County of San Diego
Wakaalada Caafimaadka iyo Adeegyada Aadanaha

Buug Tusmeedka Macaamisha ee Caafimaadka Maskaxda

Nidaamka Gaynta Ay Medi-Cal Abaabushay ee Adeegyada Caafimaadka Dhimirka ee Gaarka ah iyo Daawada

3255 Camino del Rio S,
San Diego, CA 92108
24/7 Laymanka Xiriirka iyo Aafada: (888) 724-7240
https://www.sandiegocounty.gov/content/sdc/hhsa/programs/bhs/bhs_services.html

COUNTY OF SAN DIEGO HEALTH AND HUMAN SERVICES AGENCY

LIVE WELL SAN DIEGO

Taariikhda Dhaqangalka: Abriil 1, 2025[1]

[1] Buug tusmeedka waa n lagu baxshaa marka koobaad ee maciilku adeegsado adeegyada.

LANGUAGE TAGLINES

English Tagline
ATTENTION: If you need help in your language call (888) 724-7240 (TTY: 711). Aids and services for people with disabilities, like documents in braille and large print, are also available. Call (888) 724-7240 (TTY: 711). These services are free of charge.

الشعار بالعربية (Arabic)
يُرجى الانتباه: إذا احتجت إلى المساعدة بلغتك، فاتصل بـ (888) 724-7240 (TTY: 711). تتوفر أيضًا المساعدات والخدمات للأشخاص ذوي الإعاقة، مثل المستندات المكتوبة بطريقة بريل والخط الكبير. اتصل بـ (888) 724-7240 (TTY: 711). هذه الخدمات مجانية.

Հայերեն պիտակ (Armenian)
ՈՒՇԱԴՐՈՒԹՅՈՒՆ: Եթե Ձեզ օգնություն է հարկավոր Ձեր լեզվով, զանգահարեք (888) 724-7240 (TTY: 711): Կան նաև օժանդակ միջոցներ ու ծառայություններ հաշմանդամություն ունեցող անձանց համար, օրինակ` Բրայլի գրատիպով ու խոշորատառ տպագրված նյութեր: Զանգահարեք (888) 724-7240 (TTY: 711): Այդ ծառայություններն անվճար են:

ឃ្លាសម្គាល់ជាភាសាខ្មែរ (Cambodian)
ចំណាំ៖ បើអ្នក ត្រូវ ការជំនួយ ជាភាសា របស់អ្នក សូម ទូរស័ព្ទទៅលេខ (888) 724-7240 (TTY: 711)។ ជំនួយ និង សេវាកម្ម សម្រាប់ ជនពិការ ដូចជាឯកសារសរសេរជាអក្សរផុស សម្រាប់ជនពិការភ្នែក ឬឯកសារសរសេរជាអក្សរពុម្ពធំ ក៏អាចរកបានផងដែរ។ ទូរស័ព្ទមកលេខ (888) 724-7240 (TTY: 711)។ សេវាកម្មទាំងនេះមិនគិតថ្លៃឡើយ។

简体中文标语 (Chinese)
请注意：如果您需要以您的母语提供帮助，请致电 (888) 724-7240 (TTY: 711)。另外还提供针对残疾人士的帮助和服务，例如盲文和需要较大字体阅读，也是方便取用的。请致电 (888) 724-7240 (TTY: 711)。这些服务都是免费的。

مطلب به زبان فارسی (Farsi)
توجه: اگر می‌خواهید به زبان خود کمک دریافت کنید، با (888) 724-7240 (TTY: 711) تماس بگیرید. کمک‌ها و خدمات مخصوص افراد دارای معلولیت، مانند نسخه‌های خط بریل و چاپ با حروف بزرگ، نیز موجود است. با (888) 724-7240 (TTY: 711) تماس بگیرید. این خدمات رایگان ارائه می‌شوند.

हिंदी टैगलाइन (Hindi)
ध्यान दें: अगर आपको अपनी भाषा में सहायता की आवश्यकता है तो (888) 724-7240 (TTY: 711) पर कॉल करें। अशक्तता वाले लोगों के लिए सहायता और सेवाएं, जैसे ब्रेल और बड़े प्रिंट में भी दस्तावेज़ उपलब्ध हैं। (888) 724-7240 (TTY: 711) पर कॉल करें। ये सेवाएं नि: शुल्क हैं।

<u>Nqe Lus Hmoob Cob (Hmong)</u>

CEEB TOOM: Yog koj xav tau kev pab txhais koj hom lus hu rau (888) 724-7240 (TTY: 711). Muaj cov kev pab txhawb thiab kev pab cuam rau cov neeg xiam oob qhab, xws li puav leej muaj ua cov ntawv su thiab luam tawm ua tus ntawv loj. Hu rau (888) 724-7240 (TTY: 711). Cov kev pab cuam no yog pab dawb xwb.

<u>日本語表記 (Japanese)</u>

注意日本語での対応が必要な場合は (888) 724-7240 (TTY: 711)へお電話ください。点字の資料や文字の拡大表示など、障がいをお持ちの方のためのサービスも用意しています。 (888) 724-7240 (TTY: 711)へお電話ください。これらのサービスは無料で提供しています。

<u>한국어 태그라인 (Korean)</u>

유의사항: 귀하의 언어로 도움을 받고 싶으시면 (888) 724-7240 (TTY: 711) 번으로 문의하십시오. 점자나 큰 활자로 된 문서와 같이 장애가 있는 분들을 위한 도움과 서비스도 이용 가능합니다. (888) 724-7240 (TTY: 711) 번으로 문의하십시오. 이러한 서비스는 무료로 제공됩니다.

<u>ແທກໄລພາສາລາວ (Laotian)</u>

ປະກາດ: ຖ້າທ່ານຕ້ອງການຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອໃນພາສາຂອງທ່ານໃຫ້ໂທຫາເບີ (888) 724-7240 (TTY: 711). ຍັງມີຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອແລະການບໍລິການສໍາລັບຄົນພິການ ເຊັ່ນເອກະສານທີ່ເປັນອັກສອນນູນແລະມີໂຕພິມໃຫຍ່ ໃຫ້ໂທຫາເບີ (888) 724-7240 (TTY: 711). ການບໍລິການເຫຼົ່ານີ້ບໍ່ຕ້ອງເສຍຄ່າໃຊ້ຈ່າຍໃດໆ.

<u>Mien Tagline (Mien)</u>

LONGC HNYOUV JANGX LONGX OC: Beiv taux meih qiemx longc mienh tengx faan benx meih nyei waac nor douc waac daaih lorx taux (888) 724-7240 (TTY: 711). Liouh lorx jauv-louc tengx aengx caux nzie gong bun taux ninh mbuo wuaaic fangx mienh, beiv taux longc benx nzangc-pokc bun hluo mbiutc aengx caux aamz mborqv benx domh sou se mbenc nzoih bun longc. Douc waac daaih lorx (888) 724-7240 (TTY: 711). Naaiv deix nzie weih gong-bou jauv-louc se benx wang-henh tengx mv zuqc cuotv nyaanh oc.

<u>ਪੰਜਾਬੀ ਟੈਗਲਾਈਨ (Punjabi)</u>

ਧਿਆਨ ਦਿਓ: ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਕਾਲ ਕਰੋ (888) 724-7240 (TTY: 711). ਅਪਾਹਜ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬ੍ਰੇਲ ਅਤੇ ਮੋਟੀ ਛਪਾਈ ਵਿੱਚ ਦਸਤਾਵੇਜ਼, ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹਨ| ਕਾਲ ਕਰੋ (888) 724-7240 (TTY: 711). ਇਹ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੁਫਤ ਹਨ|

Русский слоган (Russian)
ВНИМАНИЕ! Если вам нужна помощь на вашем родном языке, звоните по номеру (888) 724-7240 (линия TTY: 711). Также предоставляются средства и услуги для людей с ограниченными возможностями, например документы крупным шрифтом или шрифтом Брайля. Звоните по номеру (888) 724-7240 (линия TTY: 711). Такие услуги предоставляются бесплатно.

Mensaje en español (Spanish)
ATENCIÓN: Si necesita ayuda en su idioma, llame al (888) 724-7240 (TTY: 711). También ofrecemos asistencia y servicios para personas con discapacidades, como documentos en braille y con letras grandes. Llame al (888) 724-7240 (TTY: 711). Estos servicios son gratuitos.

Tagalog Tagline (Tagalog)
ATENSIYON: Kung kailangan mo ng tulong sa iyong wika, tumawag sa (888) 724-7240 (TTY: 711). Mayroon ding mga tulong at serbisyo para sa mga taong may kapansanan,tulad ng mga dokumento sa braille at malaking print. Tumawag sa (888) 724-7240 (TTY: 711). Libre ang mga serbisyong ito.

แท็กไลน์ภาษาไทย (Thai)
โปรดทราบ: หากคุณต้องการความช่วยเหลือเป็นภาษาของคุณ กรุณาโทรศัพท์ไปที่หมายเลข (888) 724-7240 (TTY: 711) นอกจากนี้ ยังพร้อมให้ความช่วยเหลือและบริการต่าง ๆ สำหรับบุคคลที่มีความพิการ เช่น เอกสารต่าง ๆ ที่เป็นอักษรเบรลล์และเอกสารที่พิมพ์ด้วยตัวอักษรขนาดใหญ่ กรุณาโทรศัพท์ไปที่หมายเลข (888) 724-7240 (TTY: 711) ไม่มีค่าใช้จ่ายสำหรับบริการเหล่านี้

Примітка українською (Ukrainian)
УВАГА! Якщо вам потрібна допомога вашою рідною мовою, телефонуйте на номер (888) 724-7240 (TTY: 711). Люди з обмеженими можливостями також можуть скористатися допоміжними засобами та послугами, наприклад, отримати документи, надруковані шрифтом Брайля та великим шрифтом. Телефонуйте на номер (888) 724-7240 (TTY: 711). Ці послуги безкоштовні.

Khẩu hiệu tiếng Việt (Vietnamese)
CHÚ Ý: Nếu quý vị cần trợ giúp bằng ngôn ngữ của mình, vui lòng gọi số (888) 724-7240 (TTY: 711). Chúng tôi cũng hỗ trợ và cung cấp các dịch vụ dành cho người khuyết tật, như tài liệu bằng chữ nổi Braille và chữ khổ lớn (chữ hoa). Vui lòng gọi số (888) 724-7240 (TTY: 711). Các dịch vụ này đều miễn phí.

SHAXDA MAWDUUCYADA

LUUQADAHA IYO QAABABKA KALE 6
XOGTA XIRIIRKA DEGMADA 7
UJEEDADA BUUG TUSMEeDKAAN 8
XOGTA ADEEGYADA CAAFIMAADKA DHIMIRKA 9
HELITAANKA ADEEGYADA CAAFIMAADKA DHIMIRKA 13
DHAKHTARKA QAYBTA A 22
XAQA AAD U LEEDAHAY HELITAANKA DIIWAANNADA CAFIMAADKA DHIMIRKA IYO XOGTA DIIWAANKA ADEEG BIXIYAHA ADOO ADEEGSANAAYA AALADAHA CASRIGA AH 25
BAAXADA ADEEGYADA 26
ADEEGYADA LAGU HELI KARO TALEEFANKA AMA CAAFIMAADKA KHADKA . 49
HANAANKA XALINTA CAQABADAHA: SI AAD U GUDBISO CABASHO, RACFAAN, AMA AAD U CODSATO DHAGEYSIGA CADAALADA AH EE GOBALKA 50
DARDAARANKA HORE 64
XUQUUQAHA IYO WAAJIBAADKA 66
XOG DHEERI AH OO KU SAABSAN DEGMADAADA 77
OGEYSIISKA TAKOOR LA'AANTA 78

Luuqadaha kale

Haddii aad u baahan tahay in caawimaad lagugu siiyo luuqadaada wac (888) 724-7240 (TTY: 711). Kaalmooyinka iyo adeegyada dadka naafada ah, sida dukumiintiyada ku qoran farta indhoolka iyo farta waawayn, ayaa sidoo kale la heli karaa. Wac (888) 724-7240 (TTY: 711). Adeegyadaan waa lacag la'aan.

Qaababka Kale

Waxaad ku heli kartaa xogtaan qaabab kale, sida farta indhoolka, far waawayn ee cabirka 20, cod, iyo qaababka oonlaynka lagu heli karo si bilaash ah. Wac (888) 724-7240 (TTY: 711). Wicitaanku waa lacag la'aan.

Adeegyada Turjumaanka

Degmada ayaa bixisa adeegyada turjumaada afka ah oo uu bixinaayo turjumaan taqasus u leh, 24 ka saac, si bilaash ah. Qasab maaha inaad isticmaasho qof qoyskaaga kamid ah ama saaxiib si uu kuugu turjumo. Waan kasoo horjeednaa in carruurta loo adeegsado turjumaanno ahaan ilaa inay xaalad degdeg ah jirto maahee. Adeegyada turjumaanka, luuqada iyo dhaqanka ayaad ku helaysaa si bilaash ah. Caawimaad ayaa la heli karaa 24 saac maalintii, 7 maalmood isbuucii. Si aad u hesho caawimaada luuqada ama buug-gacmeedkaan ugu hesho luuqad kale, wac (888) 724-7240 (TTY: 711). Wicitaanku waa lacag la'aan.

XOGTA XIRIIRKA DEGMADA

Waxaan halkaan ujoognaa inaan kucaawino. Xogta xiriirka ee soo socota ee degmada ayaa kaa caawinaysa inaad hesho adeegyada aad u baahan tahay.

Laynka Helitaanka Gurmadka iyo Masiibada dd 24/7 shaqeeya ee San Diego
(888) 724-7240 (TTY: 711)

Webseedka Caafimaadka Maskaxda ee Degmada San Diego
https://www.sandiegocounty.gov/content/sdc/hhsa/programs/bhs.html

Diiwaanka Dhakhaatiirta ee Degmada San Diego
https://sdcountybhs.com/ProviderDirectory

Bishii Sibteembar 1, 2024, Qorshaha Caafimaadka Maskaxda ee San Diego (MHP iyo DMC-ODS) ayaa u guuray SmartCare EHR asagoo kasoo guuray labo nidaam adeeg oo kaladuwan: SanWITs (DMC-ODS) iyo CCBH (MHP). Sababtaas awgeed, khayraadka waxbarashada macaamiisha ee dadwaynaha u furan ee BHP-ga San Diego ee barnaamijka API ee Adeeg Fududeynta Bukaanka ayaa la dhaqan gelin doonaa sanad miisaaniyadeedka 2024-2025.

Yaan La xariirayaa Haddii aan Qabo Fikirka Dilista Naftayda?
Haddii adiga ama qof aad taqaano dhibaato ku jiro, fadlan wac Laynka 988 ee Tooska ee Isdilka iyo Masibada oo aad ka wacayso **988** ama Laynka Tooska ah ee Kahortaga Ismiidaaminta ee Qaran oo aad ka wacayso **1-800-273-TALK (8255)**. Wada sheekaysi ayaad ka helaysaa https://988lifeline.org/.
Si aad u hesho barnaamijyada deegaankaaga, fadlan wac Laynka San Diego 24/7 ee Helitaanka Gurmadka iyo Masiibada ee kor ku qoran.

UJEEDADA BUUG TUSMEeDKAAN

Maxay muhiim u tahay inaan akhriyo guug tusmeedkaan?

Degmadaada ayaa leh qorshaha caafimaadka dhimirka oo ku siinaaya adeegyada caafimaadka dhimirka oo loo yaqaano "adeegyada caafimaadka dhimirka ee qaas ah." Waxaa intaas dheer, degmadaadu waxay leedahay Nidaamka Gaynta Daawada oo ay Abaabushay Medi-Cal kaasoo adeegyo siiya dadka qabatimay balwada khamrada ama daroogada. Si wadajir ah adeegyadaan ayaa loo yaqaanaa "adeegyada caafimaadka dhimirka," waana muhiim in aad hayso xog ku aadan adeegyadaan si aad u hesho daryeelka aad u baahan tahay. Buug-gacmeedkaan wuxuu sharxayaa gunnooyinkaaga iyo sida aad ku helayso daryeel. Wuxuu sidoo kale ka jawaabayaa su'aalo badan.

Waxaad baran doontaa:

- Sida aad uga helayso adeegyada caafimaadka Dhimirka degmadaada.
- Noocyada dheefaha aad helayso.
- Waxa aad samaynayso haddii aad qabto su'aal ama cilad.
- Xuquuqdaada iyo waajibaadkaaga marka aad tahay qof dagan degmadaada.
- Haddii ay jirto xog dheeri ah oo ku saabsan degmadaada, taasoo laga yaabo in lagu sheegay dhammaadka buug tusmeedka.

Haddii aadan akhrin buug tusmeedkaan hadda, waa in aad haysataa buuga si aad u akhrido hadhoow. Buuggaan waxaa loogu talo galay in lala adeegso buugga aad heshay markii aad iska diiwaan gelisay dheefaha medi-Cal. Haddii aad wax su'aalo ah ka qabto dheefaha Medi-Cal, wac degmada adoo adeegsanaaya lambarka taleefanka oo ku qoran bogga hore ee buuggaan.

Xagee ayaan ka heli Karaa Xog dheeraad ah oo ku saabsan Medi-Cal?

Booqo webseedka Waaxda Adeegyada Daryeelka caafimaadka oo aad ka helayso https://www.dhcs.ca.gov/services/medi-cal/eligibility/Pages/Beneficiaries.aspx si aad u hesho xog dheeri ah oo ku saabsan Medi-Cal.

XOGTA ADEEGYADA CAAFIMAADKA DHIMIRKA

Sidee ayaad Ku Ogaanaysaa haddii Adiga ama Qof aaad Taqaano U baahan yahay Caawimaad?

Dad badan ayaa waajahaaya waqtiyo aad u adag waxaana qabsan kara dhibaatooyin caafimaadka dhimirka ah ama isticmaalka maandooriyaha ah. Waxa ugu muhiimsan inaad xasuusnaato waa in aad caawimaad helayso. Haddii adiga ama xubin qoyskaaga kamid ah uu u qalmo Medi-Cal uuna u baahan yahay adeegyada caafimaadka dhimirka, waa inaad wacdaa Laynka Helitaanka Gurmadka iyo Masiibada ee 24/7 shaqeeya ee San Diego kaasoo ku qoran jaldiga hore ee buug tusmeedkaan. Caymiskaaga daryeelka Maaraysan ayaa sidoo kale kaa caawin kara la xariirida degmadaada haddii ay aaminsan yihiin in adiga ama xubin qoyskaaga kamid ah u baahan yahay adeegyada caafimaadka dhimirka oo caymiska daryeelka maaraysan uusan dabooli karin. Degmadaada ayaa kaa caawinaysa helitaanka dhakhtarka adeegyada aad u baahan karto.

Liiska hoose ayaa kaa caawin kara go'aaminta haddii adiga ama qof qoyskaaga ah uu u baahan yahay caawimaad. Haddii wax ka badan hal astaan ay jirto ama sii jirto muddo dheer, waxay muujin kartaa dhibaato daran oo u baahan caawimaad xirfadeed. Halkaan ayaad ka helaysaa calaamadaha guud ee aad u baahan karto in lagaa caawiyo xanuunka caafimaadka dhimirka ama xanuunka isticmaalka maandooriyaha:

Fikradaha iyo Dareennada

- Isbadellada adag ee dareenka, oo badanaa aan lahayn sabab, sida:
    - Walwal aad u badan, walaac, ama cabsi
    - Murug ama rajo beel badan
    - farxad xad dhaaf ah, oo aduunka ka saraysa
    - Caro ama xanaaq muddo dheer ah
- Ka fakarida inaad isdisho
- Diirad saarida helitaanka ama adeegsiga khamrada ama daroogada
- Dhibaatooyinka diirada, xasuusta ama fikirka saliimka ah iyo hadalka ay adag

tahay inaad sharaxdo

- Dhibaatooyinka dhanka maqalka, aragga ama dareeminda waxyaabaha ay adag tahay inaad fahanto ama dadka intooda badan ay dhahayaan waa wax aan jirin

Jirka

- Dhibaatooyinka badan ee jirka, oo aadan garanayn waxa sababay, sida:
  - Madax xanuun
  - Calool xanuunka
  - Hurdo yari ama hurdo badni
  - Oomateed xad dhaaf ah ama oomateed xumo
  - Inaad tahlo waydo inaad si faseex ah u hadasho
- Hoos u dhaca muuqaalka ama walaac badan oo la xiriira qaabka aad u taalo, sida:
  - Miisaan dhac ama miisaan koror degdeg ah
  - Indho cas iyo bu'da indhaha oo s qayru caadi ah u balaarata
  - Urka xun ee afkaaga, jirkaaga, ama dharka

Habdhaqanka

- Inaad dhibaato kala kulanto habdhaqankaaga sabab la xiriirta isbadello ku dhacay caafimaadkaaga dhimirka ama adeegsiga khamrada ama daroogada, sida:
  - Dhibaatooyin kaa haysta shaqada ama dugsiga
  - Dhibaatooyin kaa haysta xiriirada kaala dhexeeya dadka kale, qoyska, ama saaxiibada
  - Inaad iloowdo waxyaabaha muhiimka kuu ah
  - Inaad awoodi waydo qabashada hawl maalmeedka caadiga ah
- Ka fogaanshaha saaxiibada, qoyska, ama hawlaha bulshada
- Lahaanshaha habdhaqan sir ah ama baahida sirta ah ee lacagta
- Inaad dhibaato kala kulanto nidaamka sharciga sabab la xiriirta isbadello ku dhacay caafimaadkaaga dhimirka ama adeegsiga khamrada ama daroogada

Macaamiisha Kayar Da'da 21

Sidee ayaan ku ogaanayaa Marka Cunugaygu u Baahan yahay Caawimaad?

Waxaad la xariiri kartaa degmadaada ama qorshaha daryeelka maaraysan si ay baaritaan iyo qiimayn ugu sameeyaan cunugaaga ama kuraygaaga haddii aad isleedahay wuxuu leeyahay wax kamid ah astaamaha xanuun caafimaadka dhimirka. Haddii cunugaaga ama kuraygaagu u qalmo Medi-Cal baaritaanka ama qiimeyntuna muujiso in adeegyada caafimaadka dhimirka loo baahan yahay, degmada ayaa u diyaarin doonta cunugaaga ama kuraygaaga helitaanka adeegyada. Caymiskaaga daryeelka Maaraysan ayaa sidoo kale kaa caawin kara la xariirida degmadaada haddii ay aaminsan yihiin in cunugaaga ama kuraygaagu u baahan yahay adeegyada caafimaadka dhimirka oo caymiska daryeelka maaraysan uusan dabooli karin. Waxaa sidoo kale jira adeegyo ay heli karaan waalidiinta ay xad-dhaaf ku noqotay shaqada waalidnimada ama qaba dhibaatooyinka.

