MedStar Family Choice

DISTRICT OF COLUMBIA

# የተመዝጋቢ
# የዜና መጽሔት

ክረምት 2025

## በዚህ እትም


መልእክት ከ ዶ/ር ካርይን ዊልስ.................................2

የእኛ የማህበረሰብ ደህንነት ማዕከል (Community Wellness Center) ክፍት ነው!.......3

ስለ ባህሪ ጤንነት እንነጋገር......................................3

የእኛ የጤና እና ደህንነት ፖርታል ..................................5

ጠቃሚ መረጃ ለማግኘት ድረ-ገጻችንን ይጎብኙ..............5

በእኛ ድረ-ገጽ ላይ አቅራቢ ማግኘት ቀላል ነው................7

የተመዝጋቢ መብቶችዎን እና ግዴታዎችዎን ይገንዘቡ.......8

ለድንገተኛ ሁኔታ እርዳታ ማግኘት የሚችሉባቸው አማራጮች ....................................................... 10

የልዩ ሙያተኛ ሪፈራል እንዴት እንደሚያገኙ ይገንዘቡ ..... 10

ወደ ልዩ ሞያተኛ (ስፔሺያሊስት) እንዴት ሪፈራል ማግኘት እንደሚቻል መረዳት ................................ 11

የጉዳይ አስተዳደር (Case Management) ፕሮግራሞች ለተመዝጋቢዎች ይገኛሉ ......................... 11

ስለተመዝጋቢ የቅሬታ እና የይግባኝ ሂደቶች የበለጠ ይወቁ ....................................................... 12

የማስተርጎም እና የትርጉም አገልግሎቶች ነጻ ናቸው.....13

የተገዢነት መሰረት............................................... 13

በድረ-ገጻችን ላይ የተፈቀዱ መድሃኒቶች ዝርዝር ይገኛል ....................................................... 14

ሊወልዱ ላሉ እና ድህረ ወሊድ እናቶች ድረ ገጽ!........... 15



ይህ ፕሮግራም በኮሎምቢያ ዲስትሪክት መንግስት የጤና እንክብካቤ ፋይናንስ (Government of the District of Columbia Department of Health Care Finance) ለእርስዎ ቀርቧል።

GOVERNMENT OF THE DISTRICT OF COLUMBIA
MURIEL BOWSER, MAYOR

MFCDC 022025

# መልእክት ከ ዶ/ር ካርይን ዊልስ

ከ ዶ/ር ካርይን ዊልስ

ለ MedStar Family Choice District of Columbia መልካም አዲስ አመት! ከእኛ ጋር በመሆናችሁ በጣም ደስተኛ ነን። ለእቅዳችን አዲስ ከሆኑ፣ እንኳን በደህና መጡ!

ወደ 2025 በምንሸጋገርበት ጊዜ ጤናን ለማሻሻል ግቦችን ለማውጣት በጣም ጥሩ ጊዜ ነው። በዚህ አመት MedStar Family Choice DC የጤና ውጤቶችን ለማሻሻል፣ የተመዝጋቢ ተሳትፎ በማሳደግ እና የጤና ልዩነቶችን በመፍታት ላይ ያተኩራል። እንዚህ ግቦች ላይ ማተኮር የተመዝጋቢዎችን ጤንነት በቀጥታ እንደሚረዳ እናውቃለን። በተጨማሪ ሁሉም ሰው የሚገባውን ጥራት ያለው እንክብካቤ እንዲያገኙ ያደርጋል።

ጤንነትዎ ላይ ተጽዕኖ የሚይመጡ አንዳንድ የጤና ግቦች እንዚህ ናቸው። ተከላካይ ህክምና፣ ሥር የሰደደ በሽታን መቆጣጠር እና የክትትል ህክማና ላይ በማተኮር፤ በእነዚህ ዋና ጉዳዮች ላይ የጤና መሻሻል ሊኖር ይችላል፦

**አመታዊ የጤና ጉብኝቶች**፦ የጤና ፍተሻ ማድረግ የጤና ችግሮችን በጊዜ ለማግኘት ይረዳል

**ካንሰር ምርመራዎች**፦ ምርመራዎች የማህጸንን፣ የጡት እና የኮሎሬክታል ካንሰርን በጊዜ እንዲታወቁ ማድረግ ይችላል፤ ይህም ቶሎ ህክምና እንዲደረግ እና የተሻለ ውጤት እንዲኖር ያደርጋል።

**የወሊድ እንክብካቤ**:- እርጉዝ ለሆኑ ግለሰቦች ወቅታዊ ጉብኝቶች ጤናማ እርግዝና እንዲኖር ሁኔታን ያመቻቻሉ።

**የስኳር በሽታ እንክብካቤ**:- ምርመራዎች፣ የአይን ምርመራ እና ደም ግፊት ቁጥጥር ለስኳር ህመምተኞች በሽታውን እንዲቆጣጠሩ ይረዳል።

ቡድናችን ለጥያቄዎችዎ መልስ ለመስጠት፣ በቀጠሮዎችዎ እርስዎን ለመርዳት እና የእርስዎን የጤና እንክብካቤ ፍላጎቶች ለመደገፍ ሁልጊዜም ዝግጁ ነው። እርዳታ ከፈለጉ የተመዝጋቢ አገልግሎትን በ **888-404-3549** ይደውሉ ወይም እዚህ 3924 Minnesota Avenue NE in Ward 7 በሚገኘው የአዲሱ የማህበረሰብ ደህንነት ማዕከል (Community Wellness Center) ይምጡ። በተጨማሪም ድረ-ገጻችንን በ **MedStarFamilyChoiceDC.com** መጎብኘት ይችላሉ። ከእርስዎ መስማት እንፈልጋለን እና ሃሳብዎን እና አስተያየቶን እናከብራለን።

ጤናማና ደህና ይሁኑ፣

ካሪን ዊልስ፣ MD፣ ዋና የህክምና ባለስልጣን
MedStar Family Choice

# የእኛ የማህበረሰብ ደህንነት ማዕከል (Community Wellness Center) ክፍት ነው!

አዲሱ የማህበረሰብ ደህንነት ማዕከል (Community Wellness Center) ተመዝጋቢዎች በጤና ዝግጅቶች፣ ክፍሎች እና እንቅስቃሴዎች ላይ እንዲሳተፉ አስደሳች ቦታዎችን ያቀርባል። እንዲሁም ከ MedStar Family Choice DC ሰራተኞች እንዚህን ጨምሮ የሩቅ ደራሽ አስተባብሪዎች፣ የጉዳይ አስተዳዳሪዎችን እና የማህበራዊ ሰራተኞች ጋር ፍላጎቶችን ለማሞላት እና ግብዓቶችን ለመጋራት የሚገናኙበት ቦታ ነው። የበለጠ ለማወቅ፤ በአካል ይምጡ ወይም ድህረ ገጻችንን በዚህ **MedStarFamilyChoiceDC.com/Enrollees/General-Benefits/Community-Wellness-Center** ይጎብኙ።

**New Community Wellness Center now open!**

We're excited to announce the opening of our new Community Wellness Center, located at **3924 Minnesota Avenue NE in Ward 7**.

