

1 يانير 2025

# دليل مُبَسَّط

إلى مؤسسة Health Share of Oregon، وبرنامج CareOregon، وخطة Oregon Health Plan



## مرحبًا

### يسعدنا أن تكون أحد أعضاء عائلة برنامج CareOregon ومؤسسة Health Share of Oregon

يفتخر برنامج CareOregon بكونه جزءًا من مؤسسة Health Share of Oregon، التي تعتبر أكبر مؤسسة لخدمات الرعاية الصحية المُنسَّقة (CCO). سواء كنت عضوًا جديدًا أو من الأعضاء القدامى، فإننا نأمل في جميع الأحوال أن يجعل هذا الدليل المُبَسَّط خطة Oregon Health Plan (OHP)، خطة أوريغون الصحية) سهلة وبسيطة الاستخدام بالنسبة لك. يمكنك أيضًا العثور على تفاصيل حول التغطية الصحية الخاصة بك عبر الإنترنت في قسم الأعضاء من خلال الدخول على الرابط التالي: [careoregon.org/members](https://careoregon.org/members) أو يمكنك الاتصال بخدمة عملاء برنامج CareOregon على الرقم 503-416-4100، أو الرقم 800-224-4840، أو خدمة TTY على الرقم 711.



## نظرة عامة على المزايا

### توفر خطة Oregon Health Plan الكثير من المزايا في العديد من المجالات

- 2.....نحن متاحون دائمًا لنقدم لك المساعدة في كل خطوة.
- 3.....المكالمة الترحيبية والاستبيان الصحي
- 4.....الحصول على الرعاية الطبية من مُقدِّم خدمات الرعاية الأولية.
- 7.....الصحة البدنية (الرعاية التقليدية والبديلة)
- 9.....اختيار مُقدِّم خدمات الرعاية
- 11.....مزايا العناية بالأسنان
- 13.....خدمات العناية بالصحة النفسية وعلاج تعاطي المخدرات
- 15.....المزايا والخدمات الصيدلانية
- 17.....الخدمات اللغوية
- 18.....بطاقة اللغة المفضلة
- 20.....خدمات النقل
- 22.....تنسيق خدمات الرعاية
- 24.....ما المقصود ببرنامج CareOregon؟
- 26.....هل لديك أسئلة أخرى؟
- 28.....هل لديك أسئلة؟ فيما يلي الجهات التي يمكنك الاتصال بها

## هيا لننطلق معًا:

نحن متاحون دائمًا لنقدم لك المساعدة في كل خطوة.

### بطاقة العضوية

ستحصل على بطاقة العضوية في أسرع وقت ممكن. توضح البطاقة المزايا الصحية الخاصة بك، والتي يمكن أن تتضمن خدمات الرعاية الصحية البدنية، وخدمات العناية بالأسنان، وخدمات الصحة النفسية، وعلاج تعاطي المخدرات. كما سيطلعك خطاب الترحيب أيضًا على المزايا الصحية التي تتمتع بها.

ينبغي الحرص على إحضار بطاقة عضوية Health Share وبطاقة هوية تحمل صورة شخصية عند زيارتك لمقدم خدمات الرعاية الصحية أو الصيدلية. (إذا كنت تتمتع أيضًا بتغطية برنامج Medicare، فيرجى إحضار بطاقة عضوية Medicare الخاصة بك أيضًا).

### البداية بزيارة لإجراء فحوصات طبية شاملة

ينبغي الاتصال، في أقرب وقت ممكن، بعيادة مقدم خدمات الرعاية الأولية، الذي يوجد رقم الهاتف الخاص به على الجزء الأمامي من بطاقة العضوية الخاصة بك. أخبر العاملين بالعيادة أنك مريض جديد، وأنت عضو في برنامج

مؤسسة  
خدمات  
الرعاية  
الصحية  
المُنسَّقة  
(CCO)  
المعني  
بك

Name  
**MEMBER NAME**  
Member ID **ABC1234** Language **ENGLISH**  
JUN 2021

For urgent care, call your PCP 24 hours/day  
In an emergency, call 911 or go to the hospital

**Health Share of Oregon**  
www.healthshareoregon.org  
503-416-8090 or 888-519-3845  
TTY/TDD 711

health  
share  
Health Share of Oregon

خطة الصحة البدنية  
الخاصة بك

خطة العناية  
بالأسنان الخاصة بك

مُقدِّم  
خدمات  
الرعاية  
الأولية  
(PCP)  
المعني  
بك

Physical Health Plan  
**CareOregon**  
800-224-4840 (TTY/TDD 711)  
Rx BIN/Rx PCN: 610011/IRX  
Rx Grp: CORMCAID

Dental Health Plan  
**CareOregon Dental**  
888-440-9912 (TTY/TDD 711)

Primary Care Provider (PCP)  
**PHYSICAL HEALTH  
CLINIC**  
503-000-0000

Primary Dental Provider (PDP)  
**DENTAL CLINIC**  
800-000-0000

Mental Health & Substance Use Plan  
**CareOregon** 503-416-4100

خطة الصحة النفسية الخاصة بك

CareOregon وترغب في تحديد موعد للزيارة الخاصة بإجراء الفحوصات الطبية الشاملة. يوفر العديد من مُقدمي خدمات الرعاية مواعيد الرعاية الصحية عن بُعد، التي تتم عبر الهاتف أو عبر تقنية مؤتمرات الفيديو. يُرجى استشارة مُقدم خدمات الرعاية الصحية المعني بك بشأن أسلوب إجراء المواعيد الأفضل بالنسبة لك.



## المكالمة الترحيبية والاستبيان الصحي

إذا كنت عضوًا جديدًا، فستتلقى مكالمة ترحيبية في أقرب وقت ممكن من برنامج CareOregon. سنسعد كثيرًا بالإجابة عن أي أسئلة قد تكون لديك بشأن خدمات التغطية والمزايا الصحية الخاصة بك. سنرسل لك عبر البريد في أقرب وقت ممكن أيضًا استبيانًا حول حالتك الصحية. يُرجى تخصيص القليل من الوقت للإجابة عن أسئلة هذا الاستبيان عندما يصلك. تساعدنا هذه الأسئلة في معرفة المزيد عن حالتك الصحية وعن احتياجاتك، وكذلك عن الأسلوب الأمثل الذي يمكننا من خلاله توفير الدعم اللازم لك! بمجرد حصولنا على الإجابات الخاصة بك، يقوم الفريق المسؤول عن تنسيق خدمات الرعاية لدينا بمراجعتها. وقد نتصل بك لتزويدك ببعض الموارد الصحية التي يمكن أن تكون مفيدة لك.