Carruurta yaryar ee jira 12 sano ama ka wayn, ayaa laga yaabaa inaysan u baahan ogolaanshaha waalidka si ay u helaan adeegyada caafimaadka dhimirka ee bukaan socodka ama adeegyada hooyga dadka la seexsho haddii ay qofka xirfadyahanka ah ee daryeelaaya uu aaminsan yahay in ilmuhu leeyahay qaangaarnimo ku filan si uu uga qaybgalo adeegyada caafimaadka dhimirka ama adeegyada hooyga dadka la seexsho. Ilmaha jira 12 sano ama ka wayn, ayaan u baahnayn ogolaanshaha waalidka si ay u helaan daryeelka caafimaadka ama tallo bixinta lagu dawaynaayo xanuunka la xiriira dhibaatada isticmaalka maandooriyaasha. Doorka waalidka ama masuulka ilmaha ayaa loo baahan yahay ilaa in xirfadyahanka dawaynaaya uu aaminsan yahay maahee in doorkoodu uusan ku haboonayn kadib marka uu la tashtay ilmaha.

Liiska hoose ayaa kaa caawin kara go'aaminta haddii ilmahaaga ama kuraygaagu uu u baahan yahay caawimaad. Haddii hal astaan ay jirto ama sii jirto muddo dheer, waxay muujin kartaa in ilmahaaga ama kuraygaagu qabo dhibaato daran oo u baahan karta caawimaad xirfadeed. Halkaan waxaad ka helaysaa qaar kamid ah astaamaha aad eegayso:

- Dhibaato badan oo la xariira diirad saarida ama wax ku sugnaanta, inay abuurayaan khatar jireed ama ay sababayaan dhibaatooyinka dugsiga
- Walwal ama cabsi daran taasoo caqabad ku noqonaysa qabashada shaqooyinkooda maalinlaha ah
- Cabsi degdeg ah oo ka tan badata oo bilaa sabab ah, oo marar qaar wadata wadna garaac ama neeftuur
- Uu dareemaayo murug ama uu ka fogaanaayo dadka kale muddo labo asbuuc ah ama ka badan, taasoo u keenaysa dhibaatooyin dhanka shaqooyinka maalinlaha ah
- Isbadellada dareenka oo daran oo keenaaya dhibaatooyin dhanka xariirada ah
- Isbadello waawayn oo ku dhacaaya habdhaqanka
- Diidista cuntada, mataga, ama adeegsiga daawada taasoo oo keenaysa miisaan dhac
- Adeegsiga joogtada ah ee khamriga ama daroogada
- Habdhaqan xun, oo aan la xakamayn karin kaasoo waxyeelo u gaysan kara naftiisa ama dadka kale
- Qorsheyaal ama iskudayo dhab ah oo uu ku doonaayo inuu waxyeelo isku gaysto ama isdilo
- Dagaalka joogtada ah, ama adeegsiga hubka, ama qorshe adag oo uu waxyeelo ugu gaysanaayo dadka kale

HELITAANKA ADEEGYADA CAAFIMAADKA DHIMIRKA

Sidee ayaan ku helayaa Adeegyada Caafimaadka Dhimirka?

Haddii aad aaminsan tahay inaad u baahan tahay adeegyada caafimaadka dhimirka sida adeegyada caafimaadka dhimirka ee gaarka ah iyo/ama adeegyada xanuunka laga qaado isticmaalka maandooriyaasha, waxaad wici kartaa degmadaada adoo adeegsanaaya lambarka taleefanka ku qoran galka kore ee buug tusmeedkaan. Marka aad la xiriirto degmada, waxaad heli doontaa baaritaan waxaana laguu mudeyn doonaa balanta baaritaanka.

Waxaad sidoo kale ka codsan kartaa adeegyada caafimaadka dhimirka oo aad ka helayso daryeelkaaga maaraysan haddii aad tahay macmiil. Haddii caymiska daryeelka maaraysan uu go'aansho inaad buuxisay shuruudaha helitanaka adeegyadaadeegyada caafimaadka dhimirka, qorshaha daryeelka Maaraysan ayaa kaa caawin doona in lagugu sameeyo qiimeynta helitaanka adeegyada caafimaadka dhimirka oo aad ku helayso degmadaada. Ugu danbayn, ma jirto albaab ay khalad tahay inaad ku hesho adeegyada caafimaadka dhimirka. Waxaa xataa suuragal ah inaad adeegyada caafimaadka dhimirka ku hesho qorshaha daryeelka maareysan kaasoo dheeraad ku ah adeegyada caafimaadka dhimirka ee aad ka helayso degmadaada. Waxaad adeegyadaan ka helaysaa dhakhtarkaaga caafimaadka dhimirka haddii dhakhtarkaagu go'aansho in adeegyadu ay caafimaad ahaan muhiim kuu yihiin iyo inta adeegyadaas ay yihiin kuwo diyaarsan aysana ahayn kuwo aad labo jeer helayso.

Waxaa intaas dheer, xasuusnoow waxyaabaha soo socda:

- Waxaa laguu gudbin karaa degmadaada si aad u hesho adeegyada caafimaadka dhimirka oo uu kugusoo xiraayo qof kale ama urur kale, uuna ku jiro dhakhtarkaaga guud, dugsiga, ama xubin qoyskaaga ah, waalidka, qorshaha daryeelkaaga maaraysan, ama wakaaladaha kale ee gobalka. Caadiyan, dhakhtarkaaga ama qorshaha daryeelka maaraysan ayaa u baahan doona ogolaanshahaaga ama kan waalidkaaga ama daryeelaka ilmaha, si ay toos kuugu gudbiyaan cdegmada, ilaa in ay xaalad degdeg ah jirto maahee.

- Degmadaada ayaan diidi karin codsiga samaynta baaritaanka hore si loo go'aansho inaad buuxinayso shuruudaha helista adeegyada caafimaadka dhimirka.
- Adeegyada caafimaadka dhimirka waxaa bixin kara degmada ama adeeg bixiyaasha kale ee degmadu qandaraaska ku siiso (sida rugaha caafimaadka, xarumaha daawaynta, ururada bulshada, ama adeeg bixiyaasha gaarka ah).

Xagee ayaan Ka helayaa Adeegyada Caafimaadka Dhimirka?

Waxaad adeegyada caafimaadka dhimirka ka helaysaa degmada aad dagan tahay, ama banaanka degmadaada haddii loo baahdo. Degmo kasta waxay leedahay adeegyada caafimaadka dhimirka ee carruurta, dhalinta, dadka waawayn, iyo waayeelka. Haddii aad ka yar tahay 21 sano, Waxaad u qalantaa caymiska dheeriga ah iyo gunnooyinka lagu baxsho Baaritaanka, Helista Xanuunka, iyo Daawaynta Caruurta ee Goos-gooska ah. Akhri qaybta “Baaritaanka, Helitaanka, iyo Daawaynta Xanuunka ee Xili hore iyo Tan Goos-gooska ah” ee buug tusmeedkaan si aad u hesho xog dheeri ah.

Degmadaada ayaa kaa caawinaysa helitaanka dhakhtar kaasoo ku siin kara daryeelka aad u baahan tahay. Degmadu waa inay kugu xirtaa dhakhtarka ugu dhow gurigaaga, ama heerarka waqtiga ama badka ee u degsan kuwaasoo buuxinaaya baahiyahaaga.

Goorma ayaan heli karaa Adeegyada Caafimaadka Dhimirka?

Degmadaadu waa inay buuxisaa shuruudaha wakhtiga balanta marka ay kuu mudeynayso adeeg. Adeegyada caafimaadka dhimirka, degmadu waa inay ku siisaa balan:

- 10 maalmood gudahood kadib marka aad dirto codsigaaga aan degdega ahayn si laguugu bilaabo adeegyada uu daboolo caymiska caafimaadka dhimirka;
- 48 saac gudahood haddii aad codsatay adeegyada xanuun degdeg ah;
- 15 maalmood gudahood kadib marka aad dirto codsigaaga aan degdega ahayn si aad u hesho balanta dhakhtarka dhimirka; iyo,

- 10 maalmood gudahood laga bilaabo balantii koobaad ee dabagalka xaalada aan degdega ahayn ee xanuunka horay u jiray.

Adeegyada isticmaalka maandooriyaasha, degmadu waa inay ku siisaa balan:

- 10 maalmood gudahood laga bilaabo marka aad dirto codsigaaga aan degdega ahayn ee bilaabista adeegyada dhakhtarka xanuunka maandooriyaha ee adeegyada bukaan socodka iyo kuwa adag ee bukaan socodka;
- 3 maalmood oo kuwa shaqada ah gudahood kadib codsiga adeegyada Barnaamijka Daawaynta Maandooriyaha;
- Balanta dabalgalka ah ee aan degdega ahayn oo la qabto 10 maalmood gudahood haddii aad ku jirto koorsada daawaynta xanuunka maandooriyaasha oo taagan, marka laga reebo xaalado gaar ah oo dhakhtarka daawayntu sheego.

Hase yeeshee, waqtiyadaan ayaa intaas ka badan kara haddii dhakhtarkaagu uu go'aansho in waqtiga sugitanaka oo intaas ka dheer uu haboon yahay caafimaad ahaan aysan dhibaato ku ahayn caafimaadkaaga. Haddii laguu sheego in lagu gashay liiska sugitaanka aadna u aragto mudada wakhtigu inay khatar ku tahay caafimaadkaaga, kala xiriir degmadaada lambarka taleefanka ku qoran bogga hore ee buug tusmeedkaan. Waxaad xaq u leedahay inaad gudbiso cabasho haddii aadan helin daryeel wakhtigiisa lagu siiyo. Si aad u hesho xog dheeri ah oo ku aadan gudbinta cabashada, eeg qaybta "Hanaanka Cabashada" ee buug tusmeedkaan.

Waa maxay Adeegya?

Adeegyada degdega ah waa adeegyada macaamiisha waajahaaya xaalad caafimaad oo degdeg ah, ayna ku jiraan xaaladaha degdega ah ee caafimaadka dhimirka. Xaalad caafimaad oo degdeg ah ayaa leh astaamo aad u xun (ayna u badan tahay inuu ku jiro xanuun daran) kuwaasoo uuu qof caadi ah si macquul ah u filan karo inay dhici karaan waxyaabaha soo socda xili kasta:

- Caafimaadka qofka (ama caafimaadka ilmaha uurka ku jira) ay dhibaato wayn ku dhacayso
- Ay keenayso waxyeelo ku timaada shaqada jirkaaga

- Ay keenayso waxyeelo wayn oo ku dhacda xubin ama qayb kamid ah jirka

Xaalad caafimaadka dhimirka ah oo daran ayaa dhici karta marka qofka caadiga ah uu aamisan yahay in qof:

- Uu khatar taagan ku yahay naftiisa ama qof kale sabab la xariirta xanuun caafimaadka Dhimirkaa ah ama xanuun caafimaadka dhimirka ah oo looga shakiyay.
- Uusan awoodin si degdeg ah inuu siiyo ama cuno cunto, ama adeegsado dharka ama hooyga sabab la xariirta xanuunka caafimaadka dhimirka ama xanuunka caafimaadka dhimirka oo laga shakiyay.

Adeegyada degdega ah ayaa la siiyaa 24 saac maalintii, todobo maalmood asbuucii macaamiisha Medi-Cal. Kahor intaan ogolaansho loogu baahan adeegyada xaaladaha degdega ah. Barnaamijka Medi-Cal ayaa dabooli doona xaaladaha degdega ah, haddii xanuunku yahay mid caafimaadka jirka ah ama xanuunka caafimaadka dhimirka (fikradaha, dareenada, habdhaqanka kuwaasoo abuuraaya walaaca iyo/ama hawlgabka ku aadan shaqsiga ama dadka kale). Haddii aad ka diiwaan gashan tahay Medi-Cal, ma heli doontid dalabka biilka si aad u bixiso qarashka gelitaanka qolka xaalada degdega ah, xataa haddii ay dhacdo in aadan qabin xaalad degdeg ah. Haddii aad isleedahay waxaad waajahaysaa xaalad degdeg ah, wac **911** ama booqo isbitaal ama xarun kale si laguu caawiyo.

Yaa go'aaminaaya Adeegyada Aan Helaayo?

Adiga, dhakhtarkaaga, iyo degmadaada ayaa dhammaan door ku leh go'aaminta noocyada adeegyada aad u baahan tahay inaad hesho. Xirfadle caafimaadka dhimirka ah ayaa kula hadli doona kaana caawin doona go'aaminta nooca adeegyada aad u baahan tahay.

Uma baahnid inaad ogaato inaad qabto cilado xanuunka caafimaadka dhimirka ah ama xanuun caafimaadka dhimirka ah oo gaar ah si aad u codsato caawimaad.

Waxaad awoodi doontaa inaad hesho adeegyada qaar inta dhakhtarkaagu wado qiimayn.

Haddii aad ka yar tahay da'da 21, Sharciga waxaad sidoo kale awoodi kartaa inaad hesho adeegyada caafimaadka dhaqanka haddii aad qabto xanuun dhimirka ah oo ka dhashay xun, soo marida nidaamyada sharciga carruurta, nidaamka maxkamadaha ilmaha, ama aadan haysan hooy. Waxaa intaas dheer, haddii aad ka yar tahay 21, degmadu waa inay ku siisaa adeegyada caafimaad ahaan muhiimka ah si lagaaga caawiyo xanuunka caafimaadka dhimirka. Adeegyada joogtaynaaya, taageeraaya, kor u qaadaaya, ama dejinaaya xaalada xanuunka habdhaqanka ayaa loo arkaa kuwo caafimaad ahaan muhiim ah.

Adeegyada qaar ayaa u baahan kara ogolaansho hore oo ay bixiso degmadu. Adeegyada u baahan ogolaanshaha hore waxaa kamid ah Adeegyada Adag ee Guriga Lagu Baxsho, Daawaynta Adag ee Maalintii, Baxnaaninta Maalintii, Adeegyada Baxnaaninta Dhimirka, Daryeelka Baxnaaninta Koriimada Ubadka iyo Adeegyada Dadka La seexsho ee Xanuunka Isticmaalka maandooriyaasha. Waxaad degmada ka codsan kartaa xog dheeraad ah oo ku saabsan hanaanka ogolaanshaheeda hore. Wac degmadaada adoo adeegsanaaya lambarka taleefanka ee ku qoran bogga hore ee buug tusmeedka si aad u codsato xog dheeraad ah.

Hanaanka ogolaanshaha degmadu waa inuu raacaa jadwallo gaar ah.

- Ogolaanshaha caadiga ah ee daryeelka xanuunka laga qaado isticmaalka maandooriyaasha, degmadu waa inay go'aan ka gaartaa codsiga dhakhtarkaaga 14 maalmood gudahood.
    - Haddii adiga ama dhakhtarkaagu codsado, ama haddii degmadu aaminsan tahay in maslaxadaadu ku jirto si loo helo xog dheeri ah oo uu baxsho dhakhtarkaagu, jadwalka ayaa la kordhin karaa 14 maalmood oo dheeraad ah. Tusaalaha marka waqti kordhintu ay noqon karto maslaxadaada waa marka degmadu aaminsan tahay inay awoodo inay ansixiso codsiga dhakhtarkaaga ee ogolaanshaha haddii degmadu xog

dheeri ah ka hesho dhakhtarkaaga ayna ku qasban tahay inay diido codsiga haddii aan xogtaas la keenin. Haddii degmadu kordhiso waqtiga, degmada ayaa kuusoo diraysa ogeysiis qoraal ah oo ku saabsan muddo kordhinta.

- Ogolaanshaha hore ee caadiga ah ee caafimaadka dhimirka, degmadu waa inay go'aanka ku gaartaa qaab ku dhisan codsiga dhakhtarkaaga sida ugu dhakhsaha badan ee xanuunkaagu u baahan yahay, laakiin aan ka badnayn shan (5) maalmood oo kuwa shaqada ah laga bilaabo marka degmadu hesho codsiga.
    - Tusaale, haddii raacista jadwalka caadiga ah ay si xun u dhaawacayso noloshaada, caafimaadka, ama awooda helista, joogtaynta, ama soo celinta awooda buuxda, degmadaadu waa inay boobsiisaa go'aanka ogolaanshaha ayna bixisaa ogeysiis ku saleysan jadwalka la xiriira xanuunkaaga kaasoo aan ka badnayn 72 saac kadib marka ay hesho codsiga adeegga. Degmadaada ayaa kordhin karta wakhtiga kuna dari karta 14 maalmood oo dheeri ah kadib marka degmadu hesho codsiga haddii adiga ama dhakhtarkaagu codsataan muddo kordhin, ama degmadu cadeyn u keento sababta ay u kordhinayso inay tahay maslaxadaada.

Labada jeerba, haddii degmadu kordhiso jadwalka kadib codsiga ogolaanshaha dhakhtarka, degmada ayaa kuusoo diraysa ogeysiis qoraal ah oo kuu sheegaaya muddo kordhinta. Haddii degmadu aysan go'aan gaarin wakhtiyada loo cayimay gudahood ama diido, dib u dhigto, yareyso, ama joojiso adeegyada aad codsatay, degmadu waa inay kuusoo dirtaa Ogeysiiska Go'aanka Gunnada ee Diidmada ah kaasoo kuu sheegaaya in adeegyada la diiday, kuu sheegaaya inaad soo gudbin karo racfaan, kuna siinaaya xog ku saabsan sida aad u soo gudbinayso racfaan.

Waxaad degmada ka codsan kartaa xog dheeraad ah oo ku saabsan hanaanka ogolaanshaheeda hore.

Haddii aadan aqbalin go'aanka degmada ee ku aadan hanaanka ogolaanshaha, waxaad gudbin kartaa racfaan. Si aad u hesho xog dheeraad ah, ka fiiri qaybta "Xalinta Dhibaatada" ee buug tusmeedkaan.

Waa maxay Muhiimada Caafimaad?

Adeegyada aad hesho waa inay yihiin kuwo caafimaad ahaan muhiim ah ayna caafimaad ahaan ku haboon yihiin xalinta xanuunkaaga. Macaamiisha jira 21 sano iyo ka wayn, adeegga ayaa caafimaad ahaan muhiim ah marka uu yahay mid macquul ah muhiimna u ah difaaca noloshaada, kahortaga xanuun daran ama naafo, kor u qaadaaya xanuunkaaga.

Macaamiisha kayar da'da 21, adeegga ayaa loo arkaa mid caafimaad ahaan muhiim ah haddii uu saxaayo, ilaalinaayo, taageeraayo, kor u qaadaayo, ama dejinaayo xanuun dhanka dhimirka ah. Adeegyada joogtaynaaya, taageeraaya, kor u qaadaaya, ama dejinaaya xaalada xanuunka caafimaadka dhimirka ayaa loo arkaa kuwo caafimaad ahaan muhiim ah waxaana lagu daboolayaa qaybta adeegyada Baaritaanka, Helista Xanuunka, iyo Daawaynta Carruurta ee Goos-gooska ah.

Sidee ayaan ku helayaa Adeegyada Kale ee Caafimaadka Dhimirka ee Aysan Daboolayn Degmadu?

Haddii aad ka diiwaan gashan tahay caymiska daryeelka Maaraysan, waa inaad heshaa adeegyada soo socda ee caafimaadka dhimirka oo uu baxsho Caymiska Daryeelka Maaraysan:

- Baaritaanka iyo daawaynta caafimaadka dhimirka, ayna ku jiraan baxnaaninta shaqsiga ah, kooxda, iyo qoyska.
- Baaritaanka dhimirka iyo neerfaha marka caafimaad ahaan la cadeeyo si loo baaro xanuunka dhimirka.
- Adeegyada bukaan socodka si loola socdo daawooyinka dhakhtarku kuu qorey.
- Talo bixinta dhimirka.

Si aad u hesho mid kamid ah adeegyada kore, toos u wac qorshaha daryeelka maaraysan. Haddii aadan haysan qorshaha daryeelka maaraysan, waxaad awoodi kartaa inaad hesho ay bixinayaan adeeg bixiyaal gaar ah iyo rugaha caafimaadka ee aqbala Medi-Cal. Degmada ayaa ku siin karta fikrado ku aadan sida aad ku helayso dhakhtar ama rug caafimaad.

Farmashiye kasta oo aqbala Medi-Cal ayaa kuu buuxin kara daawooyinka laguu qorey ee lagu dawaynaayo xanuunka dhimirka. Fadlan ogoow in inta badan daawooyinka laguu qoro ee farmashiyuhu ku siiyo, oo la yiraahdo Medi-Cal Rx, lagu daboolaayo barnaamijka Caymiska Adeegyada Gaarka ah ee Medi-Cal, kumana jiraan qorshaha daryeelka maaraysan.

Waa kuwee Adeegyada xanuunka laga qaado Isticmaalka Maandooriyaasha ee laga heli karo Caymistada Daryeelka Maaraysan ama Barnaamijka "Adeegyada Caymiska Gaarka ah ee Medi-Cal"?

Qorsheyaasha daryeelka maareysan waa inay daboolaan adeegyada xanuunka laga qaado isticmaalka maandooriyaasha ee xarumaha daryeelka aasaasiga ah iyo baaritaannada tubaakada, khamrada, iyo daroogada sharci darada ah. Waa inay sidoo kale daboolaan adeegyada xanuunka laga qaado isticmaalka maandooriyaasha ee macaamiisha uurka leh iyo baaritaanka isticmaalka khamrada iyo daroogada, qiimeynta, caawimaadaha kooban, iyo ku xirista xarumaha daawaynta ee ku haboon macaamiisha jira da'aha 11 iyo ka wayn. Qorsheyaasha Daryeelka Maaraysan waa inay baxshaan ama diyaarshaan adeegga Daawooyinka Daawaynta Balwada (oo sidoo kale loo yaqaano Daawaynta Daawada Lagu kaabo) ee lagu baxsho daryeelka guud, isbitaalka bukaan jiifka, waaxaha xaaladaha degdega ah, iyo xarumaha kale ee caafimaadka ee caymiska la shaqeeya. Qorsheyaasha Daryeelka Maaraysan sidoo kale waa inay baxshaan adeegyada xaalada degdega ah ee muhiimka u ah dejinta xaaladda macmiilka, ayna ku jiraan adeegga bukaan jiifka ee ka saarida sunta jirka qofka.

