

Ogow **DHAMMAAN** faa'idooyinkaaga



Diiradda la saarayo: **Caafimaadka dhimirka iyo daaweynta isticmaalka mukhaadaraadka**

Caafimaadka hab-dhaqanka waa eray loo isticmaalo in lagu tilmaamo saddex adeeg: daryeelka caafimaadka dhimirka, daaweynta isticmaalka mukhaadaraadka iyo taageerada ka soo kabashada.

Adeegyadani waxaa la helayaa iyada oon wax lacag ahi ku baxayn. Helitaanka caawimaad waa sahlan tahay: wax ka ogow adeegyadayada hoose ku qoran ka dibna wac qorshahaaga caafimaadka hab-dhaqanka ee lagu qoondeeyey sida aad u sameysto balan, ama la xiriir Adeega Macmiilka wixii su'aal ah.

CareOregon waxay bixisaa ilo si lagu caawiyo, oo aan wax lacag ahi ku baxayn



Daryeelka caafimaadka dhimirka

- La talinta
- Daaweynta iyo daaweynta maskaxda
- Daawooyinka



Daaweynta isticmaalka mukhaadaraadka

- Barnaamijyada sifaynta
- Daawooyinka loogu talagalay daaweynta ku tiirsanaanta mukhaadaraadka
- Booqashooyinka xafiiska iyo la talinta



Taageerada ka soo kabashada.

- Daryeelka qof ahaaneed
- U doodida shaqsi ahaaneed
- Taageerada dadka isku faca ah

Iyo kuwo kale oo badan...

Haddii ay ku soo wajahday mid ka mid ah xaaladahaasi, kali kuma tihid. Waxbaan caawin karnaa.



Ma dareemaysaa in ay wax kaa tiro bateen



Kugu adag tahay ka soo dagista sariirtu



Ka fikiraysaa in aad natfaada waxyeello u geysato



Dhibaato ku qabtaa maareynta waalidnimada, shaqa ama waxyaabo dheeraad ah



Cabsi kaa haysaa in aadan weligaa fiicnaan doonin



Aanan hubin in aad heli doonto la taliye sax ah



Dareemaysaa in aadan haysan waqti si aad caawimaad u hesho

Kali kuma tihid. Waxay u muuqan kartaa wax aan macquul ahayn, laakiin waxaad bilaabi kartaa helitaanka caawimaada aad u baahan tahay oo waxaa kaa xiga hal wicitaan.

Waxaan halkan u joognaa in aan ku caawino. Samee wicitaankii u horreeyay maanta.

Kaarkaaga Aqoonsiga Xubinimo ayaa leh tirada qorshaha caafimaadka hab-dhaqanka ee lagu qoondeeyay. Waa muhiim in aad ku kalsoon tahay qofka bixinaya daryeelkaaga. Haddii adeeg bixiyaha aad marka hore aragtaa uusan ku habboonayn, wac Adeega Macmiilka si aad uga soo xulato liiska daryeel bixiyayaasha kale.

Waxaad sidoo kale Adeega Macmiilka ka wici kartaa **800-224-4840** ama **TTY 711** si aad ugu xiranto daryeelka caafimaadka dhimirka, daaweynta isticmaalka mukhaadaraadka iyo taageerada ka soo kabashada.

careoregon.org



Wax ka ogow CareOregon

Daryeelka caafimaadka dhimirka iyo daaweynta isticmaalka mukhaadaraadku waa adeegyo ay bixiso CareOregon, qorshahaaga caafimaadka Medicaid.

Halkan ka ogow waxyaabo badan oo nagu saabsan.

Marka ay dadku ka hadlaan Medicaid ka jirta Oregon, waxaa dhici karta in aad maqasho iyaga oo dhahaya magacyo iyo warqado badan oo kala duwan. Sababtu waa in ay jiraan ururo badan oo ku lug leh xaqiijinta in aad hesho daryeelka aad u qalanto. Sidee baad macne ugu yeeli kartaa haba yaraatee?

Waxay gacan ka geysataa in aad uga fikirto Medicaid ka jirta Oregon in ay tahay sida qaabka pyramid oo kale.

Maamulka Caafimaadka Oregon (OHA) ayaa gacanta ku haya barnaamijka Medicaid ee loogu talagalay gobolka Oregon oo dhan, kaasi oo loogu yeero Qorshaha Caafimaadka Oregon (OHP).



Health Share of Oregon (HSO) waa waxa loo yaqaano daryeelka ururadu iska kaashadeen (CCO). Health Share of Oregon waxay ka hoos shaqeysaa OHA si ay ugu adeegto xubnaha ka tirsan OHP ee ku nool degaanka saddexda-magaalo ka kooban.



CareOregon waa mid ka mid ah dhowr bixiyayaasha caafimaadka oo ku yaala degaanka saddexda-magaalo ka kooban oo Health Share CCO ka caawiya n ay bixiso daryeel. Caafimaadka dhimirka iyo daaweynta isticmaalka mukhaadaraadka waxaa la bixiyaa iyada oo la adeegsanayo nidaamka daryeel bixiyayaasha CareOregon.



Bixiyayaashaada caafimaadka dhimirka iyo daaweyntaada isticmaalka mukhaadaraadka ayaa isku duwa daryeelkaaga aad la leedahay CareOregon iyo xubnaha kale ee kooxda caafimaadka sida bixiyayaasha caafimaadka jirka, kalkaalisooiyinka sare, daaweynta bedelka ah 'naturopath', farmashiistayaasha iyo kuwo kale.



CareOregon waxay bixisaa adeegyada kuwan oo kale ah ee loogu talagalay xubnaha Medicaid (OHP):

- ▶ Daryeelka caafimaadka jirka
- ▶ Daryeelka caafimaadka dhimirka
- ▶ Isticmaalka mukhaadaraadka
- ▶ Daryeelka ilkaha
- ▶ Medicare la sii marayo CareOregon Advantage
- ▶ Daryeelka bukaanka hospice ama daaweynta oo la adeegsanayo Bixiyayaasha Housecall

Waxaad sidoo kale awoodi doontaa in aad isticmaasho adeegyo muhiim ah sida kuwani oo kale:

- ▶ Isku duwida daryeelka
- ▶ Farmashiyaha
- ▶ Daryeelka dhalashada ilmaha ka hor iyo daryeelka dhallaanka
- ▶ Kala doorashada gaadiidka
- ▶ Adeegyada turjumaada luqadda
- ▶ ER iyo daryeelka degdega ah

Su'aalaha?

Ma jeclaan lahayd in aad waxyaabo badan ogaato? **Kooxdeena Adeega Macmiilka** ee waxtarka iyo saaxiibtinimada leh ka wac **800-224-4840** ama fariin ammaan ah noogu soo dir careoregon.org/portal

Waxaad heli kartaa tani oo ku qoran luqaddo kale, far waaweyn, farta dadka indhaha aan qabin wax ku akhriyaan ee braille ama qaabka aad doorbidayso. Waxaad sidoo kale codsan kartaa turjubaan. Caawimaadani waa lacag la'aan ah. Wac 800-224-4840 ama TTY 711.