### استمرار الحصول على الرعاية الصحية

◀ للحفاظ على استمرار التمتع بتغطية OHP الصحية، قد يتعين عليك إعادة تقديم الطلب كل 12 شهرًا. وسترسل لك OHP خطابًا يتضمن التفاصيل اللازمة بشأن كيفية عمل ذلك.

◀ إذا حدث أي تغيير في عنوان إقامتك، أو اسمك، أو رقم هاتفك، فيُرجى المبادرة إلى تحديث حسابك على: [one.oregon.gov](https://one.oregon.gov)



### نحن متاحون دائمًا لتقديم المساعدة

◀ خدمة عملاء برنامج CareOregon: 503-416-4100، أو الرقم المجاني 800-224-4840، أو خدمة TTY على الرقم 711. يمكننا المساعدة في تلبية الاحتياجات الشائعة، مثل العثور على مُقدِّم خدمات أو إعادة صرف الوصفات الطبية.

## الحصول على الرعاية الطبية من مُقدّم خدمات الرعاية الأولية

مُقدّم خدمات الرعاية الأولية (PCP) هو الشخص الذي لديه دراية كاملة بحالتك الصحية. يمكن أن يكون مُقدّم خدمات الرعاية الأولية (PCP) المعني بك طبيبًا، أو ممرضًا ممارسًا، أو مساعدًا لطبيب. يمكن لمُقدّم خدمات الرعاية الأولية (PCP) المعني بك أن يحيلك، إذا لزم الأمر، إلى الأطباء المختصين في علاج أمراض السرطان، أو أمراض النساء والتوليد، أو العلاج الطبيعي، أو غيرها من التخصصات المختلفة. تغطي خطة CareOregon جميع هذه الخدمات. **امنح مُقدّم خدمات الرعاية الأولية (PCP) المعني بك الأولوية لتلبية جميع احتياجاتك من خدمات الرعاية الصحية.**

### بناء علاقة قوية مع مُقدّم خدمات الرعاية الأولية (PCP)

بمجرد أن تصبح عضوًا في برنامج CareOregon، سيتم تخصيص مُقدّم خدمات رعاية أولية (PCP) لك بشكل تلقائي، وستجد اسمه ورقمه على بطاقة العضوية الخاصة بك. ولكن من المهم أيضًا أن يتعرف عليك مُقدّم خدمات الرعاية الأولية (PCP) المعني بك. لذلك، يجب عليك، بمجرد حصولك على بطاقة العضوية، أن تحجز موعدًا مع مُقدّم خدمات الرعاية الأولية (PCP) المعني بك – لإجراء فحص طبي اعتيادي، حتى لو لم تكن مريضًا.



## فيما يلي ما يؤدي إلى بناء علاقة قوية مع مُقدِّم خدمات الرعاية الأولية (PCP) المعني بك:

زيارة مُقدِّم خدمات الرعاية الأولية (PCP) للخضوع للكشوفات الطبية الدورية وإجراء الفحوصات الصحية اللازمة.



التماس الرعاية الطبية للمشاكل الصحية البسيطة، مثل نزلات البرد، والأنفلونزا، والحمى، والآلام المزمنة، وما إلى ذلك.



يمكن لمُقدِّم خدمات الرعاية الأولية (PCP) المساعدة في الوقاية من المشاكل الصحية الخطيرة من خلال متابعة حالتك الصحية، والكشف عن أي مشكلات طبية فور ظهورها.



يكون مُقدِّم خدمات الرعاية الأولية (PCP) المعني بك على دراية كاملة بحالتك الصحية بفضل زيارتك المتكررة له! لذا يمكنه:



- تشخيص حالتك بشكلٍ أفضل من أي اختصاصي آخر؛ لأنه يفهم حالتك الصحية جيداً.
- مراجعة الأدوية التي تتناولها بانتظام للتأكد من أنها مُحدَّثة بشكلٍ مستمر.
- اتخاذ القرارات اللازمة بشأن ما إذا كنت بحاجة لزيارة متخصصين آخرين.
- تقديم المشورة لك حول كيفية الحفاظ على صحتك.
- التأكد من حصولك على كل ما تحتاجه للبقاء بصحة جيدة.

## مُقدِّم خدمات الرعاية الأولية (PCP)، أم قسم الرعاية العاجلة، أم قسم الحالات الطارئة؟

### التمس الرعاية الطبية لدى مُقدِّم خدمات الرعاية الأولية (PCP) في الحالات التالية...



- ◀ الكشوفات الطبية الدورية.
- ◀ الاختبارات والفحوصات الصحية.
- ◀ المشاكل الصحية البسيطة (نزلات البرد، والأنفلونزا، الإمساك، وغيرها).
- ◀ خدمات الرعاية بعد ساعات العمل الرسمية: يوفر جميع مُقدِّمي الخدمات في شبكتنا المساعدة اللازمة بعد ساعات العمل الرسمية.

### التمس الرعاية الطبية لدى قسم الرعاية العاجلة في الحالات التالية...



- ◀ إذا كنت بحاجة إلى تلقي رعاية فورية، وأخبرك مُقدِّم خدمات الرعاية الأولية (PCP) المعني بك بضرورة التماسها من قسم الرعاية العاجلة، أو إذا كان لا يمكنه تقديم الرعاية اللازمة لك.
- ◀ إذا لم يتم تخصيص مُقدِّم خدمات رعاية أولية (PCP) لك.