Sidee ayaan Ku Helayaa Adeegyada Kale ee Medi-Cal (Daryeelka Aasaasiga ah/Medi-Cal)?

Haddii aad ku jirto qorshaha daryeelka maaraysan, degmada ayaa masuul ka ah inay dhakhtar kuu raadiso. Haddii aadan ka diiwaan gashanayn qorshaha daryeelka maaraysan aadna leedahay caymiska Medi-Cal ee "caadiga ah", oo sidoo kale loo yaqaano Adeegyada Caymiska Kala Gaarka ah ee Medi-Cal, markaas waxaad u tagi kartaa dhakhtar aqabalaaya Medi-Cal. Waa inaad u sheegtaa dhakhtarka inaad leedahay caymiska Medi-Cal kahor intuusan adeegyada kuu bilaabin. Haddii kale, waxaa lagaa dalban karaa qarashka adeegyadaas. Waxaad adeegsan kartaa dhakhtar ka baxsan qorshahaaga daryeelka Maaraysan si aad uga hesho adeegyadaada kahortaga dhalmada.

Maxaan ugu Baahan Nahay Adeegyada isbitaalka ee Bukaan jiifka Caafimaadka Dhimirka?

Waxaa lagu dhigi karaa isbitala haddii aad qabto xanuun ama astaamaha caafimaadka dhimirka oo aan si amaan ah loogu dawayn karin daryeelka heerka hooseeya, iyo sabab la xariirta xanuun caafimaad ama astaamo dhanka caafimaadka dhimirka ah, aad:

- Khatar taagan ku tahay naftaada, dadka kale, ama hantida
- Aadan awoodin inaad daryeesho naftaada adoo qaadanaaya cuntada, dharka, ama hooyga.
- Aad muujinayso khatar daran oo aad u gaysanayso caafimaadkaaga jireed.
- Aad qabto kasii daris cusub, oo wayn oo ku timaada awoodaada shaqada sabab la xariirta xanuun dhimirka ah.
- Aad u baahan tahay qiimayn dhanka dhimirka ah, daawayn caafimaad, ama daawayn kale oo keliya aad ka helayso isbitaal.

DHAKHTARKA QAYBTA A

Sidee ayaan Ku helayaa Dhakhtarka Adeegyada Caafimaadka Dhimirka ee aan u Baahan nahay?

Degmadaada ayaa laga doonayaa inay soo daabacdo liiska dhakhtarada hadda ka tirsan ee oonlaynka ah. Waxaad ka helaysaa lifaaqa liiska dhakhaatiirta qaybta Xiriirka Degmada ee buug tusmeedkaan. Liiska waxaa ku jira xog ku saabsan meesha dhakhaatiirtu joogaan, adeegyada ay bixiyaan, iyo xogta kale ee kaa caawinaysa helitaanka daryeelka, ayna ku jirto xog ku aadan adeegyada dhaqanka iyo luuqada ee aad ka helayso dhakhaatiirta.

Haddii aad su'aalo ka qabto dhakhaatiirta hadda ama aad dooneyso diiwaanka cusub ee dhakhaatiirta, booqo webseedka degmadaada ama adeegso lambarka taleefanka ku qoran bogga kore ee buug tusmeedkaan. Waxaad heli kartaa liiska oo qoraal ah ama boostada laguugu soo diraayo haddii aad codsato.

Ogoow: Degmada ayaa xadiyo ku xiri karta dookhaaga dhakhaatiirta. Marka koobaad ee aad biloowdo helitaanka adeegyada caafimaadka dhimirka waxaad codsan kartaa in degmadu ku siiso dookha koobaad oo ah ugu yaraan labo dhakhtar. Degmadaadu waa inay sidoo kale kuu ogolaataa inaad badesho dhakhaatiirtaada. Haddii aad codsato inaad badesho dhakhtarkaaga, degmadu waa inay kuu ogolaataa inaad kala doorato ugu yaraan labo dhakhtar marka ay suuragal tahay. Degmadaada ayaa masuul ka ah inay xaqijiso inaad hesho daryeelka waqtiga ku haboon iyo inaad hesho dhakhaatiir kugu filan oo kuu dhow si loo xaqiijiyo inaad hesho adeegyada caafimaadka dhimirka oo uu daboolaayo caymiska adeegyada caafimaadka dhimirka haddii aad u baahato.

Mararka qaar dhakhaatiirta qandaraaska ka haysta degmada ayaa doorta inaysan dib danbe u bixin adeegyada caafimaadka dhimirka sabab la xiriirta inaysan qandaraas danbe kula jirin degmada, ama aysan hadda kadib aqbalayn Medi-Cal. Marka sidaan dhacdo, degmadu waa inay dedaal daacad ah samayso si ay u siiso ogeysiis qoraal ah qof kasta oo adeegyada ka helaayay dhakhtarka. Waa inaad heshaa ogeysiis 30

maalmood kahor taariikhda dhaqan galka joojinta ama 15 maalmood kadib marka degmadu ogaato in dhakhtarku joojinaayo shaqada. Marka ay sidaan dhacdo, degmadaadu waa inay kuu ogolaato inaad adeegyada kasii qaadato dhakhtarka ka baxay qandaraaska degmada, haddii adiga iyo dhakhtarku ku heshiisaan. Tan waxaa loo yaqaanaa "siiwadista daryeelka" hoos ayaana lagu sharxay.

Ogoow: Shaqsiyaadka Hindida Maraykanka ama Dhaladka Alasaka ee u qalma adeegyada Medi-Cal kuna nool degmooyinka ka tirsan Nidaamka Adeeg Bixinta Nidaamsan ee Daawada Medi-Cal, ayaasidoo kale heli kara adeegyada Nidaamka Adeeg Bixinta Nidaamsan ee Daawada Medi-Cal oo ay baxshaan Dhakhaatiirta Caafimaadka Hindida ee haysta shahaadada Drug Medi-Cal ee muhiimka ah.

Miyaan sii Wadan karaa Ka Helitaanka Adeegyada Caafimaadka Dhimirka ee Gaarka ah Dhakhtarkayga Hadda?

Haddii aad marhore helaysay adeegyada caafimaadka ee lagu baxsho caymiska daryeelka maaraysan, waxaad sii wadi kartaa inaad daryeel ka hesho dhakhtarka xataa haddii aad adeegyada caafimaadka dhimirka ka hesho dhakhtarkaaga caafimaadka dhimirka, ilaa inta adeegyada ay heshiis ku yihiin dhakhaatiirtu adeegyaduna aysan isku mid ahayn.

Waxaa intaas dheer, haddii aad horey u helaysay adeegyada oo uu baxsho caymis caafimaadka dhimirka ah oo kale, qorshaha daryeelka maaraysan, ama dhakhtarka gaarka ah ee Medi-Cal, waxaad codsan kartaa "siiwadista daryeelka" si aad adeeg ugasii hesho dhakhtarkaaga hadda, ilaa muddo 12 bilood ah. Waxaad dooni kartaa inaad daryeel kasii hesho dhakhtarkaaga hadda si aad u sii wadato daawaynta socota ama sabab la xariirta inay dhibaato xun ku noqonayso caafimaadkaaga dhimirka in laguu wareejiyo dhakhtar cusub. Codsigaaga sii wadashada daryeelka ayaa la ogolaan karaa haddii waxyaabaha soo socda run yihiin:

- Aad xiriir joogto ah la leedahay dhakhtarka aad codsanayso aadna u tagtay dhakhtarkaas intii lagu jiray 12 bilood ee lasoo dhaafay;
- Waa in aad ku nagaato dhakhtarkaaga hadda si aad u sii wadato daawaynta socotay si looga hortago kasii darista xun ee caafimaadka macmiilka ama loo

yareeyo khatarta isbitaal dhigista ama gaynta xarunta daawaynta;

- Dhakhtarku uu yahay mid xirfad badan uuna buuxsho shuruudaha Medi-Cal;
- Dhakhtarku uu aqbalo shuruudaha caymiska caafimaadka dhimirka ee caymiska caafimaadka dhimirku qandaraaska la galaaya iyo adeegyada lacag bixinta; iyo
- Dhakhtarku uu dukumiintiga ay qusayso la wadaago degmada kaasoo la xiriira baahida aad u qabto adeegyada.

Miyaan sii Wadan karaa Ka Helitaanka Adeegyada Xanuunka laga qaado isticmaalka maandooriyaasha Dhakhtarkayga Hadda?

Waxaad codsan kartaa inaad adeegga kasii wadato dhakhtarkaaga ka baxsan caymiska muddo wakhti cayiman ah haddii:

- Aad xiriir socda la yeelatay dhakhtarka aad codsanayso aadna dhakhtarkaas la kulantay kahor taariikhda aad u wareegayso Nidaamka Gaynta Daawada ee Abaabulan ee Medical ee degmada.
- Waa in aad ku nagaato dhakhtarkaaga hadda si aad u sii wadato daawaynta socotay si looga hortago kasii darista xun ee caafimaadka macmiilka ama loo yareeyo khatarta isbitaal dhigista ama gaynta xarunta daawaynta.

XAQA AAD U LEEDAHAY HELITAANKA DIIWAANNADA CAFIMAADKA DHIMIRKA IYO XOGTA DIIWAANKA ADEEG BIXIYAHA ADOO ADEEGSANAAYA AALADAHA CASRIGA AH

Waad heli kartaa diiwaanadaada caafimaadka dhimirka iyo/ama waxaad heli kartaa dhakhtar adoo adeegsanaaya ablikeeshin lagu shubto kumbuyuutarka, taableedka, ama moobilka. Xogta aad ka fakarayso kahor xulashada ablikeeshinka si aad ugu hesho xogta qaabkaan ayaa laga heli karaa webseedka degmadaada oo ku qoran qaybta Xiriirka Degmada ee buug tusmeedkaan.

Bishii Sibteembar 1, 2024, Qorshaha Caafimaadka Maskaxda ee San Diego (MHP iyo DMC-ODS) ayaa u guuray SmartCare EHR asagoo kasoo guuray labo nidaam adeeg oo kaladuwan: SanWITs (DMC-ODS) iyo CCBH (MHP). Sababtaas awgeed, khayraadka waxbarashada macaamiisha ee dadwaynaha u furan ee BHP-ga San Diego ee barnaamijka API ee Adeeg Fududeynta Bukaanka ayaa la dhaqan gelin doonaa sanad miisaaniyadeedka 2024-2025.

BAAXADA ADEEGYADA

Haddii aad buuxiso shuruudaha helitaanka adeegyada caafimaadka dhimirka, adeegyada soo socda ayaad helaysaa ayadoo laga eegaayo baahidaada. Dhakhtarkaaga ayaa kaala shaqayn doona go'aaminta noocyada adeegyada kuugu haboon.

Adeegyada Caafimaadka Dhimirka ee Gaarka ah

Adeegyada Caafimaadka Dhimirka

- Adeegyada Caafimaadka Dhimirka waa adeegyada daawaynta ee shaqsiga ah, kooxda, ama qoyska ku salaysan ee ka caawiya dadka qaba xanuunnada dhimirka inay bartaan xirfadaha maaraynta nolol maalmoodkooda. Adeegyadaan waxaa sidoo kale ku jira shaqada dhakhtarku qabto si uu ugu daryeel qofka helaaya daryeelka. Waxyaabaha noocaan ah waxaa kamid qiimaynada si aad u aragto haddii aad u baahan tahay adeegga iyo haddii adeeggu kuu shaqaynaayo; qorshaynta daawada iyo adeegyada gaarka ah ee la bixin doono' iyo "jameecada," oo laga wado la shaqaynta xubnaha qoyska iyo dadka kale ee muhiimka u ah noloshaada (haddii aad ogolaato) si lagaaga caawiyo hormarinta ama joogtaynta awoodahaaga maaraynta nolosha.
- Adeegyada Caafimaadka Dhimirka ayaa lagu bixin karaa rug caafimaad ama xafiiska dhakhtarka, gurigaaga ama xarun kale oo bulsho, taleefanka ama caafimaadka khadka (kaasoo ay ku jiraan labadaba xiriirada codka keliya iyo kuwa muuqaalka). Degmada iyo dhakhtarka ayaa kaala shaqeyn doona go'aaminta heerka adeegyadaada/balamahaaga.

Adeegyada Taageerada Dawada

- Adeegyadaan waxaa ku jira qorista, bixinta, qaybinta, iyo kormeerida daawooyinka dhimirka. Dhakhtarka ayaa sidoo kale ku siin kara waxbarasho ku aadan daawada. Adeegyadaan ayaa lagu bixin karaa rug caafimaad, dhakhtarka, gurigaaga xarun bulsho, taleefankaa, ama caafimaadka khadka (kaasoo ay ku jiraan labadaba xiriirada codka keliya iyo kuwa muuqaalka).

Maaraynta Kiiska Gaarka ah

- Adeeggaan ayaa gacan ka siiya macaamiisha helitaanka adeegyada caafimaadka, waxbarashada, bulshada, tababarka hore, tababarka shaqada, baxnaaninta, ama adeegyada kale ee bulshada marka adeegyadaan ay ku adkaadaan dadka qaba xanuunka dhimirka inay si iskood ah u helaan. Maareynta kiiska ee yoolka la saaraayo waxaa ku jira, laakiin kuma koobna:
    - Abuurista qorshaha;
    - Xiriirka, isku dubaridka, iyo isku xirka;
    - Kormeerka bixinta adeegga si loo hubiyo helitaanka qofka ee adeegga iyo nidaamka bixinta adeegga; iyo
    - Kormeerida hormarka qofka.

Adeegyada Caawimaada Masiibada

- Adeeggaan ayaa la heli karaa si xal loogu helo xaalada degdega ah ee u baahan daryeelka degdega ah. Yoolka caawimaada dhibaatada ayaa ah in la caawiyo xubnaha bulshada si aan xaalkoodu u gaarin in isbitaal la seexsho. Caawimaada dhibaatada ayaa socon kara ilaa sideed bilood waxaana lagu bixin araa rug caafimaad ama xafiiska dhakhtarka, ama gurigaaga ama xarun kale oo bulsho. Adeegyadaan ayaa sidoo kale lagu bixin karaa taleefanka ama khadka caafimaadka.

Adeegyada Dejinta Dhibaatada

- Adeeggaan ayaa la heli karaa si xal loogu helo xaalada degdega ah ee u baahan daryeelka degdega ah. Dejinta dhibaatada ayaa socon karta 24 saac waana in lagu baxshaa xarunta daryeelka caafimaadka oo ruqsad leh oo shaqaysa 24 saac, barnaamikka bukaan socodka ee isbitaalka, ama xarunta dhakhtar ruqsad u haysta bixinta adeegyadaan.

Adeegyada Xarumaha Daawaynta ee la Seexsho Dadka waawayn

- Adeegyadaan ayaa siiya daawaynta caafimaadka dhimirka dadka qaba xanuunka dhimirka ee ku nool xarumaha ruqsada haysta ee dadka la seexsho.

Waxay gacan ka gaystaan dhisida xirfadaha dadka iyo bixinta adeegyada daawaynta ee dadka la seexiyo oo la siinaayo dadka qaba xanuunka caafimaadka dhimirka. Adeegyadana ayaa la heli karaa 24 saacadood maalintii, todoba maalmood asbuucii. Medi-Cal ayaan daboolin qarashaadka qolka iyo adeegga ee joogista xarumahaan.

Adeegyada Xarumaha Daawaynta la seexsho Dadka Dhibaatada ku jira

- Adeegyadaan ayaa daawaynta caafimaadka dhimirka iyo xirfad dhisid u sameeya dadka qaba xanuunka daran ee dhimirka ama dhibaatada dareenka. Kan loguma talo gelin dadka u baahan daryeelka caafimaadka dhimirka ee isbitaalka. Adeegyada ayaa laga heli karaa xarumaha ruqsada leh 24 saac maalintii, todobo maalmood asbuucii. Medi-Cal ayaan daboolin qarashaadka qolka iyo adeegga ee xarumahaan.

Adeegyada Adag ee Daawaynta Maalintii

- Kani waa barnaamij nidaamsan oo baxsha daawaynta caafimaadka dhimirka ee la siiyo koox dad ah oo haddii kale la seexin lahaa isbitaal ama xarun kale oo bixisa daryeel 24 saac ah. Barnaamijka ayaa socda sadex saacadood maalintii. Waxaa ku jira baxnaanin, daawaynta maskaxda iyo hawlaha dhisida xirfadaha.

Baxnaaninta Maalintii

- Barnaamijkaan ayaa loo sameeyay inuu dadka qaba xanuunka dhimirka ka caawiyo barashada iyo abuurista xirfadaha maaraynta iyo nolosha si ay qaab wanaagsan ugu maareeyaan xanuunkooda. Barnaamijkaan ayaa socda ugu yaraan sadex saacadood maalin kasta. Waxaa ku jira baxnaanin iyo hawlaha dhisida xirfadaha.

Adeegyada Isbitaalka ee Bukaan Jiifka Caafimaadka Dhimirka

- Kuwaani waa adeegyo lagu baxsho isbitaalka dhimirka oo ruqsad haysta. Dhakhtarka caafimaadka dhimirka oo ruqsad haysta ayaa go'aaminaaya haddii qof u baahan yahay daawaynta adag ee degdega ah sabab la xiriirta xanuunkiisa

dhimirka. Haddii dhakhtarku go'aansho in macmiilku u baahan yahay daawayn degdeg ah, macmiilka waa in isbitaalka la seexiyaan 24 saac maalintii.

Adeegyada Xarunta Caafimaadka Dhimirka

- Adeegyadaan ayaa lagu baxshaa caafimaadka maskaxda oo ruqsad leh taasoo taqasus u leh daawaynta baxnaaninta 24 saac ah ee xanuunnada dhimirka ee daran. Xarumaha Caafimaadka Dhimirka waa inay heshiis ka haystaan isbitaal ama rug caafimaad oo u dhow si ay u buuxshaan baahiyaha daryeelka jireed ee dadka xarunta jooga. Xarumaha caafimaadka dhimirka ayaa keliya la dhigi karaa laguna dawayn karaa bukaannada aan qabin xanuunka jirka ama dhaawaca kuwaasoo u baahan daawayn ka baxsan waxa caadiyan lagu daweeyo adeegyada bukaan socodka.

Adeegyada Baxnaaninta Habdhaqanka

Adeegyada Baxnaaninta Dhimirka waa caawimaadaha adag ee mudada gaaban ee daawaynta bukaan socodka oo la siiyo macaamiisha ilaa 21 jirka ah. Adeegyadaan waxaa si gaar ah loogu sameeyay macmiil kasta. Macaamiisha helaaya adeegyadaan ayaa qaba dhibaatooyinka dhimirka oo daran, waxay waajahayaaan isbadel walwal badan ama dhibaato nololeed, waxayna u baahan yihiin adeegyada taageerada mudada gaaban, adeegyada taageerada gaarka ah.

Adeegyadaan waa nooc kamid ah adeegga caafimaadka Dhimirka ee Gaarka ah oo lagu heli karo degmada haddii aad qabto dhibaatooyin daran oo dhanka shucuurta ah. Si aad u hesho Adeegyada Baxnaaninta Habdhaqanka, waa inaad heshaa adeegga caafimaadka Dhimirka, aad ka yar tahay 21 sano, aadna haysato caymiska buuxa ee Medi-Cal.

- Haddii aad ku nooshahay guriga, xubin kamid ah shaqaalaha Adeegyada Baxnaaninta Habdhaqanka ayaa si fool ka fool ah kaagala shaqayn kara yarayta dhibaatooyinka daran ee habdhaqanka si aad iskugu daydo inaad iskaga ilaaliso u baahashada raadsada daryeel heer intaa ka sareeya ah, sida daryeelka guriga ee kooxda ee carruurta-iyo dhalinta kayar 21 sano ee qaba dhibaatooyinka

dhimirka ee aadka u daran.

- Haddii aad ku nooshahay meel ka baxsan gurigaaga, xubin kamid ah shaqaalaha Adeegyada Baxnaaninta Habdhaqanka ayaa kaala shaqayn kara si aad u awoodo inaad u guurto guriga ama xarunta ku saleysan qoyska, sida guriga qoyska aan waalidkaa ahayn.

Adeegyada Baxnaaninta Habdhaqanka ayaa kaa caawin doona adiga iyo qoyskaaga, daryeelka, ama masuulka inuu barto qaabab cusub oo loo waajaho dhibaatada habdhaqanka iyo kordhinta noocyada habdhaqanka kuu sahaaya inaad guul gaarto. Adiga, xubin kamid ah shaqaalaha Adeegyada Baxnaaninta Habdhaqanka iyo qoyskaaga, daryeelaha, ama masuulka ayaa ka wada shaqayn doona koox ahaan xal , u helida dabeecadaha dhibaatada keenaaya muddo kooban ilaa aadan dib danbe ugu baahan adeegyada. Waxaad yeelan doontaa qorshaha Adeegyada Baxnaaninta Habdhaqanka oo sheegaaya waxa adiga, qoyskaaga, daryeelaha, ama masuulka, iyo shaqaalaha Adeegyada Baxnaaninta Habdhaqanka aad samayn doontaan inta aad adeegyadaan helayso. Qorshaha Adeegyada Baxnaaninta Habdhaqanka waxaa sidoo kale ku jiri doona meesha iyo goorta adeegyada la bixinaayo. Shaqaalaha Adeegyada Baxnaaninta Habdhaqanka ayaa kaala shaqayn kara inta badan meelaha aad u baahan tahay in caawimaad lagugu siiyo. Goobahaan waxaa kamid ah gurigaaga, guriga waalidka ku korsaday, dugsiga, barnaamijka daawayn ee maalintii, iyo goobaha kale ee deegaanka.

Isku dubaridka Daryeelka Adag

Kani waa adeegga maareynta gaarka ah ee kiiska kaasoo fududeynaaya qiimeynta, qorsheynta daryeelka, iyo isku dubaridka adeegyada la siinaayo macaamiisha kayar da'da 21. Adeegaan waxaa loogu talo galay dadka u qalma adeegyada buuxa ee Medi-cal loona soo gudbiyay adeegga ayadoo lagu saleynaayo muhiimada caafimaadka. Adeegaan waxaa lagu baxshaa mabaadii'da Hanaanka Farsamada Aasaasiga ah ee Isku dhafan. Waxaa ku jira abuurista Kooxda Ilmaha iyo Qoyska si gacan looga gaysto xaqiijinta inuu jiro xiriir caafimaad leh oo u dhexeeya ilmaha, qoyskiisa, iyo nidaamyada doorka ku leh u adeegida ilmaha.