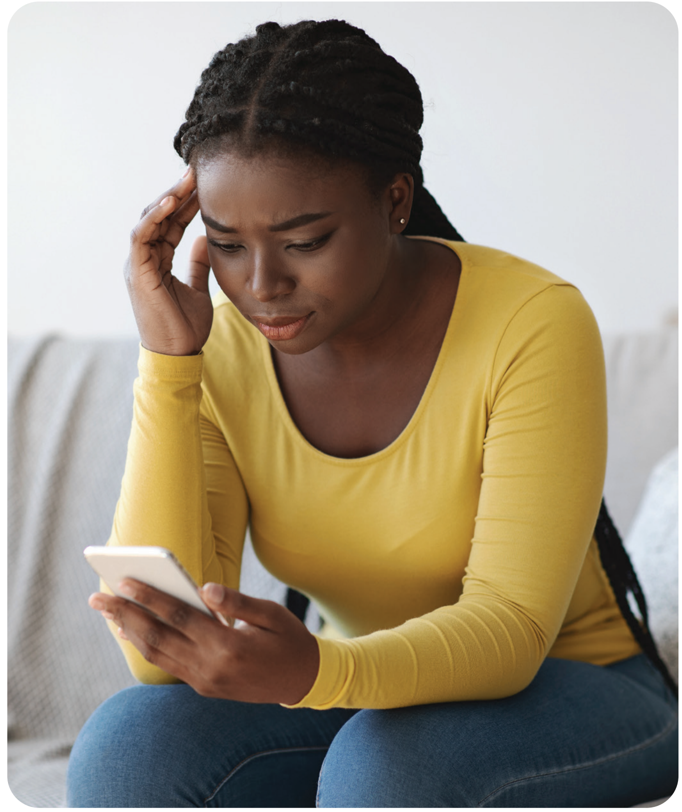
# ስለ ባህሪ ጤንነት እንነጋገር

## ርዕሰ ጉዳይ፦ ማህበራዊ ሚዲያ እና የአዕምሮ ጤና

ማህበራዊ ሚዲያ ሰዎች የሚገናኙበትን፣ መርጃ የሚጋሩበትን እና የሚቀበሉበትን መንገድ ቀይሯል። ማህበራዊ ሚዲያ ሰዎች እንዲገናኙ፣ ራሳቸውን እንዲገልጹ እና ግብአት እና ድጋፍ እንዲያገኙ ሊረዳቸው ይችላል። ነገር ግን ከልክ በላይ ወይም በማይጠቅም መንገድ ጥቅም ላይ ሲውል ለአእምሮ ጤንነት መዛባት አስተዋጽኦ ያደርጋል። ይህም በተለይ ለታዳጊዎች እውነት ነው፤ ያሉበት የእድገት ደረጃ ለማህበረዊ ሚዲያ ተጽዕኖ ተጋላጭ ስለሚያደርጋቸው ነው።

የማህበራዊ ሚዲያ ድረ-ገጾች የተሰሩት መጠቀም እንዲያበረታታ ተደርጎ ነው፤ ይህም ከልክ በላይ የስክሪን ጊዜ እንዲኖር ያደረጋል። ጥናቶች እንዳሳዩት ከፍተኛ መጠን ያለው የስክሪን ጊዜ ከጭንቀት እና ከድባቴ መጨመር ጋር የተያያዘ ነው። ከመጠን በላይ የስክሪን ጊዜ በተጨማሪ፤ ማህበራዊ ሚዲያ የማህበረሰብ ንጽጽር እንዲኖር ያበረታታል፤ ይህም አንድ ሰው ራሱን ኦንላይን ከሚያየው ምስል ጋር ሲያወዳድር ነው። በተለይም ታዳጊ ወጣቶች በእኩዮቻቸውን አስተያየት ቶሎ ስሜታዊ ስለሚሆኑ፤ ራሳቸውን ከሌሎች "ፍጹም" ሕይወት ጋር በማወዳደር የቅናት ስሜት እንዲሰማቸው ወይም ለራሳቸው ዝቅ ያለ ግምት እንዲሰጡ ሊያደርግ ይችላል። ማህበራዊ ሚዲያ ስለ ሰውነታችን ያለንን ምልከታ ላይ አሉታዊ ተጽዕኖ ያሳድራል፤ ይህም እንዲያምር ተስተካክለው የቀረቡ ፎቶዎችን ተመልካቾች ስለሚያዩ፤ተጨባጭ ያልሆኑ መለኪያዎችን እንዲኖሩ ያደርጋል። በዚህ መንገድ ማህበራዊ ሚዲያ በራስ የመተማመን ስሜት መቀነስ እና ጤናማ ያልሆነ የአመጋገብ ልማዶች እንዲሁም የአመጋገብ መዛባት ጋር ተዛማችነት አለው።

እነዚህ አደጋዎች ቢኖሩም፤ ማህበራዊ ሚዲያ በአዕምሮ ጤና ላይ አዎንታዊ ተጽእኖ ሊኖረው ይችላል። ራስን መግለጫ ቦታ፣ ከደጋፊ ማህበረሰቦች ጋር የሚገናኙበት መንገድ ያቀርባል እና ሰዎች ብቸኝነት እንዳይሰማቸው እና የበለጠ እንዲረዳቸው ያስችላል። ማህበራዊ ሚዲያ ግንዛቤን ለመጨምር፣ ጥሬ ዕቃዎችን ለማቅረብ እና በችግር ጊዜ የእውነተኛ ጊዜ ድጋፍ ለመስጠት መሳሪያ ሊሆን ይችላል። ስለ ማህበራዊ ሚዲያ አጠቃቀም ስናስብ በተለይም ስለ ታዳጊዎች አጠቃቀም፤ ጉዳቱን ለመቀነስ ብዙ መንገዶች አሉ።



- የስክሪን ጊዜን መገደብ፤ ይህም ለምን ያህል ጊዜ እና የት መጠቀም እንደሚችሉ ገደቦችን ማስቀመጥ።
- ስለሚታየው ነገር ግልጽ የሆነ ውይይት እንዲኖር ያበረታቱ፤ ይህም ተጨባጭነት ስለሌለው ወይም ጎጂ ስለሆነ ይዘት ግንዛቤን ለማሳደግ ይረዳል። በአዕምሮ ጤና ላይ ስለሚያመጡት አሉታዊ ጉዳቶች ይነጋገሩ።
- አዎንታዊ ማህበረሰብን እና በራስ መተማመንን ከሚገነቡ አካውንቶች ወይም መግለጫዎች ጋር እንዲገናኙ ይደግፉ። የትኞቹ ይዘቶች ጥሩ ስሜት እንደሚፈጥሩ እና ለምን እንደሆነ ይነጋገሩ።
- በአካል የሚደረጉ ተግባሮችን እና ኦንላይን ሳይሆኑ ጊዜ እንዲያሳልፉ ያበረታቱ። ከስክሪኖች እርቀው በትርፍ ጊዜ ማሳለፊያዎች እና ከጓደኞች እና ቤተሰብ ጋር ጊዜ እንዲያሳልፉ ያሳስቡ።
- በተለይ በልጆች እና በታዳጊዎች ፊት ጤናማ የሆነ የማህበራዊ ሚዲያ አጠቃቀም እና የተወሰነ የስክሪን ጊዜ እንዲኖር ያድርጉ።
- በፕላትፎርሙ ውስጥ ያሉ የደህንነት ባህሪያት ይጠቀሙ፤ ይህም የስክሪን ጊዜዎ እንዲቀንስ የሚረዱ እና ጎጂ ወይም የዕድሜ አግባብ ያልሆነ ይዘትን የሚያግዱ ናቸው።