### التمس الرعاية الطبية لدى قسم الحالات الطارئة في الحالات التالية...



إذا شعرت بأعراض مهددة للحياة، مثل ما يلي:

- ◀ ألم في الصدر
- ◀ صعوبة في التنفس
- ◀ إصابة في الرأس
- ◀ ضائقة نفسية



# الصحة البدنية (الرعاية التقليدية والبديلة)

## يدير برنامج CareOregon خطتك للصحة البدنية

تتضمن المزايا ما يلي:

- ◀ زيارات مُقدِّمي الخدمات الطبية
- ◀ الفحوصات المخبرية والأشعة السينية
- ◀ تنظيم الأسرة
- ◀ رعاية السيدات الحوامل
- ◀ الإقامة في المستشفى لتلقي الرعاية اللازمة
- ◀ خدمات السمع
- ◀ المعدات الطبية المُعمَّرة، مثل الكرسي المتحرك أو المشاية
- ◀ العلاج الطبيعي، وتقويم العمود الفقري، والوخز بالإبر، وغيرها من طرق الرعاية البديلة لحالات صحية مُحدَّدة (يتطلب الأمر الحصول على إذن)
- ◀ الأدوية الموصوفة (انظر قسم الخدمات الصيدلانية)

يمكن أن يكون مُقدِّم خدمات الرعاية الأولية (PCP) المعني بك طبيبًا، أو ممرضًا ممارسًا، أو مساعدًا لطبيب، أو اختصاصيًا في العلاج الطبيعي. من المهم الاستعداد للزيارة التي تقوم بها لمُقدِّم خدمات الرعاية الأولية (PCP) من أجل تحقيق أقصى قدر من الاستفادة منها. ويكون ذلك بإعداد قائمة بالأسئلة والاستفسارات التي قد تكون لديك. وإعداد قائمة أيضًا بجميع الأدوية التي تتناولها في الوقت الحالي.

## خدمات الرعاية البصرية الروتينية

يتم توفير خدمات الرعاية البصرية من خلال خطة Vision Service Plan (VSP). تتضمن الخدمات المشمولة بالتغطية فحوصات العيون الروتينية والنظارات للأعضاء الذين:

- ◀ يبلغون من العمر أقل من 21 عامًا أو السيدات الحوامل، ويكون ذلك عند الحاجة وكل 24 شهرًا على الأقل

◀ يبلغون من العمر 21 عامًا فأكثر، وليسوا من السيدات الحوامل، ويكون ذلك كل 24 شهرًا

يمكنك الاتصال مباشرةً بخطة VSP للحصول على المساعدة بشأن الأهلية، والمزايا، والمطالبات. تفضل بزيارة الموقع الإلكتروني: [vsp.com](http://vsp.com) أو اتصل بخدمة عملاء خطة VSP على الرقم 800-877-7195. إذا كنت تعاني من عدوى أو إصابة في العين، فاتصل بمُقدِّم خدمات الرعاية الأولية (PCP) المعني بك للمساعدة في العناية بمثل هذه الحالات.

## خدمات رعاية الحوامل

لا يتم تسجيل حديثي الولادة تلقائيًا في خطة OHP. إذا أصبحتِ حاملًا، فتأكدي من إبلاغ خطة OHP بذلك على الفور حتى يصبح طفلك مشمولًا بالتغطية. يمكنك الاتصال بخطة OHP على الرقم المجاني 800-699-9075 أو مراسلة عنوان البريد الإلكتروني [oregon.benefits@dhsosha.state.or.us](mailto:oregon.benefits@dhsosha.state.or.us)

يدير برنامج CareOregon أيضًا برنامجًا للأمهات الجدد يسمى CareBaby (رعاية الأجنّة)، وهو برنامج تم إنشاؤه خصيصًا للمساعدة في توجيه النصح والإرشاد لعضواتنا من السيدات الحوامل خلال فترة الحمل.

نقدم من خلال هذا البرنامج تفاصيل حول المزايا الإضافية التي تتمتع بها الحوامل. ونوفر قوائم مرجعية بسيطة لكل ثلاثة أشهر من فترة الحمل. كما نقدم أفكارًا للرعاية، مثل الفيتامينات التي يمكن تناولها في مرحلة ما قبل الولادة ومواعيد طبيب الأسنان، لمساعدتك أنت وطفلك على التمتع بصحة جيدة وعيش حياة سعيدة. إذا كنت ترغبين في معرفة المزيد، فتفضلي بزيارة الموقع الإلكتروني: [careoregon.org/carebaby](http://careoregon.org/carebaby)

نحن نغطي حالات الرعاية الطارئة والعاجلة في أي مكان في الولايات المتحدة.

# اختيار مُقدّم خدمات الرعاية

**من الضروري أن تكون لديك علاقة تقوم على الثقة والاطمئنان مع جميع مُقدّمي الخدمات،** بما في ذلك مُقدّمو خدمات الصحة البدنية، والعناية بالأسنان، وخدمات الصحة النفسية. وتعني العلاقة الوثيقة أن يكون مُقدّم الخدمات المعني بك على دراية كاملة بك وبحالتك الصحية، وأن تشعر أنت بالراحة والاطمئنان عند زيارتك له. تتطلع مؤسسة Health Share وبرنامج CareOregon لمساعدتك في بناء هذه العلاقة والعثور على مُقدّم خدمات الرعاية الذي يناسبك بأفضل طريقة ممكنة.



## كيفية اختيار مُقدّم خدمات الرعاية

- ◀ **الموقع:** هل مُقدّم الخدمات قريب منك؟
- ◀ **معرفة سماتك واحتياجاتك الفريدة:** هل سيفهم مُقدّم الخدمات الأمور المتعلقة بأصلك العرقي، أو جنسك، أو ميولك الجنسية، أو دينك، أو تاريخك الشخصي، أو ثقافتك، أو أي شيء آخر يرتبط بسماتك واحتياجاتك الفريدة؟
- ◀ **اللغة:** هل يتحدث مُقدّم الخدمات لغتك؟
- ◀ **أسلوب تقديم خدمات الرعاية:** هل يوفر مُقدّم خدمات الرعاية الخدمات التي تريدها؟



## بناء علاقة قوية ووثيقة

- ◀ إذا كانت لديك علاقة جيدة ووثيقة مع مُقدّم خدمات الرعاية، فإنه يمكنك التحدث مع مُقدّم الخدمات المعني بك في أمورك الشخصية.
- ◀ يمكنك أن تشعر بأن هناك من يستمع إليك ويشعرك بالأمان والاطمئنان.
- ◀ تعلم أن مُقدّم الخدمات المعني بك سيعمل على تلبية احتياجاتك الفريدة ويُقدّم لك النصائح التي يمكنك الوثوق بها.



## استبدال مُقدِّمي الخدمات

إذا كنت تريد استبدال مُقدِّم خدمات الرعاية، فلا بأس بذلك.