Kooxda Ilmaha Iyo Qoyska waxaa ku jira taageerada xirfadlaha (tusaale: iskuduwaha daryeelka, dhakhaatiirta, maareeyaasha kiiska ee ka socda wakaaladaha carruurta u adeega), taageerada dabiiciga ah (tusaale: xubnaha qoyska, dariska, saaxiibada, iyo karaaniga), iyo dadka kale ee ka wada shaqeeya abuurista iyo fulinta qorshaha macmiilka. Kooxdaan waxay taageertaa ayna xaqiijisaa in ilmaha iyo qoysasku gaaraan yoolalkooda.

Adeegaan wuxuu sidoo kale leeyahay iskuduwe kaasoo:

- Xaqiijiya in adeegyada caafimaad ahaan muhiimka ah la heli karo, la abaabulo, laguna baxsho qaab ku salaysan awood, gaar ah, macmiilku hagaayo, dhaqan ahaan iyo luuqad ahaanba ku haboon.
- Xaqiijinaaya in adeegyada iyo taageerada lagu saleeyo baahiyaha ilmaha.
- Abuuraaya qaab qof kasta doorkiisa uga qaato taageerada ilmaha, qoyska, dhakhaatiirta, iwm.
- Ka taageeraaya waalidka/daryeelaha daboolista baahiyaha ilmaha.
- Gacan ka gaysanaaya dhisida Kooxda Ilmaha iyo oyska siinaayana taageero joogto ah.
- Xaqiijinaaya in ilmaha lagu taageero nidaamyada kale ee ilmaha u adeegga marka loo baahdo.

Adeegyada Adag ee Lagu Baxsho Guriga

- Adeegyadaan waxaa si gaar ah loogu sameeyay macmiil kasta. Tan waxaa ku jira caawimaadaha ku saleysan awooda si kor loogu qaado xanuunnada caafimaadka dhimirka kuwaasoo carqaladeyn kara shaqada ilmaha/qofka dhalinyarada ah. Adeegyadaan waxay diirada saaraan inay ilmaha ka caawiyaan dhisida xirfadaha muhiimka ah si uu guul uga gaaro guriga iyo bulshada dhexdeeda korna u qaadaaya awooda qoyskiisa ee ka caawinta ilmaha hawshaas.
- Adeegyada Adag ee Lagu Baxsho Guriga ayaa lagu baxshaa Hanaanka Farsamada Aasaasiga ah ee Isku dhafan ee ay bixiso Kooxda Ilmaha iyo

Qoyska. Waxay adeegsadaan qorshaha guud ee adeegga qoyska. Adeegyadaan waxaa la siiyaa macaamiisha kayar da'da 21 kuwaasoo u qalma adeegyada buuxa ee Medi-Cal. Soo gudbin ku saleysan muhiimada caafimaadka ayaa loo baahan yahay si loo helo adeegyadaan.

Daryeelka carruurta ee baxnaaninta ah

- Naqshada Daryeelka Carruurta la Korsado ee Baxnaaninta ah ayaa bixiya adeegyada caafimaadka dhimirka ee gaarka ah ee mudada gaaban, adag, oo weelaaya uur kutaalooyinka oo la siinaayo carruurta kayar 21 sano ee qaba baahiyaha badan ee dhimirka iyo dabeecadaha. Adeegyadaan waxaa si gaar ah loogu sameeyay macmiil kasta. Daryeelka Carruurta la Korsado ee Baxnaaninta ah, carruurta ayaa loo dhiibaa waalidiin tababaran, la kormeero, loona taageero oo baxsha Daryeelka Carruurta la Korsado ee Baxnaaninta ah.

Caawimaada Dadka Dacwadaha loo haysto

- Siinta adeegyada daryeelka caafimaadka macaamiisha dacwadaha ku jira ilaa 90 maalmood kahor marka laga siidaayo xabsiga. Noocyada adeegyada la heli karo waxaa ku jira maaraynta kiiska ee xabsiga, adeegyada talo bixinta caafimaad ee caafimaadka dhimirka, taageerooyinka dadka isku xaalada ah, talo bixinta caafimaadka dhimirka, baxnaanin, waxbarashada bukaanka, adeegyada daawada, qorsheynta kadib xabsi ka siideynta iyo isbitaal ka saarida, adeegyada shaybaadhka iyo raajada, xogta daawada, adeegyada taageerada, iyo caawimaad ku aadan iska diiwaan gelinta dhakhtar ku haboon, tusaale Barnaamijka Daawaynta Maandooriyaha si ay u sii wataan Daawaynta Daawadu Kaabayso marka la siidaayo. Si ay u helaan adeegyadaan, shaqsiyaadku waa inay xubin ka yihiin Medi-Cal ama CHIP, iyo:
    - Haddii ay ka yar yihiin 21 sano kuna jiraan xabsiga Xarunta Dhaqan Celinta Dhalinta.
    - Haddii ay yihiin qof wayn, ku jiraan xabsi ayna buuxshaan midkood baahiyaha daryeelka caafimaadka ee barnaamijku daboolo.

- La xiriir degmadaada adoo adeegsanaaya lambarka taleefanka ee ku qoran bogga hore ee buug tusmeedka si aad u hesho xog dheeraad ah.

Adeegyada Taageerada Dadka isku daruufta ah isa siiyaan ee Medi-Cal (way kala duwan yihiin degmo kasta)

- Adeegyada Taageerada Dadka isku daruufta ah isa siiyaan ee Medi-Cal ayaa kor u qaadaaya soo kabashada, adkaysiga, wada shaqaynta, bulshanimada, isku filnaanshaha, u doodista naftaada, awoodaha lagu baxsho nashaadaadka nidaamsan. Adeegyadaan ayaa lagugu siin karaa adiga ama qofka laguu asteeyay ee taageerada wayn waxaana la heli karaa isla marka aad helayso adeegyada kale ee caafimaadka dhimirka. Taqasuslaha Taageerada Adeegyada Taageerada Dadka isku daruufta ah isa siiyaan waa qof soo maray khibrada caafimaadka dhimirka ama xanuunnada isticmaalka Maandooriyaasha wuxuuna ku jiraa kasoo kabasho asagoo buuxshay shuruudaha barnaamijka shahaado bixinta uu ansixiyay Gobalka ismaamulku, kaasoo shahaado ka haysta degmada, bixiyana adeegyadaan asagoo ka hoos shaqeeya Dhakhtarka Caafimaadka Habdhaqanka kaasoo ruqsad ka haysta, ruqsad dhaaf ka haysta, ama ka diiwaan gashan Gobalka.
- Adeegyada Taageerada Dadka isku daruufta ah isa siiyaan ee Medi-Cal waxaa ku jira tababarka shaqsiga ah iyo kan kooxda, kooxaha dhisida xirfadaha waxbarashada, helista khayraadka, adeegyada wada shaqaynta si laguugu booriyo ka qaybgalka daawaynta caafimaadka dhimirka, iyo shaqooyinka baxnaaninta ah sida kor u qaadista u doodista naftaada.
- Macaamiisha kayar 21 sano ayaa u qalmi kara adeegga oo lagu baxsho Baaritaanka Biloowga Hore iyo Goosgooska, Cilad Helida, iyo Daawaynta ayadoo aan loo eegayn degmada ay dagan yihiin.
- Bixinta Adeegyada Taageerada Dadka isku daruufta ah isa siiyaan ee Medi-Cal waa ikhtiyaar u furan degmooyinka caymiska ku jira. Eeg qaybta "Xog Dheeriga ah ee ku Saabsan Degmadaada" oo ku taala dhammaadka buug tusmeedkaan si aad u ogaato haddii degmadaadu bixiso adeegaan.
- Balaarinta dheefta Khubarada Taageerada Qof xaaladaada oo kale soo maray

ee Medi-Cal si loogu daro aaga taqasuska baarista falalka.

- Tan ayaa ku daraysa tababar dheeraadka ah iyo xirfadaha Taqasuslayaasha Taageerada Qof xaaladaada oo kale soo maray ee Medi-Cal kuwaasoo taageerada dadka isku xaalada ah siisa shaqsiyaadka soo maray nidaamka cadaalada danbiyada. Taageerada dadka isku xaalada ah ee shaqsiyaadka soo maray nidaamka cadaalada danbiyada ayaa badanaa ka bilaabata la kulanka koobaad ee ciiwaanka sharci fulinta taageerooyinka ayaana sii soocda ilaa dib siideynta iyo dib u dhexgalida bulshada kadib marka qofka xabsiga laga siidaayo.
- Khubarada Taageerada Dadka isku Xaalada ah ayaa muhiim u ah caawinta aqoonsiga khayraadka gudaha bulshada, ayna ku jiraan fursadaha guriyaynta iyo shaqada, kuwaasoo caqabado ku noqon kara shaqsiyaadka soo maray nidaamka cadaalada danbiyada. Ayagoo adeegsanaaya hanaanka fahansan xasuusta uur kutaalada leh, dadka isku marxalada ah ee soo maray nidaamka cadaalada danbiyada ayaa ah tusaalaha wanaagsan, taageera habdhaqannada ku haboon bulshada, dhiiri geliyay ku dhaqanka cafiska shardiga leh/shuruudaha cafis ku siideynta, waxayna siiyaan rajo la xiriirta in nolol wanaagsan ay heli karaan shaqsiyaadka ka baxaaya nidaamka cadaalada danbiyada.

Adeegyada Dhibaatada ee Wareegga ee Colorado

- Adeegyada Dhibaatada ee Wareegga ayaad helaysaa haddii aad qabto dhibaatada caafimaadka dhimirka.
- Adeegyada Masiibada ee Wareegga waxaa bixiya dhakhaatiir oo ku bixiya goobaha aad ku waajahayso masiibada, uuna ku jiro gurigaaga, shaqada, dugsiga, ama goobo kale oo deegaanka ah, marka laga reebo isbitaalka ama xarun kale. Adeegyada Masiibada ee Wareega ayaa la heli karaa 24 saac maalin kasta, 7 maalmood Asbuucii, iyo 365 maalmood sanadkii.
- Adeegyada Masiibada ee Wareegga waxaa ku jira gurmad degdeg ah, qiimayn gaar ah iyo xasilin ku saleysan bulshada. Haddii aad u baahan tahay daryeel

dheeri ah, adeeg bixiyaasha gurmadka dhibaatada ee wareegga ayaa sidoo kale bixiya xiriirada tooska ah ama u gudbinta adeegyada kale.

Shaqaalaha Caafimaadka Kor loo qaaday ee Bulshada

- Shaqaalaha Caafimaadka Kor loo qaaday ee Bulshada ayaa ka kooban heerka balaaran ee adeegyada kahortaga oo ay bixiyaan xubnaha bulshada ee lagu kalsoon yahay, oo ay badanaa ku jiraan isku dubaridka adag ee daryeelka, wada shaqeynta qotoda dheer ee bulshada, iyo taageerada qaaska ee shaqsiyaadka qaba baahiyaha balaaran ee caafimaadka.
- Marka laga soo tago wacyi gelinta iyo waxbarashada caadiyan la xiriira doorka CHW, haddana CHW Kor loo qaaday ayaa kaa caawin kara maaraynta xanuunnada dabo dheeraaday, helitaanka nidaamyada daryeelka caafimaadka, bixinta taageerada bulshada, iyo u doodista xubnaha si ay u helaan khayraadka muhiimka ah.

Adeegyada Xanuunka Isticmaalka Maandooriyaha

Waa maxay Adeegyada Nidaamka Adeeg Bixinta Nidaamsan ee Daawada Medi-Cal ee Degmadu baxsho?

Adeegyada degmada ee Nidaamka Gyanta Abaabulan ee Daawada Medi-Cal waxaa loogu talo galay dadka qaba xanuunka isticmaalka maandooriyaha, taasoo ka dhigan inay si khaldan u isticmaalayaan khamrada ama daroogada kale, ama dadka khatarta ugu jira inay qaadaan xanuunka isticmaalka maandooriyaha kuwaasoo dhakhtarka ilmaha ama dhakhtarka caadiga ah uusan dawayn karin. Adeegyadaan waxaa sidoo kale ku jira shaqada dhakhtarku qabto si uu ugu daryeel qofka helaaya daryeelka. Waxyaabaha noocaan ah waxaa ku jira qiimeynada si loo eego haddii aad u baahan tahay adeegga iyo haddii adeeggu uu shaqeynaayo.

Adeegyada Nidaamka Adeeg Bixinta Nidaamsan ee Daawada Medi-Cal ee degmada ayaa lagu bixin karaa rug caafimaad ama xafiiska dhakhtarka, gurigaaga ama xarun kale oo bulsho, taleefanka ama caafimaadka khadka (kaasoo ay ku jiraan labadaba xiriirada codka keliya iyo kuwa muuqaalka). Degmada iyo dhakhtarka ayaa kaala

shaqeyn doona go'aaminta heerka adeegyadaada/balamahaaga.

Ururka Caafimaadka Balwada ee Mareykanka (ASAM)

Qaar kamid ah Adeegyada Nidaamka Adeeg Bixinta Nidaamsan ee Daawada Medi-Cal ee degmada ee aad heli karto ayaa lagu saleeyay heerarka Ururka Caafimaadka Balwada ee Mareykanka. Degmada ama dhakhtarka ayaa adeegsan doona farsamada Ururka Caafimaadka Balwada ee Mareykanka si ay u helaan nooca saxda ah ee adeegyada kugu haboon – haddii loo baahdo. Noocyadaan adeegyada ayaa lagu qeexay "heerarka daryeelka," hoos ayaana lagu sharxay.

Baaritaanka, Qiimaynta, Caawimaada Kooban, iyo Ku Xirista Daawaynta (Ururka Caafimaadka Balwada ee Mareykanka(Heerka 0.5)

Baaritaanka, qiimaynta, Caawimaada Kooban, iyo Ku Xirista Daawaynta Khamriga iyo Daroogadu (SABIRT) maaha gunno lagu baxsho Nidaamka Adeeg Bixinta Nidaamsan ee Daawada Medi-Cal. Waa gunno lagu helo nidaamka Adeegga Caymiska Gaarka ah ee Medi-Cal iyo daryeelka agaasiman ee Medi-Cal ee macaamiisha jira 11 sano iyo ka wayn. Qorsheyaasha daryeelka agaasiman waa inay siiyaan adeegyada xanuunka isticmaalka maandooriyaha, uuna ku jiro adeegaan macaamiisha da'aha 11 iyo ka wayn.

Adeegyada Caawimaada Xili Hore

Adeegyada caawimaada xili hore waxaa lagu daboolaa adeegga Nidaamka Adeeg Bixint Nidaamsan ee Daawada Medi-Cal ee macaamiisha kayar da'da 21 sano. Macmiil kasta oo kayar da'da 21 sano kaasoo la baaray lana go'aanshay inuu khatar ugu jiro qaadista xanuunka balwada maandooriyaha ayaa heli kara adeeg kasta oo lagu daboolo heerka bukaan socodka ee adeegga oo ah adeegyada caawimaada xili hore. Baaritaanka isticmaalka Maandooriyaasha ayaan loo baahnayn si qofka loo siiyo adeegyada caawimaada hore ee macaamiisha kayar 21 sano.

Baaritaanka, Helida Cilada, iyo Daawaynta Xili Hore ee Goos-gooska ah

Macaamiisha kayar da'da 21 sano ayaa heli kara adeegyada horey loogu qeexay buug-gacmeedkaan iyo sidoo kale adeegyada dheeriga ah ee Medi-Cal ee lagu baxsho guuno loo yaqaano Baaritaanka, Helista Cilada, iyo Daawaynta Carruurta ee Goos-gooska ah.

Si uu awood ugu yeesho helitaanka adeegyada Baaritaanka, Helista Cilada, iyo Daawaynta Carruurta ee Goos-gooska ah, macmiilku waa inuu kayar yahay da'da 21 sano uuna helaa adeegyada buuxa ee Medi-Cal. Gunnadaan waxay daboolaysaa adeegyada caafimaad ahaan muhiim u ah sixida ama xal u helida ciladaha iyo xanuunnada caafimaadka jirka iyo dhimirka. Adeegyada sugaaya, taageeraaya, kor u qaadaaya, ama ka dhigaaya xaalada mid la maarayn karo ayaa la tixgelinayaa si loo caawiyo xaalada waxaana lagu daboolayaa caymiska adeegyada Baaritaanka, Helida Cilada, iyo Daawaynta Xili hore ee Goos-gooska ah Shuruudaha helitaanka ee macaamiisha kayar da'da 21 sano ayaa ka duwan kana fudud helitaanka shuruudaha dadka waawayn ee helaaya adeegyada Nidaamka Adeeg Bixinta Nidaamsan ee Daawada Medi-Cal, si loo buuxsho masuuliyada Baaritaanka, Helida Cilada, iyo Daawaynta Xili Hore ee Goos-gooska ah iyo doonista kahortaga iyo caawimaada hore ee ku aadan xanuunnada isticmaalka maandooriyaha.

Haddii aad su'aalo ka qabto adeegyadaan, fadlan wac qorshaha caafimaadka dhimirka ama booqo DHCS Early and Periodic Screening, Diagnostic, and Treatment webpage.

Adeegyada daawaynta Bukaan Socodka (Ururka Caafimaadka Balwada ee Mareykanka Heerka 1)

- Adeegyada talo bixinta ayaa la siiyaa macaamiisha ilaa sagaal saacadood asbuucii dadka waawayn halka la siiyo wax ka yar lix saacadood asbuucii macaamiisha kayar da'da 21 sano marka ay caafimaad ahaan muhiim tahay. Waxaad heli kartaa saacado dheeri ah ayadoo lagu saleynaayo baahiyahaaga. Adeegyada waxaa ku bixin kara qof ruqsad u haysta sida la taliye, si toos ah, khadka taleefanka, ama khadka caafimaadka.

- Adeegyada Bukaan socodka waxaa kamid ah qiimayn, isku dubaridka daryeelka, talo bixinta (shaqsi ah ama koox), baxnaaninta qoyska, adeegyada daawooyinka, Daawooyinka Daawaynta Balwada ee xanuunka isticmaalka opioid ka, Daawooyinka Daawaynta Balwada ee isticmaalka khamriga iyo xanuunnada kale ee isticmaalka maandooriyaasha kale ee aan ahayn opioid, waxbarashada bukaanka, nidaamyada soo kabashada, iyo adeegyada caawimaada masiibada ka dhalata isticmaalka maandooriyaha.

Adeegyada daawaynta Bukaan Socodka ee Adag (Ururka Caafimaadka Balwada ee Mareykanka Heerka 2.1)

- Adeegyada Bukaan Socodka oo Adag ayaa La Siiyaa macaamiisha ugu yaraan sagaal saacadood iyo ugu badnaan 19 saacadood asbuucii dadka waawayn, iyo ugu yaraan lix saacadood ama ugu badnaan 19 saacadood asbuucii macaamiisha kayar da'da 21 sano jir marka ay caafimaad ahaan muhiim yihiin. Adeegyada ayaa dhaafi kara xadka ugu badan ayadoo ku xiran muhiimada caafimaad ee gaarka ah. Adeegyada ayaa badanaa ka kooban talo bixin iyo wacyi gelin ku aadan ciladaha la xiriira balwada. Adeegyada waxaa bixin kara xirfadle ruqsad haysta ama talo bixiye shahaado leh oo ka shaqeeya goob nidaamsan. Adeegyada daawaynta Bukaan Socodka oo Adag ayaa lagu bixin karaa si toos ah, khadka taleefanka, ama wicitaan.
- Adeegyada Bukaan Socodka oo Adag waxaa ku jira isla waxyaabaha ku jira Adeegyada Bukaan Socodka. Saacadaha adeegga oo la kordhiyay ayaa ah farqiga ugu wayn.

Isbitaal Dhigista kala Dhiman (way kala duwan tahay ayadoo degmada) (Ururka Caafimaadka Balwada ee Mareykanka Heerka 2.5)

- Macaamiisha kayar 21 sano ayaa heli kara adeeggaan oo lagu baxsho Baaritaanka Biloowga Hore iyo Goosgooska, Cilad Helida, iyo Daawaynta ayadoo aan loo eegayn degmada ay dagan yihiin.
- Adeegyada Isbitaal Dhigista Qaybta ah waxaa ka mid ah 20 saacadood ama ka badan oo adeeg ah asbuuc kasta, marka ay caafimaad ahaan muhiim yihiin.

Barnaamijyada isbitaal dhigista qaybta ah ayaa toos looga helayaa adeegyada caafimaadka dhimirka, caafimaadka guud, iyo shaybaarka oo buuxsha baahiyaha la aqoonsaday taasoo damaanad qaadaysa kormeerida ama maaraynta laakiin si haboon loogu maarayn karo xarunta caafimaadka. Adeegyada ayaa lagu bixin karaa si toos ah, khadka taleefanka, ama wicitaan.

- Adeegyada Isbitaal Dhigista Qaybta ah ayaa lamid ah Adeegyada Bukaan Socodka oo Adag, ayadoo kordhinta saacadaha iyo kordhinta helitaanka adeegyada caafimaadka ay yihiin farqiyada ugu wayn.

Daawaynta lagu baxsho Hooyga (waa in degmadu ogolaato marka hore) (Ururka Caafimaadka Balwada ee Mareykanka Heerarka 3.1 – 4.0)

- Daawaynta Lagu Baxsho Hooyga waa barnaamij siiya macaamiisha qaba xanuunka laga qaado isticmaalka maandooriyaasha baaritaanka xanuunka laga qaado isticmaalka maandooriyaasha, marka loo arko inuu caafimaad ahaan muhiim yahay. Macmiilka ayaa ku noolaanaaya hantida waxaana lagu taageerayaa dedaalkiisa Isbadelka, joogtaynta, iyo adeegsiga xirfadaha nolosha la noolaanshaha dadka kale iyo si madax banaan asagoo helaaya nidaamyada taageerada bulshada. Inta badan adeegyada ayaa lagu baxshaa si fool ka fool ah; hase yeeshee, caafimaadka khadka ama taleefanka ayaa sidoo kale la adeegsan karaa si loo baxsho adeegyada marka qofku uu ku jiro daawaynta hooyga. Adeeg bixiyaasha iyo dadka dagan xarunta ayaa wada jir uga wada shaqaynaaya aqoonsiga cabqadaha, dejinaaya higsiyada, abuuraaya yoolalka, xalna u helaaya dhibaatooyinka la xariira xanuunka laga qaado isticmaalka maandooriyaasha. Yoolalka waxaa ku jira iska ilaalinta maandooriyaasha, u diyaar garoowga waxyaabaha qofku ku keenaaya inuu balwada ku laabto, kor u qaadista caafimaadka gaarka ah iyo xirfadaha bulshada, iyo samaynta daryeel joogto ah.
- Adeegyada hooyga baxnaanada ayaa u baahan inay marka hore ogolaato Nidaamka Adeeg Bixinta Nidaamsan ee Daawada Medi-Cal ee degmada.
- Adeegyada Hooyga waxaa kamid ah diiwaan gelinta iyo baaritaanka, isku dubaridka daryeelka, talo bixinta gaarka ah, talo bixinta kooxda, baxnaaninta

qoyska, adeegyada daawooyinka, Daawooyinka Daawaynta Balwada ee xanuunka isticmaalka opioid ka, Daawooyinka Daawaynta Balwada ee isticmaalka khamriga iyo xanuunnada kale ee isticmaalka maandooriyaasha kale ee aan ahayn opioid, waxbarashada bukaanka, nidaamyada soo kabashada, iyo adeegyada caawimaada masiibada ka dhalata isticmaalka maandooriyaha.