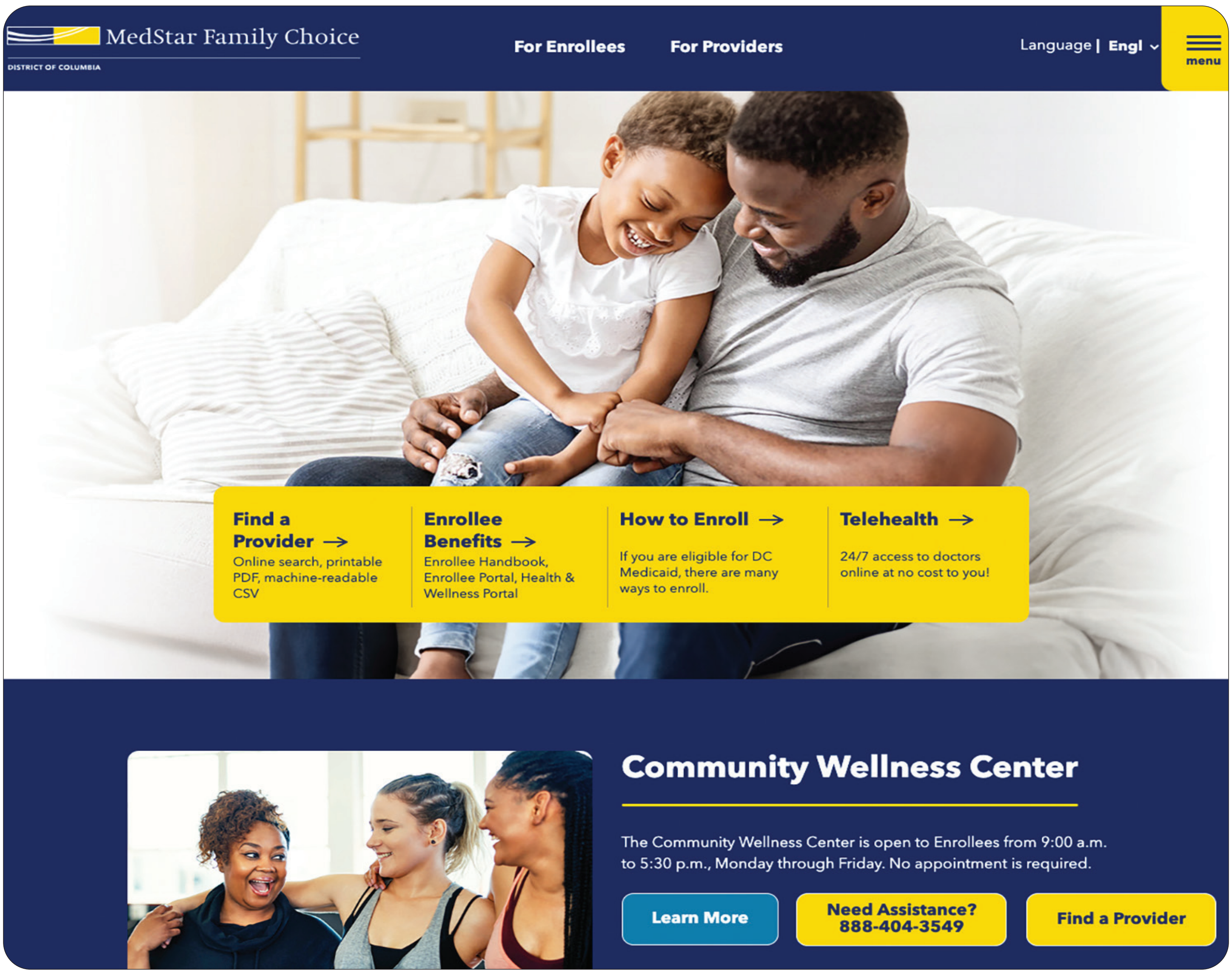
ግለሰቦች፣ ቤተሰቦች እና ጓደኞች በአንድነት ስለ ማህበራዊ ሚዲያ አጠቃቀም ግልጽ የሆነ ውይይት ማድረግ ይችላሉ፤ ይህም የተመጣጠነ፣ የማይጎዳ እና ጠቃሚ መሆኑን ለማረጋገጥ ነው። ስለ ማህበራዊ ሚዲያ አጠቃቀሞ ወይም በአዕምሮ ጤናዎ ላይ ስላለው ጉዳት ካሳሰብዎ ለተጨማሪ ምርመራ እና ድጋፍ የሚያመለክቶትን የእርስዎን ህክምና ሰጪ አካልን ያናግሩ።

በአጠቃላይ የአዕምሮ ጤና ድጋፍ እየፈልጉ ከሆነ እርዳታ አለ። እባክዎ ለ MedStar Family Choice DC የነርስ እገዛ መስመር በ **855-798-3540** ወይም ለዲሲ የባህሪ ጤና መዳረሻ መምሪያ የስልክ መስመር በ **888-793-4357**፣ በቀን 24 ሰዓት፣ በሳምንት 7 ቀናት ይደውሉ። ራስዎን ወይም ሌሎችን የመጉዳት አስቸኳይ አደጋ ላይ እንዳሉ የሚያምኑ ከሆነ፣ ወደ 911 ይደውሉ ወይም በአቅራቢያዎ ወደሚገኝ የድንገተኛ ህክምና ክፍል ይሂዱ።

# የእኛ የጤና እና ደህንነት ፖርታል ወደ ተሻለ የጤና መንገድ ይመራል።

የገንዘብ፣ የአካል፣ የአዕምሮ እና የስሜት ጤንነትን ጨምሮ በእያንዳንዱ የደህንነት ዘርፍ እርስዎን ለመደገፍ እንደ ቪዲዮዎች፣ መጣጥፎች እና ሌሎች መሳሪያዎች ስላሉ ይደሰቱ። ለበለጠ መረጃ እና አካውንትዎን ለማስተካከል፣ **MedStarFamilyChoiceDC.com/Enrollees/General-Benefits** ን ይጎብኙ። ወደ ተሻለ ጤና መንገድዎን ዛሬ ይጀምሩ።

# ጠቃሚ መረጃ ለማግኘት ድረ-ገጾችን ይጎብኙ



## የድረ-ገጽ ባህሪያት

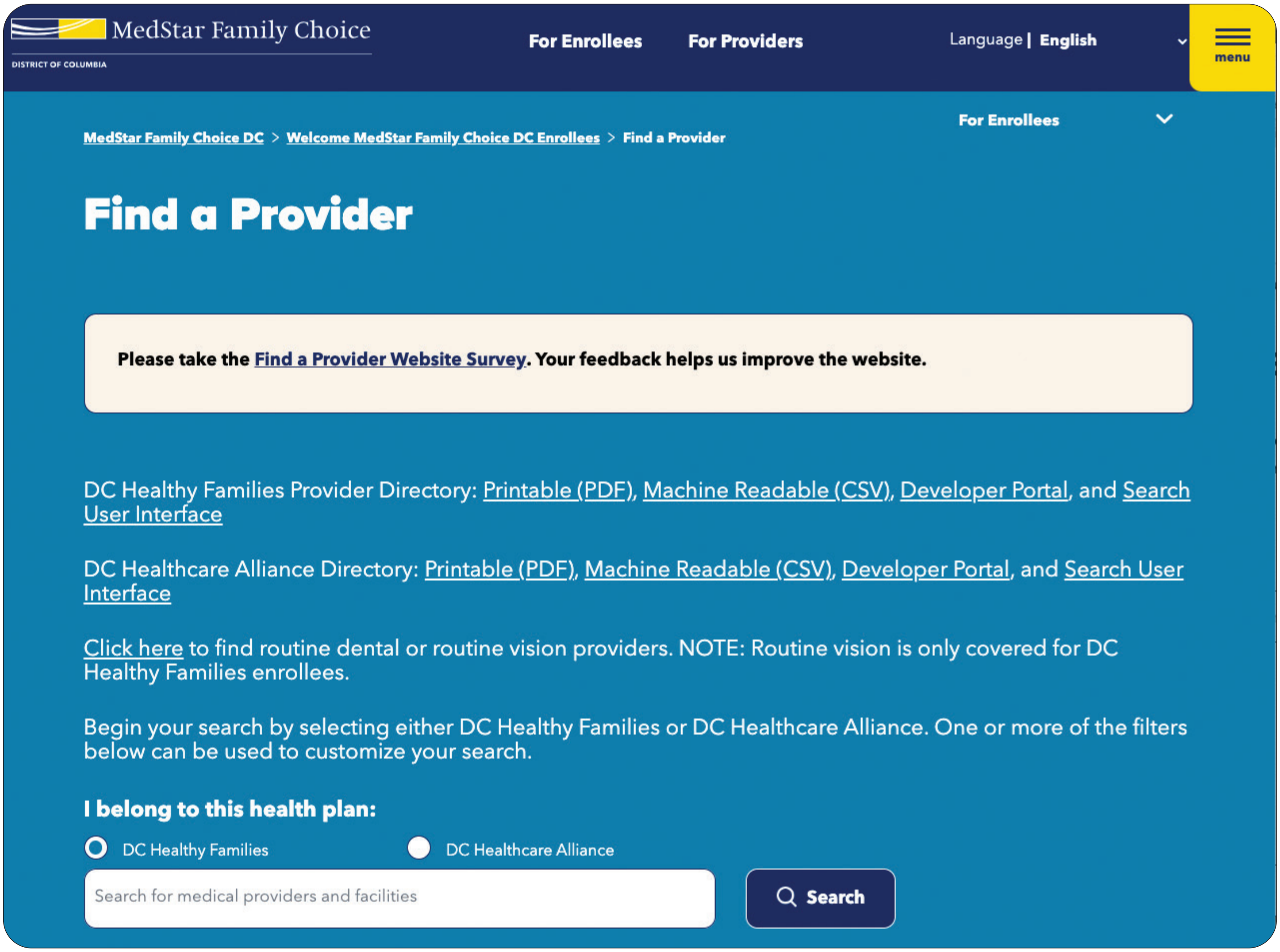
ድረ-ገጻችንን በመደበኛነት የምናዘምን ሲሆን ለእርስዎ በጣም አስፈላጊ የሆነውን መረጃ እንዲያገኙ እና እንዲጠቀሙ ለማድረግ ቀላል ተደርጓል። ከታች ለተዘረዘሩት ዕቃዎች **MedStarFamilyChoiceDC.com** ን ይጎብኙ፣ ከእነዚህ ርዕሶች ጥቂቶቹ በተመዝጋቢ መመሪያ መጽሃፍ እና በድረ-ገጽ ላይ በተለጠፉት በሐኪም የታዘዙ መድሃኒቶች መመሪያ ውስጥ ይገኛሉ፡-