## لتغيير مُقدِّم خدمات الرعاية:

- 1 اعثر أولاً عن مُقدِّم الخدمات الجديد الذي ترغب في تجربته:  
أ. لمُقدِّمي خدمات الصحة البدنية، تفضّل بزيارة الموقع الإلكتروني:  
[careoregon.org/find-a-provider](https://careoregon.org/find-a-provider)  
ب. لمُقدِّمي خدمات الصحة النفسية وعلاج تعاطي المخدرات، تفضّل بزيارة الموقع الإلكتروني: [healthshare-bhplan-directory.com](https://healthshare-bhplan-directory.com)  
ج. لمُقدِّمي خدمات العناية بصحة الأسنان، تفضّل بالاتصال بخطة العناية بالأسنان الخاصة بك (المدرجة في بطاقة العضوية).
- 2 أو اتصل بخدمة العملاء على الرقم 800-224-4840 أو خدمة TTY على الرقم 711 وسنساعدك في العثور على مُقدِّم خدمات جديد.
- 3 عندما تعثر على مُقدِّم الخدمات الجديد، اتصل به وحدّد موعدًا لزيارته.

## مزايا العناية بالأسنان

تعتبر العناية بصحة الأسنان واللثة من أفضل وأهم الطرق للعناية بصحة الجسم بشكل عام. ولهذا السبب يتم توفير التغطية الصحية اللازمة للعناية بالأسنان كجزء من مزايا الرعاية التي توفرها مؤسسة Health Share وبرنامج CareOregon.

### تتضمن حزمة مزايا العناية بالأسنان الخدمات التالية:



الحشوات



العلاج بالفلورايد\*  
التنظيف العميق  
لأمراض اللثة



الختامات السنوية  
والأشعة، وخدمات  
للأعضاء البالغين  
من العمر 15  
عامًا فأقل\*



تقويم الأسنان  
للأعضاء  
البالغين من  
العمر 20  
عامًا فأقل\*  
(خدمة محدودة)



أطقم الأسنان  
الاصطناعية الجزئية  
والكاملة  
(خدمة محدودة)



علاج القنوات  
الجزئية\*  
(خدمة محدودة)



تيجان الأسنان\*  
(خدمة محدودة)



خلع الأسنان

قد يتم تطبيق بعض القيود و/أو قد تكون هناك حاجة إلى الحصول على موافقة مسبقة. وجود النجمة (\*) في مخطط المزايا يعني أنه قد يتم تغطية الخدمة بما يتجاوز الحدود المدرجة للأعضاء الذين تقل أعمارهم عن 21 عامًا، إذا كانت ضرورية ومناسبة من الناحية الطبية.

## العثور على طبيب أسنان



### مَن الذي يجب عليه زيارة طبيب الأسنان؟

**جميع الأشخاص!**  
لكن العناية المنتظمة  
بالأسنان تعتبر أكثر  
أهمية بالنسبة إلى  
بعض الأشخاص،  
مثل السيدات  
الحوامل، والمصابين  
بداء السكري أو  
غيرهم ممن يعانون  
من حالات صحية  
مزمنة، والأطفال.

نعقد شراكات مع خطط العناية بالأسنان المحلية، لذا يمكنك زيارة طبيب الأسنان من دون تحمل أي تكاليف. ستجد خطة العناية بالأسنان مدرجة في بطاقة العضوية الخاصة بك. تتعاون الخطة معك من أجل تلبية احتياجاتك الخاصة بالعناية بالأسنان. يمكنك الاتصال بالخطة عندما تحتاج إلى تلقي أي خدمات تتعلق برعاية الأسنان، أو إذا كانت لديك أسئلة حول صحة الفم، وذلك في حال لم يكن الأمر يستدعي طلب الرعاية الطارئة أو العاجلة.

### طبيب الأسنان المعني بك:

- ◀ هو جهة الاتصال الأولى بالنسبة لك عندما تحتاج إلى تلقي خدمات العناية بالأسنان، إلا إذا كان الأمر يتعلق بحالة طارئة تهدد الحياة، مثل النزيف الذي لا يمكن السيطرة عليه.
- ◀ يقوم بإجراء الترتيبات اللازمة لحصولك على الرعاية المتخصصة للأسنان، إذا كنت في حاجة إليها.
- ◀ يحتفظ بسجلاتك الخاصة بالعناية بالأسنان، ويملك دراية كاملة بشأن صحة فمك، وهو ما يمكنه من تقديم أفضل النصائح حتى في حالات الطوارئ.

# خدمات العناية بالصحة النفسية وعلاج تعاطي المخدرات

يُستخدم مصطلح **الصحة السلوكية** للإشارة إلى ثلاثة أنواع من الخدمات: خدمات رعاية الصحة النفسية، وخدمات علاج تعاطي المخدرات، وخدمات دعم التعافي. **هذه الخدمات متاحة من دون تحمل أي تكلفة.** يمكن الحصول على المساعدة بكل سهولة: تعرّف على الخدمات المتاحة لدينا الموضحة أدناه، ثم اتصل بخطة الصحة السلوكية المخصصة لك لحجز موعد، أو تواصل مع خدمة العملاء للاستفسار عن أي أسئلة لديك.

يوفر برنامج CareOregon موارد لمساعدتك دون أن تتحمل  
أي تكلفة



## خدمات دعم التعافي

- الرعاية الشخصية
- الإرشاد والتوعية الشخصية
- دعم الأقران



## خدمات علاج تعاطي المخدرات

- برامج التخلص من السموم
- أدوية علاج الإدمان
- زيارات العيادات والاستشارات



## خدمات العناية بالصحة النفسية

- الاستشارات
- العلاج السلوكي والعلاج النفسي
- الأدوية

وغير ذلك الكثير...

## إذا كنت تواجه أحد هذه المواقف، فكن على يقين من أنك لست وحدك، وأنا سنكون بجانبك لتقديم المساعدة اللازمة.



تواجه صعوبة في التعامل مع الأمور المتعلقة بتربية الأبناء، والعمل، وغير ذلك



تفكر في إيذاء نفسك



تواجه صعوبة في النهوض من السرير



تشعر بأثقل مقهور ومضغوط



تشعر وكأنك لا تملك الوقت للحصول على المساعدة



لست متأكدًا من أنك ستجد المستشار المناسب



تخشى أن حالتك لن تتحسن أبدًا

كن على يقين من أنك لست وحدك. قد يبدو الأمر صعبًا للغاية، ولكن يمكنك البدء بالحصول على المساعدة التي تحتاجها بمجرد إجراء مكالمة واحدة.