- Adeeg bixiyaasha Adeegyada Hooyga ayaa laga donayaa inay ku baxshaan midkood daawooyinka daawaynta balwada si toos ah goobta ama looga caawiyo macaamiisha helitaanka daawooyinka balwada meel ka baxsan xarunta. Adeeg bixiyaasha Adeegyada Hooyga kuma buuxin karaan shardigaan inay qofka siiyaan xogta dhakhaatiirta bixiya Daawooyinka Dawaynta Balwada. Bixiyaasha Adeegyada Hooyga ayaa laga doonayaa inay baxshaan ayna u qoraan daawooyinka macaamiisha caymiska ka haysta Nidaamka Adeeg Bixinta Nidaamsan ee Daawada Medi-Cal.

Adeegyada Daawaynta Bukaan Jiifka ((waxay u baahan yihiin ogolaanshaha ismaamulka) (way kaladuwan yihiin ismaamul kasta) (Ururka Caafimaadka Balwada ee Mareykanka Heerarka 3.1 – 4.0)

- Macaamiisha kayar 21 sano ayaa u qalmi kara adeegga oo lagu baxsho Baaritaanka Biloowga Hore iyo Goosgooska, Cilad Helida, iyo Daawaynta ayadoo aan loo eegayn wadanka ay dagan yihiin.
- Adeegyada Bukaan Jiifka ayaa lagu baxshaa goob shaqaysa 24 saac oo bixisa qiimayn, kormeer, la socosho caafimaad, iyo daawaynta balwada oo lagu baxsho xarunta bukaan jiifka. Inta badan adeegyada ayaa lagu baxshaa si fool ka fool ah; hase yeeshee, caafimaadka khadka ama taleefanka ayaa sidoo kale la adeegsan karaa si loo baxsho adeegyada marka qofku uu ku jiro daawaynta bukaan jiifka.
- Adeegyada Bukaan Jiifka waa kuwo aad loo nidaamshay dhakhtar ayayna u badan tahay inuu goobta joogo 24 saac maalintii, ayna la jiraan Kalkaalisooyin Diiwaan gashan, la taliyaasha balwada, iyo shaqaalaha kale ee caafimaadka. Adeegyada Bukaan Jiifka waxaa kamid ah qiimayn, isku dubaridka daryeelka, talo bixinta, baxnaaninta qoyska, adeegyada daawooyinka, Daawooyinka

Daawaynta Balwada ee xanuunka isticmaalka opioid ka, Daawooyinka Daawaynta Balwada ee isticmaalka khamriga iyo xanuunnada kale ee isticmaalka maandooriyaasha kale ee aan ahayn opioid, waxbarashada bukaanka, nidaamyada soo kabashada, iyo adeegyada caawimaada masiibada ka dhalata isticmaalka maandooriyaha.

Barnaamijka Daawaynta Maandooriyaha

- Barnaamijka Daawaynta Maandooriyaha waa barnaamijyo ka baxsan isbitaalka oo bixiya daawooyinka dawaynta xanuunnada isticmaalka maandooriyaasha, marka uu amro dhakhtar ayagoo ah kuwo caafimaad ahaan muhiim ah.. Barnaamijka Daawaynta Maandooriyaha ayaa laga doonayaa inay daawooyinka siiyaan macaamiisha, ayna ku jiraan methadone, buprenorphine, naloxone, iyo disulfiram.
- Macmiilka waa in la siiyaa, ugu yaraan, 50 daqiiqo oo kulanno talo bixin ah bishiiba. Adeegyada talo bixinta ayaa lagu bixin karaa si toos ah, khadka taleefanka, ama wicitaan. Adeegyada Daawaynta Maandooriyaasha waxaa kamid ah qiimayn, isku dubaridka daryeelka, talo bixinta, baxnaaninta qoyska, baxnaaninta caafimaadka dhimirka, adeegyada daawooyinka, maareynta kiiska, Daawooyinka Daawaynta Balwada ee xanuunka isticmaalka opioid ka, Daawooyinka Daawaynta Balwada ee isticmaalka khamriga iyo xanuunnada kale ee isticmaalka maandooriyaasha kale ee aan ahayn opioid, waxbarashada bukaanka, nidaamyada soo kabashada, iyo adeegyada caawimaada masiibada ka dhalata isticmaalka maandooriyaha.

Maaraynta Ciladaha joojinta Balwada

- Adeegyada maaraynta Ciladaha joojinta Balwada waa kuwo degdeg ah waxaana la baxshaa muddo kooban. Adeegyadaan ayaa la bixin karaa kahor inta aan qiimeyn buuxda la samayn. Adeegyada maareynta dhibaatada joojinta balwada ayaa lagu bixin karaa goobaha bukaan socodka, kuwa dadka la seexsho, ama kuwa bukaan jiifka.

- Ayadoo aan loo eegayn nooca goobta, macmiilka waa in isha lagu hayaa inta lagu jiro hawsha maareynta xanuunka joojinta daroogada. Macaamiisha helaaya maareynta xanuunka joojinta daroogada ee jooga xarunta la dagan yahay ama bukaan jiifka waa inay joogaan goobtaas. Adeegyada baxnaaninta iyo dhaqan celinta ee muhiimka u ah caafimaadka waxaa qora dhakhtar ruqsad haysta ama daawo qore ruqsad leh.
- Adeegyada Maaraynta Ciladaha joojinta Balwada waxaa kamid ah baaritaanka, isku dubaridka daryeelka, adeegyada daawooyinka, Daawooyinka Daawaynta Balwada ee xanuunka isticmaalka opioid ka, Daawooyinka Daawaynta Balwada ee isticmaalka khamriga iyo xanuunnada kale ee isticmaalka maandooriyaasha kale ee aan ahayn opioid, kormeerka, iyo adeegyada soo kabashada.

Daawooyinka Daawaynta Balwada

- Adeegyada Daawooyinka Daawaynta Balwada ayaa laga heli karaa rugaha caafimaadka iyo kuwa guud. Daawooyinka Daawaynta Balwada waxaa ku jira dhammaan daawooyinka ay FDA ogolaatay iyo maadooyinka noolaha si loo daaweeyo xanuunka isticmaalka khamriga, xanuunka isticmaalka opioid ka, iyo xanuunka isticmaalka maandooriye kasta. Macaamiisha ayaa xaq u leh in la siiyo Daawooyinka Daawaynta Balwada oo lagu baxsho goobta ama meel ka baxsan goobta marka dhakhtar uu soo codsado. Liiska daawooyinka la ogol yahay waxaa kamid ah:
  - Acamprosate Calcium
  - Buprenorphine Hydrochloride
  - Buprenorphine Extended-Release Injectable (Sublocade)
  - Buprenorphine/Naloxone Hydrochloride
  - Naloxone Hydrochloride
  - Naltrexone (afka)
  - Naltrexone Microsphere Injectable Suspension (Vivitrol)
  - Lofexidine Hydrochloride (Lucemyra)
  - Disulfiram (Antabuse)
  - Methadone (waxaa bixiya barnaamijka Daawaynta Daroogada)

- Daawooyinka Daawaynta Balwada waxaa lala bixin karaa adeegyada soo socda: baaritaanka, isku dubaridka daryeelka, talo bixinta gaarka ah, talo bixinta kooxda, baxnaaninta qoyska, adeegyada daawooyinka, waxbarashada bukaanka, adeegyada soo kabashada, adeegyada caawimaada masiibada ka dhalata isticmaalka Maandooriyaasha, iyo adeegyada maaraynta cilada joojinta balwada. Daawooyinka Daawaynta Balwada ayaa lagu bixin karaa ayagoo qayb ka ah adeegyada dhamaan daawooyinka ee Nidaamka Adeeg Bixinta Nidaamsan ee Daawada Medi-Cal, ayna ku jiraan Adeegyada Daawaynta Bukaan Socodka, Adeegyada Adag ee Bukaan Socodka, iyo Daawaynta Lagu Baxsho xarumaha la Seexdo, tusaale.
- Macaamiisha ayaa ka heli kara Daawooyinka Daawaynta Balwada meel ka baxsan Nidaamka Adeeg Bixinta Nidaamsan ee Daawada Medi-Cal ee degmada sidoo kale. Tusaale, Daawooyinka Daawaynta Balwada, sida buprenorphine, ayay qori karaan daawo bixiyaasha qaar ee goobaha daryeelka guud kuwaasoo la shaqeeya Caymiska Daryeelkaaga Maaraysan waxaana lagu bixin karaa ama laga qaadan karaa farmashiyaha.

Caawimaada Dadka Dacwadaha loo haysto

- Siinta adeegyada daryeelka caafimaadka macaamiisha dacwadaha ku jira ilaa 90 maalmood kahor marka laga siidaayo xabsiga. Noocyada adeegyada la heli karo waxaa ku jira maaraynta kiiska ee xabsiga, adeegyada talo bixinta caafimaad ee caafimaadka dhimirka, taageerooyinka dadka isku xaalada ah, talo bixinta caafimaadka dhimirka, baxnaanin, waxbarashada bukaanka, adeegyada daawada, qorsheynta kadib xabsi ka siideynta iyo isbitaal ka saarida, adeegyada shaybaadhka iyo raajada, xogta daawada, adeegyada taageerada, iyo caawimaad ku aadan iska diiwaan gelinta dhakhtar ku haboon, tusaale Barnaamijka Daawaynta Maandooriyaha si ay u sii wataan Daawaynta Daawadu Kaabayso marka la siidaayo. Si ay u helaan adeegyadaan, shaqsiyaadku waa inay xubin ka yihiin Medi-Cal ama CHIP, iyo:
    - Haddii ay ka yar yihiin 21 sano kuna jiraan xabsiga Xarunta Dhaqan Celinta Dhalinta.

    - Haddii ay yihiin qof wayn, ku jiraan xabsi ayna buuxshaan midkood baahiyaha daryeelka caafimaadka ee barnaamijku daboolo.
- La xiriir degmadaada adoo adeegsanaaya lambarka taleefanka ee ku qoran bogga hore ee buug tusmeedka si aad u hesho xog dheeraad ah.

Adeegyada Taageerada Dadka isku daruufta ah isa siiyaan ee Medi-Cal (way kala duwan yihiin degmo kasta)

- Adeegyada Taageerada Dadka isku daruufta ah isa siiyaan ee Medi-Cal ayaa kor u qaadaaya soo kabashada, adkaysiga, wada shaqaynta, bulshanimada, isku filnaanshaha, u doodista naftaada, awoodaha lagu baxsho nashaadaadka nidaamsan. Adeegyadaan ayaa lagugu siin karaa adiga ama qofka laguu asteeyay ee taageerada wayn waxaana la heli karaa isla marka aad helayso adeegyada Nidaamka Adeeg Bixinta Nidaamsan ee Daawada Medi-Cal. Taqasuslaha Taageerada Adeegyada Taageerada Dadka isku daruufta ah isa siiyaan waa qof soo maray khibrada caafimaadka dhimirka ama xanuunnada isticmaalka Maandooriyaasha wuxuuna ku jiraa kasoo kabasho asagoo buuxshay shuruudaha barnaamijka shahaado bixinta uu ansixiyay Gobalka ismaamulku, kaasoo shahaado ka haysta degmada, bixiyana adeegyadaan asagoo ka hoos shaqeeya Dhakhtarka Caafimaadka Habdhaqanka kaasoo ruqsad ka haysta, ruqsad dhaaf ka haysta, ama ka diiwaan gashan Gobalka.
- Adeegyada Taageerada Dadka isku daruufta ah isa siiyaan ee Medi-Cal waxaa ku jira tababarka shaqsiga ah iyo kan kooxda, kooxaha dhisida xirfadaha waxbarashada, helista khayraadka, adeegyada wada shaqaynta si laguugu booriyo ka qaybgalka daawaynta caafimaadka dhimirka, iyo shaqooyinka baxnaaninta ah sida kor u qaadista u doodista naftaada.
- Macaamiisha kayar 21 sano ayaa u qalmi kara adeegga oo lagu baxsho Baaritaanka Biloowga Hore iyo Goosgooska, Cilad Helida, iyo Daawaynta ayadoo aan loo eegayn degmada ay dagan yihiin.
- Bixinta Adeegyada Taageerada Dadka isku daruufta ah isa siiyaan ee Medi-Cal waa ikhtiyaar u furan degmooyinka caymiska ku jira. Eeg qaybta "Xog Dheeriga

ah ee ku Saabsan Degmadaada" oo ku taala dhammaadka buug tusmeedkaan si aad u ogaato haddii degmadaadu bixiso adeegaan.

- Balaarinta dheefta Khubarada Taageerada Qof xaaladaada oo kale soo maray ee Medi-Cal si loogu daro aaga taqasuska baarista falalka.
    - Tan ayaa ku daraysa tababar dheeraadka ah iyo xirfadaha Taqasuslayaasha Taageerada Qof xaaladaada oo kale soo maray ee Medi-Cal kuwaasoo taageerada dadka isku xaalada ah siisa shaqsiyaadka soo maray nidaamka cadaalada danbiyada. Taageerada dadka isku xaalada ah ee shaqsiyaadka soo maray nidaamka cadaalada danbiyada ayaa badanaa ka bilaabata la kulanka koobaad ee ciiwaanka sharci fulinta taageerooyinka ayaana sii soocda ilaa dib siideynta iyo dib u dhexgalida bulshada kadib marka qofka xabsiga laga siidaayo.
    - Khubarada Taageerada Dadka isku Xaalada ah ayaa muhiim u ah caawinta aqoonsiga khayraadka gudaha bulshada, ayna ku jiraan fursadaha guriyaynta iyo shaqada, kuwaasoo caqabado ku noqon kara shaqsiyaadka soo maray nidaamka cadaalada danbiyada. Ayagoo adeegsanaaya hanaanka fahansan xasuusta uur kutaalada leh, dadka isku marxalada ah ee soo maray nidaamka cadaalada danbiyada ayaa ah tusaalaha wanaagsan, taageera habdhaqannada ku haboon bulshada, dhiiri geliyay ku dhaqanka cafiska shardiga leh/shuruudaha cafis ku siideynta, waxayna siiyaan rajo la xiriirta in nolol wanaagsan ay heli karaan shaqsiyaadka ka baxaaya nidaamka cadaalada danbiyada.

Adeegyada soo kabashada

- Adeegyada Soo Kabashada ayaa muhiim u noqon kara soo abashadaada iyo faya qabkaaga. Adeegyada soo kabashada ayaa kaa caawin kara inaad la xariirto xarunta daawaynta si aad u maarayso caafimaadkaaga iyo daryeelka caafimaadka. Sidaas awgeed, adeegaan wuxuu xoojinayaa doorkaaga maaraynta caafimaadkaaga, adeegsiga xeeladaha waxtarka ah ee taageerada maaraynta naftaada, iyo abaabulka ilaha gudaha iyo bulshada si loo baxsho taageerada maaraynta nafta oo joogto ah.

- Waxaad heli kartaa Adeegyada Soo kabashada oo lagu salaynaayo qiimayntaada shaqsiga ah ama qiimaynta Bulshadaada dhakhtarkaaga khatarka ku laabashada balwada. Waxaad sidoo kale ku heli kartaa Adeegyada soo kabashada si toos ah, khadka taleefanka, ama wicitaan.
- Adeegyada Soo kabashada waxaa kamid ah baaritaanka, iskudubaridka daryeelka, talo bixinta shaqsiga ah, talo bixinta kooxda, baxnaaninta qoyska, la socoshada soo kabashada, iyo qaybaha kahortaga ku laabashada balwada.

Iskudubaridka Daryeelka

- Adeegyada iyo Iskudubaridka Daryeelka ayaa ka kooban shaqooyin si loo baxsho iskudubaridka daryeelka isticmaalka Maandooriyaasha, daryeelka caafimaadka dhimirka, iyo daryeelka caafimaadka, iyo si laguugu xiro adeegyada iyo taageerooyinka caafimaadkaaga. Iskudubaridka Daryeelka ayaa lagu baxshaa dhammaan adeegyada waxaana lagu samayn karaa goobaha caafimaadka iyo kuwa kaleba, ayna ku jiraan goobaha bulshadaada.
- Adeegyada Iskudubaridka Daryeelka waxaa ku jira isku dubaridka adeegyada dhakhaatiirta iyo caafimaadka iyo caafimaadka dhimirka si ay ula socdaan ayna ku taageeraan caafimaadka, qorsheynta ka bixida isbitaalka, iyo isku dubaridka adeegyada kaalmaatiga ah ayna ku jiraan in lagugu xiro adeegyada lagu baxsho goobaha bulshada sida daryeelka carruurta, gaadiidka, iyo guryaha.

Maaraynta Joogtaynta Yoolka (way kala duwan tahay degmo kasta)

- Macaamiisha kayar 21 sano ayaa u qalmi kara adeegga oo lagu baxsho Baaritaanka Biloowga Hore iyo Goosgooska, Cilad Helida, iyo Daawaynta ayadoo aan loo eegayn wadanka ay dagan yihiin.
- Bixinta Adeegyada Maaraynta Joogtaynta Yoolka waa ikhtiyaar u furan degmooyinka caymiska ku jira. Eeg qaybta "Xog Dheeriga ah ee ku Saabsan Degmadaada" oo ku taala dhammaadka buug tusmeedkaan si aad u ogaato haddii degmadaadu bixiso adeegaan.
- Adeegyada Maaraynta Sugnaanta waa daawayn ku salaysan cadayn oo lagu daweeyo ciladaha marqaanka ayadoo macaamiisha u qalanta ay ka qaybgalaan

adeegga Maaraynta Sugnaanta bukaan socodka oo nidaamsan oo socda 24 asbuuc, kaasoo lagu xijiyo lix bilood ama ka badan oo daaweynta dheeriga ah iyo adeegyada taageerada soo kabashada oo aan lahayn wax abaal marinno ah.

- Adeegyada hore ee Maaraynta Sugnaanta ee 12 asbuuc ah waxaa kamid ah abaal marinno lagu helaayo buuxinta yoolalka daawaynta, gaar ahaana inaan qofku isticmaalin wax balwad ah (tusaale, cocaine, amphetamine, iyo methamphetamine). Ka qaybgaleyaashu waa inay aqbalaan baaritaannada daroogada ee kaadida sida ugu badan ee uu go'aansho barnaamijka adeegyada Maareynta Sugnaanta. Abaal marinnada waxaa ku jira agab u dhigma qiimaha kaashka (tusaale, kaararka hadiyada).
- Adeegyada Maaraynta Sugnaanta waxaa keliya heli karaa macaamiisha helaaya adeegyada lagu baxsho goobaha aan dadku seexan ee uu maamulo adeeg bixiye caymiska ku jira kana diiwaan gashan kana qaybgala hanaanka daawaynta balaaran, ee gaarka ah.

Adeegyada Dhibaatada ee Wareegga ee Colorado

- Adeegyada Dhibaatada ee Wareegga ayaad helaysaa haddii aad qabto dhibaatada isticmaalka maandooriyaha.
- Adeegyada Masiibada ee Wareegga waxaa bixiya dhakhaatiir oo ku bixiya goobaha aad ku waajahayso masiibada, uuna ku jiro gurigaaga, shaqada, dugsiga, ama goobo kale oo deegaanka ah, marka laga reebo isbitaalka ama xarun kale. Adeegyada Masiibada ee Wareega ayaa la heli karaa 24 saac maalin kasta, 7 maalmood Asbuucii, iyo 365 maalmood sanadkii.
- Adeegyada Masiibada ee Wareegga waxaa ku jira gurmad degdeg ah, qiimayn gaar ah iyo xasilin ku saleysan bulshada. Haddii aad u baahan tahay daryeel dheeri ah, adeeg bixiyaasha gurmadka dhibaatada ee wareegga ayaa sidoo kale bixiya xiriirada tooska ah ama u gudbinta adeegyada kale.

Shaqaalaha Caafimaadka Kor loo qaaday ee Bulshada

- Shaqaalaha Caafimaadka Kor loo qaaday ee Bulshada ayaa ka kooban heerka balaaran ee adeegyada kahortaga oo ay bixiyaan xubnaha bulshada ee lagu

kalsoon yahay, oo ay badanaa ku jiraan isku dubaridka adag ee daryeelka, wada shaqeynta qotoda dheer ee bulshada, iyo taageerada qaaska ee shaqsiyaadka qaba baahiyaha balaaran ee caafimaadka.

- Marka laga soo tago wacyi gelinta iyo waxbarashada caadiyan la xiriira doorka CHW, haddana CHW Kor loo qaaday ayaa kaa caawin kara maaraynta xanuunnada dabo dheeraaday, helitaanka nidaamyada daryeelka caafimaadka, bixinta taageerada bulshada, iyo u doodista xubnaha si ay u helaan khayraadka muhiimka ah.

ADEEGYADA LAGU HELI KARO TALEEFANKA AMA CAAFIMAADKA KHADKA

Kulanka tooska ah, ee fool ka foolka ah ee u dhexeeya adiga iyo dhakhtarkaaga ayaan markasta lagaa doonayn si aad u awoodo inaad hesho adeegyada caafimaadka dhimirka. Ayadoo ku xiran adeegyadaada, waxaad awoodi kartaa inaad ku hesho adeegyadaada khadka taleefanka ama caafimaadka khadka. Dhakhtarkaaga waa inuu kuu sharxaa isticmaalka taleefanka ama caafimaadka khadka waana inuu xaqiijiyaa inaad aqbasho kahor bilaabida khadka taleefanka ama caafimaadka khadka adeegyada lagu baxsho taleefanka ama khadka caafimaadka. Xataa haddii aad aqbasho inaad adeegyada ku hesho taleefanka ama khadka caafimaadka, waxaad gadaal ka dooran kartaa inaad adeegyada ku hesho si toos ah ama fool ka fool ah. Qaar kamid ah adeegyada caafimaadka Dhimirka ayaan lagu bixin karin khadka ama taleefanka waayo waxay u baahan yihiin inaad joogto goob gaar ah oo adeeg, sida adeegyada daawaynta dadka la seexsho ama adeegyada isbitaalka.