- የይግባኝ ሂደት
- የባሕሪ ጤና አገልግሎቶች
- ጥቅማጥቅሞችዎን እንደገና ያረጋግጡ
- ለተሸፈነ አገልግሎት ሂሳብ መክፈል
- እንክብካቤ ማስተባበር (Care Coordination) እና የጉዳይ አስተዳደር (Case Management)
- ግንኙነቶች
- የጋራ ክፍዮች
- የሚሸፈኑ አገልግሎቶች
- የተመዝጋቢ መመሪያ መጽሐፍ
- የተመዝጋቢ መጽሔት
- የተመዝጋቢ ፖርታል (ዶክተር ይቀይሩ፣ የመታወቂያ ካርድ ይጠይቁ፣ የይገባኛል ጥያቄዎችን እና ፈቃዶችን ይመልከቱ)
- የተመዝጋቢ መብቶች እና ግዴታዎች
- አቅራቢ ይፈልጉ (መፈለግ የሚችል የአቅራቢ መዝገብ)
- ማጭበርበር፣ ማባከን፣ እና አላግባብ መጠቀም
- የጤና እና ደህንነት መግቢያ
- የጤና ትምህርት ክፍለ ጊዜ መርሃ ግብር
- የቀዶ ጥገና ሰዓታት እና የስራ-ሰዓት በኋላ መመሪያዎች
- የአስተርጓሚ እና የትርጉም አገልግሎቶች
- የመድሃኒት ዝርዝር (ፎርሙላር)
- MedStar ኢ ጉብኝት (eVisit) - ቴሌ ጤና (Telehealth)
- የአዲስ ቴክኖሎጂ ፖሊሲዎች
- የግላዊነት ተግባራት ማሳወቂያ
- ከአገልግሎት-ውጪ አካባቢ ሽፋን
- የማዳረሻ ፕሮግራም
- የፋርማሲ (መድሃኒት ቤት) ፕሮቶኮሎች እና አካሄዶች
- የመከላከያ እንክብካቤ ፕሮግራሞች
- ልዩ እንክብካቢ እና ሆስፒታሎች
- የትራንስፖርት መመሪያዎች
- የጤንነት ሽልማቶች

እነዚህ ሰነዶች እርስዎ ምንም ወጪ ሳያወጡ ታትመው ለመላክ ዝግጁ ናቸው። እቃው በተጠየቀ በአምስት የስራ ቀናት ውስጥ ይቀርባል። ኢንተርኔት ከሌሎት፣ እባክዎ የተመዝጋቢ አገልግሎቶችን ጋር በ **888-404-3549** ይደውሉ። በተጨማሪ ጥያቄዎን በፖስታ ለኛ መላክ ይችላሉ በ፣

ሜድስታር ፋሚሊ ቾይስ ኮሎምቢያ ዲስትሪክት
ተመዝጋቢ አገልግሎቶች
3007 Tilden St., NW, POD 3N
Washington, DC 20008

# በእኛ ድረ-ገጽ ላይ አቅራቢ ማግኘት ቀላል ነው




የ MedStar Family Choice District of Columbia ተመዝጋቢ እንደመሆንዎ መጠን፣ በምዝገባ ወቅት ካልመረጡ ዋና እንክብካቤ አቅራቢ ይመደብልዎታል። እኛ የመረጥነውን PCP ካልወደዱት፣ የራስዎን PCP መቀየር ይችላሉ።

በድረገጻችን ላይ በቀላሉ አቅራቢ እንዲያገኙ አድርገናል። የአቅራቢውን የመስመር ላይ ማውጫ አግኝ የሚለውን መፈለግ እና ለፍለጋዎ እንዲረዳዎ በምድቦች ማጥበብ ይችላሉ። ሀኪምን በስም፣ በሆስፒታል ትስስር፣ ጾታ፣ ቋንቋ፣ ልዩ ሙያ፣ ከተማ፣ ወይም ከቤትዎ ባለው ርቀት ይምረጡ። በተጨማሪ የኛ ኦንላይን ማውጫ የአቅራቢ መረጃን፣ እንደ የቢሮ አድራሻ፣ ስልክ ቁጥር፣ ብቃቶች እና የምስክር ወረቀቶች፣ ትምህርት፣ እና የሥራ ሰዓታትን የመሳሰሉ መረጃዎችን ይዟል።

ስለ አቅራቢው መረጃ ማግኘት ከፈለጉ፣ ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች በ **888-404-3549** ይደውሉ ወይም አቅራቢ ፈልግ ገጽን በድረ-ገጻችን ላይ **MedStarFamilyChoiceDC.com/Enrollees/Find-a- Provider** ያግኙ። እንዲሁም የሚፈልጉትን የ PCP ስም የያዘ ደህንነቱ የተጠበቀ መልዕክት ለመላክ የተመዝጋቢ ፖርታልን መጎብኘት ይችላሉ። የተመዝጋቢውን ፖርታል ለማግኘት **MedStarFamilyChoiceDC.com/Enrollees/General-Benefits** ላይ የእኛን ድረ-ገጽ ይጎብኙ።

# የተመዝጋቢ መብቶችዎን እና ግዴታዎችዎን ይገንዘቡ

የ MedStar Family Choice District of Columbia ተመዝጋቢ እንደመሆንዎ፣ የሚከተሉት መብት አለዎት፦

- ከሃኪሞችዎ እና ከሌሎች አገልግሎት ሰጪዎችዎ ጋር ሲነጋገሩ ሚስጥራዊ መሆኑን ማወቅ።
- ህመም ወይም ህክምና በሚረዱት ቋንቋ እንዲብራራልዎ የመጠየቅ።
- ሕክምናውን ያለመቀበል መብትዎን ጨምሮ፣ የጤና እንክብካቤዎ በሚመለከት 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 ብቀላ 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 ጊዜውን በጠበቀ ሁኔታ መቀበል።
- ብቁ PCP/PDP ከ MedStar Family Choice DC አውታረ መረብ መምረጥ እና የእርስዎን PCP/PDP መቀየር።
- ስላገኙት እንክብካቤ ወይም አገልግሎቶች ቅሬታ ማቅረብ እና መልስ ማግኘት።
- MedStar Family Choice DC አገልግሎትን ወይም ዕቃን መከልከሉ፣ መቀነሱ ወይም ማቆሙ ትክክል አልነበረም ብለው ካመኑ ይግባኝ ወይም ፍትሃዊ የችሎት ሂደት መጠየቅ።
- ከፈለጉት የአገልግሎት ሰጪ አካል የቤተሰብ ምጣኔ አገልግሎቶችን እና ግብዓቶችን መቀበል።