## نحن متاحون دائمًا لتقديم المساعدة. بادر إلى إجراء المكالمة الأولى اليوم.

تحتوي بطاقة العضوية الخاصة بك على رقم خطة الصحة السلوكية التي تم تخصيصها لك. من الضروري أن تشعر بالارتياح مع الشخص الذي يُقدّم لك خدمات الرعاية. إذا كان مُقدّم الخدمات الذي تم تخصيصه لك أولاً غير مناسب، فاتصل بخدمة العملاء لاختيار شخص آخر من قائمة مُقدّمي الخدمات الآخرين.



## المزايا والخدمات الصيدلانية

يعتمد الأعضاء لدينا على تناول الأدوية للحصول على صحة جيدة واستمرار التمتع بها. **ولهذا السبب ندفع تكاليف العديد من الأدوية الموصوفة.** ونسعى دائمًا للتأكد من حصولك على الأدوية التي تحتاجها. إذا كنت بحاجة ماسة للحصول على دواء غير مشمول بالتغطية، فأتصل بخدمة العملاء على الرقم **800-224-4840 أو خدمة TTY على الرقم 711.**

### الأدوية المشمولة بالتغطية



يتم دفع تكاليف العديد من الوصفات الطبية المشمولة بتغطية برنامج Medicaid الخاصة بك، لكن لا تخضع جميع الأدوية للتغطية. **يُعد كتيب الوصفات بمثابة دليل يتضمن الأدوية المشمولة بالتغطية لدينا.** عندما يصف لك مُقدِّم الخدمات دواءً ما، استفسر عما إذا كان هذا الدواء مدرجًا في كتيب الوصفات الخاص ببرنامج CareOregon أم لا.

### إعادة صرف الوصفات الطبية



توفر معظم الوصفات الطبية كمية من الأدوية تكفي للاستهلاك لمدة **31 يومًا أو أقل.** ويُعد أقرب موعد يمكنك فيه إعادة صرف وصفات الدواء، بالنسبة إلى معظم الأدوية، هو 23 يومًا من تاريخ آخر صرف للوصفة الطبية. نقوم بإعادة صرف الوصفات الطبية الخاصة بالعديد من الأدوية التي تكفي للاستهلاك لمدة 90 يومًا، والتي تعالج الأمراض المزمنة.

## قيود صرف الوصفات الطبية

### لا تدفع مؤسسة Health Share أو برنامج CareOregon تكلفة ما يلي:



- ◀ الأدوية غير المدرجة في كتيب الوصفات لدينا
  - ◀ الأدوية التي تعالج الحالات غير المشمولة بتغطية من خطة Oregon Health Plan.
  - ◀ الأدوية المخصصة لأغراض التجميل.
  - ◀ الأدوية غير المعتمدة من قِبَل Food and Drug Administration (FDA، إدارة الغذاء والدواء).
  - ◀ الأدوية غير المخصصة لحالتك الصحية.
- يجب على الصيدلية التي تتعامل معها إرسال فاتورة التكاليف الخاصة بوصفات الصحة النفسية مباشرة إلى (OHA) Oregon Health Authority، هيئة الصحة في ولاية أوريغون).



### قيود أخرى:

- ◀ قد تحصل على أدوية ليس لها اسم تجاري بدلاً من الأدوية ذات العلامات التجارية المعروفة.
- ◀ قد تضطر إلى تجربة أدوية أخرى أولاً (وهو ما يُعرف أيضًا باسم العلاج المرحلي).
- ◀ قد تكون هناك قيود على تناول بعض الأدوية حسب العمر.
- ◀ قد تكون هناك قيود تتعلق بالحصول على كميات معينة من بعض الأدوية.
- ◀ قد يتطلب صرف الوصفة الطبية الحصول على موافقة مسبقة.

## تشمل المزايا الصيدلانية أيضًا ما يلي:

- ◀ مراجعة الأدوية مع الصيدلاني للتأكد من تفاعلها مع بعضها بشكل جيد.
- ◀ بعض الأدوية التي لا تستلزم وصفة طبية، عندما تكون لديك وصفة طبية.

# الخدمات اللغوية

**لديك الحق القانوني في الحصول على خدمات الترجمة الفورية والتحريرية مجانًا.** إذا كنت لا تتحدث اللغة الإنجليزية أو تقرأها، أو تفضل مناقشة الأمور المتعلقة بخدمات الرعاية الصحية الخاصة بك بلغة مختلفة، بما في ذلك لغات الإشارة، فستجد برنامج CareOregon متاحًا دائمًا لخدمتك وتقديم المساعدة اللازمة.

## فيما يلي بعض الأمثلة على الحالات التي يحق لك فيها طلب الخدمات اللغوية:

في أي وقت تتحدث فيه مع أحد الأشخاص العاملين في مكتب مُقدِّم الخدمات		عندما تريد قراءة معلومات الرعاية الصحية أو فهمها	
خلال الزيارات التي تقوم بها إلى مُقدِّم الخدمات (شخصيًا، وعبر الهاتف، وعبر تقنية مؤتمرات الفيديو)		عندما تحتاج إلى فهم وثيقة ما قبل التوقيع عليها	
عند الذهاب إلى الصيدلية		عندما تكون لديك أسئلة بشأن الخدمات المشمولة بالتغطية أو التكاليف	
عند الحاجة إلى مساعدة فيما يتعلق بخدمات النقل		عند تقديم ملاحظات حول خدمات الرعاية الخاصة بك	
عند تحديد المواعيد الخاصة بطبيب الأسنان أو الصحة النفسية		عندما تحتاج إلى التحدث مع شخص ما بشأن خدمات الرعاية الخاصة بك	
عندما لا تكون متأكدًا من الخطوات التالية في خدمات الرعاية الصحية الخاصة بك		في بعض الحالات الأخرى، مثل الحصول على مساعدة بشأن السكن، والموارد الغذائية، وغير ذلك	

**تمثل الخدمات اللغوية المجانية أحد الحقوق التي ينبغي أن تتمتع بها، والتي يجب أن يكون من السهل عليك الوصول إليها.**

إذا كنت بحاجة إلى أي مساعدة فيما يتعلق بالخدمات اللغوية أو كانت لديك أي شكاوى، فإننا متاحون للاستماع إليك بشأنها. اتصل **بخدمة عملاء برنامج CareOregon على الرقم 800-224-4840 أو خدمة TTY على الرقم 711**، أو أرسل لنا رسالة آمنة على:

[careoregon.org/portal](https://careoregon.org/portal)

## بطاقة اللغة المفضلة

ربما تكون قد تلقيت بطاقة اللغة المفضلة في أحد خطابات البريد لمساعدتك في إبلاغ مكتب مُقدّم الخدمات المعني بك بشأن اللغة التي تفضل استخدامها. إذا كانت لديك أي مشكلات في الوصول إلى مترجم فوري، فيُرجى إبلاغنا بذلك عن طريق الاتصال بخدمة عملاء برنامج CareOregon.

Preferred Language Card

**I speak Spanish**

I need language help. Please give me a qualified or certified interpreter in my spoken language. Please note this language in your permanent records.

Thank you!

 |  Office of Equity & Inclusion

Title VI of the Civil Rights Act of 1964 requires all federally funded agencies to provide free language access services.

Preferred Language Card (Spanish 1/2014)

سارع إلى التوقف عن التدخين اليوم. فيما يلي الطرق المشمولة بالتغطية بالكامل للبدء بالاستعانة بها:



### Smokefree.gov خط الإقلاع عن التدخين في ولاية أوريغون

**smokefree.gov** هو برنامج وطني يوفر أدوات متنوعة لمساعدتك على التوقف عن التدخين ، بما في ذلك الدردشة عبر الإنترنت والرسائل النصية التشجيعية المجانية. هذه الخدمة مجانية. تفضّل زيارة الموقع الإلكتروني، واختر الخدمة التي تريد تجربتها.



خط الإقلاع عن التدخين هو خدمة استشارات مجانية تُقدّم عبر الهاتف أو عن طريق الدردشة عبر الإنترنت. يمكنك التماس الخدمة من خلال الموقع الإلكتروني: **quitnow.net/oregon** أو الاتصال بالرقم 800-QUIT-NOW (800-784-8669). هذه الخدمة مشمولة بالتغطية، ويمكنك الاستفادة منها مرتين خلال فترة 12 شهرًا.



### فريق الرعاية المعني بك

سيكون أي مُقدّم خدمات - خدمات بدنية أو نفسية أو أسنان - سعيدًا بمساعدتك في التوقف عن التدخين. يمكن لأعضاء الفريق مساعدتك في العثور على برامج محلية جيدة تناسبك ومشمولة بالتغطية بالكامل. يمكنهم أيضًا مساعدتك في تحديد الدواء الذي قد يكون مناسبًا لك (مثل لصقة النيكوتين أو العلكة).

## خدمات النقل

إن الوصول إلى الرعاية الصحية أمر مهم بالنسبة لنا، ولهذا السبب تتضمن المزايا التي تحصل عليها المساعدة في الانتقال إلى مواعيد وخدمات الرعاية الصحية المشمولة بالتغطية من خلال خطة Oregon Health Plan (OHP). إذا كنت بحاجة إلى دعم لحضور أحد المواعيد للحصول على خدمة مشمولة بالتغطية، فيمكن لشريكنا **Ride to Care** تقديم المساعدة اللازمة.

### ثلاث طرق للوصول إلى المواعيد

**سيعمل فريق خدمة عملاء Ride to Care بالتعاون معك للعثور على الخيار الأكثر ملاءمة والأقل تكلفة الذي يناسب احتياجاتك:**

#### وسائل النقل العام



نقدم تصاريح يومية أو شهرية لركوب وسائل النقل العام. سنناقش مواعيدك ونقرر ما إذا كان تصريح الركوب اليومي أو الشهري أكثر ملاءمة لزياراتك المجدولة.

#### سداد النفقات



ندفع مبلغًا معينًا مقابل كل ميل من المسافة المقطوعة بالأميال من أماكن زيارات الرعاية الصحية وإليها. يمكنك أن تقود سيارتك الخاصة، أو يمكن لشخص آخر توصيلك إلى حيث تحصل على الخدمات التي تريدها. قم بطباعة نموذج التحقق من الموعد من خلال الموقع الإلكتروني: [ridetocare.com](http://ridetocare.com) واطلب من موظفي عيادة مُقدم الخدمات المعني بك التوقيع عليه. يتم تحميل مبلغ سداد النفقات على بطاقة الخصم المباشر مسبقًا الدفع.

#### رحلات المركبات المجهزة حسب الغرض



يمكننا جدولة الرحلات الخاصة والمشاركة. يمكننا، بناءً على احتياجاتك الطبية، إرسال سيارة عادية، أو شاحنة مجهزة بكرسي متحرك، أو سيارة مجهزة بنقالة، أو سيارة إسعاف لغير أغراض الطوارئ.



لديك الحق في طلب رحلة في اليوم ذاته أو في اليوم التالي. ومع ذلك، إذا تم تقديم طلبك خلال مهلة قصيرة، وكان الطلب على الرحلات مرتفعًا، فإننا نعطي الأولوية للطلبات العاجلة من الناحية الطبية.

اتصل بـ Ride to Care لمعرفة المزيد من خلال الرقم  
855-321-4899 أو خدمة TTY على الرقم 711

**اتصل بـ Ride to Care على الرقم 855-321-4899 أو خدمة TTY على الرقم 711** لمعرفة الخدمة المناسبة لك. سنقوم، في كل مرة تتصل فيها، بطرح أسئلة نستفسر بها عنك وعن التوصيلة التي تطلبها. يُرجى، كلما كان ذلك ممكنًا، الاتصال بنا قبل يومي عمل على الأقل من موعد الرعاية الصحية الخاص بك لمناقشة الأمور المتعلقة بوسيلة النقل وجدولة عملية النقل الخاصة بك. يمكنك جدولة عدة رحلات لمدة تصل إلى 90 يومًا مقدمًا.

## تنسيق خدمات الرعاية

**يعمل منسقو خدمات الرعاية** بالتعاون معك ومع مُقدِّمي الخدمات، ويوفرون لك المساعدة اللازمة لتحقيق أقصى استفادة ممكنة من خطتك الصحية. نحن نعلم مدى صعوبة الأمر وكيف يمكن أن يكون مربكًا. **نحن متاحون دائمًا لتقديم المساعدة.**

### قبل التنسيق

كيف يمكنني...



توصيل أفكار  
واحتياجاتي للآخرين؟



الحصول على الدواء؟



الوصول إلى موعد  
الرعاية الصحية؟



العثور على الموارد  
الغذائية؟



تحديد موعد؟



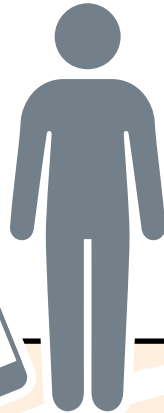
الحصول على  
كرسي متحرك؟



الحصول على  
مستلزمات مرضى  
السكري؟



التأكد من قيام مُقدِّمي  
الخدمات بمشاركة  
المعلومات الخاصة بي؟



العثور على  
طبيب أسنان؟



العثور على أحد  
الاختصاصيين؟



العثور على أحد  
المستشارين؟



التواصل مع  
الموارد السكنية؟



التعامل مع هذه  
الفاتورة؟



العثور على خطتي  
الصحية؟





### بعد التنسيق بمكالمة واحدة...

يمكن لمنسق خدمات الرعاية المعني بك:



معرفة احتياجاتك ومساعدتك في العثور على الحلول المناسبة.

التأكد من أن جميع مُقَدِّمي الخدمات يتشاورون مع بعضهم بعضًا.

المساعدة في الحصول على الخدمات الإضافية، بما في ذلك الموارد السكنية، والموارد الغذائية (Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP)، برنامج المساعدات الغذائية التكميلية))، وموارد النقل.

المساعدة في الحصول على المستلزمات المناسبة لك، بما في ذلك الأدوية، ومستلزمات مرضى السكري، والكراسي المتحركة، وخزانات الأكسجين، وغير ذلك الكثير.

المساعدة في الحصول على خدمات الرعاية، والاختبارات، والعلاجات التي تحتاجها.

## ما المقصود ببرنامج CareOregon؟

### وما هي علاقته ببرنامج Medicaid؟

عندما يتحدث الناس عن برنامج Medicaid في ولاية أوريغون، فربما تسمعهم يذكرون الكثير من الأسماء المختلفة. وذلك لأن هناك العديد من المؤسسات المعنية بالتأكد من حصولك على الرعاية التي تستحقها. كيف يمكنك فهم العلاقة التي تربط بين جميع هذه المؤسسات والبرامج؟

### من المفيد فهم العلاقة التي تربط برنامج Medicaid بالمؤسسات والبرامج الأخرى في ولاية أوريغون من خلال الشكل الهرمي التالي

**تدير هيئة Oregon Health Authority (OHA) برنامج Medicaid في ولاية أوريغون بأكملها، والذي يُسمى خطة Oregon Health Plan (OHP).**

**تعتبر مؤسسة Health Share of Oregon (HSO)، المشاركة الصحية في ولاية أوريغون) واحدة من مؤسسات خدمات الرعاية الصحية المنسقة (CCO). وتعمل مؤسسة Health Share of Oregon تحت إشراف هيئة OHA لخدمة أعضاء خطة OHP في منطقة المقاطعات الثلاث.**

**يُعد برنامج CareOregon واحدًا من العديد من مُقدمي خدمات التأمين في منطقة المقاطعات الثلاث التي تساعد Health Share CCO على تقديم خدمات الرعاية. نحن نساعد أيضًا في تنسيق مزايا الرعاية الصحية وخدماتها لأعضائنا.**

**يمكن أن يكون مُقدم خدمات الرعاية الأولية (PCP) المعني بك طبيبًا، أو ممرضًا ممارسًا، أو مساعدًا لطبيب، أو اختصاصيًا في العلاج الطبيعي. يقوم مُقدم خدمات الرعاية الأولية (PCP) بتنسيق خدمات الرعاية الخاصة بك بالتعاون مع برنامج CareOregon وأعضاء الفريق الطبي الآخرين، مثل أطباء الأسنان، ومُقدمي خدمات الصحة النفسية، والصيدالة، وغيرهم.**

## يمكنك أيضًا الاستفادة الخدمات المهمة التالية:

- ◀ تنسيق خدمات الرعاية
- ◀ الخدمات الصيدلانية
- ◀ رعاية ما قبل الولادة ورعاية الرضع
- ◀ خيارات خدمات النقل
- ◀ خدمات الترجمة الفورية
- ◀ خدمات رعاية الحالات الطارئة  
والعاجلة

## يقدم برنامج CareOregon الخدمات التالية للأعضاء المشاركين في برنامج Medicaid (OHP)

- ◀ خدمات العناية بالصحة البدنية
- ◀ خدمات العناية بالصحة النفسية
- ◀ خدمات علاج تعاطي المخدرات
- ◀ خدمات العناية بالأسنان
- ◀ خدمات برنامج Medicare من  
خلال CareOregon Advantage
- ◀ خدمات العناية بالمُحْتَضَرين،  
والرعاية التلطيفية من خلال  
مؤسسة Housecall Providers

## هل لديك أسئلة أخرى؟

**س: هل سيرسل لي برنامج CareOregon فاتورة؟**

**ج:** لا، لن نقوم أبدًا بتحصيل رسوم منك مقابل أي خدمة مشمولة بالتغطية من برنامج Medicaid أو خطة OHP. إذا أرسل لك مُقدّم خدمات الرعاية الصحية فاتورة، فلا تدفعها، واتصل بخدمة العملاء لدينا على الفور. للحصول على قائمة بالخدمات المشمولة بالتغطية، يُرجى الاطلاع على دليل الأعضاء الخاص بك.

قد تكون هناك مدفوعات مشتركة لدى الصيدليات مقابل صرف بعض الأدوية الموصوفة لعلاج حالات الصحة النفسية، والتي تغطيها الولاية.

إذا طلب منك أحد المكاتب الطبية سداد أي مدفوعات مشتركة، فاطلب من الموظفين الاتصال بخدمة العملاء. وعند تحديد موعد، أخبر المكتب أن الخدمات التي تريد الحصول عليها مشمولة بالتغطية من برنامج CareOregon.

**س: هل سأدين بسداد أي مدفوعات مشتركة عند زيارة مُقدّم خدمات الرعاية المعني بي؟**

**ج:** لا يتحمل أعضاؤنا سداد أي رسوم أو مدفوعات مشتركة عند زيارة مُقدّم خدمات الرعاية الأولية (PCP) أو أي مُقدّم خدمات آخر من مُقدّمي الخدمات الأعضاء في شبكتنا.

**س: ماذا يجب عليّ أن أفعل إذا أرسلت لي عيادة مُقدّم الخدمات فاتورة بالبريد؟**

**ج:** على الأرجح أنت لا تدين بأي شيء مقابل الحصول على الخدمات المشمولة بالتغطية أثناء الفترة التي تكون فيها عضوًا في برنامج CareOregon. اتصل على الفور بخدمة عملاء برنامج CareOregon لتقصي الأمر.