HANAANKA XALINTA CAQABADAHA: SI AAD U GUDBISO CABASHO, RACFAAN, AMA AAD U CODSATO DHAGEYSIGA CADAALADA AH EE GOBALKA

Ka waran Haddii Aanan ka Helin Adeegyada Aan rabay Degmadayda?

Degmadaadu waa inay ku siisaa qaab aad xal ugu hesho dhibaatooyin kasta oo la xiriira adeegyada aad dooneyso ama helayso. Kan waxaa loo yaqaanaa hanaanka xalinta caqabadaha waxaana ku jiri soo socda:

- Hanaanka Cabashada: Muujinta cabashada hadalka ama qoraalka ah ee la xiriirta wax quseeya adeegyadaada gaarka ah ee caafimaadka dhimirka, adeegyada isticmaalka maandooriyaasha, dhakhtar, ama degmada. Ka eeg qaybta Hanaanka Cabashada ee buug tusmeedkaan si aad u hesho xog dheeri ah.
- Hanaanka Racfaanka: Racfaanku waa marka aadan aqbalin go'aanka degmada ee badelida adeegyadaada (tusaale, diidista, joojinta, ama yareynta adeegyada) ama aysan daboolayn. Ka eeg qaybta Hanaanka Racfaanka ee buug tusmeedkaan si aad u hesho xog dheeri ah.
- Hanaanka Dhageysiga Cadaalada ah ee Gobalka: Dhagasiga Cadaalada ah ee Gobalka waa kulan aad la yeelanayso Waaxda Adeegyada Bulshada ee California (California Department of Social Services (CDSS)) haddii degmadaadu diido racfaankaaga. Ka eeg qaybta Dhagaysiga Cadaalada ah ee Gobalka ee buug tusmeedkaan si aad u hesho xog dheeri ah.

Gudbinta cabasho ama racfaan, ama codsashada Dhageysiga Gobalka ee Cadaalada ah ayaan laguu adeegsan karin mana saamayn doonaan adeegyada aad helayso. Gudbinta cabasho ama racfaan ayaa kaa caawinaysa helitaanka adeegyada aad u baahan tahay iyo xal u helida caqabadaha kaa haysta adeegyadaada caafimaadka dhimirka. Cabashooyinka iyo racfaannada ayaa sidoo kale caawinaaya degmada ayagoo siinaaya xogta ay u adeegsan karaan kor u qaadista adeegyada. Degmadaada ayaa u sheegi doonta adiga, dhakhaatiirta, iyo waalidiinta/masuuliyiinta natiijada marka cabashadaada ama racfaanka la dhameystiro. Xafiiska Dhagaysiga Cadaalada ah ee

Gobalka ayaa kuu sheegi doona adiga iyo dhakhtarkaaga natiijada marka Dhagaysiga Cadaalada ah ee Gobalka la dhameystiro.

Ogoow: Xog badan ka ogoow hanaan kasta oo xalinta caqabadaha ah oo hoos ku qoran.

Miyaan Heli karaa Caawimaad Ku aadan Gudbinta Racfaan, Cabasho, ama Dhageysiga Cadaalada ah ee Gobalka?

Degmadaada ayaa kaa caawin doonta sharaxaada hanaanadaan waana inuu kaa caawiyaa gudbinta cabasho, racfaan, ama codsiga Dhageysiga Cadaalada ah ee Gobalka. Degmadaada ayaa sidoo kale kaa caawin karta go'aansashada haddii aad u qalanto waxa loogu yeero hanaanka "racfaanka degdega ah", kaasoo ka dhigan in degdeg dib u eegis loogu samayn doono sababo la xariira caafimaadkaaga, caafimaadka dhimirka, iyo/ama sugnaantaada oo khatar ku jira. Waxaad sidoo kale u fasixi kartaa hal qof inuu ku matalo, uuna ku jiro dhakhtarkaaga ama qareenka.

Haddii aad doonayso caawimaad, la xiriir degmadaada adoo adeegsanaaya lambarada taleefanka ku qoran galka kore ee buug tusmeedkaan. Degmadu waa inay ku siisaa caawimaad macquul ah oo ku aadan buuxinta foomamka iyo talaabooyinka kale ee la xariira cabashada ama racfaanka. Caawimaadan waxaa kamid ah, laakiin kuma koobna, inuu ku siiyo adeegyada turjumaanka iyo lambaro aad lacag la'aan ku wacayso oo leh adeegyada TTY/TDD iyo tayada turjumaanka.

Haddii Aad u Baahan tahay Caawimaad Dheeraad ah

La xiriir Waaxda Adeegyada Daryeelka caafimaadka, Xafiiska Dhexdhexaadiyaha:

- Taleefanka: **1-888-452-8609**, Isniinta ilaa Jimcada, 8 subaxnimo ilaa 5 galabnimo (marka laga reebo maalmaha fasaxa).

AMA

- Iimeelka: MMCDOmbudsmanOffice@dhcs.ca.gov. **Fadlan ogoow**: Fariimaha iimeelka ayaan ahayn kuwo qarsoodi ah (fadlan haku darin xog shaqsi ah fariinta iimeylka)

Waxaad sidoo kale heli kartaa caawimaad sharci oo bilaash aad uga helayso xafiiska caawimaada sharciga (legal aid) ee deegaankaaga ama kooxaha kale. Si aad wax uga waydiiso xuquuqdaada dhageysiga, waxaad la xiriiri kartaa Waaxda Su'aalaha iyo Jawaabaha Dadwaynaha ee Waaxd Adeegyada Bulshada ee California oo aad wacayso lambarka taleefankaan: **1-800-952-5253** (dadka adeegsada TTY, wac **1-800-952-8349**).

Cabashooyinka

Waa maxay Cabasho?

Cabasho waa astako la xiriirta inaadan ku qancin qayb kamid ah adeegyadaada caafimaadka dhimrka ama degmada kuwaasoo aan lagu daboolayn racfaanka ama hanaannada Dhagaysiga Cadaalada ah ee Gobalka.

Waa maxay Hanaanka Cabashadu?

Hanaanka cabashada ayaa:

- La xiriira talaabooyin fudud si aad u gudbiso cabashadaada qaab hadal ah ama qoraal ah.
- Kuguma keenaayo inaad lumisso xuquuqdaada ama adeegyada ama aad isku dhacdaan dhakhtarkaaga.
- Kuu kuu sahlaaya inaad qof kale u wakiilato inuu wakiil kaa noqdo. Kan ayaa noqon kara dhakhtar ama qareen. Haddii aad aqbasho in qof kale wakiil kaa noqdo, waxaa lagaa codsan karaa inaad saxiixdo foomka ogolaanshaha, kaasoo u fasaxaaya degmadaada inay xogta siiso qofkaas.
- Xaqiijinta in qofka loo ogolaaday inuu go'aan ka gaaro cabashada uu u qalmo gaarista go'aannada uusana qayb ka ahayn heer hore oo dib u eegis ama go'aan gaaris ah.
- Go'aaminta waajibaadka degmadaada, dhakhtarkaaga, iyo adiga qudhaada.
- Xaqiijinta in natiijooyinka cabashada lagu baxsho mudada loo cayimay.

Goorma ayaan Gudbin karaa Cabasho?

Waxaad gudbin kartaa cabasho marka aad doonto haddii aadan ku qancin daryeelka aad heshay ama walaac kale ka qabto degmadaada.

Sidee ayaan u Gudbin karaa Cabasho?

Si aad u hesho caawimaad ku aadan gudbinta cabashooyin la xariira adeegyada guryaha la dagan yahay, waxaad wici kartaa Barnaamijka Qareennada Bukaanka ee Adeegga Qoysaska Yuhuuda ah (JFS) ood ka wacayso (619) 282- 1134. Si aad u hesho caawimaad ku aadan gudbinta cabasho la xariirta Adeegyada Bukaan socodka, waxaad wici kartaa Xarunta U qareemida Waxbarashada iyo U doodista Caafimaadka Macaamiisha (CCHEA) oo aad ka wacayso laynka bilaashka lagu waco (877) 734-3258.

Cabashooyinka hadalka ah ama qoraalka ah ayaa la gudbin karaa. Cabashooyinka afka laga sheego ayaan u baahnayn inaad soo raaciso qoraal. Haddii cabasho ku soo gudbiso qoraal ahaan, fadlan ogoow waxyaabaha soo socda: Degmadaada ayaa agabka ku rida boqshado qofka boostadiisa lagu qoray lana dhigo dhammaan xarumaha dhakhtarka. Haddii aadan haysan boqshada ciwaanku ku qoran yahay, u dir cabashadaada qoraalka ah:

<u>Adeegyada Bukaan Jiifka iyo/ama Adeegyada La Dagan yahay:</u>

Jewish Family Service of San Diego
Joan & Irwin Jacobs Campus
Turk Family Center Community Services Building
8804 Balboa Avenue
San Diego, CA 92123

<u>Adeegyada Bukaan Socodka:</u>

Consumer Center for Health Education and Advocacy (CCHEA)
1764 San Diego Avenue, Suite 100
San Diego, CA 92110

Sidee ayaan Ku Ogaanayaa Haddii Degmadu Ay Heshay Cabashadayda?

Degmadaada waxaa laga doonayaa inay ku siiso warqad qoraal ah si ay kuugu sheegto in cabashadaada la helay shan maalmood gudahood marka ay hesho. Cabashada lagu

soo gudbiyay taleefanka ama tooska loo keenay, ee aad aqbashay in la xaliyo dhammaadka maalinta xigta ee shaqada, ayaa shardigaan laga reebayaa mana heli doontid waraaq.

Goorma Ayaa Cabashadayda Go'aan laga Gaaryaa?

Go'aanka la xiriira cabashadaada waa in degmadu soo gudbisaa 30 maalmood gudahood laga bilaabo taariikhda aad cabashada gudbisay.

Sidee ayaan Ku Ogaanayaa Haddii Degmadu ay Gaartay Go'aan Ku aadan Cabashadayda?

Marka go'aan laga gaaro cabashadaada, degmada ayaa:

- Kuu soo diraysa adiga ama qofka wakiilka kaa ah ogeysiis qoraal ah oo la xiriira go'aanka;
- Kuu soo diraysa adiga ama wakiilkaaga sharciga ah Ogeysiiska Go'aaminta Diidmada Gunnada kaasoo kuu sheegaaya xaqa aad u leedahay inaad codsato Dhagaysiga Cadaalada ah ee Gobalka haddii degmadu aysan kuu sheegin go'aanka cabashada waktigii loo cayimay;
- Kuu sheegaysa xaqa aad u leedahay inaad codsato Dhagaysiga Cadaalada ah ee Gobalka.

Waxaa laga yaabaa in aadan helin ogeysiiska qoraalka ah ee go'aanka haddii cabashadaada lagu gudbiyay taleefanka ama si toos ah aadna aqbashay in kiiskaaga la xaliyay dhammaadka maalinta shaqada ee xigta laga bilaabo marka aad gudbisay.

Ogoow: Degmadaada ayaa laga doonayaa inuu ku siiyo Ogeysiiska Go'aanka Diidmada Gunnada maalinta waqtiga la cayimay ku egyahay. Waxaad wici kartaa degmada si aad u hesho xog dheeri ah haddii aadan helin Ogeysiiska Go'aanka Diidmada Gunnada.

Ma Jiraa Waqti u Cayiman Gudbinta Cabashada?

Maya, waxaad soo gudbin kartaa cabashada xili kasta.

Racfaannada

Waxaad gudbin kartaa racfaan marka aadan aqbalayn go'aanka degmada ee adeegyada Caafimaadka Dhimirka ee aad hadda hesho ama aad dooneyso inaad hesho. Waxaad codsan kartaa dib u eegista go'aanka degmada adoo adeegsanaaya:

- Hanaanka Caadiga ah ee Racfaanka.

  ama

- Hanaanka Racfaanka Boobsiiska ah.

Ogoow: Labadaan nooc ee racfaanka ayaa iskumid ahl hase yeeshee, waxaa jira shuruudo gaar ah oo aad ugu qalmayso racfaan boobsiis ah (hoos ka eeg shuruudaha).

Degmadaada ayaa kaa caawinaysa buuxinta foomamka iyo qaadista talaabooyinka kale ee haraaca si aad u gudbiso racfaan, ayna ku jiraan diyaarinta racfaan qoraal ah, ayadoo kuu sheegaysa meesha uu foomku uga jiro websedkooda ama ku siinaysa foomka marka aad ka dalabato. Degmadu waa inay kaala talisaa kaana caawisaa codsashada sii wadista dheefaha inta racfaanka ka dhanka ah go'aanka diidmada gunnada uu socdo sida ku cad xeerarka federaalka.

Muxuu Hanaanka Caadiga ah ee Racfaanku Sameeyaa?

Hanaanka Racfaanka Caadiga ah ayaa:

- Kuu sahlaaya inaad cabasho kusoo gudbiso cod hadal ahaan ama qoraal ahaan.
- Xaqiijinaaya in gudbinta racfaan aysan kugu keenin inaad lumisso xuquuqdaada ama adeegyada ama aad isku dhacdaan dhakhtarkaaga.
- Kuu sahlaaya inaad qof kale u wakiilato (uuna ku jiro dhakhtarkaaga ama qareen) inuu wakiil kaa noqdo. Fadlan ogoow: Haddii aad u wakiilato qof kale inuu ku matalo, degmada ayaa kaa codsan kara inaad saxiixdo foom cadaynaaya in degmadu siiso xogta qofkaas.
- Kuu sahlaaya inaad sii hesho dheefahaaga marka aad codsato racfaan wakhtiga loo cayimay gudihiis. Fadlan ogoow: Waktigaan waa 10 maalmood laga bilaabo taariikhda Ogeysiiskaaga Go'aanka Diidmada Dheefka boostada lagu diray ama si shaqsi ah farta lagaaga saaray.

- Xaqiijinta in aadan bixin qarashka adeegyada lasii wadaayo inta racfaanku wali socdo haddii go'aanka racfaanka kasoo baxana uu noqdo mid taageeraaya go'aanka diidmada dheefta ee degmada.
- Xaqiijinta dadka gaaraaya go'aanka racfaankaaga ay yihiin kuwo khibrad u leh aysana kasoo qaybgelin dib u eegis hore ama go'aan horey looga gaaray racfaanka.
- Kuu sahlaaya adiga iyo wakiilkaaga inaad akhridaan galka kiiskaaga, ayna ku jiraan diiwaannada caafimaadka iyo dukumiintiyada kale ee la xiriira.
- Wuxuu kuu sahlayaa inaad hesho fursad macquul ah oo aad ku keento cadayn, marqaati, aadna kusoo gudbiso dood xaqiiqada ku dhisan, si toos ah, ama qoraal ahaan.
- Wuxuu kuu sahlayaa adiga, wakiilkaaga, ama wakiilka sharciga ah ee guriga macmiilka dhintay in lagu daro si ay qayb uga noqdaan racfaankaaga.
- Wuxuu ku sinayaa xaqiijin ka imaanaysa degmadaada oo sheegaysa in racfaankaaga dib u eegis ku socoto.
- Wuxuu kuu sheegayaa xaqa aad u leedahay inaad codsato Dhageysiga Gobalka ee Cadaalada ah, kadib marka la dhameeyo hanaanka racfaanka.

Goorma ayaan Gudbin karaa Racfaan?

Waxaad cabasho u gudbin kartaa degmadaada marka:

- Degmada ama dhakhtarka qandaraaska kula jira ayaa go'aaminaaya in aadan buuxin shuruudaha helitaanka adeegyada caafimaadka dhimirka.
- Dhakhtarkaaga ayaa kugula talinaaya adeegga caafimaadka dhimirka wuxuuna codsigaaga ogolaansha u dirayaa degmadaada, laakiin degmada ayaa diiday codsiga waxna ka badelaysa nooca iyo heerka adeega.
- Dhakhtarkaaga ayaa codsanaaya ogolaanshaha degmada, laakiin degmada ayaa doonaysa xog dheeri ah kumana aysan dhamayn hanaanka ogolaanshaha wakhtigii loo cayimay.
- Degmadaada ayaa bixin adeegyada ayadoo lagu saleynaayo jadwallada ay horay u jaan goysay.
- Haddii aad dareemayso in degmadu aysan buuxin baahiyahaaga wakhtii la

rabay.

- Aan cabashadaada, racfaanka, ama racfaanka boobsiiska ah xal looga gaarin waqtigii loo cayimay.
- Adiga iyo dhakhtarkaagu aad isku khilaaftaan adeegyada caafimaadka dhimirka ee muhiimka ah.

Sidee ayaan u Gudbin karaa Racfaan?

- Waxaad racfaan ku diri kartaa midkood sadexda qaab ee soo socda:
  - Si lagaaga caawiyo gudbinta cabasho la xariirta adeegyada bukaan jiifka iyo/ama guryaha la dagan yahay, waxaad wici kartaa Barnaamijka Qareennada Bukaanka ee Adeegga Qoysaska Yuhuuda ah (JFS) ood ka wacayso (619) 282-1134. Si aad u hesho caawimaad ku aadan gudbinta cabasho la xariirta adeegyada bukaan socodka, waxaad wici kartaa Xarunta U qareemida Waxbarashada iyo U doodista Caafimaadka Macaamiisha (CCHEA) oo aad ka wacayso laynka bilaashka lagu waco (877) 734-3258. Kadib marka aad wacdo, waxaad u baahan doontaa inaad gudbiso racfaan qoraal ah sidoo kale intaas kadib; ama
  - Boostada ugu racfaankaaga (Degmada ayaa ku siin doona boqshadu ciwaankoodu ku qoran yahay oo aad ka helayso dhammaan xarumaha dhakhaatiirta si aad boostada ugusoo dirto racfaankaaga). Ogoow: Haddii aadan haysan boqshada ciwaanku ku qoran yahay, waxaad boostada toos ugu diri kartaa racfaankaaga:

    <u>Adeegyada Bukaan Jiifka iyo/ama Adeegyada La Dagan yahay:</u>

    Jewish Family Service of San Diego
    Joan & Irwin Jacobs Campus
    Turk Family Center Community Services Building
    8804 Balboa Avenue
    San Diego, CA 92123

    <u>Adeegyada Bukaan Socodka:</u>

    Consumer Center for Health Education and Advocacy (CCHEA)
    1764 San Diego Avenue, Suite 100
    San Diego, CA 92110

ama

  - Ku dir racfaankaaga iimeylka ama fakiska. Eeg qaybta "Xog Dheeriga ah ee ku Saabsan Degmadaada" oo ku taala dhammaadka buug tusmeedkaan si aad u hesho xog dheeraad ah.

Sidee Ayaan Ku Ogaanayaa In Racfaankayga Go'aan Laga Gaaray?

Adiga ama qofka wakiilka kaa ah ayaa heli doona ogeysiis qoraal ah oo ka imaanaaya degmadaada lana xiriira go'aanka laga gaaray racfaankaaga. Ogeysiiska waxaa ku qornaan doona xogta soo socota:

- Natiijooyinka hanaanka xalinta racfaanka.
- Taariikhda go'aanka racfaanka lasoo saaray.
- Haddii racfaankaaga aan lagu go'aamin sidii aad rabtay, ogeysiiska ayaa sidoo kale bixin doona xog ku aadan xaqa aad u leedahay Dhageysiga Gobalka ee Cadaalada ah iyo sida aad u codsan karto Dhageysiga Gobalka ee Cadaalada ah.

Ma Jiraa Waqti u Cayiman Gudbinta Racfaanka?

Waa inaad kusoo gudbisaa racfaanka 60 maalmood gudahood kadib marka aad hesho Ogeysiiska Go'aanka Diidmada Gunnada. Ma jiraan waqtiyo u cayiman gudbinta racfaanka marka aadan helin Ogeysiiska Go'aanka Diidmada Gunnada, marka waxaad gudbin kartaa racfaanka noocaan ah marka aad doonto.

Goorma ayaa go'aan Laga Gaarayaa Racfaankayga?

Degmadu waa inay go'aan ka gaartaa racfaankaaga 30 maalmood gudahood marka ay hesho codsigaaga.

Ka Waran Haddii aanan Sugi Karin 30 Maalmood Go'aanka Racfaankayga?

Haddii racfaanku buuxiyo shuruudaha hanaanka racfaanka degdega ah, waxaa laga yaabaa in si degdeg ah loo go;aansho.

Waa maxay Racfaanka Boobsiiska ah?

Hanaanka racfaanka boobsiiska ah ayaa raaca isla nidaamka hanaanka racfaanka caadiga ah laakiin waa ka boobsiis badan yahay. Halkaan ayaad ka helaysaa xog dheeri ah oo ku aadan racfaannada boobsiiska ah:

- Waa inaad keentaa cadaynta in sugitaanka racfaanka caadiga ay uga sii dari karto xanuunkaaga caafimaadka dhimirka.
- Hanaanka racfaanka boobsiiska ah ayaa raacaaya waqtiyo gaar ah oo cayiman kuwaasoo ka duwan kan racfaanka caadiga ah.
- Degmada ayaa haystaa 72 saacadood si ay dib u eegis ugu sameyso racfaanka boobsiiska ah.
- Waxaad gudbin kartaa codsiga afka ah ee racfaanka boobsiiska ah.
- Qasab maaha inaad codsigaaga racfaanka degdega ah kusoo gudbiso qoraal ahaan.

Goorma ayaan Gudbin karaa Racfaan Boobsiis ah?

Haddii sugista ilaa 30 maalmood si loo gaaro go'aanka caadiga ah ee racfaanka ay khatar gelinayso noloshaada, caafimaadka, ama awooda helista, xakamaynta ama joogtaynta shaqada buuxda, waxaad codsan kartaa in racfaanka degdeg go'aan looga gaaro.

Xog Dheeraad ah oo La Xiriirta Racfaannada Boobsiiska ah:

- Haddii racfaanku buuxiyo shuruudaha racfaanka boobsiiska ah, degmada ayaa xal uga gaaraya 72 saacadood kadib marka ay hesho.
- Haddii degmadaadu go'aansato in aan racfaankaagu buuxin shuruudaha racfanka boobsiiska h, waxaa laga doonayaa in lagu siiyo ogeysiiska hadalka ah ee wakhtigiisa soo baxa waxaana lagu siin doonaa ogeysiiska qoraalka ah labo maalmood gudahood, kaasoo sharxaaya sababta go'aankooda. Racfaankaaga ayaa raaci doona jadwalka caadiga ah ee racfaanka ee horey loogu cadeeyay qaybtaan.
- Haddii aadan aqbalin go'aanka caymiska degmada ee ah in aan racfaankaagu buuxin shuruudaha racfaanka boobsiiska ah, waxaad gudbin kartaa cabasho.

