዎ ከዚህ በታች ከተጠቀሱት ውስጥ ዘግይቶ በሚደርሰው ቀን ውስጥ ነው፡
 - ከMedStar Family Choice DC የሚሰጠው ያልተፈለገ የጥቅማጥቅም ውሳኔ ወይም የይግባኝ መፍትሄ መስጫ ማስታወቂያ ከደረሰ በኋላ በ10 የካሌንደር ቀናት ውስጥ
 - በMedStar Family Choice DC የቀረበው እርምጃ ተፈጻሚ ይሆናል ተብሎ የታቀደበት ቀን (ወይም፡ በሌላ አነጋገር፣ ጥቅሙ የሚቆምበት ቀን)።

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

የተፋጠነ (አስቸኳይ) ቅሬታዎች እና የይግባኝ መስማት ሂደት

የእርስዎ ይግባኝ አስቸኳይ እንደሆነ ከተወሰነ፣ MedStar Family Choice DC በ72 የካሌንደር ቀናት ውስጥ ውሳኔ ይሰጥዎታል። እንዲሁም MedStar Family Choice DC ይግባኝዎን በተመለከተ በ72 ሰዓታት ውስጥ ከእርስዎ ጋር ለመነጋገር ተገቢ ጥረቶችን ያደርጋል። አንድ ይግባኝ አስቸኳይ ነው የሚባለው መደበኛውን የይግባኝ ስነሰርዓት የሚጠብቁ ከሆነ የሚጠብቁበት ጊዜ ለእርስዎ ጎጂ ወይም በህመም የተሞላ ከሆነ ነው።

HIV/AIDS፣ የአእምሮ ህመም ወይም ሌላ ማንኛውም አይነት አስቸኳይ ትኩረት የሚገኝ ችግር ያለባቸው አባላት የሚያቀርቡት

ይግባኝ ከቀረበ በ24 ሰዓታት ውስጥ መፍትሄ ተሰጥቶት ውሳኔው ለአባሉ እንዲደርስ ይደረጋል።

ቅሬታዎች፣ ይግባኞች እና ፍትሃዊ የክስ መስማት ችሎት ጥያቄዎች ባቀረቡበት ወቅት የሚኖሩ መብቶች

- ፍትሃዊ የክስ መስማት ሂደት መብት አለዎት። በMedStar Family Choice DC የአንድ-ደረጃ የይግባኝ ሂደት ውስጥ ካለፉ በኋላ ፍትሃዊ ችሎትን ከአስተዳደራዊ ችሎት ቢሮ ሊጠይቁ ይችላሉ። የይግባኝ ውሳኔ ማሳወቂያ የተላከበት ቀን ጀምሮ ከ120 ያልበለጠ የቀን መቁጠሪያ ቀናት ውስጥ ፍትሃዊ ችሎት መጠየቅ አለብዎት።
- የእርስዎን ይግባኝ በተመለከተ MFC-DC የማሳወቂያ ደብዳቤ የማይሰጥዎት ወይም ጊዜውን በጠበቀ መልኩ የማሳወቂያ ደብዳቤን የማይሰጥዎ ከሆነ፣ የይግባኝ ሂደቱ እንደተጠናቀቀ ይቆጠራል እና ፍትሃዊ የክስ ማስማት ችሎት መጠየቅ ይችላሉ።
- ይግባኝዎ ወይም የፍትሃዊ የክስ መስማት ሂደት ጥያቄዎ በሚስተናገድበት ወቅት ተከልክለው የነበሩትን ጥቅሞች እየተቀበሉ የመቆየት መብት አለዎት። በፍትሃዊ የክስ ማስማት ችሎት ጥያቄዎ በሚስተናገድበት ወቅት ጥቅማጥቅሞችዎን መቀበልዎን ለመቀጠል፣ የፍትሃዊ የክስ ማስማት ችሎት ጥያቄዎን ማቅረብ ያለብዎት በተወሰኑ ቀናት ውስጥ ነው - ይህ እስከ 10 ካሌንደር ቀናት ሊያጥር ይችላል።
- አቤቱታና ቅሬታዎ በሚስተናገድበት ሂደት ወቅት ከMedStar Family Choice DC አንድ የሚግዝዎ ሰው የማግኘት መብት አለዎት።
- ራስዎን ወክለው የመቅረብ፣ በቤተሰብዎ ተንከባካቢዎ፣ በጠበቃዎ፣ ወይም በሌላ ሰው በመወከል የመቅረብ መብት አለዎት
- ላለዎት ለማንኛውም ልዩ የጤና እንክብካቤ ፍላጎትዎ ማረፊያ የማግኘት መብት አለዎት።
- የበቂ የ TTY/TTD አቅሞች እንዲሁም ማየት ለተሳናቸው የሚቀርቡ አገልግሎቶችን የማግኘት መብት አልዎት።
- ተገቢውን የትርጉም አገልግሎትና አስተርጓሚ የማግኘት መብት አለዎት።
- ከአቤቱታው፣ ከቅሬታው፣ ከይግባኙ ወይም ከፍትሃዊ የክስ ማስማት ሂደት ጥያቄው ጋር የተያያዙ ሰነዶችን በጠቅላላ የመመልከት መብት አለዎት።

ስለቅሬታው፣ ይግባኙ ወይም ፍትሃዊ የክስ መስማት ሂደቱ ማንኛውም ጥያቄ ካለዎት እባክዎ የተመዘጋቢ አገልግሎትን በ**888-404-3549** በመደወል ይጠይቁ።

የግላዊነት ተግባራት ማሳወቂያ

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

ይህንን ማስታወቂያ ማን ይከተላል?

ይህ ማስታወቂያ ለMedStar Health ተዛማጅ የሆነ የሚሸፈን ተቋም ተፈጻሚ ይሆናል። አሁን ላለው ተዛማጅ የሆነ የሚሸፈን ተቋም አባላት ዝርዝር፣ እባክዎ አገናኙን ይጎብኙ፡-

[MedStarHealth.org/Patient-Privacy-Policy/HIPAA-Affiliated-Covered-Entity-Designation](https://www.MedStarHealth.org/Patient-Privacy-Policy/HIPAA-Affiliated-Covered-Entity-Designation).

እንዲሁም ይህ ማስታወቂያ በMedStar Health ተዛማጅ የሆነ የሚሸፈን ተቋም የጤና እንክብካቤ ባለሙያዎች፣ ሰራተኞች፣ የህክምና ሰራተኞች፣ ሰልጣኞች፣ ተማሪዎች እና በጎ ፈቃደኞች ሁሉ ይሰራል።

እኛ ለእርስዎ ያለን ግዴታ

MedStar Health የህክምና መረጃዎን ለመጠበቅ ቁርጠኛ ነው። ታካሚዎቻችንን በማገልገል ተልዕኮአችን ውስጥ ሰዎችን በመንከባከብ እና ጤናን በማሻሻል የሚታመን መሪ መሆን ራዕያችን ነው። ስለ እርስዎ መረጃ እና ዘጋጃለን እና እናገኛለን እንዲሁም ጥራት ያለው እንክብካቤ ለእርስዎ ለመስጠት እና እንዳንድ ህጋዊ መስፈርቶችን ለማክበር እንጠቀምበታለን። የጤና መረጃዎን ግላዊነት እንድንጠብቅ እና ይህን የህግ ግዴታዎቻችን፣ የግላዊነት ልምዶቻችንን እና መብቶችዎን ማስታወቂያ እንድንሰጥዎ በህግ እንገደዳለን። በጣም ወቅታዊውን የማስታወቂያ ውላችንን መከተል አለብን። ለእኛ አገልግሎት እንዲሰጡን መረጃን ለሌሎች ሰዎች እና ኩባንያዎች ስንገልጽ፣ የእርስዎን ግላዊነት እንዲጠብቁ እንጠይቃቸዋለን። ተጨማሪ ጥበቃዎችን ሊሰጡ የሚችሉ ልንከተላቸው የሚገቡ ሌሎች ሕጎች አሉ ለምሳሌ፣ ከአዕምሮ ጤና፣ የባህሪ ጤና፣ አልኮል እና ሌላ የአደንዛዥ ዕፅ አላግባብ አጠቃቀም፣ የዘረመል መረጃ ወይም ሌሎች የጤና ሁኔታዎች።

የጤና መረጃን እንዴት ልንጠቀም እንደምንችል ሕክምና

ህክምና ወይም አገልግሎት ለመስጠት፣ የጤና እንክብካቤዎን ለማስተባበር ወይም ለማስተዳደር፣ ወይም ለህክምና ምክክሮች ወይም ሪፈራሎች የእርስዎን የጤና መረጃ ልንጠቀም እና ልንገልጽ እንችላለን። ለምሳሌ የጤና መረጃዎን ልንጠቀም ወይም ለሃኪሞች፣ ለባህሪ ሰዎች፣ ለቴክኒሻኖች፣ ለክሊኒክ ታዛቢዎች፣ ለህክምና ተማሪዎች እና እርስዎን በመንከባከብ ለሚሳተፉ ሌሎች ሰራተኞች፣ በተቋሞቻችን በተገቢው ቁጥጥር ስር እንክብካቤዎን ለመመልከት ወይም ለመሳተፍ በስልጠና ላይ ላሉ ባለሙያዎች ወይም ከተቋሞቻችን ውጪ ላሉ እንዲህ ያሉ ሰዎች ይፋ ልናደርግ እንችላለን። የሚያስፈልጉትን የተለያዩ አገልግሎቶች እንደ መድኃኒት ማዘዣ፣ የላብራቶሪ ስራ እና የኤክስራይ (ራይ) ስራዎችን ለማስተባበር ስለእርስዎ መረጃ ልንጠቀም ወይም ልንጋራ እንችላለን። እርስዎ ከወጡ በኋላ በእርስዎ እንክብካቤ ውስጥ ሊሳተፉ ለሚችሉ ከእኛ ተቋም ውጭ ላሉ፣ እንደ ቤተሰብ አባላት፣ የቤት ውስጥ የጤና ኤጀንሲዎች፣ ቴሌቪዥኖች፣ የአረጋውያን መንከባከቢያ ቤቶች፣ ለካህናት እና ለሌሎች ላሉ ከኛ ተቋም ውጭ ላሉ ሰዎች ስለእርስዎ መረጃ ልንገልጽ እንችላለን። ሪፈራል ወይም ምክክር ለማዘጋጀት ለጤና አቅድሞ ወይም ለሌላ አገልግሎት ሰጪ መረጃ ልንሰጥ እንችላለን።

ክፍያ

ለተሰጠው ህክምና እና አገልግሎት ክፍያ እንድንቀበል የእርስዎን የጤና መረጃ ልንጠቀም እና ልንገልጽ እንችላለን። ይህንን መረጃ ከእርስዎ የኢንሹራንስ ኩባንያ ወይም ከሦስተኛ ወገን የክፍያ መረጃን ለማስኬድ ልንጋራ እንችላለን። ምን ዓይነት ጥቅማጥቅሞችን ለማግኘት ብቁ መሆንዎን ለማረጋገጥ፣ የቅድሚያ ፍቃድ ለማግኘት እና ስለ ህክምናዎ ለመንገር የኢንሹራንስ ኩባንያዎን ማነጋገር እንችላለን። እርስዎን ሂሳብ ለማስከፈል ወይም ለክፍያ ሃላፊነት የሚወስዱትን ሂሳብ ለማስከፈል መረጃን ለሶስተኛ ወገኖች ይፋ ልናደርግ እንችላለን ለምሳሌ፣ በክፍያዎ የሚሳተፉ የቤተሰብ አባላት። እንደ የክፍያ መጠየቂያ ኩባንያዎች፣ የደባዳቤ ጥያቄ አቅራቢ ኩባንያዎች እና ሰብሳቢ ኩባንያዎች ያሉ ክፍያዎችን እንድናከናውን የሚረዱን ለሦስተኛ ወገኖች መረጃ ልንሰጥ እንችላለን።

የጤና እንክብካቤ አሰራሮች

በሕግ በሚፈቀደው መሰረት የጤና መረጃዎን ለMedStar Health ስራዎች ልንጠቀም ወይም ይፋ ልናደርግ እንችላለን። ተቋማችንን ለማንቀሳቀስ እና ሁሉም ታካሚዎቻችን ጥራት ያለው እንክብካቤ እንዲያገኙ ለማድረግ የእርስዎን የጤና መረጃ እንደ አስፈላጊነቱ ልንጠቀም እና ልንገልጽ እንችላለን። አፈጻጸማችንን ለማሻሻል ወይም እንክብካቤን ለመስጠት የተሻሉ መንገዶችን ለማግኘት የጤና መረጃን ልንጠቀም እንችላለን። የጤና መረጃን ለህክምና ሰራተኞች ልዩ መብቶችን ለመስጠት ወይም የጤና አጠባበቅ ባለሙያዎቻችንን ብቃት ለመገምገም ልንጠቀም እንችላለን። ምን ተጨማሪ አገልግሎቶችን መስጠት እንዳለብን እና አዳዲስ ህክምናዎች ውጤታማ እንደሆኑ ለመወሰን የጤና መረጃዎን ልንጠቀም እንችላለን። ለግምገማ እና ለትምህርት አላማዎች መረጃን ለተማሪዎች፣ ባለሙያዎች እና የክሊኒክ ታዛቢዎች ይፋ ልናደርግ እንችላለን። እንዴት ጥሩ እየሰራን እንደሆነ ለማጻጸር እና ማሻሻያዎችን የቱ ጋር ማድረግ እንደምንችል ለማየት የጤና መረጃዎቻችንን ከሌሎች የጤና እንክብካቤ ተቋማት ከምናገኘው መረጃ ጋር ልናጣምር እንችላለን። የጤና መረጃን የንግድ እቅድ ለማውጣት ልንጠቀም እንችላለን። ወይም ህግ እየተከተልን መሆናችንን ለማረጋገጥ ለጠበቃዎች፣ አካላትን ታንቶች፣ አማካሪዎች፣ እና ሌሎች ይፋ ልናደርግ እንችላለን። ሌሎች ማንነትን ሳያውቁ የጤና እንክብካቤ እና የጤና እንክብካቤ አሰጣጥን ለማጥናት ማንነት-ያልተለየ መረጃን መጠቀም እንድችሉ እርስዎን የሚለዩ የጤና መረጃዎችን ልናወጣ እንችላለን። እንደ ጤና እቅድ እየሰራ ከሆነ፣ ለመጻፍ ዓላማዎች የዘረ-መል መረጃን እንጠቀምም ወይም ይፋ እናደርግም (ይህ የረጅም ጊዜ የእንክብካቤ እቅድ ላይ ተግባራዊ አይሆንም)።

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

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

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

የቀጠሮ ማስታወሻዎች እና የአገልግሎት መረጃ

የቀጠሮ ማስታወሻዎችን ለማቅረብ ወይም እርስዎ ሊፈልጉት የሚችሏቸው ስለ ህክምና አማራጮች ወይም ሌሎች ጤና-ነክ አገልግሎቶችን ወይም ጥቅማጥቅሞችን ለእርስዎ ለማሳወቅ ሲባል እርስዎን ለማግኘት የጤና መረጃዎን ልንጠቀም ወይም ይፋ ልናደርግ እንችላለን።

የንግድ ተባባሪዎች

ከሌሎች ሻጮች ወይም አቅራቢዎች ጋር በተደረጉ ውሎች በMedStar Health የሚሰጡ የተወሰኑ አገልግሎቶች አሉ እነዚህም የንግድ ተባባሪዎች ተብለው ይጠራሉ። ለምሳሌ፣ የጤና መዝገብዎን ቅጂዎች ስናዘጋጅ፣ ከአማካሪዎች፣ ከሂሳብ ባለሙያዎች፣ ጠበቃዎች፣ ከህክምና ግልባጭ ባለሙያዎች እና ከሶስተኛ ወገን የክፍያ ኩባንያዎች ጋር ስንሰራ የቅጂ አገልግሎት ልንጠቀም እንችላለን። እነዚህ አገልግሎቶች ኮንትራት ውስጥ ሲገቡ፣ የጤና መረጃዎን ለንግድ ተባባሪዎቻችን ይፋ ልናደርግ እንችላለን። እንዲያከናውኑልን የጠየቅናቸውን ስራ መስራት እንድችሉ። የጤና መረጃዎን ለመጠበቅ፣ ግን፣ የንግድ ተባባሪዎች መረጃዎን በትክክል እንዲጠብቁ እንጠይቃቸዋለን።

የተወሰኑ የማርኬቲንግ (የንግድ) ተግባራት

የህክምና መረጃዎን የቁጥር ዋጋ ያላቸው የማስተዋወቂያ ስጦታዎችን ለማስተላለፍ፣ MedStar Health ስለሚሸፍናቸው ምርቶች፣ አገልግሎቶች እና ትምህርታዊ ፕሮግራሞች በተመለከተ ከእርስዎ ጋር ለመነጋገር፣ ስለ ጉዳይ ማስተዳደር እና ጉዳይ ማቀናጀት ከእርስዎ ጋር ለመነጋገር፣ እና ስለ ህክምና አማራጮች ከእርስዎ ጋር ለመነጋገር ልንጠቀም እንችላለን። የጤና መረጃዎን ለንግድ ተግባራቸው ሲባል ለማንኛውም ሶስተኛ-ወገን አንሸጥም፣ እርስዎ ይህንን እንድናደርግ የሚፈቅድ ፍቃድ ከፈረሙ በስተቀር።

የማረሚያ ተቋማት

እርስዎ የማረሚያ ተቋም እስረኛ ወይም የህግ አስከባሪ ባለሙያ ጥበቃ ስር ከሆኑ፣ የጤና መረጃዎን ለማረሚያ ተቋም ወይም የህግ አስከባሪ ባለስልጣን ልንሰጥ እንችላለን። የእርስዎን የጤና መረጃ ለእርስዎ ጤና እና ደህንነት፣ ለሌሎች ጤና እና ደህንነት፣ ወይም ለማረሚያ ተቋም ጥበቃ እና ደህንነት ሲባል ልንሰጥ እንችላለን።

የገንዘብ ማሰባሰቢያ ተግባራት

የጤና እንክብካቤ ተልዕኮአችንን ለመደገፍ በብዛት በጎ-ፈቃደኝነት ላይ እንደገፋለን። ስምዎን እና ሌላ የተወሰነ መረጃዎን እርስዎን ለማግኘት ልንጠቀም እንችላለን፣ የእንክብካቤ ቀንዎን፣ የታከሙበት ክፍል/መምሪያ ስም እና እርስዎን ያከመው ሃኪም ስም ጭምር፣ ለፕሮግራማችን ድጋፍ እንዲያደርጉ እድል ልንሰጥዎ እንድንችል። የገንዘብ ማሰባሰቢያ ተግባራችንን ለመቆጣጠር ከሶስተኛ-አካል ጋር፣ ጆርጅታውን ዩኒቨርሲቲን ጨምሮ፣ ልንተባበር እንችላለን። ለገንዘብ ማሰባሰብ ወይም ለበጎ አድራጎት አላማዎች እኛ ወይም ማናቸውም የእኛ ወኪሎች ካነጋገርንዎት፣ ወደፊት ከሚደረጉ ግንኙነቶች እንዴት መርጠው እንደሚወጡ የምንገባዎታል ይሆናል።

የጤና መረጃ ልውውጦች

ለህክምናዎ፣ ክፍያዎ ወይም ሌሎች የጤና እንክብካቤ አሰራሮች ዓላማዎች ሲባል ከበርካታ የጤና እንክብካቤ አቅራቢዎች ወይም ሌሎች የጤና እንክብካቤ ተቋማት መካከል የኤሌክትሮኒክ የጤና መረጃዎን ደህንነቱ በተጠበቀ መልክ ለመለዋወጥ የጤና መረጃ ልውውጦች ውስጥ ልንሳተፍ እንችላለን። እርስዎን የሚመለከት መረጃን ለህክምና፣ ክፍያ፣ የጤና እንክብካቤ አሰራሮች ወይም የጥናት ዓላማዎች በ CRISP አማካኝነት ልንጋራ እንችላለን። ይህ ማለት ስለ እርስዎ የምናገኘውን ወይም የምንፈጥረው መረጃን ከውጪ አካላት ጋር (እንደ ሆስፒታሎች፣ የሃኪም ቢሮዎች፣ ፋርማሲዎች፣ ወይም የኢንሹራንስ ኩባኒያዎች ዓይነት) ልንጋራ እንችላለን። ወይም እነሱ ስለእርስዎ የሚፈጥሩትን ወይም የሚያገኙትን መረጃ (እንደ የመድሃኒት አወሳሰድ ታሪክ፣ የህክምና ታሪክ ወይም የኢንሹራንስ መረጃ ዓይነትን) ልንቀበላቸው እንችላለን። እያንዳንዳችን የጤና እንክብካቤ አገልግሎቶችዎን የተሻለ ህክምና እና ማቀናጀትን ማቅረብ እንድንችል። በተጨማሪም፣ ማንኛውም የMedStar Health ተቋም ከጎበኙ፣ የጤና መረጃዎን ለእርስዎ እንክብካቤ ለመስጠት፣ የጤና አገልግሎቶችዎን ለማቀናጀት ወይም ለሌሎች የሚፈቀዱ ዓላማዎች ሊጠቀሙ ለሚችሉ ሌሎች የህክምና ባለሙያዎች እና ሠራተኞች የጤና መረጃ እንዲገኝ ሊደረግ ይችላል።

የ Chesapeake Regional Information System for our Patients (CRISP) (የቼሳፒክ የክልላዊ መረጃ ሥርዓት ለአጋሮቻችን) የምሳተፍባቸውን ሜሪላንድ እና ዋሽንግተን ዲሲን የሚያገለግል ክልላዊ HIE ነው። በ CRISP አማካኝነት የሚገኘውን የጤና መረጃዎ ተደራሽነትን "ለመውጣት-መምረጥ" ወይም እንዳይሰራ ልናደርግ እንችላለን በ 1-877-952-7477 በመደወል ወይም የ ለመውጣት-መምረጥ ቅጽን በመሙላት እና ለ CRISP በገስታ፣ ፋክስ ወይም በድረገጻቸው በ CrispHealth.org በማስገባት። በህግ እንደተፈቀደው፣ ከCRISP መርጠው ቢወጡ እንኳ፣ እንደ ሜሪላንድ የትዕዛዝ መድሃኒት መቆጣጠሪያ ፕሮግራም (PDMP) አካል፣ የህዝብ ጤና ሪፖርት ማድረግ እና የሚቆጣጠሩ አደገኛ እጾች መረጃ አሁንም በCRISP አማካኝነት ለአቅራቢዎች ይኖራል።

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

እንክብካቤዎ ውስጥ ወይም የእንክብካቤዎ ክፍያ ውስጥ የሚሳተፉ ግለሰቦች

የጤና መረጃዎን በእንክብካቤዎ ውስጥ ለሚሳተፉ ሰዎች፣ እንደ ቤተሰብ አባላት ወይም ጓደኞች ዓይነት፣ ልንሰጥ እንችላለን። እንዳናደርግ ከጠየቁን በስተቀር። መረጃዎን ለእንክብካቤዎ ለመክፈል ለሚያግዝ ሰው ልንሰጥ እንችላለን። መረጃዎን ለሌሎች የጤና እንክብካቤ ባለሙያዎች፣ የመንግስት ተወካዮች ወይም እንደ ቀይ-መስቀል ዓይነት ያሉ የአደጋ ጊዜ-ማገገሚያ ድርጅቶች፣ በድንገተኛ ጊዜ ወይም የአደጋ ጊዜ ማገገሚያ ሁኔታዎች ውስጥ፣ ቤተሰብዎን ወይም ጓደኞችዎን ማግኘት ወይም የአደጋ ጊዜ-ማገገሚያ ጥረቶችን ማቀናጀት እንድችሉ ልናጋራ እንችላለን።

የአካል እና ህብረ ህዋስ ልገሳ እና የንቅለ ተከላ ተግባራት

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

የታካሚ መዝገቦች

እርስዎን በስም ለሚጠይቅ ማንኛውም ሰው ለመስጠት ስምዎን፣ በተቋሙ ውስጥ ያሉበትን ቦታ እና አጠቃላይ ሁኔታዎን በመዝገብ/ዳይሬክተሪ ላይ ውስጥ እንይዛለን። ይህንን መረጃ እና የሃይማኖት ምርጫዎን ለሃይማኖት አባቶች ልንሰጥ እንችላለን፣ ስምዎን ባያውቁ እንኳ። መረጃዎን ከመዝገቡ ውጪ እንድንይዝ ሊጠይቁን ይችላሉ። ግን ካደረጉ፣ ጎብኚዎች እና የጽዳት ሰራተኞች ክፍልዎን ለማግኘት እንደሚችሉ ሊያውቁ ይገባል። መረጃዎን ከመዝገቡ ውጪ እንድንይዝ ቢጠይቁን እንኳ፣ መረጃዎን ለአደጋ ጊዜ-ማገገሚያ ጥረቶች ወይም በታወጀ የድንገተኛ ሁኔታዎች ልንጋራ እንችላለን።

የህዝብ ጤና ተግባራት

የጤና መረጃዎን ይፋዊ ተግባራቸው በሽታን፣ ጉዳትን ወይም አካል ጉዳተኝነትን መከላከል ወይም መቆጣጠር ለሚጨምር የህዝብ ጤና ወይም የህግ ባለስልጣናት ይፋ ልናደርግ እንችላለን። ለምሳሌ፣ ስለ ልደቶች፣ ሙቶች እና የተለያዩ በሽታዎችን ለመንግስት ኤጀንሲዎች የተወሰነ መረጃን ሪፖርት ማድረግ አለብን። የጤና መረጃን ስለ አሟሟት ለሚያጠኑ፣ የህክምና ተመራማሪዎች እና የቀብር ዳይሬክተሮች በህግ እንደሚፈቀደው ስራቸውን እንዲሰሩ ይፋ ልናደርግ እንችላለን። የጤና መረጃን ሰውነታችን ለመድሃኒቶች የሚሰጠውን ምላሾች፣ ከምርት ጋር የተያያዙ ችግሮችን ሪፖርት ለማድረግ ወይም የሚጠቀሙ ምርቶች ለሰዎች ለማስታወስ ልንጠቀም ወይም ይፋ ልናደርግ እንችላለን። የጤና መረጃን ለበሽታ የተጋለጠ ወይም በበሽታ ለመያዝ ወይም ለማሰራጨት አደጋ ውስጥ ያለውን ሰው ለማሳወቅ ልንጠቀም ወይም ይፋ ልናደርግ እንችላለን።

በህግ የሚጠየቁ፣ የህግ አካሄዶች፣ የጤና ቁጥጥር ተግባራት እና የህግ ማስከበር

በፌዴራል፣ ስቴት እና ሌሎች ህጎች እንደናደርግ ስንጠየቅ፣ የጤና መረጃዎን ይፋ እናደርጋለን። ለምሳሌ፣ የጥቃት ተጠቂዎችን፣ ችልተኝነት፣ የቤት ውስጥ ጥቃትን፣ እንዲሁም የተኩስ እና ሌሎች ቁስሎች ያላቸው በሽተኞችን ሪፖርት ለማድረግ ልንጠየቅ እንችላለን። የጤና መረጃዎን እንደ የፍርድ ቤት መቅረቢያ ጥሪ፣ የመገኘት ጥያቄ፣ ማዘዣ፣ ጥሪዎች፣ ወይም ሌላ ህጋዊ ሂደት ያሉ የህግ ወይም አስተዳደራዊ የችሎት ሂደቶች ውስጥ ስንታዘዝ ይፋ እናደርጋለን። የጤና መረጃን ተጠርጣሪዎችን፣ ተሰዳጆችን፣ ምስክሮችን፣ የወንጀል ጉዳተኞችን፣ ወይም የጠፉ ሰዎችን ለመለየት ወይም ያሉበትን ቦታ ለመፈለግ እንዲያግዛቸው ለህግ አስከባሪዎች ይፋ ልናደርግ እንችላለን። በወንጀል ድርጊት ሊሆን ይችላል ብለን ስለምናስብ ሞት ወይም በተቋማችን ሊከሰት ይችላል ብለን ስለምናስብ የወንጀል ድርጊት በተመለከተ የጤና መረጃን ለህግ አስከባሪ ባለስልጣን ይፋ ልናደርግ እንችላለን። የጤና መረጃን እንደ አዲት፣ ምርመራዎች፣ ቁጥጥሮች፣ እና ፈቃድ አሰጣጥ ያሉ በህግ ለተፈቀዱ ተግባራት ለጤና ተቆጣጣሪ ኤጀንሲ ይፋ ልናደርግ እንችላለን።

ጥናት

የጤና መረጃዎን ከይፋዊ የጥናት ግምገማ ቦርዶችን፣ የጥናት አቅዱን የገመገመ እና የጤና መረጃዎን ግላዊነት ለመጠበቅ ደረጃዎችን ያቋቁመው፣ በአንዱ ለጸደቀ ጥናት ልንጠቀም ወይም ይፋ ልናደርግ እንችላለን። የምርምር ፕሮጀክት ለማካሄድ እየተዘጋጀ ላለ የMedStar Health ተመራማሪ የጤና መረጃዎን ልንጠቀም ወይም ይፋ ልናደርግ እንችላለን።

ለጤና እና ደህንነት ላይ ከባድ ስጋት የሚፈጥር

ጤናዎ እና ደህንነትዎ ላይ ከባድ ስጋት የሚፈጥር፣ ወይም የህዝብ ወይም ሌላ ሰው ጤና እና ደህንነት ላይ ከባድ ስጋት የሚፈጥር አደጋን ለመከላከል አስፈላጊ ሲሆን የጤና መረጃዎን ልንጠቀም ወይም ይፋ ልናደርግ እንችላለን። የጤና መረጃን ስጋቱን ለመከላከል ወይም ለመቀነስ በተገቢነት የሚችል ሰው፣ እንደ ህግ አስከባሪዎች ወይም የመንግስት ባለስልጣናት ዓይነት ብቻ ይፋ እናደርጋለን።

ልዩ የመንግስት ተግባራት

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

የሠራተኞች ካሣ

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

የእርስዎ የመፍቀጃ ጽሁፎች

በዚህ ማስታወቂያ ውስጥ፣ ወይም እኛን የሚያስተዳድሩ ህጎች፣ ያልተካተቱ የጤና መረጃዎ አጠቃቀሞች እና ይፋ ማድረጎች በእርስዎ የጽሁፍ መፍቀጃ ብቻ ይደረጋሉ። ይህ የሚያካትተው የጤና መረጃዎን ሽያጭ፣ የጤና መረጃዎን ለገበያ ዓላማዎች መጠቀም እና የተወሰኑ የስነልቦና ህክምና ማስታወሻዎች ይፋ ማድረጎችን ነው። ፍቃድ መስጠትዎን በማንኛውም ጊዜ በጽሁፍ ሊያነሱ ይችላሉ፣ እና የጤና መረጃዎን የወደፊት አጠቃቀም እና ይፋ ማድረግን በፍቃድ መስጠትዎ ውስጥ ለተሸፈኑ ምክንያቶች እናቋርጣለን። በፈቃድዎ ቀድሞውኑ ማንኛውንም ይፋ የተደረጉትን መመለስ እንችልም፣ እና ለእርስዎ የቀረበ እንክብካቤ መዝገቦችን ለመያዝ እንጠየቃለን።

የጤና መረጃዎን በተመለከተ የግላዊነት መብቶችዎ

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

የጤና መረጃዎን የመመልከት፣ የመከለስ እና ቅጂውን የመቀበል መብት

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

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

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

የህክምና መዝገብዎን የማዘመን መብት

ከጤና መዝገብዎ ላይ አስፈላጊ የሆነ መረጃ እንደጎደለ ካሙኑ በመዝገብዎ ላይ ማሻሻያ እንድናክል የመጠየቅ መብት አለዎት። ጥያቄዎ በጽሁፍ መሆን አለበት፣ እና የጥያቄዎን ምክንያት መያዝ አለበት። ጥያቄዎን ለማቅረብ፣ እባክዎ ህክምና ያገኙበትን ተቋም ያነጋግሩ ወይም ከዚህ በታች የተዘረዘረውን የMedStar Health ግላዊነት ቢሮ ያነጋግሩ። ጥያቄዎን ለማስተናገድ ብዙውን ጊዜ በ60 ቀናት ውስጥ የምንችለውን ጥረት እናደርጋለን። ማሻሻያ የሚደረግበት መረጃ በእኛ ያልተፈጠረ ከሆነ፣ መረጃው ቀድሞውኑ ትክክለ እና የተሟላ ነው ብለን ካሰብን፣ ወይም መረጃው እርስዎ ለማየት እና ለመቅዳት በህግ የሚፈቀድልዎ መዝገብዎ ውስጥ ካልተያዘ፣ መዝገብዎ ላይ ማሻሻያ የማስደረግ ጥያቄዎን መከልከል እንችላለን። ጥያቄዎን ከከለክልን፣ ብዙውን ጊዜ በ60 ቀናት ውስጥ ማስታወቂያ ይደርስዎታል።

ያደረግናቸውን የይፋ ማድረጎች ዝርዝር የማግኘት መብት

ጥያቄዎ ከተጠየቀበት ቀን ቀደም ብሎ ባሉት ስድስት ዓመታት ውስጥ የጤና መረጃዎን ይፋ ያደረግንባቸውን ዝርዝር (ማለትም ሂሳብ አይያዝ) የመጠየቅ መብት አለዎት። ይህ ዝርዝር ለህክምና፣ ክፍያ እና የጤና እንክብካቤ አሰራሮች፣ እና የተወሰኑ ለሌሎች የይፋ ማድረግ ልዩ ሁኔታዎች ላይ የሚደረጉ ይፋ ማድረጎችን ለማካተት አይገደድም። ጥያቄዎ በጽሁፍ መሆን እና ዝርዝሩን በምን ቅጽ እንደሚፈልጉ ማሳየት አለበት (ለምሳሌ፣ በወረቀት ወይም በኤሌክትሮኒክስ)። የይፋ መደረጎችን ዝርዝር ለመጠየቅ፣ እባክዎ ህክምና ያገኙበትን ተቋም ወይም ከዚህ በታች የተዘረዘረውን የMedStar Health ግላዊነት ቢሮ ያነጋግሩ። በ 12-ወር

ጊዜ ውስጥ የመጀመሪያ የሚጠይቁት ዝርዝር በነፃ ነው። ለተጨማሪ ዝርዝሮች፣ ክፍያን ልንጠይቅ እንችላለን፣ በህግ እንደሚፈቀደው።

የተወሰኑ አጠቃቀሞች ወይም ይፋ ማድረጎች ላይ ገደብ የመጠየቅ መብት

የህክምና መረጃዎን ለህክምና፣ ክፍያ እና የጤና እንክብካቤ አሰራሮች እንዴት እንደምንጠቀም እና ይፋ እንደምናደርግ ላይ፣ እና በእንክብካቤዎ ወይም የእንክብካቤዎ ክፍያ ውስጥ የሚሳተፉ በእርስዎ የተለዩ የተወሰኑ የቤተሰብ አባላት ወይም ጓደኞች ላይ ገደብ የመጠየቅ መብት አለዎት። ጥያቄዎ በጽሁፍ መሆን አለበት እና (1) ምን መረጃ መገደብ እንደሚፈልጉ፤ (2) የእኛን አጠቃቀም፣ ይፋ ማድረግ ወይም ሁለቱን መገደብ ይፈልጉ እንደሆነ፤ እና (3) ገደቦቹ ማን ላይ ተግባራዊ እንደሚሆን መግለጽ አለበት። በአጠቃላይ፣ በጥያቄዎ እንደሚጠየቅ አንገደድም እናም መስማማት ካልቻልን እናሳውቅዎታለን። ይሁን እንጂ ጥያቄዎ መረጃዎን ለእርስዎ እና ለጤና እቅድ ወይም እርስዎን ለሚወክል ሰው ወይም በሙሉ ህክምና ወይም አገልግሎቶች ከኪስ ወጪ የሆነ ክፍያን ይፋ ማድረግን የሚመለከት ከሆነ በጥያቄዎ መስማማት አለብን።

ማስታወቂያን የመጣስ መብት

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

የታካሚ ተወካይ የመምረጥ መብት

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

ከ18 ዓመት በታች የሆኑ ልጆች፣ ወላጆች እና አሳዳጊዎች መብቶች

ይህ ማስታወቂያ ከ18 ዓመት በታች የሆኑ ልጆችንም ይመለከታል። ከ18 ዓመት በታች የሆኑ ልጆች ለህክምና መረጃቸው ተመሳሳይ የግላዊነት ጥበቃዎችን የማግኘት

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

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

የጤና መረጃዎን እንዴት እንደሚቀበሉ የመምረጥ መብት

ከእርስዎ ጋር በሆነ መንገድ፣ እንደ ፖስታ ወይም ፋክስ ዓይነት፣ ወይም በሆነ ቦታ፣ እንደ የቤት አድራሻ ወይም የፖስታ ቢሮ ሳጥን፣ እንደንጋገር የመጠየቅ መብት አለዎት። ተገቢ በሆነ ሁኔታ ከቻልን ጥያቄዎን ለማሟላት እንሞክራለን። ጥያቄዎ በጽሁፍ መሆን አለበት፣ እና እንዴት እና የት ቦታ መገናኘት እንደሚፈልጉ መለየት አለበት። ጥያቄ ለማቅረብ እባክዎ ህክምና የተቀበሉበትን ተቋም ወይም ከዚህ በታች የተዘረዘረውን የMedStar Health ግላዊነት ቢሮ ያነጋግሩ።

ከእኛ ጋር በሚስጥር የመገናኘት መብት

በደብዳቤ ወይም በሚያቀርቡት ስልክ ቁጥር ካነጋገርንዎት፣

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

የዚህ የግላዊነት ልምምዶች ማስታወቂያ ቅጂን የመውሰድ መብት

ያሁኑ ማስታወቂያችን ቅጂን በተቋማችን እና በድረገጻችን፣ MedStarHealth.org ላይ እንለጥፋለን። ያሁኑ ማስታወቂያችን ቅጂ በምዝገባ ክፍሎቻችን ወይም በጥያቄ ይገኛል። የአሁኑ ማስታወቂያችንን ቅጂ ለመጠየቅ፣ እባክዎ የMedStar Health ግላዊነት ቢሮን ያነጋግሩ ወይም ወደ 410-772-6606 ይደውሉ።

ጥያቄዎች ወይም ቅሬታዎች

የግላዊነት መብቶችዎ እንደተጣሱ ካሙ፣ መደወል ወይም ቅሬታን በጽሁፍ ለ MedStar Health የግላዊነት ቢሮ ወይም የጤና እና የሰብዓዊ አገልግሎቶች መምሪያ ማቅረብ ይችላሉ (እባክዎ የተጠሪ መረጃን ከታች ይጥቀሱ)። ስለ ግላዊነት ልምምዶችዎ ቅሬታ ካቀረቡ ምንም የበቀል እርምጃ እርስዎ ላይ እንወስድም።

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

ወይም

U.S. Department of Health and Human
Services Office for Civil Rights
200 Independence Ave., SW
Washington, DC 20201
1-877-696-6775 (ነፃ ስልክ)
[HHS.gov/OCR/Privacy/HIPAA/Complaints](https://www.hhs.gov/OCR/Privacy/HIPAA/Complaints)

ስለዚህ ማስታወቂያ ጥያቄዎች ካሉዎት ወይም የግላዊነት መብቶችዎን መለማመድ ከፈለጉ፣ እባክዎ ህክምና የወሰዱበት ተቋም ወይም የMedStar Health የግላዊነት ቢሮን ያነጋግሩ።

የግላዊነት ልምምዶች ማሳወቂያ ላይ የሚደረጉ ጽሑፎች

ይህንን ማስታወቂያ የመለወጥ መብት አለን። ዳግም የተጻፈ ማስታወቂያን ቀድሞውኑ ስለ እርስዎ ያለን የህክምና መረጃ ላይ፣ እንዲሁም ወደ ፊት የምንቀበለው ማንኛውም መረጃ ላይ ተግባራዊ የማድረግ መብት እንይዛለን። በእያንዳንዱ የMedStar Health ተቋም እና በድረገጻችን [MedStarHealth.org](https://www.MedStarHealth.org) ላይ የአሁኑን ማስታወቂያ ቅጂ የምንለጥፍ ይሆናል። በተጨማሪም በአሁኑ ጊዜ የማስታወቂያውን ቅጂ በፍጥነት እንሰጥዎታለን።

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

ተፈጻሚ የሚሆንበት ቀን፡- ኦክቶበር 1፣ 2009
መጨረሻ የተሻሻለበት ቀን፡- ኦክቶበር 30፣ 2023

የጤና ጥበቃ የሕዝብ እንባ ጠባቂ ቢሮ እና ቢል ኦፍ ራይትስ

የጤና እንክብካቤ የሕዝብ እንባ ጠባቂ ፕሮግራም የጤና እንክብካቤ አገልግሎቶችን ከእርስዎ MCP የሚቀበሉበትን health ሁኔታ በተመለከተ እዛ የሚሰጥ የኮሎምቢያ ዲስትሪክት ፕሮግራም ነው። የጤና ጥበቃ የሕዝብ እንባ ጠባቂ የሚከተሉትን አገልግሎቶች ሊሰጥ ይቻላል፡

- የመቀበል መብት ያለዎትን የጤና ጥበቃ እንክብካቤውን ማብራራት፤
- ስለ ጤና ጥበቃ ላሉዎት ጥያቄዎችና ስጋቶች ምላሽ መስጠት፤
- እንደ MCP ተመዝጋቢ የእርስዎን መብቶች እና ግዴታዎች እንዲረዱ ያግዛታል፤
- የሚያስፈልጎትን በሕክምና አስፈላጊ አገልግሎቶችን እንዲያገኙ ድጋፍ ይሰጣል፤
- ስለ ጤና ጥበቃ አገልግሎቶችዎ ጥራት ላሉዎት ጥያቄዎችና ስጋቶች ምላሽ መስጠት፤
- ከዶክተርዎ ጋር ወይም ከሌላ የጤና ጥበቃ አገልግሎት አቅራቢ ጋር ያጋጠምዎትን ችግር ለመቅረፍ ማገዝ፤
- ከእርስዎ MCP ጋር የሚኖረውን አቤቱታ እና ችግሮችን መቅረፍ ላይ ድጋፍ ይሰጣል፤
- የይግባኝ ሂደት ላይ ድጋፍ ይሰጣል፤ እና
- ለእርስዎ ፍትሃዊ የክስ ችሎት ጥያቄ ማንሳት ላይ ድጋፍ መስጠት።

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

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

ትርጓሜዎች

የቀደመ መመሪያ	የጤና እንክብካቤ ምርጫዎችን እንዲያውቁ ለማድረግ የሚፈርሙበት የተጻፈ፣ የህግ ሰነድ ነው።
ጠበቃ	የጤና እንክብካቤና ሌሎች የሚያስፈልግዎትን አገልግሎቶች እንዲያገኙ የሚያግዝዎ ሰው።
ይግባኝ	ይግባኝ ማለት MedStar Family Choice DC ለጤና እንክብካቤ አገልግሎቶች ወይም ቀድሞውኑ የወሰዱት አገልግሎቶች ክፍያን ለመከፈል በሰጠው ውሳኔ የማይስማሙ ከሆነ የሚያቀርቡት ልዩ የቅሬታ ዓይነት ነው። እየተቀበሉ ያሉትን አገልግሎቶች ሳይስማማዎት ከቀሩ ይህንን አይነት አቤቱታ ማድረግ ይችላሉ።
ቀጠሮ (Appointment)	ለጤና ጥበቃ ፍላጎትዎ እርስዎና ሃኪምዎ ለመገናኘት የሚወሰኑት የሆነ ጊዜ እና ቀን ነው።
ሥነ ባህሪያዊ ጤና	ለአዕምሮ ጤና ህመሞች (የአዕምሮ ህመሞች እና የስሜት መቃወሰን ጨምሮ) እና ለአደንዛዥ ዕፅ አጠቃቀም ችግሮች (ሱስ እና የኬሚካል ጥገኝነት ህመሞችን የሚያካትቱ) ሰፊ ትርጓሜ ያለው ቃል እንዲሁም ቃሉ አብረው የሚከሰቱ የአዕምሮ ጤና ህመሞችን እና የአደንዛዥ ዕፅ አጠቃቀም ችግሮችን (SUDDS) መከላከል እና ማከምን ያመለክታል።
የእንክብካቤ አስተዳዳሪ	ለMedStar Family Choice DC የሚሰራ ሰው ጤናማ ሆነው እንዲቆዩ የሚያስፈልግዎትን እንክብካቤ፣ ድጋፍ እና መረጃ እንዲያገኙ ይረዳዎታል።
ምርመራ	መታየት የሚለውን ይመልከቱ
ወሊድ መቆጣጠሪያ (Contraception)	ከወሊድ መቆጣጠሪያ ጋር የተያያዙ አቅርቦቶች
የሚሸፈኑ አገልግሎቶች	በአቅራቢ ሲጠናቀቅ MedStar Family Choice DC የሚከፍልባቸው የጤና እንክብካቤ አገልግሎቶች
ነጻ ማድረግ (Detoxification)	ከሰውነት ውስጥ እንደ እጾችና አልኮል የመሳሰሉ ጎጂ ነገሮች ነጻ ማድረግ።
የህመም አስተዳደር ፕሮግራም (Disease management program)	እንደ አስም፣ ከፍተኛ የደም ግፊት ወይም የአእምሮ ህመም የመሳሰሉ ስር የሰደዱ ወይም ልዩ የጤና ፍላጎቶች ያላቸውን ሰዎች አስፈላጊውን እንክብካቤ እና አገልግሎቶች የሚያግዝ ፕሮግራም ነው።
ረጅም ጊዜ የሚቆይ መሳሪያ Durable medical equipment (DME)	ሃኪምዎ የሚጠይቀው ወይም በቤትዎ እንዲጠቀሙ የሚነግርዎ ልዩ የህክምና መሳሪያ።
ድንገተኛ እንክብካቤ	ከባድ፣ አፋጣኝ፣ አንዳንድ ጊዜ ለሕይወት የሚያስጉ ሁኔታዎች ሲፈጠሩ ወዲያውኑ ማግኘት ያለብዎ ሕክምና።

ትርጓሜዎች	
የተመዝጋቢ	በMedStar Family Choice DC የአቅራቢ ኔትወርክ አማካኝነት የጤና እንክብካቤ የሚያገኝ ሰው
የተመዝጋቢ መታወቂያ ካርድ (Member identification (ID) card)	ይህ ካርድ የእርስዎ ሃኪሞች፣ ሆስፒታሎች፣ መድሃኒት መደብሮች እና ሌሎች እርስዎ የMedStar Family Choice DC አባል መሆንዎን እንዲያውቁ ያደርጋል።
ፍትሃዊ የክስ አሰማም ሂደት	ይግባኝዎን በተመለከተ በተሰጠው ውሳኔ ካልረኩ ፍትሀዊ ችሎትን ለዲሲ አስተዳደራዊ ችሎቶች ቢሮ ጥያቄ ማቅረብ ይችላሉ።
የቤተሰብ እቅድ	አገልግሎቶች የሚያካትቱት የእርግዝና ምርመራ፣ የወሊድ መቆጣጠሪያ፣ በግብረ ስጋ ግንኙነት የሚተላለፉ በሽታዎች (STIs) ምርመራና ህክምና እና የኤችአይቪ/ኤድስ ምርመራና የምክር አገልግሎቶችን ነው።
የቤተሰብና አጠቃላይ ሃኪሞች (Family and general practice doctor)	ሁሉንም ቤተሰብ ማከም የሚችል ዶክተር።
ቅሬታ (Grievance)	እርስዎ በሚያገኙት የጤና ጥበቃ እንክብካቤ ወይም የMedStar Family Choice DC በሚሰጥዎት የጤና እንክብካቤ ደስተኛ ካልሆኑ፣ ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች ቅሬታዎን ለማቅረብ መደወል ይችላሉ።
የመመሪያ መጽሐፍ	ይህ መጽሃፍ ስለ MedStar Family Choice DC እና ስለእኛ አገልግሎቶች መረጃ ይሰጥዎታል።
መስማት የተሳናቸው (Hearing impaired)	በደንብ የማይሰሙ ከሆነ ወይም ሙሉ በሙሉ መስማት የማይችሉ ከሆኑ።
ክትባት (Immunization)	በመርፌ የሚሰጥ ክትባት።
የውስጥ ደቄ ሃኪም	እድሜያቸው 14 እና ከዚያ በላይ የሆኑ አዋቂዎችና ልጆች ሃኪም።
የአስተርጓሚ አገልግሎቶች (Interpretation/translation services)	ቋንቋዎን መናገር ከሚችል ሰው ጋር መነጋገር ሲያስፈልግዎ፣ ወይም ከሃኪምዎ ወይም ከሆስፒታልዎ ጋር ለመነጋገር እገዛ ሲያስፈልግዎ ከእርስዎ የMedStar Family Choice DC የሚሰጥ እገዛ።
Mammogram (ማሞግራም)	የጡት ካንሰርዎን ለማየት የራጅ ምርመራ።
የሚተዳደር የጤና ጥበቃ እቅድ (MCP)	የጤና እንክብካቤና የጤና ነክ አገልግሎቶችን እንዲሰጥዎ የኮሎምቢያ ዲስትሪክት የሚከፈለው ድርጅት ነው።
እርግዝና (Maternity)	አንድ ሴት ከአረገዘችበት ቀን አንስቶ አራስ እስከሆነችበት ድረስ ያለው ጊዜ።