- ያለ አስፈላጊ መዘግየት የህክምና እንክብካቤ ማግኘት።
- በኔትወርክ ውስጥ ካለ ብቁ የጤና ጥበቃ ባለሞያ ሁለተኛ አስተያየት ማግኘት፣ ወይም፣ አስፈላጊ ከሆነ፣ ለእርስዎ ያለምንም ወጪ ከኔትወርክ ውጪ ካለ ማግኘት።
- ስለ የላቁ መመሪያዎች መረጃ ማግኘት እና ማንኛውም ህይወት አድን ህክምናዎችን ላለማግኘት ወይም ላለመቀጠል መምረጥ።
- የ MedStar Family Choice DC የተመዝጋቢ መመሪያ መጽሐፍ እና/ወይም የአቅራቢ ማውጫ ቅጂ ማግኘት።
- አዲስ የህክምና ዕቅድ እስከሚኖርዎ ድረስ እየተደረገልዎት 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 የሚመለከት የዳሰሳ ጥናት ማጠቃለያዎችን ማግኘት።
- በሃኪም ለታዘዙ መድሃኒቶች የ MedStar Family Choice DC ን "በተጻፈው መሰረት መስጠት" (Dispense as Written) የሚል ፖሊሲን መቀበል።
- ሽፋን ያላቸውን ሁሉንም መድሃኒቶች ማግኘት።
- የእርስዎን ክብር እና የግላዊነት መብትዎን በጠበቀ መልኩ በክብር በአግባቡ መስተናገድ።

የ MedStar Family Choice District of Columbia ተመዝጋቢ እንደመሆንዎ፣ የሚከተሉት ሃላፊነት አለብዎት፦

- እንክብካቤ የሚያደርግልዎትን ሰዎች ክብር እና ሞገስ መጠበቅ።
- የዲሲ በ Medicaid የሚመራ እንክብካቤ ፕሮግራም እና MedStar Family Choice DC ህጎችን መከተል።
- ከሃኪሞችዎ እና ሌሎች አገልግሎት ሰጪዎች የሚያገኙትን መመሪያዎች ማክበር።
- የተያዙ ቀጠሮዎች ላይ መገኘት።
- ቀጠሮዎን መሰረዝ ካለብዎ ለሃኪምዎ ቢያንስ ከ24 ሰዓት በፊት ማሳወቅ አለብዎ።
- የሃኪምዎን መመሪያ ካልተረዱ ተጨማሪ ማብራሪያ መጠየቅ።
- ድንገተኛ ህመም ካጋጠምዎ ወደ ድንገተኛ ክፍል መሄድ።
- ጤናዎን የሚጎዱ የህክምና ወይም የግል ችግሮችን ለእርስዎ PCP/PDP መንገር።
- እርስዎ ወይም የቤተሰብ ተመዝጋቢ ሌላ የጤና መድን ካላ ወይም የአድራሻ ወይም የስልክ ቁጥር ለውጥ ካለ ለኢኮኖሚ ደህንነት አስተዳደር (Economic Security Administration) (ESA) እና ለ MedStar Family Choice DC ሪፖርት ማድረግ።
- በቤተሰብዎ ውስጥ ለውጥ ካለ (ማለትም፣ ሞቶች፣ ውልደቶች፣ወዘተ) ለኢኮኖሚ ደህንነት አስተዳደር (Economic Security Administration) (ESA) እና MedStar Family Choice DC ሪፖርት ማድረግ።
- የጤና ችግርዎን ለመረዳት መሞከር እና የህክምና ግቦችን ማሻሻል ላይ መሳተፍ።
- የ እርስዎን ዶክተር የህክምና መረጃዎን ከዚህ በፊት ሲከታተሉበት ከነበሩበት የአገልግሎት ሰጪዎች እንዲያገኝ መርዳት።
- በአደጋ ወይም በስራ ምክንያት ጉዳት ከደረሰብዎት ለ MedStar Family Choice DC መንገር።

# ለድንገተኛ ሁኔታ እርዳታ ማግኘት የሚችሉባቸው አማራጮች

የትኛው ድንገተኛ እንደሆነ እና እንዳልሆነ ለማወቅ ከባድ ሊሆን እንደሚችል እንረዳለን። የህክምና ድንገተኛ ሁኔታ እያጋጠመዎ መሆኑን እርግጠኛ ካልሆኑ፣ ለእርዳታ የነርስ የምክር መስመር ጋር በ **855-798-3540** ይደውሉ የነርስ የእገዛ መስመር ለእንክብካቤዎ መሄድ ያለብዎትን ቦታ እንዲወስኑ ሊረዳዎ ይችላል። ብዙ የእንክብካቤ አማራጮች አሉ።

የተመደበልዎን የ MedStar Family Choice የዲሲ ዋና እንክብካቤ አቅራቢን ሊያማክሩ ይገባል። ብዙ አቅራቢዎች በዲስትሪክቱ ውስጥ በየአስቸኳይ እንክብካቤ መስጫ ተቋማት ይሰራሉ። እንዲሁም እኛ የMedStar eVisit እናቀርባለን ይህም በታብሌትዎ፣ ስማርትፎንዎ ወይም ኮምፒተርዎ ከታማኝ አቅራቢዎች የ24/7 ቪዲዮዎችን እንዲያገኙ ያስችልዎታል። የበለጠ ለመማር ወይም ለመመዝገብ፣ እባክዎ **MedStarFamilyChoiceDC.com/Enrollees/eVisit** ን ይጎብኙ።

ለከባድ፣ ድንገተኛ አደጋ ወይም በሽታ አስቸኳይ ህክምና ሲያስፈግልዎ የድንገተኛ ክፍል (Emergency Department) ጋር መሄድ አለብዎ። ለሕይወት አስጊ የሆነ፣ ድንገተኛ ሕመም ወይም ጉዳት ከሌለብዎ፣ ከፍተኛ ሥራ ባለበት ወቅት በድንገተኛ ክፍል ውስጥ ለመታከም ለበርካታ ሰዓታት ሊጠብቁ የሚችሉ ሲሆን ይህም እንደ COVID-19 ለመሳሰሉ ሌሎች በሽታዎች እንዲጋለጡ ሊያደረግዎ ይችላል። የእርስዎን PCP ያማክሩ።

ለሕይወት አስጊ የሆነ ድንገተኛ ወይም ድንገተኛ ሕመም ወደ 911 ይደውሉ ወይም በቀጥታ ወደ ድንገተኛ ክፍል ይሂዱ።

# ከኔትወርክ-ውጪ የሚሰጡ አገልግሎቶች እንዴት ይጠየቃሉ

MedStar Family Choice DC አስፈላጊ እና ሽፋን ያለውን አገልግሎት በአውታረ መረቡ ውስጥ ላለ ተመዝጋቢ ማቅረብ ካልቻለ፣ እቅዱ አገልግሎቱ ከአውታረ መረብ ውጪ እንዲሰጥ ሊፈቅድ ይችላል። ይህ እንዲሆን፣ አቅራቢው ጥያቄውን ወደ MedStar Family Choice DC የቅድመ-ፈቃድ መምሪያ እንዲያፀድቁ በ 202-243-6258 ፋክስ ማድረግ አለበት። MedStar Family Choice DC ሁሉንም ጥያቄዎች ይገመግማል። ከአውታረ መረብ ውጪ አገልግሎቶች ለተፈቀደላቸው ጉዳዮች፣ ተመዝጋቢው ለአገልግሎቶች የገንዘብ ወጪ ተጠያቂ አይሆንም።

# የልዩ ሙያተኛ ሪፈራል እንዴት እንደሚያገኙ ይገንዘቡ

ዋና የእንክብካቤ አቅራቢዎች (PCP) ስለ ጤና እንክብካቤ ፍላጎቶችዎ ታላቅ ምክሮችን ይሰጥዎችዎል። ማንኛውም የህክምና ሁኔታዎችዎ ልዩ ሞያተኛ (ስፔሺያሊስት) እንዲያዩ የሚጠይቅ ቢሆን፣ የእርስዎ PCP በኔትወርካችን ውስጥ ወዳሉት ወደ አንዱ ሪፈር ያደርግዎታል። በአውታረ መረብ ውስጥ ያለ አቅራቢ ከሌለ፣ MedStar Family Choice DC ከአውታረ መረብ ውጭ ያለ አቅራቢን ፈቃድ እንዲያገኙ በማመቻቸት እና በመርዳት ያግዛል። የእርስዎ PCP እርስዎን ሪፈር ሳያደርግ እንክብካቤ ሊያደርግልዎ ይችላል፣ እሱ ወይም እሷ የህክምና ሁኔታዎን ያክማሉ።

የሴት ተመዝጋቢ ከሆኑ እና የእርስዎ PCP የሴቶች ጤና ልዩ ሙያተኛ ካልሆነ/ች፣ በ MedStar Family Choice DC አውታረ መረብ ውስጥ ያለ/ች የሴቶች ጤና ልዩ ሙያተኛን ያለ ሪፈራል የማግኘት መብት አለዎት። ሁለተኛ አስተያየት ከፈለጉ፣ ከሌላ በአውታረ መረብ ውስጥ ካለ አቅራቢ አስተያየት የማግኘት መብት አሎት። ሌላ በአውታረ መረብ ውስጥ ያለ አቅራቢ ካልተገኘ፣ MedStar Family Choice DC ምንም አይነት ወጪ ሳይኖርብዎ ከአውታረ መረቡ ውጪ ሁለተኛ አማራጭ በማዘጋጀት ያግዝዎታል።

ሁለተኛ አስተያየት ለማግኘት ለእርዳታ የእርስዎ PCP ወይም የተመዝጋቢ አገልግሎቶችን በ **888-404-3549** ማግኘት ይችላሉ። ሪፈራል ሊያስፈልግ ይችላል። አብዛኛው ሀኪሞች ወደ ስፔሺያሊስት ሪፈራል ከመጻፋቸው በፊት ቢሯቸው ውስጥ እርስዎን ማየት ሊፈልጉ ይችላሉ። ስለሚያገኙት የጤና እንክብካቤ አገልግሎቶች ጥያቄዎች ወይም ስጋቶች ካልዎት፣ የተመዝጋቢ አገልግሎቶችን በ **888-404-3549** ያነጋግሩ።

# የጉዳይ አስተዳደር (Case Management) ፕሮግራሞች ለተመዝጋቢዎች ይገኛሉ

ልዩ ፍላጎቶች፣ ከባድ የህክምና ሁኔታዎች ወይም እንደ ምግብ፣ መጠለያ፣ እና መገልገያ ያሉ ማህበራዊ ችግሮች ላለባቸው የ MedStar Family Choice DC ተመዝጋቢዎች በከፍተኛ ደረጃ የሰለጠኑ የነርሶች እና ማህበራዊ ሠራተኞች ቡድን አለ። ነርሶቻችን እና የማህበራዊ ሠራተኞቻችን ጤናቸውን ለማስተዳደር ተጨማሪ እርዳታ ለሚያስፈልጋቸው ወይም ለሚሹ ተመዝጋቢዎች ትምህርት፣ ድጋፍ፣ እና መመሪያዎችን ይሰጣሉ። በተጨማሪ ነርሶቻችን እና የማህበራዊ ሠራተኞቻችን የጤና እንክብካቤ አገልግሎቶችን እንዲያገኙ ማገዝ ይችላሉ። ከታች ያሉት እኛ እርስዎን ልንረዳ የምንችልባቸው የህክምና እና የባህርይ ጤና ሁኔታዎች ጥቂት ምሳሌዎች ናቸው፣

- ስትሮክ
- ካንሰር/ትዩመር
- ከባድ የሲኪል ሴል በሽታ
- ውስብስብ እንክብካቤ የሚያስፈልገው አጣዳፊ የአዕምሮ ጉዳት
- በርካታ ስር የሰደዱ የጤና ሁኔታዎች
- ውስብስብ የስነ-አዕምሮ-ማህበራዊ ወይም የባህርይ ፍላጎቶች
- ቅድመ እና ድህረ ንቅለ ተከላ ህክምና
- ከፍተኛ የስጋት ደረጃ ያለው እርግዝና
- የስኳር ህመም
- አስም
- ስር የሰደደ የሚያፍን የሳንባ በሽታ (COPD)
- የደም ግፊት በሽታ
- የካርዲዮቫስኩላር በሽታ (የልብ በሽታ)
- ኤችአይቪ
- የእጽ አጠቃቀም ችግር
- የአዕምሮ ጤና (ለምሳሌ ጭንቀት፣ ድባቴ፣ አደንዛዥ እጽ አላግባብ መጠቀም)
- ማህበራዊ ጉዳዮች

ለእነዚህ አገልግሎቶች መመዝገብ አያስፈልግዎትም። የተወሰኑ ሁኔታዎች ወይም የህክምና ፍላጎቶች እንዳለብዎ ከተመለከትን ለምዝገባ ሊለዩ ይችላሉ። የምዝገባ መስፈርትን ካሟሉ፣ የጉዳይ አስተዳደር (Case Management) ሠራተኛ አባል ጥቅማ ጥቅሞችዎን እና እነዚህ አገልግሎቶችን ለእርስዎ ለማብራራት በስልክ ወይም በፖስታ ያነጋግርዎታል። የጉዳይ አስተዳደር ፕሮግራሞች በፈቃደኝነት ላይ የተመሰረቱ ናቸው። ስለ እነዚህ ፕሮግራሞች መጠየቅ ከፈለጉ፣ ወይም ቀድሞውኑ ከእነዚህ ፕሮግራሞች አንዱ ውስጥ ካሉ እና መሳተፍ ማቆም ከፈለጉ፣ እባክዎ በ **202-363-4348** ወይም **855-798-4244** (ምርጫ 1 ይምረጡ እና ከዚያ ምርጫ 3 ይምረጡ)፣ ሰኞ እስከ ዓርብ፣ ከ 8:00 a.m. እስከ 5:30 p.m. ያነጋግሩን።

# ስለተመዝጋቢ የቅሬታ እና የይግባኝ ሂደቶች የበለጠ ይወቁ

MedStar Family Choice DC የተመዝጋቢ ቅሬታን እና ይግባኝን በፍጥነት እና በፍትሃዊነት ለመፍታት ይሰራል። የቅሬታ እና የይግባኝ ሂደቶቻችን በ ድረ-ገጻችን **MedStarFamilyChoiceDC.com/Enrollees/General-Benefits** ላይ በተለጠፈው የተመዝጋቢ መመሪያ መጽሃፍ ውስጥ ይገኛሉ። የተመዝጋቢ መመሪያ መጽሃፍ ከሌለዎት ወይም ድረ-ገጻችንን ማግኘት ካልቻሉ፣ ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች በ **888-404-3549** ይደውሉ (TTY፦ 711)፣ ምንም ወጪ ሳያወጡ የታተመ ቅጂውን በፖስታ ለማግኘት። የቅሬታ እና የይግባኝ ሂደቶቻችን የሚከተለውን ያካትታሉ፦

- ቅሬታ ወይም ይግባኝ እንዴት እንደሚቀርብ እና በእያንዳንዱ መካከል ያለው ልዩነት
- በምን ያክል ፍጥነት ምላሽ እንደምንሰጥዎ
- በውሳኔያችን ካልተስማሙ ምን እንደሚያደርጉ

ከይግባኝ ሂደት የመጨረሻውን ውሳኔ ከተቀበሉ በኋላ፣ ተመዝጋቢዎች በ MedStar Family Choice DC በተሰጠው ውሳኔ ላይ የሚያሳስባቸው ነገር ካለ የጤና እንክብካቤ እንባ ጠባቂን (Health Care Ombudsman) የማነጋገር መብት አላቸው። የጤና እንክብካቤ እንባ ጠባቂ ቢሮ ተልዕኮ ሰዎች የጤና እንክብካቤ ስርዐትን እንዲያገኙ መምራት፣ ለነሱ መከራከር፣ እና መርዳት ነው። ተመዝጋቢዎች ስለ ጤና እንክብካቤ ሽፋናቸው እንዲረዱ ያግዛሉ እና የጤና መድን ውሳኔዎች ላይ ይግባኝ እንዲያቀርቡ ይረዳሉ። የጤና እንክብካቤ እንባ ጠባቂ ተቋም በአቤቱታዎች፣ ቅሬታዎች፣ ይግባኞችና ፍትሃዊ የክስ መስማት ችሎት ጥያቄዎች ላይ ውሳኔ አይሰጥም።

Health Care Ombudsman
441 4th St., NW
Suite 250 North
Washington, DC 20001

ስልክ፣ **202-724-7491** ወይም **877-685-6391** (ነፃ-የስልክ መስመር)
ፋክስ፥ ሚስጥራዊ ፋክስ፦ 202-478-1397
ኢሜይል፥ **healthcareombudsman@dc.gov**

# የማስተርጎም እና የትርጉም አገልግሎቶች ነጻ ናቸው

እንግሊዘኛ የማይናገር፣ ወይም በደንብ የማይናገር የ MedStar Family Choice DC ተመዝጋቢ የሚያውቁ ከሆነ፣ ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች በነፃ የስልክ መስመር በ **888-404-3549** ይደውሉ። ተመዝጋቢዎች ሀኪሞቻቸውን በሚያገኙበት ጊዜ የሚረዷቸው አስተርጓሚዎች አሉን። በተጨማሪ እንግሊዝኛ ለማይናገሩ ወይም በተመዝጋቢ አገልግሎቶች የተላኩ የጽሁፍ መረጃዎችን ማንበብ የማይችሉ ተመዝጋቢዎችን የሚረዳ የአስተርጓሚ ወይም የትርጉም አገልግሎቶችን እናቀርባለን። እርስዎ ወይም የሚያውቁት ሰው መስማት የተሳነው ወይም የመስማት ችግር ካለባት፣ ተመዝጋቢዎች የ TTY እርዳታን 711 ላይ በመደወል ማግኘት ይችላሉ። እንዲሁም MedStar Family Choice DC በሃኪም ጉብኝቶች ወቅት ለማገዝ የምልክት ቋንቋ መጠቀም የሚችሉ ተወካዮችን አዘጋጅቷል። እርስዎ፣ ወይም ስለርስዎ ሊናገርልዎ የሚችሉ ሌላ ሰው ይህ አገልግሎት እንደሚያስፈልግዎ ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች ማሳወቅ ይኖርባቸዋል።

# የተገዢነት መሰረት
## ርዕሰ ጉዳይ፡ የጤና መረጃዎን ግላዊነት መጠበቅ

ግላዊነትዎን በሚጠብቁበት ቦታዎች ላይ ህጎች እና የተጻፉ ፖሊሲዎች እንዳሉ ያውቁ ነበር? MedStar Family Choice DC የእርስዎን በጥብቅ የተያዘ የጤና መረጃ ደህንነቱ እና አስተማማኝነቱ የተጠበቀ የመሆን አስፈላጊነት ያውቃል። ይህን የምናደርግበት ፖሊሲ አለን። በጥብቅ የተያዘውን የጤና መረጃዎን ለእርስዎ በስልክ ከመስጠቱ በፊት፣ MedStar Family Choice DC ማንነትዎን እና መረጃውን የማግኘት ስልጣንዎን እንዲያረጋግጥ ይጠየቃል። ይህን ለማድረግ፣ የሰራተኛ አባሎቻችን ማንኛውም አይነት የተጠበቁ የጤና መረጃዎችን ለእርስዎ ከመስጠታቸው በፊት እንደ ስምዎ፣ አድራሻዎ፣ ወይም የትውልድ ቀን ያሉ የመለያ ጥያቄዎችን ይጠይቁዎታል።

የ MedStar Family Choice DC የእርስዎን የጽሁፍ እና በኤሌክትሮኒክስ የተጠበቀ የጤና መረጃ ግላዊነት የመጠበቅ ግዴታ አለበት። የወረቀት ሰነዶች ደህንነታቸው በተጠበቀ ቦታዎች ይቀመጣሉ። በኤሌክትሮኒክ የተጠበቁ የጤና መረጃ በሚስጥር ተቆልፈዋል። ተቀጣሪዎች የጤና መረጃን መጠቀም ወይም ይፋ ማድረግ የሚችሉት በህግ ሲፈቀድላቸው ወይም የሚተገበር መስፈርቶች ሲኖሩ፣ እና ማግኘት የሚችሉት በስራ ግዴታቸው ብቻ ነው። ሰራተኞቻችን የጤና መረጃን እንዴት መጠበቅ እንዳለባቸው ስልጠና ወስደዋል። MedStar Family Choice DC የኢሜይል ግንኙነቶችን ደህንነት ለመጠበቅ ተጨማሪ ዘዴዎችን ይጠቀማል።

በድረ- ገጻችን **MedStarFamilyChoiceDC.com/Enrollees/General-Benefits** ላይ በሚገኘው የተመዝጋቢ መመሪያ መጽሃፍ ውስጥ የእኛ የግላዊነት ልምምዶች ማስታወቂያ ቅጂ አለ። የእኛን የግላዊነት ልምምዶች ማስታወቂያ በድረ-ገጻችን **MedStarFamilyChoiceDC.com/Privacy-Practices** ላይ ማግኘት ይችላሉ። ይህ ጠቃሚ መረጃ MedStar Family choice DC የህክምና መረጃዎን እንዴት እንደሚጠቀም እና እንደሚያወጣ ይገልፃል። እንዲሁም እርስዎ ይህን መረጃ እንዴት ማግኘት እንደሚችሉ፣ እና ግላዊነትዎ የተጣሰ ከመሰለዎት እንዴት ቅሬታ እንደሚያቀርቡ ይገልጻል።