- Kadib marka degmadaadu go'aan ka gaarto codsigaaga racfaanka boobsiiska ah, adiga iyo dhammaan dhinacyada ay qusayso ayaa loo diri doonaa ogeysiis labadaba mid afka ah iyo mid qoraal ah.

Dhagaysiga Cadaalada ah ee Gobalka

Waa Maxay Dhageysiga Gobalka ee Cadaalada ah?

Dhageysiga Gobalka ee Cadaalada ah waa dib u eegis madax banaan, oo uu sameeyo garsooraha sharciga maamulka kaasoo u shaqeeya Waaxda Adeegyada Bulshada ee California (CDSS) si loo xaqiijiyo inaad hesho adeegyada caafimaadka dhimirka ee aad xaqa u leedahay inuu ku siiyo barnaamijka Medi-Cal.
Fadlan booqo webseedka Waaxda Adeegyada Bulshada ee California oo ah https://www.cdss.ca.gov/hearing-requests si aad u hesho xog dheeraad ah.

Waa Maxay Xaquuqdayda Dhageysiga Gobalka ee Cadaalada ah?

Waxaad xaq u leedahay in aad:

- Codsato dhagaysi uu sameeyo garsooraha sharciga maamulka, oo sidoo kale la yiraahdo Dhagaysiga Cadaalada ah ee Gobalka, si loo xaliyo kiiskaaga.
- Inaad ogaato sida loo codsado Dhageysiga Gobalka ee Cadaalada ah.
- Inaad wax ka barato xeerarka maamulaaya sida matalaadu u shaqeyso inta lagu jiro Dhagaysiga Cadaalada ah ee Gobalka.
- Inaad codsato in aan dheefaha lagaa jarin inta lagu jiro hawsha Dhageysiga Gobalka ee Cadaalada ah haddii aad codsato Dhageysiga Gobalka ee Cadaalada ah Inta lagu jiro waqtiga loo cayimay.
- In aadan bixin qarashka adeegyada lasii wadaayo inta racfaanku wali socdo haddii go'aanka kama danbaysta ah ee kasoo baxana uu noqdo mid taageeraaya go'aanka diidmada dheefta ee degmada.

Goorma ayaan Gudbin karaa Dhageysiga Gobalka ee Cadaalada ah?

Goorta aad Gudbin karto Dhageysiga Gobalka ee Cadaalada ah haddii:

- Aad dirtay racfaan aadna heshay waraaqda qaraarka racfaanka oo kuu

sheegaysa in degmadaadu diiday codsigaaga racfaanka.

- Aan cabashadaada, racfaanka, ama racfaanka boobsiiska ah aan xal looga gaarin waqtigii loo cayimay.

Sidee ayaan U Codsanayaa Dhageysiga Cadaallada ah ee Gobalka?

Waxaad ka codsan kartaa Dhageysiga Cadaalada ah ee Gobalka:

- Oonlaynka: webseedka Maareynta Kiiska Racfaannada ee Waaxda Adeegyada Bulshada: https://acms.dss.ca.gov/acms/login.request.do
- Qoraal ahaan: Codsigaaga u dir waaxda faya dhawrka ee degmada oo aad ugu direyso ciwaanka ku qoran Ogeysiiska Go'aanka Diidmada Gunnada, ama boostada ugu dir:

  California Department of Social Services
  State Hearings Division
  P.O. Box 944243, Mail Station 9-17-37
  Sacramento, CA 94244-2430

- Fakiska: 916-651-5210 ama 916-651-2789

Waxaad sidoo kale ka codsan kartaa Dhageysiga Gobalka ee Cadaalada ah ama Dhageysiga Gobalka ee Cadaalada ah ee boobsiiska ah:

- Ka wac taleefanka:
  - *Laynka Bilaashka ah lagu waco, ee Waaxda Dhagaysiyada Gobalka*, ka wac **1-800-743-8525** ama **1-855-795-0634**.
  - *Laynka Bilaashka ah lagu waco, ee Su'aalaha iyo Jawaabaha Dadwaynaha*, ka wac **1-800-952-5253** ama TDD ka wac **1-800-952-8349**.

Ma Jiraa Waqti U cayiman Dhageysiga Cadaallada ah ee Gobalka?

Waxaad haysataa 120 maalmood laga bilaabo taariikhda ogeysiiska go'aanka qoraalka ah ee racfaanka ee degmada si aad u codsato Dhagaysiga Cadaalada ah ee Gobalka. Haddii aadan helin Ogeysiiska Go'aanka Diidmada Gunnada, waxaad gudbin kartaa Dhageysiga Cadaalada ah ee Gobalka markii aad doonto.

Miyaan sii Wadan karaa Adeegyada Inta aan Sugaayo Go'aanka Dhageysiga Cadaallada ah ee Gobalka?

Haa, haddii hadda helayso adeegyada la ogolaaday aadna dooneyso inaad sii wado helitaanka adeegyada inta aad sugayso go'aanka Dhagaysiga Cadaalada ah ee Gobalka, waa inaad codsataa Dhagaysiga Cadaalada ah ee Gobalka 10 maalmood gudahood laga bilaabo taariikhda ogeysiiska go'aanka racfaanka lagu diray boostada ama laguu keenay. Taas badelkeed, waxaad codsan kartaa dhagaysi kahor taariikhda degmadaadu sheegtay in adeegyada la joojin doono ama la dhimi doono.

Ogoow:

- Marka aad codsanayso Dhagaysiga Cadaallada ah ee Gobalka, waa inaad cadeysaa inaad dooneyso in laguu sii wado adeegyada inta lagu jiro hawsha Dhageysiga Cadaalada ah ee Gobalka.
- Haddii aad codsato in laguu sii wado adeegyada go'aanka kama danbaysta ah ee Dhageysiga Cadaallada ah ee Gobalkuna xaqiijiyo go'aanka hoos u dhigista ama joojinta adeegga aad hesho, masuul kama noqonaysid bixinta qarashka adeegyada la baxshay inta Dhageysiga Cadaallada ah ee Gobalku uu socdo.

Goorma ayaa go'aan Laga Gaarayaa Dhageysiga Gobalka ee Cadaalada ah?

Kadib marka aad codsato Dhagaysiga Cadaalada ah ee Gobalka, waxay qaadan kartaa 90 maalmood inaad hesho go'aan.

Ma heli karaa Go'aanka Dhageysiga Gobalka ee Cadaalada ah si Dhakhso ah?

Haddii aad aaminsan tahay in sugista mudadaas dheer ay khatar ku tahay caafimaadkaaga, waxaad awoodi kartaa inaad codsato in jawaabta lagugu siiyo sadex maalmood gudahood. Waxaad codsan kartaa Dhagaysiga Cadaalada ah ee Gobalka oo Boobsiis ah adoo diraaya warqad aad qortay ama ka codsanaaya dhakhtar inuu kuu qoro ama xirfadle caafimaad warqad aad dirto. Warqada waa inaad ku cadeysaa xogta soo socota:

1. Waa inaad sharaxdaa si faahfaahsan sida sugitaanka 90 maalmood si kiiskaaga go'aan looga gaaro ay khatar wayn ugu tahay noloshaada, caafimaadkaaga,

ama awoodaada haysashada, joogtayta, ama haysashada shaqada maskaxda ee buuxda.

2. Waa inaad codsataa "dhageysi degdeg ah" waraaqdana soo raaci codsigaaga dhageysiga.

Waaxda Dhagaysiyada Gobalka ee Waaxda Adeegyada Bulshada ayaa dib u eegi doonta codsigaaga Dhagaysiga Cadaalada ah ee Gobalka waxayna go'aaminaysaa inay buuxisay shuruudaha iyo in kale. Haddii codsigaaga la ogolaaday, dhagaysi ayaa la mudeyn doonaa, kadibna go'an ayaa laga gaari doonaa sadex maalmood oo shaqo gudahood laga bilaabo taariikhda Waaxda Dhagaysiyada ee Gobalku ka helayso codsigaaga.

DARDAARANKA HORE

Waa maxay Dardaaranka Hore loo sii Qoray?

Waxaad xaq u leedahay inaad lahaato dardaaranka hore. Dardaaranka hore waa dukumiinti qoran oo ku aadan daryeelkaaga caafimaadka kaasoo lagu aqoonsan yahay sharciga California. Waxaad mararka qaar maqli kartaa dardaaranka hore oo lagu qeexaayo dardaaranka nool ama awooda masuuliyada joogtada ah. Waxaa ku jira xog ku saabsan sida aad doonayso in daryeelka caafimaadka laguu siiyo ama sheegaysa noocyada go'aannada aad doonayso in la gaaro, haddii ama marka aadan awoodin inaad naftaada u hadasho. Tan waxaa ku jiri kara waxyaabaha sida xaqa aqbalaada ama diidista daawaynta caafimaad, qaliinka, ama inay gaaraan dookhyada kale ee daryeelka caafimaadka. Gudah California, dardaaranka hore ayaa ka kooban labo qaybood:

- Magacaabistaada wakiil (qof) gaaraaya go'aannada la xariira daryeelkaaga caafimaad; iyo
- Tilmaamahaaga gaarka ah ee daryeelka caafimaadka.

Degmadaada ayaa laga doonayaa inay lahaato barnaamijka dardaaranka horey Loo sii qoray. Degmadaada ayaa laga doonayaa inay ku siiso xog qoraal ah oo ku aadan xeerarka dardaaranka horey loo sii qorey iyo inay sharaxdo sharciga gobalka haddii lagaa codsado xog. Haddii aad doonayso inaad codsato xog, waa inaad wacdaa lambarka taleefanka ku qoran galka kore ee buug tusmeedkaan si aad u hesho xog dheeraad ah.

Waxaad heli kartaa foomka dardaaranka hore ee aad ka helayso degmadaada ama oonlaynka. Gudaha California, waxaad xaq u leeedahay inaad tilmaamaha dardaaranka hore siiso dhammaan dhakhaatiirta daryeelka caafimaadka. Sidoo kale waxaad xaq u leedahay inaad badesho ama joojiso dardaarankaaga hore marka aad doonto.

Haddii aad su'aalo ka qabto sharciga California ee la xariira shuruudaha dardaaranka hore, waxaad waraaq u diri kartaa:

California Department of Justice
Attn: Public Inquiry Unit
P. O. Box 944255
Sacramento, CA 94244-2550

XUQUUQAHA IYO WAAJIBAADKA

Waajibaadka Degmada

Maxay Degmadeydu Masuul ka Tahay?

Degmadaada ayaa masuul ka ah waxyaabaha soo socda:

- Xaqiijinta inaad buuxisay shuruudaha helitaanka adeegyada caafimaadka dhimirka ee degmada ama shabakadeeda dhakhaatiirta.
- Inay samayso qiimayn ku aadan go'aaminta inaad u baahan tahay adeegyada caafimaadka dhimirka iyo in kale.
- Inay ku siiyaan lambar aad bilaash ku wacayso oo lagaa qabanaayo 24 saac maalintii, todobo maalmood asbuucii, kaasoo kuu sheegaaya sida aad adeegyo uga helayso degmada. Lambarka taleefanka ayaa ku qoran bogga hore ee buug tusmeedkaan.
- Xaqiijinta inay jiraan bixiyaasha caafimaadka dhimirka oo kugu filan kuuna dhow si aad u hesho adeegyada ay daboolayso degmadu marka loo baahdo.
- Inay kuu sheegto ayna ku barto adeegyada aad ka helayso degmada.
- Inay adeegyada kugu siiso luuqadaada hooyo si bilaash ah, iyo haddii loo baahdo, inta ku siiso turjumaan la'aan ah.
- Inay ku siiyaan xog qoraan ah oo ku saabsan adeegyada aad helayso kuna qoran luuqado kale ama qaabab kale sida Farta Indhoolka ama Far waawayn. Eeg qaybta "Xog Dheeriga ah ee ku Saabsan Degmadaada" oo ku taala dhammaadka buug tusmeedkaan si aad u hesho xog dheeraad ah.
- Inay kuu sheegto isbadello kasta oo waawayn oo ku dhaca xogta lagu sheegay buug tusmeedka 30 maalmood kahor inta aan isbadelladu dhaqan gelin. Isbadelka ayaa loo arkaa mid wayn marka uu koror ama hoos u dhac ku yimaado cadad ama noocyada adeegyada la heli karo, haddii uu koror ama hoos u dhac ku yimaado tirada dhakhaatiirta shabakada, ama haddii uu sibadel kale yimaado kaasoo saamaynaaya dheefahaaga aad ka yimid degmada.
- Xaqiijinta inay ku xirto daryeelkaaga caafimaadka qorsheyaal kasta oo kale ama nidaamyo muhiim u ah inay kaa caawiyaan wareejinta daryeelkaaga si fudud. Tan waxaa ku jira xaqiijinta in gudbinno kasta oo laguu gudbiyo taqasusleyaasha

ama bixiyaasha kale si sax ah loo raaco iyo in dhakhtarka cusub uu doonaayo inuu ku daryeelo.

- Xaqiijinta in aad sii wadi karto u tagista dhakhtarkaaga caafimaadka ee hadda, xataa haddii uusan ku jirin caymiskaaga, muddo wakhti cayiman. Tan waa muhiim haddii badelida dhakhaatiirta ay waxyeelaynayso caafimaadkaaga ama kordhinayso baahida loo qabo in isbitaal lagu dhigo.

Gaadiid Ma la Heli karaa?

Haddii aad dhibaato ku qabto xaadirista balamahaaga caafimaadka ama caafimaadka dhimirka, barnaamijka Medi-Cal ayaa kaa caawinaaya diyaarinta gaadiid ku qaada. Gaadiid waa in la siiyaa macaamiisha Medi-Cal ee aan awoodin inay gaadiid iskood u helaan qabana baahi caafimaad oo ay helaan adeegyada ay Medi-Cal daboosho. Waxaa jira labo nooc oo gaadiidka balamaha ah:

- Aan ahayn mid caafimaad: gaadiid uu baxsho gaari gaar loo leeyahay ama gaariga dadwaynaha ee aan haysan qaab kale oo ay ku tagaan balantooda.
- Gaadiidka caafimaadka ee aan ahayn kan Xaalada Degdega ah: waa gaadiidka sida aanbalaasta, gaariga caasiga ah ee gaari curyaanka lagu geli karo, ama gaari curyaanka tuujiga leh ee dadka aan raaci karin gaadiidka dadwaynaha ama gaarka loo leeyahay.

Gaadiidka ayaa lagu heli karaa safarada lagu tago farmashiyaha ama soo qaadista agabka caafimaadka, qalabka lagu socdo, agabka lafaha, iyo qalabka kale ee loo baahan yahay.

Haddii aad haysato Medi-Cal laakiin aadan ka diiwaan gashanayn daryeelka maaraysan, aadna u baahan tahay gaadiidka aan ahayn kan caafimaadka ee adeegga la - xiriira caafimaadka, waxaad la xariiri kartaa si toos ah shirkada gaadiidka aan ahayn kuwa caafimaadka ama dhakhtarkaaga si laguu caawiyo. Marka aad la xariirto shirkada gaadiidka, waxay ku waydiin doonaan xog ku saabsan taariikhda iyo waqtiga balantaada.

Haddii aad u baahan tahay gaadiid aan ahayn kan xaaladaha degdega ah ee caafimaadka, dhakhtarkaaga ayaa kuu qori kara gaadiidka aan ahayn kan xaaladaha degdega ah ee caafimaadka kuguna xiri kara shirkada gaadiidka si laguugu diyaarsho gaariga ku qaadi lahaa si uu kuu geeyo kaagana soo qaado goobaha balantaada.

Si aad u hesho xog dheeri ah iyo caawimaad ku aadan gaadiidka, la xiriir caymiskaaga daryeelka la maareyn karo.

Xaquuqaha Macmiilka

Waa maxay Xaquuqdayda markaan ahay Macmiilka Adeegyada Caafimaadka Dhimirka ee Medi-Cal?

Marka aad tahay macmiilka Medi-Cal, waxaad xaq u leedahay inaad ka hesho degmadaada adeegyada caafimaadka dhimirka ee caafimaad ahaan muhiimka ah. Marka aad la helayso adeegyada caafimaadka dhimirka, waxaad xaq u leedahay:

- In laguula dhaqmo si qadarin leh lana ixtiraamo sharaftaada iyo sirtaada.
- Inaad hesho sharaxaadaha qeexan ee la fahmi karo ee dookhyada daawaynta ee aad helayso.
- Inaad ka qaybgasho go'aannada la xiriira caafimaadkaaga dhimirka. Tan waxaa ku jira xaqa aad u leedahay inaad diido daawayn kasta oo aadan doonayn inaad hesho.
- Inaad hesho buug tusmeedkaan si aad xog oga ogaato adeegyada degmada, waajibaadka degmada, iyo xuquuqdaada.
- Inaad codsato nuqulka diiwaanadaada caafimaadka iyo inaad codsato isbadello, haddii loo baahdo.
- Inaad xor ka ahaatid jajuub ama xanibaad kasta oo loo adeegsaday hab lagu gaadhayo qasbid, edbin, hawl sahlasho ama aargoosasho.
- Inaad hesho wakhtiga ku haboon daryeel 24/7 xaaladaha degdega ah, xaaladaha boobsiiska u baahan, ama xanuunnada xaalada degdega ah marka ay caafimaad ahaan muhiim tahay.
- Marka aad codsato, inaad hesho agabka qoran oo ku baxaaya qaab kale sida Farta Indhoolka, farta waawayn, iyo qaabka codka ah wakhti ku haboon.

- Inaad hesho adeegyada caafimaadka dhimirka ee degmada kuwaasoo waafaqsan heshiiska ay gobalka la gashay ee helitaanka, xajmiga, isku dubaridka, dabooliista, iyo ogolaanshaha daryeelka. Degmada waxaa laga doonayaa:
  - Shaqaalaysiiyo ama uu heshiisyo qoraal ah la galo dhakhaatiir ku filan si loo xaqiijiyo in dhammaan macaamiisha u qalma Medi-cal ee u qalma adeegyada caafimaadka dhimirka ee ay ka heli karaan dhakhaatiirta waqtiga ay u baahdaan.
  - Inuu daboolo adeegyada caafimaad muhiimka ah ee ka baxsan shabakada caymiska ee aad hesho waqtiga ku haboon, haddii degmada aysan lahayn shaqaale ama adeeg bixiye qandaraas kula jira oo adeegyada bixin kara.

    Ogoow: Degmadu waa inay xaqiijisaa inaadan dhiibin wax qarash dheeri ah marka aad u tagto dhakhtar ka baxsan caymiska. Hoos ka eeg xog dheeri ah:
    - *Adeegyada caafimaadka dhimirka ee caafimaad ahaan muhiimka ah* ee shaqsiyaadka 21 sano iyo ka wayn jira waa adeegyo macquul ah oo ku haboon difaaca nafta, kahortaga xanuunka daran ama naafada daran, ama si loo yareeyo xanuunka daran. Adeegyada caafimaadka dhimirka ee caafimaad ahaan muhiimka ah ee shaqsiyaadka 21 sano iyo ka wayn jira waa adeegyo joogtaynaata, taageeraaya, kor u qaadaaya, ama ka dhigaaya mid la maarayn karo xanuunka caafimaadka dhimirka.
    - *Dhakhtar ka baxsan caymiska* waxaa laga wadaa dhakhtar aan kamid ahayn liiska dhakhaatiirta degmada.
  - Marka aad codsato, waa inay ku siisaa fikirka labaad ee aad ka helayso xirfadle caafimaad oo u qalma oo ku jira ama ka baxsan caymiska adiga oo aan lagaa qaadayn qarash dheeri ah.
  - Waa inay xaqiijisaa in dhakhaatiirtu u tababaran yihiin bixinta adeegyada caafimaadka dhimirka ee dhakhaatiirtu aqbaleen inay daboolayaan.
  - Waa inay xaqiijisaa in adeegyada caafimaadka dhimirka ee degmadu

bixinayso ay ku filan yihiin cadad ahaan, mudada waqtiga, iyo xajmigaba buuxinta baahiyaha macaamiisha u qalma ee Medi-Cal. Tan waxaa ku jira xaqiijinta in qaabka degmada ee ansxinta qarashka adeegyada lagu saleeyo muhiimada caafimaad iyo iin shuruudaha helitaanka si cadaalad ah loo adeegsado.

    - Inay xaqiijiso in dhakhaatiirteedu ay sameeyaa qiimeyno adag ayna kaala shaqeeyaan abuurista yoolalka daawaynta.
    - Waa inay ku dubaridaa adegeyada ay bixiso adeegyada lagugu siiyo qorshaha daryeelka agaasiman ama dhakhtarkaaga guud, haddii loo baahdo.
    - Waa inay ka qaybgashaa dedaallada gobalka si loo siiyo adeegyo karti leh oo ku haboon dhaqanka haboon dhaqanka dhammaan macaamiisha, ayna ku jiraan kuwa aan aqoonta badan u lahayn Ingiriisiga iyo kuwa leh dhaqannada iyo qoomiyadaha kaladuwan.
- Waa inaad muujin karto xuquuqdaada ayadoo aan isbadello khatar ah lagu sameyn daawayntaada.
- Inaad hesho daawayn iyo adeegyo sida ku cad xuquuqdaada ku qoran buug tusmeedkaan iyo dhammaan sharciyada quseeya ee federaalka iyo gobalka sida:
    - Title VI ee Sharciga Xuquuqda Madaniga ah ee 1964 sida lagu dhaqan gashay xeerarka 45 CFR qaybta 80.
    - Sharciga Takoorka Da'da ee 1975 sida lagu dhaqan gashay xeerarka 45 CFR qaybta 91.
    - Sharciga Baxnaaninta ee 1973.
    - Title IX ee Isbadellada Waxbarashada oo soo baxay 1972 (oo la xiriria barnaamijyada waxbarashada iyo nashaadaadka).
    - Titles II iyo III ee Isbadellada Sharciga Naafada.
    - Qaybta 1557 ee Difaaca Bukaanka iyo Daryeelka Qiimaha Jaban.
- Waxaad xuquuq ooyinka ku heli kartaa sharciyada gobalka ee la xariira daawaynta caafimaadka dhimirka. Si aad u la xiriirto Qareenka Xuquuqaha bukaanka ee Degmadaada, fadlan la xiriir degmadaada adoo adeegsanaaya

taleefan lambarka ku qoran bogga hore ee buug tusmeedka.