ትርጓሜዎች	
እንክብካቤ ማድረግ	አንድ ሰው በተለያዩ ሁኔታዎች ውስጥ ሆኖ የሚያስበው፣ የሚሰማው እና የሚያደርገው ነገር።
የኔትወርክ አቅራቢዎች	የአንድ የMedStar Family Choice DC አካል የሆኑና የእርስዎን ጤንነት የሚንከባከቡ ሃኪሞች፣ ነርሶች፣ ጥርስ ሃኪሞችና ሌሎች ሰዎች።
የማይሸፈኑ አገልግሎቶች	በአቅራቢ ሲጠናቀቅ MedStar Family Choice DC የማይከፍልባቸው የጤና እንክብካቤ አገልግሎቶች።
የጽንሰና የማህጸን ሃኪም (OB/GYN)	የጽንሰና የማህጸን ሃኪም፣ ነፍሰ-ጡር የምትሆንበትን ጊዜ ጨምሮ የሴትን ጤና ለመከታተል የሰለጠነ ሃኪም ነው።
ከኔትወርክ ውጪ የሆኑ አቅራቢዎች	የMedStar Family Choice DC አካል ያልሆኑ ጤናዎን የሚንከባከቡ ሃኪሞች፣ ነርሶች፣ የጥርስ ሃኪሞች እና ሌሎች ሰዎች።
መድሃኒት ቤት (Pharmacy)	መድሃኒት የሚወስዱበት ሱቅ።
የሃኪም ማነሳሻ አቅድ	የእርስዎ ሃኪም ከMedStar Family Choice DC ጋር ማንኛውም ስምምነት ካለው ይነግርዎታል።
የድህረ ወሊድ እንክብካቤ	አንዲት ሴት ልጅ ከወለደች በኋላ የሚደረግላት እንክብካቤ።
የቅድመ ወሊድ እንክብካቤ	አንዲት ነፍሰ ጡር ሴት በእርግዝናዋ ጊዜ በሙሉ የሚደረግላት እንክብካቤ።
የመድሃኒት ማዘዣ (Prescription)	ሃኪምዎ መድከኒት ያዘልዎታል፤ መድከኩን ለመምረጥ ወደ ፋርማሲው መውሰድ አለብዎት።
የበሽታ መከላከል የምክር አገልግሎት	ጤንነትዎ እንደተጠበቀ ወይም ከህመም ወይም ከጉዳት ርቀው እንዲቆዩ እንዲያግዝዎ ከአንድ ሰው ጋር ማውራት ሲፈልጉ።
ተቀዳሚ ህክምና ሰጪ (PCP)	አብዛኛውን ጊዜ የሚንከባከብዎ ሃኪም።
ቅድመ ፈቃድ	የጤና እንክብካቤ ወይም ህክምና እንዲገኙ ከMedStar Family Choice DC የሚሰጥ የጽሁፍ ፈቃድ።
የአገልግሎት ሰጪ ማውጫ	የMedStar Family Choice DC ኔትወርክ አካል የሆኑ አቅራቢዎች ዝርዝር
አገልግሎት ሰጪዎች (Providers)	ጤናዎን የሚንከባከቡ ሃኪሞች፣ ነርሶች፣ የጥርስ ሃኪሞችና ሌሎች ሰዎች።
ሪፈራል (Referral)	ዋና ሃኪምዎ ሌላ ሃኪም ጋር እንዲታዩ የጽሁፍ ማስታወሻ ሲሰጥዎ።

ትርጓሜዎች

መደበኛ እንክብካቤ	ከተቀዳሚ ሃኪምዎ ወይም ተወዳሚ ሃኪምዎ እንዲያይዎ ከላክዎ ሃኪም በመደበኝነት የሚያገኙት ህክምና። መደበኛ ህክምና መታየት፣ አካላዊ የጤና ምርመራ፣ እንዲሁም እንደ ስኳር፣ አስም እና የደም ግፊት ለመሳሰሉ የጤና ችግሮች በመደበኝነት የሚያገኙትን ህክምና ሊያካትት ይችላል።
መታየት (Screening)	ጤናማ እንደሆኑ ለማወቅ ሃኪምዎ ወይም ሌላ የጤና አገልግሎት ሰጪ የሚያደርገው ምርመራ። ይህ የመስማት ምርመራ፣ የማየት ምርመራ ወይም ልጅዎ በጤናማ ሁኔታ እያደገ/ች መሆኑ/ኗን ለማወቅ የሚደረግ ምርመራ ሊሆን ይችላል።
ራስን ሪፈር የማድረግ (Self-Referral) አገልግሎቶች	ከዋና ሃኪምዎ የጽሁፍ ማስታወሻ ወይም ሪፈራል ሳያገኙ ማግኘት የሚችሏቸው የተወሰኑ አገልግሎቶች።
አገልግሎቶች (Services)	ከሃኪምዎ ወይም ከሌላ የጤና እንክብካቤ አቅራቢዎ የሚያገኙት እንክብካቤ።
ልዩ የጤና ጥበቃ ፍላጎቶች (Special health care needs)	ለሌሎች ህጻናት እና አዋቂዎች ከሚያስፈልጋቸው የጤና እንክብካቤዎች ወይም ሌሎች ልዩ አገልግሎቶች የበለጠ ወይም በተለየ ሁኔታ የሚያስፈልጋቸው ህጻናትና አዋቂዎች።
ስፔሺያሊስት	እንደ ጆሮ፣ አፍንጫ፣ ጉሮሮ ወይም እግር ሐኪም ያለ ልዩ እንክብካቤዎችን ለመስጠት የሰለጠነ ዶክተር።
ልዩ እንክብካቤ	ልዩ አይነት የጤና እንክብካቤ እንድትሰጥ በሰለጠነ ሃኪም ወይም ነርስ የሚሰጥ የጤና እንክብካቤ።
የማምከን ህክምና	ለወደፊት ልጅ መውለድ የማይፈልጉ ከሆነ የሚሰጥ ህክምና።
የአደንዛዥ ዕፅ አጠቃቀም ችግር (SUD)	ከአልኮል እና አደንዛዥ ዕፅ አጠቃቀም የተነሳ ችግር ላይ ያለ ታካሚ አስተዳደር እና ህክምና፣ በዚያ አጠቃቀም ምክንያት እንደተከሰተ የተለየ ህመም።
የትራንስፖርት አገልግሎቶች	ቀጠሮዎን ለማግኘት ከMedStar Family Choice DC የሚያገኙት እርዳታ። የሚያገኙት የትራንስፖርት አይነት በህክምና ፍላጎትዎ ላይ ይመሰረታል።
ሕክምና	ከሃኪም የሚያገኙት እንክብካቤ።
አስቸኳይ እንክብካቤ	አሁኑኑ መሆን የሌለበት ነገር ግን በ 24 ሰዓት ውስጥ ማግኘት ያለብዎት ህክምና።
ማየት የተሳነው	በደንብ ማየት የማይችሉ ወይም ሙሉ በሙሉ ማየት የማይችሉ ከሆኑ።

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

[illegible]



MedStar Family Choice

DISTRICT OF COLUMBIA

የተመዝጋቢ አገልግሎቶች

3007 Tilden Street, NW, POD 3N

Washington, DC 20008

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

MedStarFamilyChoiceDC.com