تلقائيًا في واحدة من الخطط التابعة لإحدى مؤسسات خدمات الرعاية الصحية المُنسَّقة (CCO) المحلية.

• يمكن أن تساعد خطة OHP في تغطية أقساط التأمين الخاصة ببرامج Medicare، والمدفوعات المشتركة، والبند الأخرى التي لا يغطيها برنامج Medicare (مثل خدمات العناية بالأسنان، والمساعدة في الوصول إلى مواعيد الرعاية الصحية).

• يمكن أن تكون لديك تغطية أخرى من خلال صاحب العمل، و/أو خطة التقاعد، و/أو خطة صحية فردية. إذا كان لديك تأمين آخر، فستكون له الأولوية على برنامج Medicaid أو برنامج Medicare فيما يتعلق بدفع التكاليف.

لمعرفة المزيد، يُرجى الاتصال بخطة Medicare أو خدمة عملاء برنامج CareOregon لمعرفة كيف يمكن الاستفادة من مزايا برنامج Medicare وخطة OHP معًا.

**س:** أحتاج إلى زيارة مُقدِّم الخدمات، لكنني لم أحصل على بطاقة عضوية Health Share حتى الآن، فماذا يجب عليّ أن أفعل؟

**ج:** اتصل بخدمة العملاء، سيكونون سعداء بتقديم المساعدة.

**س:** لقد فقدت بطاقة العضوية الخاصة بي، كيف يمكنني الحصول على واحدة جديدة؟

**ج:** اتصل بخدمة العملاء، أو اطلب الحصول على واحدة جديدة من خلال بوابة الأعضاء الإلكترونية الخاصة بنا على الرابط:

[careoregon.org/portal](https://careoregon.org/portal)

**س:** ماذا لو كنت أتمتع بالتغطية من برنامج Medicare وبرنامج Medicaid؟

**ج:** يُشار إلى الأعضاء المسجلين في كل من برنامج Medicaid وبرنامج Medicare بالأعضاء "مزدوجي الأهلية". يتم تسجيل الأعضاء "مزدوجي الأهلية"

# هل لديك أسئلة؟ فيما يلي الجهات التي يمكنك الاتصال بها

## التواصل مع Oregon Health Authority:

◀ للحصول على معلومات حول التسجيل، بما في ذلك إجراءات تجديد العضوية، وحالة الطلب الذي قمت بتقديمه، وتغيير مؤسسة خدمات الرعاية الصحية المُنسقة (CCO)، وتغيير الاسم/العنوان، والأمور المتعلقة بالحمل/الولادة، وتغيير الوظيفة أو التغييرات الخاصة بالدخل.

عبر الإنترنت من خلال الموقع الإلكتروني: [one.oregon.gov](http://one.oregon.gov)

عبر الهاتف: الرقم المجاني 800-699-9075 | خدمة TTY على الرقم 711 | من الساعة 8 صباحًا إلى الساعة 5 مساءً، من الاثنين إلى الجمعة

## التواصل مع Health Share of Oregon:

◀ لاستبدال بطاقة العضوية المفقودة أو المسروقة.  
◀ لإجراء تغيير في الخطة الصحية، أو خطة العناية بالأسنان ضمن Health Share.

عبر الهاتف: اتصل على الرقم 503-416-8090 أو الرقم المجاني 888-519-3845 | خدمة TTY على الرقم 711 | من الساعة 8 صباحًا إلى الساعة 5 مساءً، من الاثنين إلى الجمعة

عبر مراسلة عنوان البريد الإلكتروني: [info@healthshareoregon.org](mailto:info@healthshareoregon.org)

## التواصل مع CareOregon:

◀ لتغيير مُقدّم خدمات الرعاية الأولية (PCP) أو العثور على مُقدّم خدمات.

◀ للحصول على إجابات عن الأسئلة بشأن المزايا والأهلية، مثل: هل التغطية الخاصة بي ما زالت مُفعلة؟ ما الأدوية أو الخدمات المشمولة بالتغطية؟ ما حالة طلب الطعن الذي قمت بتقديمه، أو الإذن المسبق الذي أريد الحصول عليه؟

◀ لتقديم شكوى. لديك الحق في تقديم شكوى إذا لم تكن راضيًا عن أي جزء من خدمات الرعاية الخاصة بك. راجع دليل الأعضاء الخاص بك، أو اتصل بنا للحصول على التفاصيل.

**عبر الهاتف:** اتصل على الرقم 4100-416-503 أو الرقم المجاني 800-224-4840 | خدمة TTY على الرقم 711 | من الساعة 8 صباحًا إلى الساعة 5 مساءً، من الاثنين إلى الجمعة

**عبر مراسلة عنوان البريد الإلكتروني:**  
[customerservice@careoregon.org](mailto:customerservice@careoregon.org)

**عبر إرسال رسالة مؤمنة إلى:** [careoregon.org/portal](https://careoregon.org/portal)

📍 [Facebook.com/CareOregon](https://www.facebook.com/CareOregon) | [CareOregon](https://www.careoregon.org)

## يمكنك الإدلاء برأيك بشأن الأمور المختلفة لدى Community Advisory Board (COCAB)

هل تريد أن تدلي برأيك فيما يتعلق بكيفية تحسين الصحة في مجتمعنا؟ إذا أردت ذلك، فبادر بالانضمام إلى Community Advisory Board (COCAB)، المجلس الاستشاري المجتمعي). تفضّل زيارة الموقع الإلكتروني: [careoregon.org/COCAB](https://careoregon.org/COCAB) لمعرفة المزيد.

يمكنك الحصول على هذا الخطاب بلغات أخرى، أو بخط كبير، أو بطريقة برايل، أو بالتنسيق الذي تفضله. يمكنك أيضًا طلب الحصول على خدمات الترجمة الفورية. يمكنك الحصول على كل هذه المساعدات مجانًا. اتصل بالرقم 800-224-4840 أو خدمة TTY على الرقم 711. نقبل المكالمات الواردة عبر خدمة الترحيل. يمكنك الحصول على المساعدة من مترجم فوري معتمد ومؤهل في مجال خدمات الرعاية الصحية.

***careoregon.org***  
***healthshareoregon.org***

OHP-HSO-24-4476

HSO-25917750-AR LP-0306