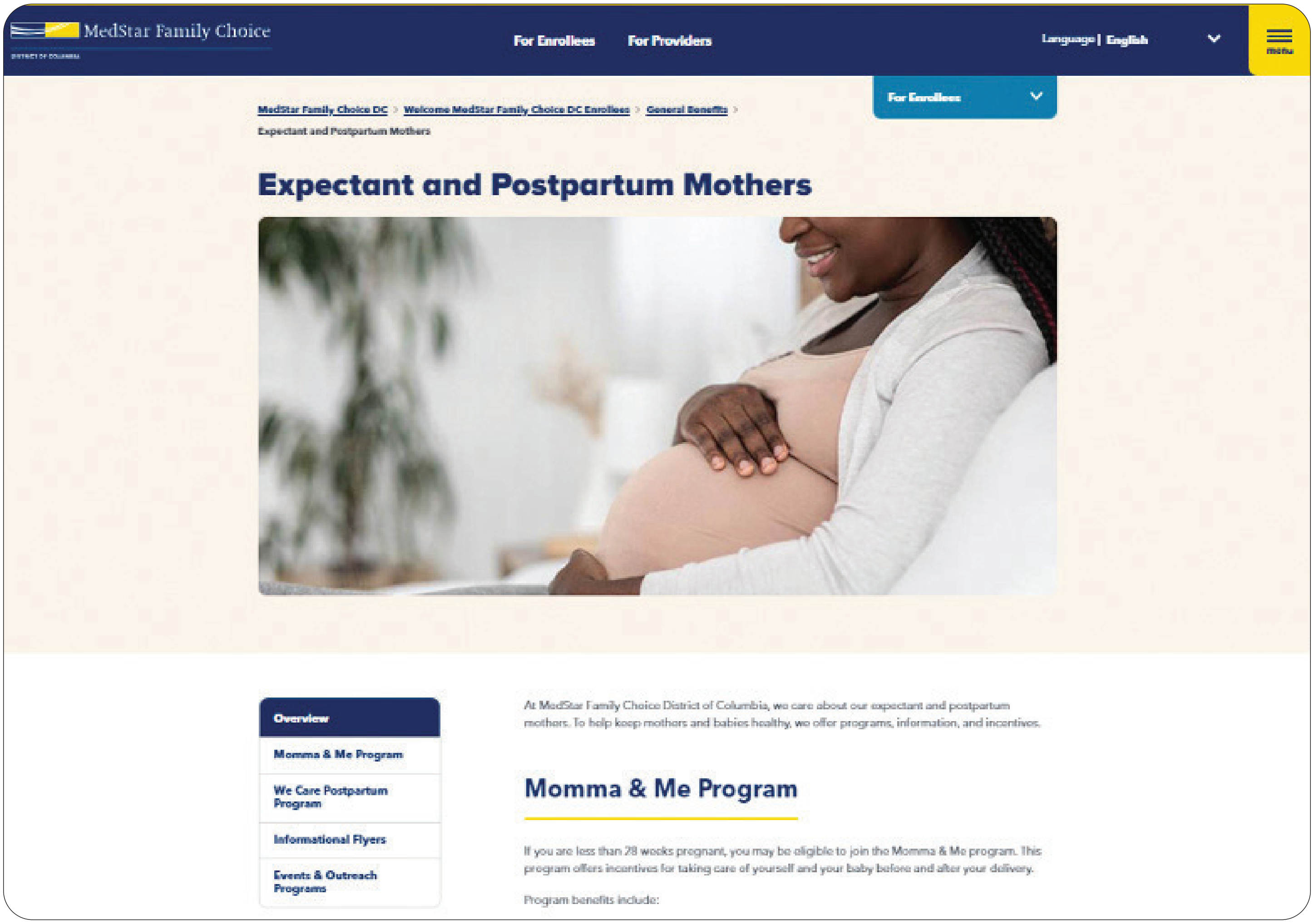
የጤና መረጃዎን ከመጠበቅ ጋር የተያያዘ ጥያቄ ካለዎት ወይም የግላዊነት ልምምዶች ማስታወቂያ ግልባጭ መጠየቅ ከፈለጉ፣ እባክዎ የተመዝጋቢ አገልግሎቶችን በ **888-404-3549** ያነጋግሩ።

# በድረ-ገጻችን ላይ የተፈቀዱ መድሃኒቶች ዝርዝር ይገኛል

የ MedStar Family Choice District of Columbia የመድሃኒት ዝርዝር በድረ-ገፃችን በ **MedStarFamilyChoiceDC.com/Enrollees/Pharmacy-Benefits** የፋርማሲ ገጽ ላይ ይገኛል። የመድሃኒት ዝርዝር፣ የመድሃኒት ምርቶች መጽሃፍ በመባልም ይታወቃል፣ በ MedStar Family Choice DC የተሸፈኑ ሁሉንም የጸደቁ የመድሃኒት ማዘዣዎች ያጠቃልላል። በዚህ ዝርዝር ላይ የተደረገ ማንኛውም ለውጥ በድረ-ገጹ ላይ በሚለጠፈው ሽፋን ያላቸው በሀኪም የሚታዘዙ መድሃኒቶች የዘመነ እትም ውስጥ የሚካተት ይሆናል።

በተጨማሪ፣ የቅርብ ጊዜ ማሻሻያዎችን ማጠቃለያ የያዘ የቅርብ ጊዜ የመድሃኒት ሽፋን ለውጦች ክፍል አለ። ድረ-ገጻችንን ማግኘት ካልቻሉ እና ስለ አንድ የተለየ መድሃኒት ጥያቄዎች ካሉዎት መረጃውን ወደ እርስዎ መላክ እንችላለን። እርስዎ በዚህ ዝርዝር ውስጥ የሌለን መድሃኒት መውሰድ ከፈለጉ ወይም ሃኪምዎ እንዲወስዱ ከፈለጉ፣ እንደዚህ ዓይነት የመድሃኒት ጥያቄዎችን የምንመረምርበት ሂደት አለን። የበለጠ ለመማር የተመዝጋቢ አገልግሎቶች ጋር በ **888-404-3549** ይደውሉ።

# ሊወልዱ ላሉ እና ድህረ ወሊድ እናቶች ድረ ገጽ!




በ MedStar Family Choice DC ሊወልዱ ላሉ እና ድህረ ወሊድ እናቶች እናስባለን። የእናቶችን እና የህጻናትን ጤና ለማስጠበቅ ፕሮግራሞችን፣ መረጃዎችን እና ማበረታቻዎችን እናቀርባለን። በአዲሱ ሊወልዱ ላሉ እና የድህረ ወሊድ እናቶች ድረ ገጽ ላይ የበለጠ መረዳት ይችላሉ። ስለ Momma & Me (እናቴ እና እኔ) ፕሮግራማችን፣ ስለ ግድ ይሰጠናል ድህረ ወሊድ ፕሮግራም፣ የሩቅ ደራሽ ፕሮግራሞች እና ዝግጅቶች እና ሌሎችም መረጃ ያካትታል! ለበለጠ መረጃ **MedStarFamilyChoiceDC.com/Enrollees/General-Benefits/Expectant-and-Postpartum-Mothers** ን ይጎብኙ።

MedStar Family Choice
DISTRICT OF COLUMBIA

3007 Tilden St., NW, POD 3N
Washington, DC 20008

# የተመዝጋቢ መጽሄት ክረምት 2025

MedStar Family Choice District of Columbia አግባብነት ያላቸውን የፌደራል የሲቪል መብቶችን ያከብራል እና በዘር፣ በቀለም፣ በብሄራዊ መገኛ፣ በእድሜ፣ በአካል ጉዳት፣ ወይም ጾታ መሰረት አድርጎ አያዳላም።

እንግሊዘኛን የማይናገሩ እና/ወይም የማያነቡ ከሆነ፣ እባክዎ **888-404-3549** ላይ 8:00 a.m. እስከ 5:30 p.m. መካከል ይደውሉ። ተወካይ ይረዳዎታል።

የተመዝጋቢ መጽሄት የ ሜድስታር ፋሚሊ ቾይስ ኮሎምቢያ ዲስትሪክት ህትመት ነው። በእቅድዎ ላይ ወይም በዚህ ዜና መጽሄት ላይ ተጨማሪ መረጃ የሚፈልጉ ከሆነ **MedStarFamilyChoiceDC.com** ን ይጎብኙ ወይም ለተመዝጋቢዎች አገልግሎት በ **888-404-3549** ይደውሉ።

**ሊዛ ሱብሪዜ፣** ምክትል ፕሬዝደንት እና ዋና ዳይሬክተር፣ MedStar Family Choice District of Columbia
**ኤሪካ ማክላስኪ፣ MD፣ MS፣ FAAFP፣** ከፍተኛ የህክምና ዳይሬክተር እና ዋና የህክምና ባለስልጣን፣ MedStar Family Choice District of Columbia
**ሊዛ ማክዶኖው፣** ስራ አስኪያጅ፣ ማርኬቲንግ እና የአባል ልምድ፣ MedStar Family Choice District of Columbia

MedStar Family Choice
DISTRICT OF COLUMBIA

3007 Tilden St., NW, POD 3N
Washington, DC 20008
**202-363-4348** ወይም **855-798-4244** (ነጻ-የስልክ መስመር)
**MedStarFamilyChoice.com**

ACCREDITED NCQA HEALTH PLAN ACCREDITED
ACCREDITED NCQA CASE MANAGEMENT 3 YEARS
AUDITED NCQA HEDIS® COMPLIANCE AUDIT MY2023 MEDICAID