Go'aannada Diidmada Gunnada

Waa maxay Xuquuqda aan Leeyahay haddii Degmadu Diido Adeegyada aan Doonaayo ama Aan aaminsan Nahay inaan U baahan Nahay?

Haddii degmadaadu diido, yareyso, hoos u dhigto, dib u dhac ku samayso, ama joojiso adeeg aad isleedahay waad u baahan tahay, waxaad xaq u leedahay ogeysiis qoraal ah oo aad ka helayso degmada. Ogeysiiskaan waa la yiraahdaa "Ogeysiiska Go'aanka Diidmada Gunnada". Waxaad sidoo kale xaq u leedahay inaad diido go'aanka adoo codsanaaya racdaan. Qaybaha hoose ayaa kuu sheegaaya Ogeysiiska Go'aanka Diidmada Gunnada iyo waxa aad samaynayso haddii aad diido go'aanka degmada.

Waa Maxay Go'aanka Diidmada Gunnadu?

Go'aanka Diidmada Gunnada ayaa lagu qeexaa wax kamid ah talaabooyinka soo socda oo ay qaado degmadu:

- Diidmada iyo ama ogolaanshaha xadidan ee adeegga la codsaday. Kan waxaa ku jira go'aannada lagu saleeyay nooca ama heerka adeegga, muhiimada caafimaadka, haboonaanta, goobta, ama waxtarka adeegga la daboolaayo;
- Yaraynta, hakinta, ama joojinta adeeg horey loo ogolaaday;
- Diidmada, si guud ama qayb ahaan, lacagta adeegga;
- Fashilka bixinta adeegyada oo lagu baxsho qaab ku haboon waxtiga;
- Ku fashilmida talaabo qaadista inta lagu jiro jadwalka loo baahan yahay ee gaarista xalka aasaasiga ah ee cabashooyinka iyo racfaannada. Jadwallada loo baahan yahay waa sida soo socota:
  - Haddii aad cabasho u gudbiso degmada ayna degmadu kugusoo celin waydo go'aanka qoraalka ah oo ku aadan cabashadaada 30 maalmood gudahood.
  - Haddii aad u gudbiso racfaan degmada ayna degmadu kugusoo celin waydo go'aanka qoraalka ah ee racfaankaaga 30 maalmood gudahood.
  - Haddii aad gudbisay racfaanka boobsiiska ah aadana jawaab ku helin 72 saacadood gudahood.

- Diidmada codsiga macmiilka ee diidista masuuliyada dhaqaale.

Waa Maxay Ogeysiiska Go'aanka Diidmada Gunnadu?

Ogeysiiska Go'aanka Diidmada Gunnadu waa waraaq qoran oo degmada uu kuusoo diri doono haddii aya gaarto go'aan lagu diidaayo, xadidaayo, yareynaayo, dib ugu dhigaayo, ama lagu joojinaayo adeegyada aad adiga iyo dhakhtarkaagu aaminsan tihiin inaad xaq u leedahay. Tan waxaa ku jira diidmada:

- Qarashka adeegga.
- Sheegashooyinka adeegyada aan la daboolin.
- Sheegashooyinka adeegyada aan ahayn caafimaad ahaan muhiim.
- Sheegashooyinka adeegyada ka yimid nidaamka adeeg bixinta khaldan.
- Codsiga ka doodista masuuliyada dhaqaalaha.

Ogoow: Ogeysiiska Go'aanka Diidmada Gunnada ayaa sidoo kale loo adeegsadaa in lagugu wargeliyo haddii cabashadaada, racfaankaaga, ama racfaankaaga degdega ah aan xal laga gaarin waqtigii la rabay, ama haddii aadan ku helin adeegyada mudada loo cayimay in degmadu ku bxisio adeegyada.

Waqtiga Ogeysiiska

Degmadu waa inay ogaysiiska ugu dirtaa boostada:

- macmiilka ugu yaraan 10 maalmood kahor taariikhda talaabada joojinta, hakinta, ama yaraynta adeegyada caafimaadka dhimirka ee horey loo ogolaaday.
- Waa inay u dirtaa macmiilka labo maalmood gudahood marka uu soo baxo go'aanka diidmada lacag bixinta ama go'aannada ka dhashay diidmada, dib u dhigista, ama wax ka badelka dhammaan ama qayb kamid ah adeegyada caafimaadka Dhimirka ee la codsaday.

Markasta Miyaan Heli Doonaa Ogeysiiska Go'aanka Diidmada Gunnada Marka aanan Helin Adeegga aan Rabay?

Haa, waa inaad heshaa Ogeysiiska Go'aanka Diidmada Gunnada. Haddii aadan helin ogeysiis, waxaad racfaan u gudbin kartaa degmada ama haddii aad dhamaystirtay

hanaanka racfaanka, waxaad codsan kartaa Dhageysiga Cadaalada ah ee Gobalka. Marka aad la xiriirto degmadaada, sheeg in laguu diiday gunnada laakiin aan lagu a siin ogeysiis. Xog ku aadan sida loo gudbiyo racfaan ama codsiga Dhageysiga Cadaalada ah ee Gobalka ayaa ku qoran buug tusmeedkaan waxaadna sidoo kale ka helaysaa xafiiska dhakhtarkaaga.

Muxuu Ii sheegi Doonaa Ogeysiiska Go'aanka Diidmada Gunnadu?

Ogeysiiska Go'aanka Diidmada Gunnada ayaa kuu sheegi doona:

- Waxa degmadaadu ay sameysay ee saamaynaaya adiga iyo awoodaada helitaanka adeegyada.
- Taariikhda go'aanku dhaqan galaayo iyo sababta go'aanka loo cuskaday.
- Sharciyada gobalka iyo federaalka ee go'aanka loo cuskaday.
- Xaqa aad u leedahay gudbinta racfaan haddii aadan aqbalin go'aanka degmada.
- Sida loo helo nuqullada dukumiintiyada, diiwaannada, iyo xogta kale ee la xiriirta go'aanka degmada.
- Sida aad racfaan ugu gudbin karto degmada.
- Sida loo codsado Dhageysiga Cadaalada ah ee Gobalka haddii aadan ku qancin go'aanka degmadu ka gaartay racfaankaaga.
- Sida aad u codsan karto racfaan degdeg go'aan looga gaaro ama Dhageysiga Gobalka ee Cadaalada ah ee degdega ah.
- Sida aad ku helayso caawimaad la xariirta gudbinta racfaan ama codsashada Dhageysiga Gobalka ee Cadaalada ah.
- Mudada aad haysato si aad u gudbiso racfaan ama u codsato Dhageysiga Gobalka ee Cadaalada ah.
- Xaqa aad u leedahay inaad adeegyada sii hesho inta aad sugayso go'aanka laga gaaro racfaanka ama Dhageysiga Gobalka ee Cadaalada ah, sida loo codsado sii wadista adeegyada, iyo haddii qarashaadka adeegyadaan ay daboolayso Medi-Cal.
- Marka ay tahay inaad gudbiso codsiga Racfaanka ama Dhageysiga Gobalka ee Cadaalada ah haddii aad doonayso in adeegyada laguusii wado..

Maxaan Samaynayaa Marka aan Helo Ogeysiiska Go'aanka Diidmada Gunnadu?

Marka aad hesho Ogeysiiska Go'aanka Diidmada Gunnada, waa inaad akhridaa dhammaan xogta ku qoran ogeysiiska si taxadar leh. Haddii aadan fahmayn ogeysiiska, degmadaada ayaa ku caawin karta. Waxaad sidoo kale codsan kartaa qof kale inuu ku caawiyo.

Waxaad codsan kartaa sii wadista adeegga lagaa joojiyay marka aad gudbiso racfaan ama aad codsato Dhageysiga Gobalka ee Cadaalada ah. Waa inaad codsataa in laguu sii wado adeegyada ugu danbayn 10 maalmood kadib taariikhda Ogeysiiska Go'aanka Diidmada Gunnada lagusoo diro boostada ama lagu siiyo, ama kahor taariikhda dhaqan galka isbadelka.

Waajibaadka Macmiilka

Waa maxay masuuliyadaha i saaran marka aan ahay macmiilka Medi-Cal?

Waa muhiim inaad fahanto sida adeegyada degmadu u shaqeeyaan si aad u hesho daryeelka aad u baahan tahay. Sidoo kale waa muhiim:

- Inaad uga qaybgasho daawaynta sida la mudeeyay. Waxaad heli doontaa natiijooyinka ugu fiican haddii aad kala shaqayso dhakhtarkaaga abuurista yoolalka daawayntaada aadna raacdo yoolalkaas. Haddii aad doonayso inaad ka baaqato balan, wac dhakhtarkaaga ugu yaraan 24 saac kahor, kadibna dib u dhigo balanta maalin iyo waqti kale.
- Mar kasta soo qaado Kaarkaaga Aqoonsiga ee Medi-Cal (BIC) iyo aqoonsi sawir leh marka aad u timaado daawaynta.
- U sheeg dhakhtarkaaga haddii aad u baahan tahay turjumaanka hadalka kahor balantaada.
- U sheeg dhakhtarkaaga dhammaan walaacyadaada caafimaadka. Hadba intaad xog dhamaystiran uga sheegto dhakhtarkaaga baahiyaha aad qabto, ayay daawayntaadu sii guulaysanaysaa.
- Xaqiiji inaad waydiiso dhakhtarkaaga su'aalo kasta oo aad qabto. Aad ayay muhiim u tahay inaad si buuxda u fahanto xogta aad hesho inta lagu jiro daawayntaada.
- Raac talaabooyinka la qorsheeyay ee aad adiga iyo dhakhtarkaagu ku heshiisiin.

- La xariir degmada haddii aad qabto wax su'aalo ah oo ku saabsan adeegyadaada ama haddii aad dhibaatooyin ku qabto dhakhtarkaaga oo aadan awoodin inaad xal u hesho.
- U sheeg dhakhtarkaaga iyo degmada haddii ay wax isbadello ah ku dhaceen xogtaada gaarka ah. Tan waxaa ku jira ciwaankaaga, lambarka taleefanka, iyo xog kasta oo caafimaad oo saamayn karta awoodaada ka qaybgalka daawaynta.
- Ula dhaqan shaqaalaha ku siinaaya daawaynta si qadarin iyo xushmad leh.
- Haddii aad ka shakido khiyaano ama khalad lagu kacaayo, u soo sheeg:
  - Waaxda Adeegyada Caafimaadka ayaa ka codsanaysa in qof kasta oo ka shakiya khiyaano, khasaaro, ama xadgudub ka dhacaaya Medi-Cal uu soo waco Laynka Kahortaga Khiyaannada ee DHCS Medi-Cal oo ah **1-800-822-6222**. Haddii aad dareento in arintaani xaalad degdeg ah tahay, fadlan wac **911** si laguu siiyo caawimaad degdeg ah. Wicitaanku waa lacag la'aan, qofka soo wacaaya ayaana qarin kara magaciisa.
  - Waxaad sidoo kale khiyaano ama xadgudub aad ka shakiday iimeelka ugu diri kartaafraud@dhcs.ca.gov ama waxaad adeegsan kartaa foomka oonlaynka ah oo ah http://www.dhcs.ca.gov/individuals/Pages/StopMedi-CalFraud.aspx

Sidee ayay U dhiibayaa QarashkaMedi-Cal?

Inta badan dadka ku jira Medi-Cal ayaan u baahnayn inay wax qarash ah ku bixiyaan adeegyada caafimaadka ama dhimirka. Mararka qaar, waxaa laga yaabaa inaad bixiso qarashka adeegyada caafimaadka dhimirka ayadoo ku xiran cadadka lacagta aad hesho ama aad shaqaysato bil kasta.

- Haddii dakhligaagu ka hooseeyo xadiyada Medi-Cal ee tirada qoyskaaga, lagaama rabo qarashka adeegyada caafimaadka dhimirka.
- Haddii dakhligaagu ka badan yahay xadiyada Medi-Cal ee tirada qoyska, waa inaad bixisaa qaar kamid ah lacagta caafimaadkaaga ama adeegyada caafimaadka dhimirka. Cadadka aad dhiibayso waxaa la dhahaa 'qaybtaada qarashka’. Marka aad dhiibto 'qaybtaada qarashka,' Medi-Cal ayaa dhiibaysa inta kale ee qarashka caymisku daboolaayo ee caafimaadka bishaas. Bilaha aadan

gelin wax qarash caafimaad ah, lagaama rabo inaad lacag bixiso.

- Waxaa laga yaabaa inaad dhiibto 'qaybta caymiska' ee daawayn kasta oo aad ka hesho Medi-Cal. Tani waxay ka dhigan tahay inaad dhiibto cadadka aad jeebka ka - dhiibayso mar kasta oo aad hesho adeegga caafimaadka ama aad gasho qolka xaalada degdega ah ee isbitaalka ee adeegyadaada caadiga ah.
- Dhakhtarkaaga ayaa kuu sheegi doona haddii aad u baahan tahay inaad bixiso qaynta lacagta.

XOG DHEERI AH OO KU SAABSAN DEGMADAADA

Si aad u hesho xog dheeri ah oo la xiriirta:

- Adeegyada Taageerada Dadka isku daruufta ah isa siiyaan ee Medi-Cal
  - Fadlan akhri **Tusmooyinka Kooban ee MHP iyo DMC-ODS** oo aad ka helayso lifaaqyada soo socda: https://www.optumsandiego.com/content/SanDiego/sandiego/en/beneficiary_and_families.html
- Adeegyada Maaraynta Sugnaanta:
  - Fadlan booqo bogga soo socda kadibna guji batoonka "**Khayraadka SUD**": https://www.optumsandiego.com/content/SanDiego/sandiego/en/county-staff---providers/smh-dmc-ods-health-plans.html
- Si aad u hesho xog dheeri ah oo la xiriirta dirista racfaan aad ku gudbiso iimeylka ama fakiska, fadlan booqo:
  - **Adeegyada Bukaan Jiifka iyo/ama Adeegyada La Dagan yahay:**
    Adeegyada Qoyska Yuhuuda ah ee San Diego https://www.jfssd.org/our-services/adults-families/patient-advocacy/
  - **Adeegyada Bukaan Socodka:**
    Xarunta U qareemida Waxbarashada iyo U doodista Caafimaadka Macaamiisha (CCHEA) oo aad ka helayso https://www.lassd.org/mental-health-and-substance-abuse-patients-rights/

Haddii aad u baahan tahay in caawimaad lagugu siiyo luuqadaada wac (888) 724-7240 (TTY: 711). Kaalmooyinka iyo adeegyada dadka naafada ah, sida dukumiintiyada ku qoran farta indhoolka iyo farta waawayn, ayaa sidoo kale la heli karaa. Wac (888) 724-7240 (TTY: 711). Adeegyadaan waa lacag la'aan.

Waxaad ku heli kartaa xogtaan qaabab kale, sida farta indhoolka, far waawayn ee cabirka 20, cod, iyo qaababka oonlaynka lagu heli karo si bilaash ah. Wac (888) 724-7240 (TTY: 711). Wicitaanku waa lacag la'aan.

OGEYSIISKA TAKOOR LA'AANTA

Sharcigu waa ka soo horjeedaa takooridda. Ismaamulka San Diego wuxuu raacayaa sharciyada xuquuqda madaniga ah ee Gobalka iyo Federaalka. Ismaamulka San Diego sifo sharci daro ah uma takooraayo, ugama saaraayo dadka, ama ulama dhaqmaayo dadka si kaduwan dadka kale sabab la xariirta jinsiga, isirka, midabka, diinta, asalka, wadanka ay kasoo jeedaan, aqoonsiga qoomiyadooda, da'da, naafada dhimirka, naafada jidhka, xanuun caafimaad, xogta hide sidaha, xaalada guurka, jinsiga, aqoonsiga jinsiga, ama dookha galmada.

Ismaamulka San Diego wuxuu baxshaa:

- Kaalmooyinka iyo adeegyada bilaashka ay ku helayaan dadka naafada ah si looga caawiyo inay xariir wanaagsan sameeyaan. sida:
    - Turjumaanada dadka naafada ah oo xirfad leh
    - Xogta qoraalka ah ee ku qoran qaababka kale (farta waawayn, farta indhoolka, codka ama qaababka lagu geli karo elektarooniga)
- Waxay siiyaan adeegyada luuqada oo lacag la'aan ah dadka luuqadooda hooyo aysan ahayn Ingiriiska, sida:
    - Turjumaano xirfad leh
    - Macluumaadka kuqoran luuqado kale

Haddii aad u baahan tahay adeegyadaan, la xariir Laynka Helitaanka iyo Gurmadka Masiibada ee shaqeeya 24 saac maalintii, 7 maalmood asbuucii adoo wacaaya (888) 724-7240. Ama, haddii aadan si wanaagsan wax u maqli karin ama u hadli karin, fadlan wac 711. Marka aad codsato, dukumiintigaan ayaad ku helaysaa farta indhoolka, far waawayn, cod ahaan, ama qaabab elektarooniga ah.

SIDA LOO GUDBIYO CABASHO

Haddii aad aaminsan tahay in Ismaamulka San Diego uu ku fashilmay inuu ku siiyo adeegyadaan ama uu sifo sharci daro ah kuugu takooray qaab kale asagoo cuskanaaya sababo la xariira jinsi, isir, midab, diin, asal, wadanka aad kasoo jeedo, aqoonsiga kooxda qoomiyada, da'da, naadada dhimirka, naafada jirka, xanuun, xogta

hide sidaha, xaalada guurka, jinsiga, aqoonsiga jinsiga, ama dookha galmada, waxaad u gudbin kartaa cabasho wakaaladaha xuuqda u dooda ee soo socda. Waxaad cabashada ku gudbin kartaa khadka taleefanka, qoraal ahaan, si toos ah, ama elektarooniga ahaan:

- <u>Ka wac taleefanka:</u>
    - Si lagaaga caawiyo gudbinta cabasho la xariirta **Adeegyada Bukaan Jiifka iyo/ama Xarumaha Dadka la Seexsho**, waxaad wici kartaa **Barnaamijka Qareennada Bukaanka ee Adeegga Qoysaska Yuhuuda ah (JFS)** ood ka wacayso 619- 282- 1134 ama 1- 800- 479- 2233.
    - Si aad u hesho caawimaad ku aadan gudbinta cabasho la xariirta **adeegyada bukaan socodka**, waxaad wici kartaa **Xarunta U qareemida Waxbarashada iyo U doodista Caafimaadka Macaamiisha (CCHEA)** oo aad ka wacayso laynka bilaashka lagu waco (877) 734-3258 (TTY 1-800-735-2929).
    - Ama, haddii aadan si wanaagsan wax u maqli karin ama u hadli karin, fadlan wac 711.
- <u>Qoraal ahaan</u>: Buuxi foomka cabashada ama waraaq qor oo u dir:
    - **<u>Adeegyada Bukaan Jiifka iyo/ama Adeegyada La Dagan yahay:</u>**

      Jewish Family Service of San Diego
Joan & Irwin Jacobs Campus
Turk Family Center Community Services Building
8804 Balboa Avenue
San Diego, CA 92123

    - **<u>Adeegyada Bukaan Socodka:</u>**

      Consumer Center for Health Education and Advocacy (CCHEA)
1764 San Diego Avenue, Suite 100
San Diego, CA 92110

- <u>Si toos ah ugu gee</u>: Booqo xafiiska dhakhtarkaaga ama xarunta dhakhtarka u qandaraaska ka haysta Ismaamulka San Diego una sheeg inaad doonayso inaad cabasho gudbiso.

- Qaabka elektarooniga ah: Booqo webseedyada hoose:
    - **Adeegyada Bukaan Jiifka iyo/ama Adeegyada La Dagan yahay:**
      Adeegyada Qoyska Yuhuuda ah ee San Diego https://www.jfssd.org/our-services/adults-families/patient-advocacy/
    - **Adeegyada Bukaan Socodka:**
      Xarunta U qareemida Waxbarashada iyo U doodista Caafimaadka Macaamiisha (CCHEA) oo aad ka helayso https://www.lassd.org/mental-health-and-substance-abuse-patients-rights/

XAFIISKA XUQUUQAHA MADANIGA AH – WAAXDA ADEEGYADA DARYEELKA CAAFIMAADKA EE CALIFORNIA

Waxaad sidoo kale cabashada xuquuqda madaniga ah u gudbin kartaa Waaxda Adeegyada Daryeelka caafimaadka ee California, Xafiiska Xaquuqda Madaniga adoo ka wacaaya taleefanka, qoraal u diraaya, ama oonlaynka ugu diraaya:

- Ka wac taleefanka: Wac **916-440-7370**. Haddii aadan hadli karin ama maqalkaagu culus yahay, fadlan wac **711 (California State Relay)**.
- Qoraal ahaan: Buuxi foomka cabashada ama waraaq ahaan ugu dir:

  Department of Health Care Services - Office of Civil Rights
  P.O. Box 997413, MS 0009
  Sacramento, CA 95899-7413
  Foomamka Cabashada ayaa laga heli karaa:

  https://www.dhcs.ca.gov/discrimination-grievance-procedures.
- Qaabka elektarooniga ah: Iimeel u dir CivilRights@dhcs.ca.gov.

XAFIISKA XUQUUQAHA MADANIGA AH – WAAXDA ADEEGYADA CAAFIMAADKA IYO AADANAHA EE MARAYKANKA

Waxaad sidoo kale cabasho xuquuqaha madaniga u gudbin kartaa Waaxda Adeegyada Bani'aadamka iyo Caafimaadka ee Mareeykanka, Xafiiska Xuquuqaha Madaniga ah adoo ka wacaaya taleefanka, waraaq u diraaya, ama oonleenka kala xariiraaya:

- Ka wac taleefanka: Wac **1-800-368-1019**. Ama, haddii aadan si wanaagsan wax u maqli karin ama u hadli karin, fadlan wac

  TTY/TDD 1-800-537-7697.
- Qoraal ahaan: Buuxi foomka cabashada ama waraaq ahaan ugu dir:

  U.S. Department of Health and Human Services
  200 Independence Avenue, SW
  Room 509F, HHH Building
  Washington, D.C. 20201

- Foomamka Cabashada ayaa laga heli karaa:

  http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html
- Qaabka elektarooniga ah: Booqo Barta Cabashada Xafiiska Xaquuqda Madaniga ah oo ah:

  https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf