



Molina Healthcare Daryeelka la maareeyay ee Apple Health

Buug yaraha Qofka is Diiwaan geliya **2024**

MolinaHealthcare.com



Molina Healthcare of Washington, Inc. (“Molina”) waxay u hogaansantaa kuwa ku habboon ee Federaaliga iyo Gobolka Washington xuquuqaha sharciyada madaniga ah ee la xidhiidha adeegyada daryeelka caafimaadka. Molina waxay bixisaa adeegyada daryeelka caafimaadka dhammaan xubnaha iyaddoon loo eegin, oo dadka uma takoorto qaabka isirka, midanka, asalka qaranka, naafonimada, sinjiga, aqoonsiga sinjiga, ama aqoonsiga galmeed. Aetna kama reebto dadka ama ulama dhaqanto si gaar ah sababtoo ah isirka, midabka, asalka qaranka, da’da, naafanimada, sinjiga. aqoonsiga sinjiga, ama qaabka galmada.

Molina waxay u hogaansantaa sidoo kale sharciyada gobolka lagu dabaqi karo oo kuma takoorto qaaba ah caqiido, sinji, muujinta sinjiga ama aqoonsiga, qaabka galmada, muwaadinimada ama heerka laanta socdaalka, qoysaska leh carruurta, heerka guurka, diinta, qof diicanka hore ahaa oo si sharaf leh uga tegay ama heerka ciidanka, ama isticmaalka ey haga ah oo tababaran ama adeega xawayaanka ee qofka naafada ah.

Si lagaaga caawiyo inaad nala hadasho, Molina waxay ku bixisaa adeegyada si bilaash ah:

- Gargaarada iyo adeegyada dadka naafada ah
 - o Turjubaanada xirfada leh ee luqadda ishaarada ee dhegoolaha
 - o Macluumaadka ku qoran qaabab kale (farta waa wayn, maqalka, qaababka korontadda la heli karo, ama qaabab kale)
- Adeegyada luqadda dadka aanay luqaddooda koowaad Ingiriisi ahayn, sida:
 - o Turjumaano khibrad leh
 - o Qoraalada qoran oo loo turjumay luqadaada
 - o Qoraalka si fudud ugy qoran luqad cad

Haddii aad u baahantahay adeegyadan, la xidhiidh Adeegyada Xubinta Molina lambarka (800) 869-7165, TTY/TTD: 711

Haddii aad rumaysantahay Molina inay ku fashilantay inay bixiso adeegyadan ama u takoorto qaabab kale ee ku salaysan isirka, midabka, asalka qaranka, da’da, naafada, sinjiga, qaabka sinjiga, ama qaabka galmada, waxaad ku soo xarayn kartaa cabasho Isku duwahayaga Xuquuqaha Madaniga lambarka (866) 606-3889, ama TTY. 711

Waxaad sidoo kale email ugu diri kartaa cabashadaada civil.rights@molinahealthcare.com; ama fagas u gudbi cabashadaada (800) 816-3778. Waxaad ku soo gudbin kartaa cabashada qof ahaan ama warqad boosta lagu soo diray, fagas, ama iimayl. Haddii aad u baahantahay soo xaraynta cabashada, Isuduwahayaga Xuquuqaha Madaniga ah waxaa loo heli karaa si uu kuu caawiyo.

Haddii aad ku soo dirto boostadda, fadlan boostadda ku soo dir cabashadaada:

Isku duwaha Xuquuqda Madaniga ah
200 Oceangate
Long Beach, CA 90802

Sidoo kale waxaad ku soo xaraynaysaa cabashada xuquuqda rayidka.

Caafimaadka Maraykanka iyo Adeegyada Aadamaha, Xafiiska xuquuqda rayidka, elektarooni ahaan dhaxda Xafiiska ee Xuquuqda Rayidka Qaybta Cabashada. Tan waxaa laga heli karaa <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/smartscreen/main.jsf> ama boostada ama:

U.S. Department of Health and Human Services
200 Independence Avenue, SW, Room 509F, HHH Building
Washington, DC 20201
1-800-368-1019, 800-537-7697 (TDD)

Foomamka cabashada waxaa laga heli karaa <http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>. Xafiiska Gobolka Washington ee Guddoomiyaha Caymiska koronto ahaan dhexda degelka Xafiiska Guddoomiyaha Caymiska Cabashada. Tan waxaa laga heli karaa at <https://www.insurance.wa.gov/file-complaint-or-check-your-complaint-status> ama wac 800-562-6900, 360-586-0241 (TDD). Foomamka cabashada waxaa laga heli karaa <https://fortress.wa.gov/oic/oneservices/CC/pub/Login.aspx>.



You have the right to get this information in a different format, such as audio, Braille, or large font due to special needs or in your language at no additional cost. Choice counseling is provided by HCA’s Medical Assistance Customer Service Center. For assistance, you may call 1-800-562-3022, TRS 711.

Usted tiene derecho a recibir esta información en un formato distinto, como audio, braille, o letra grande, debido a necesidades especiales; o en su idioma sin costo adicional.

- English ATTENTION: If you speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call 1-800-869-7165 (TTY: 711).
- Spanish ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-800-869-7165 (TTY: 711).
- Chinese 注意：如果您使用繁體中文，您可以免費獲得語言援助服務。請致電 1-800-869-7165 (TTY: 711)。
- Vietnamese CHÚ Ý: Nếu bạn nói Tiếng Việt, có các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí dành cho bạn. Gọi số 1-800-869-7165 (TTY: 711).
- Korean 주의: 한국어를 사용하시는 경우, 언어 지원 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다. 1-800-869-7165 (TTY: 711) 번으로 전화해 주십시오.
- Russian ВНИМАНИЕ: Если вы говорите на русском языке, то вам доступны бесплатные услуги перевода. Звоните 1-800-869-7165 (телетайп: 711).
- Tagalog PAUNAWA: Kung nagsasalita ka ng Tagalog, maaari kang gumamit ng mga serbisyo ng tulong sa wika nang walang bayad. Tumawag sa 1-800-869-7165 (TTY: 711).
- Ukrainian УВАГА! Якщо ви розмовляєте українською мовою, ви можете звернутися до безкоштовної служби мовної підтримки. Телефонуйте за номером 1-800-869-7165 (телетайп: 711).
- Cambodian (Mon-Khmer) ប្រយ័ត្ន: បើសិនជាអ្នកនិយាយភាសាខ្មែរ, សេវាជំនួយផ្នែកភាសាដោយមិនគិតល្អ្មល គឺអាចមានសំរាប់បំរើអ្នក។ ជូរ ទូរស័ព្ទ 1-800-869-7165 (TTY: 711)។
- Japanese 注意事項：日本語を話される場合、無料の言語支援をご利用いただけます。1-800-869-7165 (TTY: 711) まで、お電話にてご連絡ください。
- Amharic ማስታወሻ: የሚናገሩት ቋንቋ ኣማርኛ ከሆነ የትርጉም ኣርዳታ ድርጅቶቹ በነጻ ሊያገዝዎት ተዘጋ ተዋል። ወደ ሚከተለው ቁጥር ይደውሉ 1-800-869-7165 (መስማት ለተሰናቸው: 711)።
- Cushite XIYYEEFFANNAA: Afaan dubbattu Oroomiffa, tajaajila gargaarsa afaanii, kanfaltiidhaan ala, ni argama. Bilbilaa 1-800-869-7165 (TTY: 711).
- Arabic ملحوظة: إذا كنت تتحدث اذكر اللغة، فإن خدمات المساعدة اللغوية تتوافر لك بالمجان. اتصل برقم 1-800-869-7165 (رقم هاتف الصم والبكم: 711).
- Punjabi ਧਿਆਨ ਦਿਉ: ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪੰਜਾਬੀ ਬੋਲਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਮੁਫਤ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। 1-800-869-7165 (TTY: 711) ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।
- German ACHTUNG: Wenn Sie Deutsch sprechen, stehen Ihnen kostenlos sprachliche Hilfsdienstleistungen zur Verfügung. Rufnummer: 1-800-869-7165 (TTY: 711).
- Laotian ໂບດຊາບ, ຖ້າວ່າ ທ່ານເວົ້າພາສາລາວ, ການບໍລິການຊ່ວຍເຫຼືອດ້ານພາສາ, ໂດຍບໍ່ເສັຽຄ່າ, ຄ່າມື້ພ້ອມໃຫ້ທ່ານ. ໂທ 1-800-869-7165 (TTY: 711).

Jadwalka tasmada

Ku soo dhawoow Molina Healthcare iyo Washington Apple Health.....	6
Macluumaadka xidhiidhka muhiimka ah.....	9
Adeeg bixiyeyaashayda daryeelka caafimaadka	9
Sida loo isticmaalo buug yarahan	10
Bilaabaya.....	12
Waxaad u baahan doontaa laba kaadh si aad u hesho adeegyada, kaadhka aqoonsiga xubinta daryeelka caafimaadka ee Molina iyo kaarka adeegyada ProviderOne.....	12
1. Kaadhka aqoonsiga xubinta daryeelka caafimaadka Molina	12
2. Kaadhka adeegyada ProviderOne	12
Isticmaalka kaadhka adeegyada ProviderOne.....	13
Haddii aad u baahan tahay kaadhka Adeegyada cusub ee ProviderOne ah.....	13
Beddelidda qorshayaasha caafimaadka.....	14
Isticmaalka caymiska caafimaadka gaarka ah iyo caymiskaaga Molina Healthcare.....	15
Sida loo doorto adeeg bixiyaha daryeelkaaga koowaad (PCP).....	16
Dejinta ballantaada PCP ee ugu horreeya	16
Sida loo helo daryeel gaar ah iyo gudbin.....	17
Adeegyada aad heli karto iyada oo aan la gudbin.....	17
Telehealth/Telemedicine	18
Waa inaad u tagtaa dhakhaatiirta daryeelka caafimaadka Molina, farmasiyada, adeeg bixiyeyaasha caafimaadka dabeecadda, iyo isbitaallada.....	18
Lacag bixinta adeegyada daryeelka caafimaadka.....	19
Barnaamijyada Hormarinta tayada.....	19
Barnaamijyada Maareynta Isticmaalka.....	20
Sida aanu u qiimayno teknoolajiga cusub.....	20
Macluumaadka Hindida Maraykanka iyo Dhaladka Alaska	20
Helitaanka daryeel xaalad deg-deg ah ama markaad guriga ka maqantahay	21
Xaalad degdeg ah	21
Haddii aad u baahan tahay daryeel degdeg ah.....	21
Haddii aad u baahan tahay daryeel saacadaha shaqada ka dib	21
Lanbarrada telefoonka xasaradaha degmada	23
Filashooyinka ah goorta adeeg bixiyaha daryeelka qorshaha caafimaadka ku arki doono	23
Faa'iidooyinka ay bixiso Molina Healthcare	25

Adeegyada guud iyo daryeelka degdegga ah.....	25
Farmashiyaha ama warqadaha daawada	26
Adeegyada daryeelka caafimaadka carruurta.....	27
Daawaynta.....	33
Qaybta takhasuska	34
Maqal iyo aragti.....	35
Qorshaynta qoyska / caafimaadka taranka.....	37
Daboolida Urka Ka dib (APC)	37
Qalabka iyo agabka caafimaadka.....	37
Shaybaadhka iyo raajada.....	38
Caafimaadka dumarka iyo umusha.....	39
Adeegyada dheeraadka ah ee aanu bixino	40
Isku xidhka Daryeelka	48
Adeegyada maaraynta kiisaska adag.....	48
Adeegyada Isku xidhka Daryeelka Dheeraadka ah ayaa laga yaabaa inaan bixino.....	49
Adeegyada ilmo soo rididda.....	51
Adeegyada ka baxsan (aan la daboolin).....	56
Helida macluumaadkaaga caafimaadka.....	58
Haddii aadan ku faraxsanayn adeeg bixiyahaaga, qorshaha caafimaadka, ama dhinac kasta oo daryeelka ah.....	58
U doodayaasha Caafimaadka Dhaqanka (oo hore loogu yeeri jiray Ombuds).....	59
Macluumaad muhiim ah oo ku saabsan diidmooyinka, rafcaannada, iyo dhageysiga maaraynta.....	60
Xuquuqdaada.....	63
Waajibaadkaaga	64
Dardaaranka hore.....	65
Waa maxay dardaaranka hore?	65
Dardaaranka hore ee caafimaadka maskaxda.....	66
Waa maxay dardaaranka hore ee caafimaadka maskaxdu?.....	66
Sideen ku buuxiyaa howsha dardaaranka hore caafimaadka maskaxda?	66
Ka hortagga khiyaamada, khasaaraha, iyo xad gudubka	66
Waxaan ilaalinaa sirtaada	67

Soo dhawoow

Ku soo dhawoow Molina Healthcare iyo Washington Apple Health

Waad ku mahadsan tahay inaad iska diiwaan geliso Washington Apple Health (Medicaid) oo ku soo dhawoow Molina Healthcare, qorshahaaga caafimaad. Waxaan la shaqaynaa Apple Health si ay u bixiso daboolidaada. Buug-gacmeedkani waxa uu ku siin doonaa tafaasiil dheeraad ah oo ku saabsan dheefahaaga la daboolay iyo sida loo helo adeegyada.

Inta badan macaamiisha Apple Health waxay ku diiwaan gashan yihiin daryeel la maareeyey. Tani waxay ka dhigan tahay Apple Health inay bixiso qorshahaaga caafimaad lacag ceymis ah bishiiba caymiskaaga. Dabolidaada waxaa ka mid ah adeegyada caafimaadka jirka iyo dhaqanka sida ka hortagga, kuwa muhiimka ah, daryeelka gaarka ah,



telemedicine, iyo adeegyada kale ee caafimaadka. Waa inaad ku aragto adeeg bixiyeyaasha shabakadda Molina Healthcare. Inta badan adeegyada laga helo meel ka baxsan shabakadayada lama dabooli doono haddii aan hore loo ansixin. La shaqee adeeg bixiyahaaga daryeelka koowaad (PCP) si aad u hesho ogolaanshaha hore ee daryeelka lagu helo meel ka baxsan shabakadayada. Waxaan dabooli doonaa adeegyada degdegga ah haddii aad xaalad degdeg ah ku haysato meel ka baxsan goobta adeegga.

Waxaan la xidhiidhi doonaa xubnaha cusub dhowrka toddobaad ee soo socda. Waxaad na waydiin kartaa wixii su'aalo ah oo aad heli kartaa caawimo qabshada ballamaha. Haddii aad hayso su'aalo ka hor intaan ku soo gaadhin, khadadka teleefankeena waxay u furan yihiin su'aalo kasta oo aad qabto. Naga soo wac 1-800-869-7165 (TTY 711), Isniin - Jimce, 7:30 subaxnimo ku 6:30 galabnimo

Haddii Ingiriisigu aanu ahayn luqadda aad door bidayso ama aad tahay dhegoole, dhego la' indha la', ama maqal adag, waan ku caawin karnaa. Waxaan rabnaa inaad awoodo inaad hesho faa'iidooyinkaaga daryeelka caafimaadka. Haddii aad u baahan tahay wax macluumaad ah oo ku qoran luqad aan Ingiriisi ahayn, oo ay ku jiraan luqadda dhegoolaha, naga soo wac 1-800-869-7165 (TTY 711). Waxaan ku siin doonaa caawimada luqadda oo ah lacag la'aan. Waxaan sidoo kale ku siin karnaa adeeg bixiye ku hadla luqaddaada.

Waxa aad xaq u leedahay helitaanka adeegyo luqadda ah markii aad ku timaaddo ballanta daryeelka caafimaadka ee ay dabooshay Apple Health. Adeeg bixiyahaaga waxaa looga baahan yahay inuu ballan u qabto turjumaan ballamahaaga. Fadlan ogaysii adeeg bixiyaha daryeelka caafimaadkaaga in aad ubaahantahay turjumaan markaad qabsato ballantaada.

Turjubaanada luqaddaha lagu hadlo waxay tagi karaan xafiiska adeeg bixiyaha, si ay ugu jiraan telefoonka, ama fiidyaha muddada ballantaada. Turjubaanada luqadda ishaarada lagu hadlo waxay tagi karaan xafiiska adeeg bixiyaha, si ay ugu jiraan fiidyaha muddada ballanta.

Haddii aad wax su'aalo ah ka qabto barnaamijkayaga adeegyada turjubaanka, booqo websaydkayaga bogga MolinaHealthcare.com/WA. Waxa kale oo aad booqan kartaa bogga Adeegga Turjubaanka ee Maamulka Daryeelka Caafimaadka (HCA). hca.wa.gov/interpreter-services ama iimayl ku dir Adeegyada Turjubaanka HCA bogga interpretersvcs@hca.wa.gov.

Na soo wax haddii aad caawimo uga baahan tahay fahanka macluumaadka ama haddii aad u baahan tahay qaabab kale. Haddii aad naafo tahay, indhoole tahay ama aragtidiisu xaddidan tahay, dhega la'aan tahay ama maqalku kugu adag yahay, ama aadan fahmin buuggan ama agab kale, naga soo wac at 1-800-869-7165 (TTY 711). Waxaan ku siin karnaa qoraalo qaab kale ah ama kaaliyaal caawiyayaal ah, sida Braile afka qoraalka indhoolaha, oo aan lacag la'aan ku ah adiga. Waxaan kuu sheegi karnaa haddii xafiiska adeeg bixiyaha uu yahay kursi curyaanmid lagu geli karo ama uu leeyahay qalab isgaarsiin gaar ah ama qalab kale oo gaar ah. Waxaan sidoo kale bixinaa:

- Khadka TTY (lambarka taleefankayaga TTY waa 711).
- Macluumaadka far waaweyn.
- Caawimo ku saabsan qabsashada ballamaha ama diyaarinta gaadiidka ballamaha.
- Magacyada iyo cinwaannada adeeg bixiyeyaasha ku takhasusay baahiyaha daryeelka gaarka ah.



Macluumaadka xidhiidhka muhiimka ah

Ururka	Saacadaha adeegga macaamiisha	Lambarada taleefanka adeegga macaamiisha	Ciwaanka websaydka
Molina Healthcare	Isniin-Jimce 7:30 subaxnimo ilaa 6:30 galabnimo	1-800-869-7165 TTY 711	Molinahealthcare.com/WA
Maamulka Daryeelka Caafimaadka (HCA) Adeegga Macmiilka Apple Health	Isniin-Jimce 7 subaxnimo ku 5 galabnimo	1-800-562-3022 TRS 711	hca.wa.gov/apple-health
Washington Healthplanfinder	Isniin-Jimce 8 subaxnimo ku 6 galabnimo	1-855-923-4633 TTY 711 1-855-627-9604	wahealthplanfinder.org

Adeeg bixiyeyaashayda daryeelka caafimaadka

Waxaan kuu soo jeedinaynaa inaad qorto magaca iyo lambarka taleefanka ee adeeg bixiyayaashaada si dhaqso loogu helo. Waxa aanu macluumaadka ku hayn doonaa websaydkayaga diiwaanka adeeg bixiyaha bogga MolinaProviderDirectory.com/WA.

Sidoo kale waad na soo wici kartaa waana ku caawin doonaa.

Bixiyaha Daryeelka Caafimaadka	Magaca:	Lambarka taleefanka
Adeeg bixiyaha Daryeelka Koowaad:		
Adeeg bixiyaha Caafimaadka Dhaqanka:		
Adeeg bixiyaha Ilkaha:		
Adeeg bixiyaha Daryeelkayga Gaarka ah		
Adeeg bixiyaha Farmasigayga		

Buug yarahan ma abuurayo wax xuquuq ama xuquuq sharci ah. Waa inaad ku tiirsan buug yarahan sidii ishaada macluumaadka keliya ee ku saabsan Apple Health. Buug yarahan waxaa loogu talo galay inuu bixiyo macluumaadka kooban ee ku saabsan dheefahaaga. Waxaad ka heli kartaa macluumaad faahfaahsan oo ku saabsan barnaamijka Apple Health adiga oo eegaya bogga Hay'adda Daryeelka Caafimaadka sharciyada iyo xeerarka bogga internetka ee: hca.wa.gov/about-hca/rulemaking.

Sida loo isticmaalo buug yarahan

Kani waa hagahaaga adeegyada. Isticmaal jadwalka hoose si aad u barato cidda aad kala xidhiidho su'aalaha.

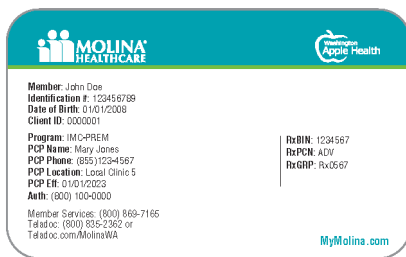
Haddii aad wax su'aalo ah ka qabto...	La xidhiidh
<ul style="list-style-type: none"> • Beddelidda ama ka saarista qorshahaaga daryeelka caafimaad ee la maareeyay ee Apple Health Bogga 14 • Sida loo helo adeegyada la daboolo ee Apple Health oo aan lagu darin qorshahaaga Bogga 13 • Kaarka adeegyada ProviderOne Bogga 12 	<p>HCA:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Xariirka Macmiilka ProviderOne: waproviderone.org/client • fortress.wa.gov/hca/p1contactus/ <p>Haddii aad weli su'aalo qabto ama aad u baahan tahay caawimo dheeraad ah, wac 1-800-562-3022.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Doorashada ama beddelka adeeg bixiyahaaga Bogga 16 • Adeegyada ama daawooyinka la daboolay Bogga 25 • Samaynta cabasho Bogga 58 • Rafcaan ka qaadashada go'aanka qorshahaaga caafimaad ee saameeya dheefahaaga Bogga 60 	<p>Molina Healthcare ee 1-800-869-7165 (TTY 711) ama onlayn gal Molinahealthcare.com/WA.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Daryeelkaaga caafimaad Bogga 25 • U-gudbinta khabiirka takhasus leh Bogga 17 	<p>Adeeg bixiyahaaga daryeelka koowaad. Haddii aad u baahan tahay caawimo si aad u doorato adeeg bixiye daryeel koowaad, naga soo wac 1-800-869-7165 (TTY 711) ama onlayn gal MolinaProviderDirectory.com/WA.</p> <p>Waxaad sidoo kale wici kartaa Molina Healthcare's 24-saac Khadka Talo-bixinta Kalkaaliyaha ee 1-888-275-8750 (TTY 711)</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Isbedelada akoonkaaga sida: <ul style="list-style-type: none"> o Ciwaanka isbeddelka o Isbedelka dakhliga, o Xaaladda guurka, o Urka, iyo o Dhalashada ama korsashada. 	<p>Washington Healthplanfinder laga helo 1-855-WAFINDER (1-855-923-4633) ama oblayn gal: wahealthplanfinder.org.</p>

Haddii aad wax su'aalo ah ka qabto...	La xidhiidh
<ul style="list-style-type: none"> Sida loo soo sheego khayaanada, qashinka, iyo xadgudubka. 	<p>Maamulka Daryeelka Caafimaadka Gobolka Washington</p> <ul style="list-style-type: none"> Uga warbixinta khiyaanada u qalmida Washington Apple Health hca.wa.gov/about-hca/other-administrative-activities/fraud-prevention 1-360-725-0934 Ka warbixinta adeeg bixiyeyaasha Medicaid hottips@hca.wa.gov 1-833-794-2345 <p>Booqo boggan si aad macluumaad faahfaahsan u hesho: hca.wa.gov/about-hca/other-administrative-activities/fraud-prevention.</p>

Bilaabaya

Waxaad u baahan doontaa laba kaadh si aad u hesho adeegyada, kaadhka aqoonsiga xubinta daryeelka caafimaadka ee Molina iyo kaarka adeegyada ProviderOne.

1. Kaadhka aqoonsiga xubinta daryeelka caafimaadka Molina



Kaadhka aqoonsiga xubintaada waa inuu yimaadaa 30 maalmood ka dib marka la diwaan geliyo caymiska. Lambarka aqoonsiga xubinta ayaa ku jiri doona kaadhka aqoonsiga xubinta. Isla markiiba na soo wac haddii wax macluumaad ah oo kaadhkaga ku jira uu khaldan yahay, ama aanad ku helin 30 maalmood gudahood. Had iyo jeer qaado kaadhka aqoonsiga xubinta oo tus mar kasta oo aad hesho daryeel. Uma baahnid inaad sugto inta kaadhkaagu imanayo si aad ugu tagto adeeg bixiye ama u buuxiso warqad dhakhtar. Nagala soo xidhiidh telefoon ahaan 1-800-869-7165 (TTY 711) ama nagala soo xidhiidh email

ahaan MHWMemberServicesWeb@MolinaHealthcare.com haddii aad u baahan tahay daryeel ka hor inta aanu kaadhkaagu iman. Adeeg bixiyahaagu sidoo kale wuu nala soo xidhiidhi karaa si loo hubiyo u-qalmitaanka.

2. Kaadhka adeegyada ProviderOne

Waxa kale oo aad boostada ku heli doontaa kaadhka adeegyada ProviderOne. Kaadhkaaga adeegyada ProviderOne waxa lagu soo diri doonaa todoba ilaa 10 maalmood ka dib marka lagu ogaado inaad u qalanto daboolida Apple Health. Kani waa kaadhka aqoonsiga caaga ah oo u eg kaadhka aqoonsiga caymiska caafimaadka kale. Hayso kaadhkan oo ilaali macluumaadkaaga.

Kaadhkaaga adeegyada waxa ku jiri doona:

- Lambarka aqoonsiga ProviderOne
- Taariikhda la soo saaray
- Websaydka ProviderOne
- Macluumaadka adeega macmiilka



HCA kuuma soo diri doonto mid cusub haddii aad mid hore heshay. Waxaad codsan kartaa kaadh cusub, haddii loo baahdo. Qof kastaa wuxuu leeyahay lambarka macmiilka ee ProviderOne. Qaado kaadhkan balamaha dhakhtarkaaga. Adeeg bixiyayaasha waxay isticmaalaan kaadhkan si ay u hubiyaan in adeegyadaagu ay daboolan yihiin.

Isticmaalka kaadhka adeegyada ProviderOne

Waxaad ka arki kartaa koobiga dhijitaalka ah ee kaadhka adeegyada ProviderOne adiga oo isticmaalaya barnaamijka mobilada WAPlanfinder. Wax badan ka baro abka wabhexchange.org/mobile/. Looma baahna inaad dalbato beddelka marka aad had iyo jeer haysato nuqul dijital ah!

Lambarkaaga macmiilka ProviderOne wuxuu ku yaal dhabarka kaadhkaaga. Had iyo jeer waxay ahaan doontaa sagaal lambar waxayna ku dhammaan doontaa “WA”. Ka xaqiiji daboolidaada bilaabantay ama u wareeji qorshahaaga caafimaadka dhexda ProviderOne Mareegta Macmiilka bogga waproviderone.org/client.

Adeeg bixiyayaasha daryeelka caafimaadku sidoo kale waxay adeegsadaan ProviderOne si ay u arkaan inaad ka diiwaan gashan tahay Apple Health.

Haddii aad u baahan tahay kaadhka Adeegyada cusub ee ProviderOne ah

Waxaad codsan kartaa kaadhka cusub ee adeegyada ProviderOne haddii aanad helin kaadhkaaha, macluumaadku ay khalad yihiin, ama aad waydo kaadhkaaga. Waxaad codsan kartaa beddelaad dhowr siyaabood:

- Booqo website-ka macmiilka ProviderOne: waproviderone.org/client
- Ka wac khadka IVR ee bilaashka ah 1-800-562-3022, raac tilmaamaha.
- Codso isbeddel onlayn ah: fortress.wa.gov/hca/p1contactus/
 - Dooro “Client”.
 - Adeegso Dooro Mawduuca hoos u dhaca si aad u dooratid “Kaadhka Adeegyada.”

Kaadh cusub wax lacag ah lagaama qaadayo. Waxay qaadataa toddobo ilaa 10 maalmood in kaadhka cusub laguugu soo diro boostada.

Adeegyada Apple Health ayaa la daboolay iyada oo aan la helin qorshe daryeel la maareeyey (oo sidoo kale loo yaqaan Fee-For-Service)

HCA ayaa si toos ah u bixisa dheefaha iyo adeegyada qaarkood xitaa haddii aad ka diiwaangashan tahay qorshe caafimaad. Dheefahan waxaa ka mid ah:

- Adeegyada ilkaha ee xirfad yaqaanada ilkaha.
- Muraayadaha indhaha ee carruurta (da'da 20 iyo ka yar),
- Adeegyada iyo taageerada daryeelka muddada-dheer,
- Tallaabooyinka Koowaad Adeegyada Taageerada Hooyada (MSS), Tallaabooyinka Koowaad Maareynta Kiiska Dhallaanka (ICM), waxbarashada dhallaanka, Barnaamijka Isticmaalka Dadka Urka leh (SUPP), la-talinta hidda sidaha dhalmada ka hor, joojinta urka, iyo,
- Adeegyada loogu talagalay shakhsiyaadka qaba naafada koriinka.

Waxaad u baahan doontaa oo kaliya kaadhka adeegyada ProviderOne si aad u hesho dheefahan. PCP-gaaga ama Molina Healthcare ayaa kaa caawin doona inaad hesho adeegyadan isla markaana ay isku xidhaya daryeelkaaga. Eeg **Bogga 25** Faahfaahin dheeraad ah oo ku saabsan dheefaha la daboolay. Na soo wac haddii aad hayso su'aalo ku saabsan dheef ama adeeg halkan ku qoran.

Beddelidda qorshayaasha caafimaadka

Waxaad xaq u leedahay inaad beddesho qorshahaaga caafimaad wakhti kasta. Beddelka qorshahaagu waxa uu dhici karaa isla bisha ka dambaysa ee aad isbeddel samayso. Hubi in isbeddelka qorshahaagu dhacay ka hor inta aanad ku arkin bixiyeyaasha shabakada qorshahaaga cusub.

Waxaa jira dhowr siyaabood oo aad ku beddesho qorshahaaga.

- Ka beddel qorshahaaga websaydka Washington Healthplanfinder: wahealthplanfinder.org
- Booqo bogga macmiilka ProviderOne: waproviderone.org/client
- Codso isbeddel onlayn ah: fortress.wa.gov/hca/p1contactus/home/client
 - o Dooro mawduuca "Is-diiwaangelinta/Beddel Qorshayaasha Caafimaadka."
 - o Wac HCA: 1-800-562-3022 (TRS: 711).

Haddii aad go'aan ku gaadho inaad beddesho qorshayaasha caafimaadka, waxaanu kaala shaqayn doonaa qorshahaaga cusub si aad ugu gudubto daryeelka caafimaad ahaan lagama maarmaanka u ah si aad u sii wadato helitaanka adeegyada aad u baahan tahay.

FIIRO: Dadka ka diiwaangashan barnaamijka Dib u Eegista Bukaanka iyo Isku dubaridka waa in aad kusii jirtaa hal sano isla qorshahaaga caafimaadka. Nala soo xidhiidh haddii aad guurto.

Isticmaalka caymiska caafimaadka gaarka ah iyo caymiskaaga Molina Healthcare

Qaar ka mid ah dadka isdiiwaangeliyay waxay leeyihiin caymis caafimaad oo gaar ah. Waxaan la shaqayn karnaa caymiska kale si aan kaaga caawino daboolida qaar ka mid ah waxka-bixinta, inta lagaa jari karo iyo adeegyada caymiska caafimaad ee gaarka ah aanu daboolin.

Hubi in bixiyeyaashaada daryeelka caafimaadka ay ku jiraan shabakada adeeg bixiyaha Molina Healthcare ama ay rabaan inay nagu soo dallacaan wax kasta oo la wada bixinayo, wax laga jari karo, ama hadhaayada caymiskaaga gaarka ah aanu daboolin. Tani waxay kaa caawin doontaa inaad iska ilaaliso kharashaadka ka baxsan jeebka

Tus kaadhahka oo dhan marka aad u tagto dhakhtarka ama adeeg bixiyeyaasha kale ee caafimaadka. Tan waxaa ka mid ah:

- Kaarka caymiska caafimaadka gaarka ah,
- Kaadhahka adeegyada ProviderOne, iyo
- Aqoonsiga xubinta daryeelka caafimaadka Molina.

Isla markiiba la xidhiidh Molina Healthcare haddii:

- Caymiskaaga caafimaadka gaarka ah wuu dhamaanayaa,
- Caymiskaaga caafimaadka gaarka ah ayaa isbedela, ama,
- Waxaad qabtaa wax su'aalo ah oo ku saabsan isticmaalka Apple Health caymiskaaga caafimaadka gaarka ah.

Sida loo helo daryeel caafimaad

Sida loo doorto adeeg bixiyaha daryeelkaaga koowaad (PCP)

Waa muhiim in la doorto adeeg bixiyaha daryeelka koowaad (PCP). Waxaad ka heli kartaa macluumaadka PCPga kaadhka aqoonsiga xubinta. Waxaan kuu dooran doonaa PCP haddii aanad mid dooran. Waxaad codsan kartaa adeeg bixiye haddii aad horeba u aragtay PCP ama aad maqashay adeeg bixiye aad rabto inaad isku daydo. Waxaan kaa caawin karnaa inaad hesho PCP cusub haddii adeeg bixiyaha aad jeclaan lahayd inaad aragto uusan ku jirin shabakadayada. Waxaad xaq u leedahay inaad beddesho qorshayaasha caafimaadka iyada oo aan la joojin daryeelka. Xuquuqdani waxay ku jirtaa xeerka Daryeelka Kala-guurka ee HCA.

Xubin kasta oo qoyska ka mid ah ayaa yeelan kara PCP u gaar ah, ama waxaad dooran kartaa hal PCP si aad u daryeesho dhammaan xubnaha qoyska ee leh daboolida daryeelka la maareeyey ee Apple Health. Waxaad u dooran kartaa PCP cusub adiga iyo qoyskaaga wakhti kasta [MolinaProviderDirectory.com/WA](https://www.molinahealthcare.com/wa) ama naga soo wac 1-800-869-7165 (TTY 711).

Dejinta ballantaada PCP ee ugu horreeya

PCP gaagu waxa uu daryeeli doonaa badanka baahiyahaaga daryeelka caafimaadka. Adeegyada aad heli karto waxaa ka mid ah baadhitaanada caadiga ah, tallaalka (mudditaanka), iyo daawaynta kale.,

Ballan qabso isla marka aad doorato PCP si aad bukaan ula noqoto. Tani waxay kaa caawin doontaa inaad hesho daryeel markaad u baahan tahay.

Waxa ay caawinaysaa PCP-gaagu inuu wax badan ka ogaado taariikhdaada caafimaad ee jir ahaaneed iyo dhaqanba sida suuragalka ah. Xusuusnow inaad soo qaadato kaadhkaaga adeeg ProviderOne, kaadhka aqoonsiga xubinta daryeelka caafimaadka Molina iyo wixii kale ee kaadhada caymiska. Qor taariikhdaada caafimaad. Samee liis mid kasta:

- Walaaca caafimaadka ama dabeecadda ee aad qabto,
- Daawooyinka aad qaadato, iyo,
- Su'aalaha aad doonayso inaad waydiiso PCP gaaga.

PCP gaaga ogaysii sida ugu dhakhsaha badan ee suuragalka ah haddii aad u baahan tahay inaad baajiso ballanta.

Sida loo helo daryeel gaar ah iyo gudbin

PCP gaagu waxa uu kuu gudbin doonaa dhakhtarka takhasuuska haddii aad u baahato daryeel aanay bixin karin. PCP gaagu waxa uu sharaxi karaa sida gudbintu u shaqayso. La hadal PCP gaaga haddii aad u malaynayso in dhakhtarka khabiirku aanu buuxin baahiyahaaga. Waxay kaa caawin karaan inaad aragto dhakhtar takhasus oo kale.

PCP gaagu waa inuu na waydiistaa oggolaanshaha hore ama oggolaanshe wakhti hore ah ka hor inta aanaan ku siin qayb daawaynta ah iyo adeegyada. PCP-gaaga ayaa kuu sheegi kara adeegyada u baahan oggolaansho hore, ama waad na soo wici kartaa si aad u weydiiso.

Waxaanu kuu heli doonaa daryeelka aad uga baahan tahay dhakhtarka khabiirka dibada ka ah shabakadayada haddii aanaan ku haysan mid shabakada. Waxaad u baahan kartaa inaad hore u sii oggolaato booqashooyin kasta oo dibada ka ah shabakadaada. Kala hadal PCP gaaga.

PCP gaagu waxa uu codsan doonaa oggolaashaha hore ee naga yimid ee wata macluumaadka caafimaadka si uu noo tuso sababta aad ugu baahan tahay daryeelkan. Waa inaanu u jawaabno PCP gaaga shan maalmood gudahood codsiga. Waxaan kugu wargelin doonaa go'aankayaga ugu dambayn 14 maalmood.

Waxaad xaq u leedahay inaad rafcaan ka qaadato hadii aanu diidno codsigan oo aad khilaafto go'aankayaga. Tan macnaheedu waxa waaye waxaad na weydiisan kartaa in qof kale uu dib u eego codsiga. Eeg **Bogga 59** wixii macluumaad dheeraad ah. Adiga mas'uul kama tihid kharash kasta haddii PCP-gaaga ama Molina Healthcare ay kuu gudbiyaan dhakhtar takhasus leh oo ka baxsan shabakadayada oo aanu ku siino oggolaansho hore.

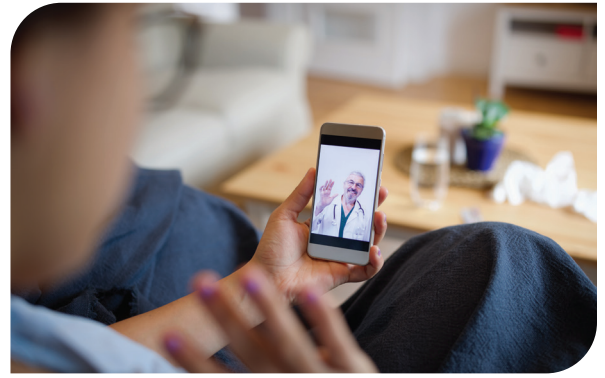
Adeegyada aad heli karto iyada oo aan la gudbin

Uma baahnid tixraac PCP-gaaga si aad u aragto adeeg bixiye shabakadayada haddii aad u baahan tahay:

- Adeegyada ka jawaabida dhibaataada caafimaadka habdhaqanka oo ay ku jiraan:
 - Wax ka qabadka dhinta
 - Adeegyada Qiimaynta iyo Daawaynta
- Adeegyada qorshaynta qoyska
- Baadhitaanka HIV ama AIDS
- Talaalka
- Adeegyada caafimaadka dhaqanka ee bukaan socodka
- Daawaynta cudurada galmada la isugu gudbiyo iyo daryeelka la socodka ah
- Baadhitaanka Curudka Qaaxada iyo daryeelka la socodka ah
- Adeegyada caafimaadka haweenka oo ay ka mid yihiin:
 - Adeegyada hooyada oo ay ku jiraan adeegyada umulisada, iyo,
 - Baadhitaanka naaska ama makaanka

Telehealth/Telemedicine

Haddi uu taageero adeeg bixiyahaaga, waxaad ku booqan kartaa adeeg bixiyahaaga taleefoonka ama kombayutarka halkii aad ka heli lahayd balan qof ahaaneed. Tan waxaa loo yaqaan telemedicine. Telehealth (sidoo kale loo tixraaca telemedicine) waa inay gaar ahaadaan, is dhexgal lahaadaan, iyo maqalka wakhtiga runta ah ama maqalka iyo wada xidhiidhka fiidyaha. Daryeelka degdega ah ee dhabta ah sidoo kale waa ikhtiyaarka qayb ka ah caymiskaaga Apple Health. Macluumaad dheeraad ah ayaa laga heli karaa **Bogga 47**.



Waxaad macluumaadka la wadaagi kartaa adeeg bixiyahaaga oo aad heli kartaa ogaanshaha iyo daaweynta wakhtiga dhabta ah adiga oo aan isku meel joogin.

Waydii rugtaada haddii ay bixiyaan adeegyada caafimaadka. Waxaad wax badan ka baran kartaa **[Molinahealthcare.com/WA-Telehealth](https://www.molinahealthcare.com/WA-Telehealth)**.

Waa inaad u tagtaa dhakhaatiirta daryeelka caafimaadka Molina, farmasiiyada, adeeg bixiyeyaasha caafimaadka dabeecadda, iyo isbitaallada

Waa inaad isticmaashaa adeeg bixiyayaasha caafimaadka jidhka iyo dhaqan kuwaas oo la shaqeeya Molina Healthcare. Sidoo kale waxaanu haysaa cusbitaalo iyo farmasiiyo sid aad adigu u isticmaasho. Waxaad codsan kartaa diiwaanka macluumaadka ku saabsan adeeg bixiyeyaashayada, farmasiiyada, iyo cusbitaalada. Diiwaanada waxaa ka mid ah:

- Isbitaalada iyo farmasiiyada.
- Magaca adeeg bixiyaha, goobta, iyo lambarka taleefanka.
- Takhasuska, shahaadooyinka, iyo shahaadada caafimaadka.
- Dugsiga caafimaadka la soo xaadiray, dhammaystirka Degeneenashaha, iyo jeerka Caddaynta Guddida.
- Luqadda ay ku hadlaan adeeg bixiyayaashaas.
- Xaddidad kasta oo ku saabsan nooca bukaannada (dadka waaweyn, carruurta, iwm.) ee uu bixiyuhu arko.
- Aqoonsiga PCP-yada aqbalaya bukaannada cusub.

Si aad u hesho hagaha, wac khadka adeegyada xubnahayaga oo ah 1-800-869-7165 (TTY 711) ama booqo mareegahayaga **[MolinaProviderDirectory.com/WA](https://www.MolinaProviderDirectory.com/WA)**.

Lacag bixinta adeegyada daryeelka caafimaadka

Adiga ahaan oo macmiil u ah Apple Health, ma haysatid kharashka la wada bixiyo ama jarjarida wixii adeegyo ah ee la daboolay. Waxaa laga yaabaa inaad bixiso adeegyadaada haddii:

- Aad hesho adeeg aanu Apple Health daboolin, sida qalliinka qurxinta.
- Waxaad heshaa adeeg aan caafimaad ahaan lama huraan ahayn.
- Ma garanaysid magaca qorshahaaga caafimaad, adeeg bixiye aad aragtana ma garanayo cidda biil loo dirayo.
 - Waa muhiim inaad u qaadatokaarkaaga Adeegyada ee ProviderOne iyo kaarkaaga qorshaha caafimaadka markasta oo aad u baahan tahay adeegyo.
- Waxaad daryeel ka heleysaa adeeg bixiye aan ka tirsaneyn shabakadeena oo aanay ahayn gurmada ama qorshahaaga caafimaadka hore loo sii oggolaaday.
- Maad raacin sharciyadayada helida daryeelka dhakhtarka takhsuska leh.

Bixiyeyaashu waa inaysan ku weydiinin inaad iska bixiso kharashka adeegyada la daboolay. Naga soo wac 1-800-869-7165 (TTY 711) haddii aad hesho biil. Waxaanu kala shaqayn doonaa adeeg bixiyahaaga si aanu u hubino inay si sax ah u soo dalacayaan.

Barnaamijyada Hormarinta tayada

Barnaamijka Horumarinta Tayada Molina Healthcare waxa uu u shaqeeyaa si loo xaqiijiyo in xubnaha ay helaan daryeelka tayada sareeya iyo adeegyada faa'iidada leh ee adeeg bixiyayaasha ka yimid shabakadeeda adeeg bixiyaha iyo qorshaha caafimaadka.

Barnaamijka Horumarinta Tayada Molina Healthcare:

- Waxay hubisaa inaad hesho kooxda daryeelka caafimaadka loo qalmo.
- Dib u eegis iyo ficil haddii ay jirto arrin ku saabsan tayada daryeelka ee la bixiyay.
- Ku jawaabaa oo ka hadlaan baahiyaha kala duwan dhaqan ahaan iyo luqad ahaan xubnahayaga
- Waxay sare u qaadaa badbaadada daryeelka caafimaadka dhexda waxbarashadda ee xubnahayaga iyo adeeg bixiyayaasha
- Bixiyaa **Tilmaamaha Caafimaad Qab loogu joogo** si loo caawiyo xubnahu inay ogaadaan waxay tahay daryeelka loo baahan yahay iyo goorta ay kuwan u baahan yihiin.
- Waxay bixisaa **Hagaha Helitaanka Daryeelka Caafimaadka Tayada leh** si loo caawiyo xubnaha inay helaan barnaamijyadayada iyo adeegyadayada.
- Raad raacdaa oo qiimaysaa waxqabadkayaga iyada oo loo marayo **HEDIS®** (Xogta Waxtarka Caafimaadka iyo Dejinta Macluumaadka).
 - HEDIS® waa mid ka mid ah aaladaha horumarinta waxqabadka ee aadka loo isticmaalo ee daryeelka caafimaadka kaas oo caawinaya isbarbardhiga dhinacyada kala duwan ee tayada daryeelka caafimaadka sida ka hortagga iyo

baadhida fayo qabka, maaraynta xanuunka macaanka, daryeelka dhalmada ka hor iyo dhalmada ka dib ee uurka, iyo tallaalada carruurta.

- Waxay siisaa ra'yi ururin xubnahayaga si ay noogu sheegaan khibradooda iyo ku qancida qorshaha caafimaadka iyo adeeg bixiyeyaasha sida **CAHPS®** (Qiimaynta Macaamiisha ee Adeeg bixiyeyaasha iyo Nidaamyada Daryeelka Caafimaadka).

Si loo barto wax ku saabsan nidaamyada, hadafyada iyo natiijooyinka sida ay ula xidhiidhaan xubnaha daryeelka iyo adeegyada, booqo: MolinaHealthcare.com/WAQIProgram.

Macluumaadka xubinta ee ku saabsan nolol caafimaad leh, booqo: Molinahealthcare.com/MHWMedicaidPublications ama MolinaHealthcare.com/StayingHealthy.

Haddii aad doonayso nuqul bilaash ah oo sharaxaada Barnaamijka Horumarinta Tayada Molina Healthcare ama warbixinta horumarka, fadlan soo wac Adeegyada Xubinta 1-800-869-7165 (TTY 711).

Barnaamijyada Maareynta Isticmaalka

Molina Healthcare waxay rabtaa inaad hesho daryeel kugu habboon, adoon helin daryeel aadan u baahnayn. Waxaan kaa caawinaynaa inaan hubino inaad heshid daryeelka saxda ah adoo gaadhaya go'aano ku saleysan baahidaada caafimaad lama huraanka ah, ku habboonaanta, iyo dheefaha la daboolo.

Abaal marin ma siino shaqaalaha gaadha go'aamadan iyagoo maya leh. Tani waxay hubsataa go'aamadayada inay xaq yihiin. Haddii aad hayso su'aalo ku saabsan sida go'aamadan loo sameeyo, wac Molina Healthcare lambarka 1-800-869-7165 (TTY 711), 7:30 subaxnimo – 6:30 galabnimo, Isniin - Jimce.

Sida aanu u qiimayno teknoolajiga cusub

Waxaan dib u eegis ku samaynaa qalab cusub, dawooyin, iyo nidaamyada si aan u go'aamino inay tahay in la daboolo iyadoo lagu salaynayo baahida caafimaad. Qalab cusub, dawooyin, iyo nidaamyada cusub ayaa weli la tijaabinayaa si loo arko inay dhab ahaantii caawinayaan. Haddii weli la baadhayo, waxaa loogu yeedhaa tijaabo ama baadhitaan. Adeegyadan waxaa la daboolay cilmi baadhis kadib Molina Healthcare waxay go'aamisay inay ka caawin badan yihiin waxyeelada. Haddii aad rabto inaad ogaato wax badan, nagala soo xidhiidh 1-800-869-7165 (TTY 711), 7:30 subaxnimo – 6:30 galabnimo, Isniin - Jimce.

Macluumaadka Hindida Maraykanka iyo Dhaladka Alaska

HCA waxay siineysaa Hindida Mareykanka iyo Dhaladka Alaska ee ku nool Washington kala doorashada u dhaxeysa daryeelka Apple Health ee la maareeyay ama qorshaha caymiska Apple Health ee aan la maarayn (sidoo kale loogu yeedho adeega kharashka ah). HCA waxay tan u samaynaysaa si ay ugu hogaansanto qawaaniinta federaalka, iyada oo la aqoonsaynahay nidaamka bixinta daryeelka caafimaadka ee Hindida, iyo inay kaa caawiso inaad hubiso inaad heshid daryeel caafimaad oo dhaqan ahaan haboon. Waxaad

kala xdhiiidhi kartaa HCA lambarka 1-800-562-3022 su'aalo ama si aad u bedesho diiwaangelintaada. Waxaad beddeli kartaa xulashada(ooyinka) wakhti kasta, laakiin isbeddelku ma dhaqan geli doono ilaa bisha soo socoda ee la heli karo.

Haddii aad tahay Hindida Mareykanka ama Dhaladka Alaska, waxaad awoodi kartaa inaad ka hesho adeegyo daryeel caafimaad iyada oo loo marayo xarunta adeegga Caafimaadka Hindida, barnaamijka daryeelka caafimaadka qabaa'ilka ama Barnaamijka Caafimaadka Magaalada Urban (UIHP) sida Guddiga Caafimaadka ee Hindida Seattle ama Mashruuca NATIVE ee Spokane. Adeeg bixiyeyaasha xarumahan waa kuwo aqoon leh oo fahmaya dhaqankaaga, bulshadaada, iyo baahiyahaaga daryeel caafimaad. Haddii aad ku xidhan tahay ama shuraako la tahay Kaaliyaha Qabiil dhexda xarunta IHS, barnaamijka caafimaadka Qabiilka ama UIHP, waxay kaa caawin karaa adiga inaad go'aan gaadho.

Waxay ku siin doonaan daryeelka aad u baahan tahay ama waxay kuu gudbin doonaan dhakhtar takhasusle. Waxa laga yaabaa inay kaa caawiyaan inaad go'aansato inaad doorato qorshaha daryeelka la maareeyey ama daboolida Apple Health la'aanteed qorshe daryeel la maareeyey. Haddii aad qabtid su'aalo ku saabsan daryeelkaaga caafimaad ama caymiskaaga daryeelka caafimaadka, shaqaalaha qabiilkaaga ama UIHP ah ayaa ku caawin kara.

Helitaanka daryeel xaalad deg-deg ah ama markaad guriga ka maqantahay

Xaalad degdeg ah

Soo wac 911 ama aad xarunta gurmada ee kuugu dhow haddii aad qabtid dhibaato caafimaad oo lama filaan ah ama daran oo aad u maleyneyso inay tahay xaalad degdeg ah.

Na soow ac sida ugu dhakhsaha badan ee suuragalka ah intaa ka dib si aad noo ogaysiiso inaad ku jirto xaalad degdeg ah iyo halka aad ka heshay daryeelka. Uma baahnid oggolaansho hore-dhac ah si aad u raadsato daryeel xaalad degdeg ah. Waad isticmaali kartaa isbitaal kasta ama xarun deg-deg ah haddii aad ku sugan tahay xaalad degdeg ah.

Kaliya tag qolka xaaladaha degdegga ah ee cisbitaalka haddii ay xaalad degdeg ah tahay. Ha tegin qolka gurmada wixii daryeel caadiya ah

Haddii aad u baahan tahay daryeel degdeg ah

Waxaa laga yaabaa inaad qabto dhaawac ama jirro aan ahayn xaalad degdeg ah balse u baahan daryeel degdeg ah. Nagala soo xidhiidh 1-800-869-7165 (TTY 711) si aad u hesho xarumaha daryeelka degdegga ah ee shabakadayada ama booqo shabakadayada oo ku yaal [MolinaProviderDirectory.com/WA](https://www.molinahealthcare.com/wa). Haddii aad hayso su'aalo ku saabsan inaad tagto xarunta daryeelka degdegga ah ka wac khadka kalkaalisada 24-saac 1-888-275-8750 (TTY 711). Laynkan waxa uu furan yahay toddoba (7) maalmood todobaadkii.

Haddii aad u baahan tahay daryeel saacadaha shaqada ka dib

Wac khadka kalkaalisada ee 24-saac ah oo weydiiso caawimaad 1-888-275-8750 (TTY 711).

Waxa kale oo aad kala xidhiidhi kartaa qorshahaaga caafimaadka adeeggiisa daryeelka degdega ah ee telefoonka, casriga ah, taableedka, ama kombiyuutarka 1-800-835-2362 (TTY 711), u tag [Teladoc.com/MolinaWa](https://www.teladoc.com/MolinaWa), ama soo deji Teladoc app: [Teladoc.com/mobile](https://www.teladoc.com/mobile).

Wac PCP gaaga si aad u aragto haddii ay bixiyaan daryeelka saacadaha shaqada ka dib, qof ahaan ama telehealth.

Dhibaataada Dhaqanka Caafimaadka:

Tusaalooyinka xaalada degdega ah/dhibaataada dhaqamada caafimaadka waxaa ka mid noqon kara marka qof:	
<ul style="list-style-type: none"> • Ku hanjabo ama ka hadlo waxyeelaynta ama dilida nafahooda iyo/ama kuwa kale. • Dareema rajo la'aan • Dareema cadho ama cadho aan la xakamayn • Dareemo inuu xaniban yahay, sida inaanay jirin meel uu ka baxaa • Ka qayb qaato feejignaan la'aanta dhaqamada 	<ul style="list-style-type: none"> • Dareemo werwer, cadho, ama aanu seexan karin • Ka fogaado saaxibada iyo qoyska • La kulma isbeddelada dareemada macquulka ah • Aanu arkin sabab uu ku noolaado • Kordhiya khamriga ama isticmaalka maandooriyaha

Soo wac laynka dhibta degmadaada hoose haddii adiga ama qof aad garanaysaa uu la kulmayo dhibta caafimaadka maskaxda.

- **Si aad u hesho gargaar degdeg ah:** wac 911 xaalad degdeg ah oo nafta halis gelisa ama 988 xaalad degdeg ah oo caafimaadka dhimirka ah.
- **Caawimada Degdega ah ee Dhibta Caafimaadka Maskaxda ama Fikrada Isdilka:** La xidhiidh [National Suicide Prevention Lifeline](https://www.nationalsuicidepreventionlifeline.org) 1-800-273-8255 (TRS: 1-800-799-4889) ama wac ama qoraal u dir 988. Laynku waa bilaash, qarsoodi ah, waana la heli karaa 24/7/365. Sidoo kale waxaad garaaci kartaa 988 haddii aad ka walaacsan tahay wax ku saabsan qof ehelka ah oo u baahan kara taageerada dhibta.

Khadka Caawinta Bogsashada ee Washington waa khad 24-saac ee arrimaha faragelinta dhibta iyo laynka soo gudbinta kuwa la tacaalaya arrimaha la xiriira caafimaadka dhimirka, adeegyada daawaynta cudurada ay keenaan mukhaadaraadka, iyo dhibaatooyinka khamaarka. Wac ama qoraal u dir 1-866-789-1511 ama 1-206-461-3219 (TTY), iimaylka recovery@crisisclinic.org ama u tag [warecoveryhelpline.org](https://www.warecoveryhelpline.org). Dhalinyaradu waxay la xidhiidhi karaan kurayda muddada saacadaha gaarka ah: 1-866-833-6546, teenlink@crisisclinic.org, ama [teenlink.org](https://www.teenlink.org).

Lanbarrada telefoonka xasaradaha degmada

Waad soo wici kartaa khadka dhibaataada ee deegaankaaga si aad uga codsato caawimaad adiga ama saaxiib ama xubin qoyskaaga ah. Hoos ka eeg lambarka dhibaataada gobolka.

Gobolka	Degmooyinka	Laymanka dhita
Great Rivers	Cowlitz, Grays Harbor, Lewis, Pacific, Wahkiakum	1-800-803-8833
Greater Columbia	Asotin, Benton, Columbia, Franklin, Garfield, Kittitas, Walla Walla, Whitman, Yakima	1-888-544-9986
King	King	1-866-427-4747
North Central	Chelan, Douglas, Grant, Okanogan	1-800-852-2923
North Sound	Island, San Juan, Skagit, Snohomish, Whatcom	1-800-584-3578
Pierce	Pierce	1-800-576-7764
Salish	Clallam, Jefferson, Kitsap	1-888-910-0416
Spokane	Adams, Ferry, Lincoln, Pend Oreille, Spokane, Stevens	1-877-266-1818
Koonfur Galbeed	Clark, Klickitat, Skamania	1-800-626-8137
Thurston-Mason	Mason, Thurston	1-800-270-0041

Filashooyinka ah goorta adeeg bixiyaha daryeelka qorshaha caafimaadka ku arki doono

Wakhtiga sugitaanka si aad u aragto adeeg bixiye waxay ku xidhan tahay baahidaada daryeelka. Arag wakhtiyada sugida si aad u aragto adeeg bixiye hoos.

- **Daryeelka gurmadka ah:** La heli karo 24 saacadood maalin, todobo maalmood todobaadkii.
- **Daryeelka degdegga ah:** Booqashooyinka xafiiska ee PCP gaaga, adeeg bixiyaha caafimaadka dhaqanka, rugta daryeelka degdegga ah, ama adeeg bixiye kale gudahood 24 saacadood.

- **Daryeelka joogtada ah:** Booqashooyinka xafiiska ee PCP-gaaga, Bixiyaha Habdhaqanka Caafimaadka, ama bixiye kale 10 maalmood gudahood. Daryeelka caadiga ah waa la qorshaayaa oo waxaa ku jira booqashooyinka caadiga ah ee adeeg bixiyaha ee dhibaatooyinka caafimaadka aan degdega ahayn ama gurmada.
- **Daryeelka ka hortagga:** Booqashooyinka xafiiska ee PCP-gaaga ama adeeg bixiye kale 3 gudahood 0 maalmood. Tusaalooyinka daryeelka ka hortagga ah waxaa ku jira:
 - o Baadhitaanka jidhka sanadlaha ah (sidoo kale loogu yeedho baadhitaano),
 - o Booqashada Well Child
 - o Daryeelka caafimaadka haweenka sanadlaha ah, iyo
 - o Tallaalada (mudditaanka).

Nala soo xidhiidh haddii ay qaadato wakhti ka dheer wakhtiyada sare si loo arko adeeg bixiyaha.



Faa'iidooyinkaaga

Faa'iidooyinka ay bixiso Molina Healthcare

Qaybtani waxay sharraxaysaa faa'iidooyinka iyo adeegyada ay bixiso Molina Healthcare. Ma aha liistada dhammeystiran ee adeegyada la daboolay. Ka hubi adeeg bixiyahaaga ama nala soo xidhiidh haddii adeegga aad u baahan tahay uusan ku qorneyn. Waxaad ka eegi kartaa dheefahayaga iyo adeegyadayada bogga MolinaHealthcare.com/WA.

Qaar ka mid ah adeegyada daryeelka caafimaadka ee la daboolay waxay u baahan karaan oggolaansho hore. Dhammaan adeegyada aan la daboolin waxay nooga baahan yihiin oggolaansho-hore. Adeegyada aan la daboolin dhexda Apple Health oo aan lahayn qorshaha daryeelka la maareeyo waxay u baahan yihiin oggolaanshaha hore ee ka yimid HCA.

Adeegyada qaarkood waxay ku xadidan yihiin tiro booqashooyin ah. Adeeg bixiyahaagu waxa uu codsan karaa Xadidka Kordhinta (LE) haddii aa du baahan tahay booqashooyin badan. Haddii aad u baahan tahay adeegyada aan la daboolin, adeeg bixiyahaagu ha codsado ka reebida sharciga (ETR).

Waxaa laga yaabaa inaad u baahato inaad hesho gudbin PCP gaaga iyo/ama oggolaanshaha hore ee Molina Healthcare ka hor inta aanad helin adeegyada qaarkood. Haddii aanad haysan gudbinta ama oggolaanshaha hore, waxaa dhici karta inaanaan bixin adeegyada. La shaqee PCP gaaga si loo habsado inuu jiro oggolaanshaha hore ee diyaarka ah ka hor inta aanad helin adeega.

Adeegyada guud iyo daryeelka degdegga ah

Adeega	Macluumaad dheeraad ah
Adeegyada degdegga ah	La heli karo 24 saacadood maalintii, todobada maalmood todobaadkii meel kasta oo Maraykanka ah.
Isbitaalka, bukaan-jiifka iyo adeegyada bukaan-socodka	Waa in aan anaga ansixiyo dhammaan daryeelka aan degdegga ahayn.
Daryeelka degdegga ah	Isticmaal daryeelka degdegga ah marka aad qabto dhibaato caafimaad oo u baahan daryeel degdeg ah, laakiin nolashaado aanay khatar ku jirin.
Daryeelka ka hortagga	Eeg Bogga 23

Adeega	Macluumaad dheeraad ah
Daryeelka bukaan jiidka cusbitaalka (dawada jidhka)	Waa in aan ansixinaa anagu.
Tallaalka/talaalada	<p>Xubnahayagu waxay xaq u leeyihiin talaalada bixiyahooda daryeelka aasaasiga ah, farmashiyahooda ama waaxda caafimaadka xaafadooda. Ka hubi adeeg bixiyahaaga ama xubinta xidhiidhka adeegyada wixii macluumaad dheeraad aha ee qorshaynta taxanaaga tallaalka ah.</p> <p>Waxaad sidoo kale booqan kartaa Waaxda Caafimaadka bogga doh.wa.gov/youandyourfamily/immunization wixii macluumaad dheeraad ah.</p>
Xarun Kalkaalin oo Xirfad leh (SNF)	La daboolo xili gaaban, adeegyada caafimaad ahaan lama huraanka ah. Adeegyada dheeraadka ah waa la heli karaa. Naga soo wac 1-800-869-7165 (TTY 711).

Farmashiyaha ama warqadaha daawada

Waxaanu isticmaalnaa dawooyinka la daboolay ee loogu yeedho Apple Health Liiska Dawada La door bidayo (PDL). PDL waa liiska dawooyinka ay bixiso Molina Healthcare. Adeeg bixiyahaagu waa inuu kuu qoraa daawooyinka ku jira PDL. Waad na soo wici kartaa oo weydiisan kartaa:

- Koobiga PDL.
- Macluumaadka ku saabsan kooxda adeeg bixiyayaasha iyo farmasiiyada sameeyay PDL.
- Koobiga xeerka sida aanu go'aanka ku gaadhay waxay go'aamiyaan dawooyinka la daboolay.
- Sida loo waydiisto oggolaanshaha dawada aan ku jirin PDL.

Daawooyinka qaar waxa daboola Apple Health iyada oo aan lahayn qorshe daryeel la maareeyey. Naga soo wac 1-800-869-7165 (TTY 711) su'aalo ama si aad wax badan uga barato.

Waa inaad daawooyinkaaga ka heshaa farmashiya shabakadeena ee adeeg bixiyaha. Tani waxay hubinaysaa in dawa qoridaada la dabooli doono. Na soo wac si aad u heshid farmasiiga kuu dhow.

Adeega	Macluumaad dheeraad ah
Adeegyada farmasiiga	Xubnuhu waa inay isticmaalaan farmasiyada ka qayb qaadanaya. Waxaan isticmaalnaa Apple Health PDL. Naga soo wac 1-800-869-7165 (TTY 711) liiska farmasiyada.

Adeegyada daryeelka caafimaadka carruurta

Carruurta iyo dhalinyarada da'doodu ka yar tahay 21 sano waxay leeyihiin faa'iido daryeel caafimaad oo loo yaqaan Baarista Hore iyo Wakhtiga, ogaanshaha, iyo Daawaynta (EPSDT). EPSDT waxa ku jira adeegyo baadhis, ogaanshaha, iyo daawaynta oo dhamaystiran. Badhitaanka waxa uu ka caawin karaa aqoonsashada mida suuragalka ah ee jidhka, caafimaadka dhaqanka iyo baahiyaha daryeelka caafimaadka koriinka ee u baahan kara cudur aqoonsahso dheeraad ah iyo/ama daawaynta.

EPSDT waxaa ku jira baadhitaan kasta oo ogaanshaha iyo daawaynta lagama maarmaanka ah ee loo baahan yahay si loo saxo ama loo hagaajiyo xaalad caafimaad oo jireed ama dhaqanka. Tan waxa ku jira adeegyo dheeraad ah oo loo baahan yahay si loo taageero ilmaha leh daahida koriinka.

Adeegyadan waxay ujeedadoodu tahay inay ka ilaaliyaan xaaladaha inay ka sii daraan oo ay yareeyaan saamaynta dhibaataada daryeelka caafimaadka ilmaha. EPSDT waxay goor hore dhiirigalinaysaa sii wadida helitaanka daryeelka caafimaadka ee carruurta iyo dhalinyarada.

Baaritaanka 'EPSDT' waxaa mararka qaarkood loo yaqaan ilmo caafimaad qaba ama baaritaan-daryeel oo wanaagsan. Carruurta ka yar da'da 3 ee u qalma baadhitaanada ilmaha fayada qaba ee jadwalka Bright Futures EPSDT, iyo da'da ah 3-20 waxay u qalmaan baadhitaanka ilmaha fayada qabka ah jadwalka taariikhda sanad kasta. Baadhitaanka ilmaha fayada qabka waa inay ku jiraan kuwa soo socdaa:

- Taariikh caafimaad iyo koriin oo dhamaystiran.
- Baadhitaanka jidhka ah buuxa
- Waxbarashadda caafimaadka iyo la talinta ku salaysan da'da iyo taariikhda caafimaadka.
- Baadhitaanka araga.
- Baadhitaanka maqalka.

- Baadhitaanada shaybaadhka.
- Baaritaanka sunta kibriidka.
- Dib u eegista dhibaatooyinka cunida iyo seexashada.
- Baadhitaanka caafimaadka afka iyo adeegyada caafimaadka afka ee laga helo Helida Dawaynta ilkaha ilmaha yar iyo lkmaha (Access to Baby and Child Dentistry, ABCD) PCP u qalma.
- Tallaalada (mudditaanka).
- Baadhitaanka caafimaadka maskaxda.
- Baadhitaanka cudurada isticmaalka maandooriyaha

Marka xaalada caafimaadka uu aqoonsado adeeg bixiyaha caafimaadka ilmaha, adeegbixiyaha(yaasha) ilmahu waxay:

- Dawayn doonaan ilmaha haddii uu ku jiro qaybta adeegbixiyaha ee dawaynta; ama
- Waxay u gudbiyaan dhakhtarka takhasuska ku habboon ee daawaynta, kaas oo uu ku jiri karo baadhitaanka ama qiimaynaha takhasuska, sida:
 - o Qiimaynta koriinka,
 - o Caafimaadka maskaxda oo dhamaystiran,
 - o Qiimaynta isticmaalka maandooriyaha, ama
 - o La talinta nafaqada.
- Adeeg bixiyayaasha daawaynayaa waxay ka xidhiidhaa natiijooyinka adeegooda ee u gudbinta baadhitaanka adeeg bixiyaha(yaasha) EPSDT. Dhammaan adeegyada, ay ku jiraan kuwa aan la daboolin, ee carruurta da'aha 20 iyo ka yar waa in dib loo eegaa wixii caafimaad ahaan lama huraan ah.

Adeegyada dheeraadka ah ama taageerada:

Adeega	Macluumaad dheeraad ah
Baadhitaanka ootiisamka	Loo heli karo dhammaan carruurta 18 bilood iyo 24 bilood.
Daryeelka Dawaynta Jidhka	Carruurta 20 sano da'da iyo ka yar oo uu soo gudbiyo takhtarkaaga (PCP).
Baadhitaanka Koriinka	Baaritaannada ayaa loo heli karaa dhammaan carruurta 9 bilood, 18 bilood, iyo inta u dhexeysa 24 iyo 30 bilood.
Kalkaaliyaha Waajibaadka Gaarka ah (PDN) ama Barnaamijka Carruurta Caafimaad ahaan Deg-deg ah (MICP)	La daboolo carruurta da'doodu tahay 17 iyo ka yar. Waa in aan ansixinaa anagu. Dhallinyarada da'doodu tahay 18 illaa 20, tan waxaa daboolo Maamulka Gabowga iyo Caawimaada Muddada-dheer (ALTSA). Eeg Bogga 54 macluumaadka xiriirka.



Caafimaadka dhaqanka

Adeegyada caafimaadka dhaqameed waxa ka mid ah caafimaadka maskaxda iyo jirrada adeegyada daawaynta isticmaalka maandooriyaha. Waxaanu kaa caawin karnaa helida adeeg bixiyaha haddii aad u baahan tahay la talinta, baadhitaanka, ama taageerada caafimaadka dhaqanka. Nagala soo xidhiidh 1-800-869-7165 (TTY 711) ama ka dooro bixiye buuga bixiyaha.

Adeega	Macluumaad dheeraad ah
Falanqaynta Dhaqanka ee la dabaqay (ABA)	Waxay ka caawisaa shaskhiyaadka qaba ootiisamka iyo naafonimada kale ee korriimada horumarinta wada xidhiidhka, xirfadaha habdhaqanka iyo bulshada.
Isticmaalka maandooriyaha (SUD) adeegyada daawaynta	<p>Adeegyada waxaa ka mid ahaan kara:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qiimaynta • Wax ka qabadka kooban iyo u gudbinta daaweyn • Shakhsi qoys, iyo kooxda daawaynta • Bukaanku socod, hoy, iyo bukaan jiif • Adeegyada daaweynta beddelidda Opiate (Afiyoonka) • Maareynta kiiska • Taageerada filka • Adeegyada dhibta • Maareynta ka noqoshada (ka-saarista sunta)
Daaweynta caafimaadka maskaxda	<p>Adeegyada caafimaadka maskaxda waa la daboolayaa marka ay bixiyaan dhakhtarka dhimirka, cilmi nafsiga, la taliyaha caafimaadka dhimirka ee rukhsada haysta, shaqaale bulsheed oo rukhsa leh, ama guur rukhsadaysan iyo dhaqtarka qoyska oo rukhsad leh. Adeegyada caafimaadka dhimirka waxaa ka mid noqon kara:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qiimaynta qaadashada, qiimaynta, iyo baadhista • Taageerada filka • Daawaynta wax ka qabadka caafimaadka maskaxda sida: <ul style="list-style-type: none"> o Shakhsi qoys, iyo kooxda daawaynta o Bukaanku socod, hoy, iyo bukaan jiif o Qaababka daawaynta degdega ah iyo kuwa kooban • Adeegyada dhibta • Maamulka dawada iyo ka warhaynta • Isku xidhka daryeelka iyo is dhexgalka bulshada

Adeega	Macluumaad dheeraad ah
Dawooyinka cudurada ay Keenaan Oobiyeedhku (MOUD)	Hore loogu tixraacay sida Dawaynta Dawo ahaan La kaalmeeyo (MAT). Daawooyinka loo isticmaalo in lagu daaweeyo cudurada isticmaalka maandooriyaha. Naga soo wac 1-800-869-7165 (TTY 711) faahfaahin gaar ah.
Wax ka qabadka Daawaynta Dhibaatooyinka Khamaarka	Adeega daboolan waxaa ka mid ah: <ul style="list-style-type: none"> • Qiimaynta • Daawaynta shakhsiga, qoyska iyo/ama adeegyada kooxda

Washington State Family Youth System Partner Round Tables (FYSPRTs) waxay bixisaa madasha qoysaska, dhalin yarada, nidaamyada, iyo bulshooyinka si loo xoojiyo ilaha waara ee bixinta hababka bulshadda ku salaysan si wax looga qabto baahiyaha caafimaadka dhaqanka ee carruurta, dhalin yarada, iyo qoysaska.

Booqo shabakada Maamulka Daryeelka Caafimaadka (HCA) wixii macluumaad dheeraad ah: hca.wa.gov/about-hca/programs-and-initiatives/behavioral-health-and-recovery/family-youth-system-partner-round-table-fysprt.

Ka sakow adeegyada Caafimaadka dhaqanka ay daboosho Apple Health, Molina Healthcare waxay leedahay Sanduuqa Maaliyada Gobolka Guud (GFS) maaliyada loo isticmaali karo xubnaha marka adeega aanu daboolin Apple Health. Helitaanka maaliyadan lama damaana qaado, oo marka ay dhammato adeegyada la xidhiidha lama heli karo. Health Care Authority (HCA) ayaa doortay isticmaalka mudnaanta leh ee maaliyadan, kuwaas oo ay tahay in ay buuxiyaan baahida caafimaad oo uu codsado bixiye qandaraas leh sida waafaqsan siyaasadaha Molina Healthcare. Maaliyada GFS waxaa loo isticmaali karaa adeegyada soo socda haddii maaliyada la heli karo. Adeegyada ahmiyada u sareeya waxaa ku jira:

- Isticmaalka maandooriyaha (SUD) adeegyada daawaynta
- Daryeelka Shakhsi ahaaneed ee Caafimaadka Dhaqanka
- Adeegyada deegaanka, oo ay ku jiraan laakiin aan ku xaddidnayn: Qolka iyo cuntadda gudaha goobta weecinta cusbitaalka, jirada isticmaalka maandooriyaha iyo goobta lagu dabiibo caafimaadka maskaxda ama qiimaynta madaxa banaan iyo Xarumaha Daawaynta.
- Daawaynta Xoogan Sare, oo ay ku jiraan adeegyada iyo taageerada Barnaamijka aan Medicaid ahayn ee Daawaynta Bulshada Xaqiijinta (Program of Assertive Community Treatment, PACT)
- Baadhida Kaadida
- Wax ka qabadka daweynta ee carruurta
- Adeegyada dadka sakhraansan la siiyo
- Daryeelida Maaraynta Kiiska

Fadlan weydii adeeg bixiyahaaga haddii adeegyo dheeraad ah la bixin karo (haddii ilo la heli karo).

Nafaqada

Adeega	Macluumaad dheeraad ah
Daaweynta nafaqada caafimaadka	<p>Waxaa la daboolay macaamiisha da'doodu tahay 20 sanadood iyo ka yar markay caafimaad ahaan lagama maarmaan tahay oo uu soo gudbiyo adeeg bixiyahu ka dib baadhitaanka EPSDT.</p> <ul style="list-style-type: none"> Waxaa ku jira daawaynta nafaqada, qiimaynta nafaqada, iyo la talinta xaaladaha ku jira qaybta rugta ee khabiirka cuntada diiwaanka gashan (RD) si oo qiimeeyo oo loo daweeyo.
Nafaqaynta gudaha & dibada xidmaha ah	<p>Kaabida naqada laga qaato dibada xidmaha iyo saadka dhammaan dadka ka diiwaan gashan Nafaqada caloosha laga qaato iyo saadka dhammaan da'aha tuumbo-lagquudiyo dadka ka diiwana gashan. Alaabta nafaqa ka qaadashada afka ee macaamiishka 20 sanadood jirka ah iyo ka yar ee wakhtiga xadidan si wax looga qabto jirada daran.</p>

Baahiyaha daryeelka caafimaad ee gaarka ah ama xanuunka daba dheeraad.

Waxa laga yaabaa inaad u qalanto adeegyo dheeraad ah dhexda barnaamijka Guriga Caafimaadka ama adeegyada isku xidhka daryeelka haddii aad qabto baahiyo daryeel caafimaad oo gaar ah ama jirro wakhti dheer ah. Tan waxa ku jiri kara helida tooska ah ee dhakhtarada takhsuska. Xaaladaha qaark, waxaa laga yaabaa inaad awoodo inaad u isticmaasho dhakhtarkaaga takhasuska sidii PCP. Na soo wac wixii macluumaad dheeraada ah ee ku saabsan isku xidhka daryeelka iyo maaraynta kiiska.

Daawaynta

Adeega	Macluumaad dheeraad ah
<p>Daryeelka bukaan socodka (daawaynta, jidhka, iyo daawaynta haddalka)</p>	<p>Tani waa dheef xadidan. Naga soo wac 1-800-869-7165 (TTY 711) faahfaahin gaar ah. Xaddidaaduhu waxaa la adeegsan karaa haddii lagu sameeyay mid ka mid ah goobaha soo socda:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rugta bukaan-socodka • Isbitaalka bukaan-socodka • Guriga wakaalada caafimaadka guriga Medicare ansixiya marka la siinayo carruurta 20 sano da'da iyo ka yar oo ku jira xarunta horumarinta neerfaha ee la ansixiyay. Arag: doh.wa.gov/Portals/1/Documents/Pubs/970-199-NDCList.pdf
<p>Adeegyada daawaynta</p>	<p>Adeegyada daryeelka caafimaadku waxay kaa caawin karaan inaad ilaaliso, barato, ama horumariso xirfadaha iyo shaqaynta nolosha maalinlaha aha ee aan la helin iyaddoo ay sababtay waxyaabo lagu dhashay, hidda sidaha, ama xaldaha caafimaadka hore loo helay. Tani waa dheef xadidan. Naga soo wac 1-800-869-7165 (TTY 711) faahfaahin gaar ah.</p> <p>Xaddidaaduhu waxaa la adeegsan karaa haddii lagu sameeyay mid ka mid ah goobaha soo socda:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rugta bukaan-socodka • Isbitaalka bukaan-socodka • Guriga wakaalada caafimaadka guriga Medicare ansixiyay marka la siinayo carruurta 20 sano da'da iyo ka yar oo ku jira xarunta horumarinta neerfaha ee la ansixiyay. Arag: doh.wa.gov/Portals/1/Documents/Pubs/970-199-NDCList.pdf

Qaybta takhasuska

Adeega	Macluumaad dheeraad ah
Walaxda difaaca jidhka (Nooca daawaynta Xasaasiyada)	Tallaalka xasaasiyadda.
Qalliinka caloosha si miisaanka loo dhimo	Oggolaansho hor udhac ayaa looga baahan yahay qalliinka buurnida. Kaliya waxaa laga heli karaa Xarumaha Heerka Sare ee HCA ogolaatay (COE).
Habka Daaweynta dib ushaqaynta jirka	Ku xadidan shuruudaha qorshaha
Ku dawaynta kimiko kansarka	Adeegyada qaarkood waxay u baahan karaan ogolaansho hore.
Qalliinka qurxinta	Kaliya marka qalliinka iyo adeegyada iyo saadka la xidhiidha la bixiyo si loo saxo ceebaha jidheed ee kayimid dhalashada, jirada, jugta jidhka gaadhay, ama naas jarida sib u dhiskeeda wixii ah daawaynta kansarka ka dib.
Saadka cudurka sonkorta	Agab xadidan oo la heli karo iyada oo aan horay loo ansixin. Saadk dheeraad ah oo la heli karo iyadoo wadata ogolaanshaha hore.
Maydhida kelyaha	Adeegyadan waxay u baahan karaan ogolaansho hore.
Daaweynta Cagaarshowga C	Adeeg bixiye kasta oo rugsad u hsaynta qorada dawooyinka dooska u shaqaynaysa ee ku lidka fayraskas waa la oggol yahay si loo baadho oo loo daweeyo xubnaha Apple Health. Tan waxaa ka mid ah adeeg bixiyayaasha daryeelka koowaad, xarumahu daawaynta isticmaalka maandooriyaha, iyo kuwa kale. Daawooyinka qaar Cagaarshowga C waxa daboolaa Apple Health iyada oo aan lahayn qorshe daryeel la maareeyey. Naga soo wac 1-800-869-7165 (TTY 711) si aad wax badan u barato.
Ku beeruda Xubnaha	Qaar ka mid ah xubin ku beerida waxaa daboolaa Apple Health iyaddoon lahayn qorshaha daryeelka la maareeyo. Naga soo wac 1-800-869-7165 (TTY 711) faahfaahin gaar ah.

Adeega	Macluumaad dheeraad ah
Adeegyada Oksijiinka iyo Neef mareenka	Ogsajiinta caafimaad ahaan lama huraanka ah iyo/ama qalabka daawaynta neefsashada, saadka, iyo adeegyada kuwa diiwaanka gashan ee u qalma.
Daawaynta cagaha	Tani waa dheef xadidan. Naga soo wac 1-800-869-7165 (TTY 711) xog gaar ah.
Sigaar Joojinta	Waxaa loo daboolay dhammaan macaamiisha haysta ama aan haysan soo gudbinta PCP ama ogolaansho hore. Wac Waaxda Maareynta Caafimaadka si aad wax uga ogaato Molina My Health – Barnaamijka Joojinta Tubaakada (866) 891-2320 (TTY 711).
Adeegyada Transhealth	Adeegyada la xidhiidha transhealth iyo daaweynta qofka sifadiisa sinji kala duwan tahay waxaa ka mid ah daaweynta beddelka hoormoonka, daaweynta xakamaynta baaluqnimada, iyo adeegyada caafimaadka dhimirka. Adeegyadan waxay u baahan karaan oggolaansho hore.
Baadhitaanka Curudka qaaxada (TB) iyo la socodka ah	Waxaad ikhtiyaar u leedahay inaad u tagto PCP gaaga ama waaxda caafimaadka deegaankaaga.

Maqal iyo aragti

Adeega	Macluumaad dheeraad ah
Baadhitaanada maqalka	Baadhitaanka maqalka.
Qalabyada lagu rakibo lafta dhagta ee Caawiya Maqlka (BAHA)	<p>Qalabka labbada ah ee gudaha dhegta maqal ahaan loo geliyo, oo ay ku jiraan qalabka la geliyo, qaybaha, aaladaha qalabka, baytariyada, jaarjarada, iyo dib u samaynta dheefta loo daboolo dhammaan shakhsiyaadka.</p> <p>BAHA, ay ku jirto qalabyada BAHA (labbadaba qaliin ahaan la geliyo iyo sameecadaha jilicsan ee madaxa lagu xidho), beddelka qaybaha, iyo baytariyada waa dheefta carruurta 20 sanadood jirka iyo ka yar.</p>

Adeega	Macluumaad dheeraad ah
Baadhitaanka indhaha & ookiyaalaha	<p>Waa inaad isticmaashaa shabakadayada adeeg bixiyaha. Na soo wacwixii ah macluumaadka dheefta. Carruurta 20 sanadood jirka ah iyo ka yar, muraayadaha indhaha iyo qalabka lagu beddelo waa la daboolaa. Waxaad ka heli kartaa qaybiyayaasha muraayada bogga: https://fortress.wa.gov/hca/p1findaprovider/</p> <p>Dadka waa wayn ee u baahan muraayadaha indhaha kharashka la yareeyay waxaad ka iibsan kartaa fareemada muraayadaha iyo muraayada wiilka lagu dhegjiyo dhexda adeeg bixiyayaasha ka qayb agalaya ee indhaha. Ka hel liiska adeeg bixiyayaasha ka qayb galaya: hca.wa.gov/assets/free-or-low-cost/optical_providers_adult_medicaid.pdf</p> <p>Molina waxay siisaa xubnaha, da'doodu tahay 21+, muraayadaha indhaha oo aan wax kharash ah kaaga bixin Zenni Eyewear! Ka baadh in ka badan 55 qaab onlayn ah, oo ay ku jiraan muraayadaha bifocal iyo horumarka. Markaas isugu day dhab ahaan. Muraayadahaaga ayaa loo samayn doonaa dalabka iyo u soo dirida toos ilaa albaabkaaga. Wax badan ka baro MolinaHealthcare.com/memberWA.</p>
Baadhitaanada maqalka iyo qalabka kaalmada maqalka	<p>Baadhitaanadu waa dheef la daboolo dhammaan shakhsiyaadka</p> <p>Qalabka kaalmada maqalka waa loo heli karaa:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Carruurta 20 iyo ka yar • Dadka waaweyn ee buuxiya shuruudaha barnaamijka <p>Kaalmada maqalka hal dheg ah waxaa ku jira:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leekaysiinta • La socodka • Baytariyada

Qorshaynta qoyska / caafimaadka taranka

Adeega	Macluumaad dheeraad ah
Adeegyada Qorshaynta Qoyska oo ku jiraan dawo qorida iyo xakamaynta uurka iyaddoon la qorin la iibsado, dawada ka hortagga uurka, iyo ka hortagga uurka degdega ah (Qorshaha B)	Waxaad adeegsan kartaa shabakadeena adeeg bixiyaasha, ama waxaad aadi kartaa waaxdaada caafimaadka ama rugta qorshaynta qoyska.
Baadhitaanka HIV/AIDS	Waxaad haystaa doroashada tegida rugta qorshaynta qoyska, waaxda caafimaadka maxaliga ah, ama PCP gaaga wixii baadhitaan ah/
Daboolida Uurka Ka dib (APC)	Haddii aad ka diiwaan gashan tahay daboolida Apple Health oo aad uur leedahay, waxaad heli kartaa ilaa 12 bilood oo daboolida dhalmada ka dib marka uurkaagu dhammaado. Wax badan ka baro hca.wa.gov/apc .

Qalabka iyo agabka caafimaadka

Waxaan daboolnaa qalabka ama saadka marka ay caafimaad ahaan lagama maarmaan u yihiin oo uu kuu qoro adeeg bixiyahaaga daryeelka caafimaadku. Waa in aan horay u ansixinaa inta badan qalabka iyo saadka ka hor inta aanaan bixin kharashkooda. Na soo wac wixii macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan qalabka caafimaadka iyo saadka la daboolo.

Adeega	Macluumaad dheeraad ah
Qalabka caafimaadka	Qalabka badankoodu waa inay helaan oggolaansho hore. Naga soo wac 1-800-869-7165 (TTY 711) faahfaahin gaar ah.
Agabka caafimaadka	Agabka badankoodu waa inay helaan oggolaansho hore. Naga soo wac 1-800-869-7165 (TTY 711) faahfaahin gaar ah.

Shaybaadhka iyo raajada


Adeega	Macluumaad dheeraad ah
Adeega shucaaca iyo sawirka caafimaadka	Adeegyada qaarkood waxay u baahan karaan ogolaansho hore.
Adeegyada shaybaadhka iyo raajada	<p>Adeegyada qaarkood waxay u baahan karaan ogolaansho hore.</p> <p>Xadidnaanta hoos lagu muujiyay waxaa loogu talo galay adeegyada cudur baadhita bukaan socodka oo keliya:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Baadhita maandooriyaha keliya marka caafimaad ahaan ay lama huraan tahay iyo: <ul style="list-style-type: none"> o Uu dalbaday dhakhtarku sidii qayb qiimaynta caafimaadka; ama o Baadhida isticmaalka maandooriyaha loo baahan yahay si loo qiimeeyo ku habboonaanta baadhitaanada caafimaadka iyo daawaynta. <p>Adeegyada raajada la qaadi karo ee la dhigay gudaha guriga qofka is diiwaan gelinaya ama xarunta kalkaaliska waxay ku xadidan yihiin filimada aan ku lug lahayn isticmaalka waxyaabaha jidhka raajada loo mariyo.</p>

Caafimaadka dumarka iyo umusha


Adeega	Macluumaad dheeraad ah
Bamka naaska	Noocyada qaarkood waxay u baahan karaan oggolaansho hore.
Adeegyada Dhalmada ee Haweenka	<ul style="list-style-type: none"> • Daryeelka dhalmada ka hor: booqashooyinka joogtada ah ee xafiiska iyo adeegyada la xidhiidha ee ka yimid doorashada adeeg bixiyahaaga. • Cusbitaalka ku umulida, xarunta dhalmada, ama ku dhalida guriga. La hadal adeeg bixiyahaaga umulida si aad u go'aamiso waxa ikhtiyaarka umulinta kuugu fiican adiga kuu yahay. • Umulida ay bixiso umuliso ruqsad haysata, kalkaaliso umuliso ah ama dhakhtar. • 12 bilood daryeelka dhalmada ka dib ee dhammayska tiran ee daryeelka dhalmada. • Hal sano oo daryeel caafimaad ee dhallaanka. • Ka quudinta xabadka - La-talinta nuujinta.
Daryeelka caafimaadka haweenka	Adeegyada daryeelka caafimaadka caadiga ah iyo kahortaga, sida daryeelka hooyada iyo daryeelka dhalmada ka hor, raajada naasaha, caafimaadka taranka, baaritaanka guud, adeegyada kahortaga uurka, baaritaanka iyo daaweynta cudurada galmada lagu kala qaado, iyo naas nuujinta.

Adeegyada dheeraadka ah ee aanu bixino


 **Molina Help Finder**
Ilaha caawimo raadinta ee adeegyada sida guriyeynta, tababarka shaqada, gaadiidka, waxbarashada iyo wax ka badan. Booqo [MolinaHelpFinder.com](https://www.molinahelpfinder.com).

 **Khadka Talo-bixinta Kalkaalisada ee 24-Saacadood**
Wac wakhti kasta, maalin ama habeen, si aad ula hadasho kalkaalisada diiwaanka gashan.

- 1-888-275-8750 Ingiriisi iyo luqado kale
- TTY 711 Dhagool iyo maqal adag

 **Text4baby**
Waxaad kooto u samaysan kartaa wixii ah fariimaha qoraalka ah ee bilaashka ah ee ku saabsan daryeelka dhalmada ka hor, caafimaadka ilmaha, korinta ilmahaaga iyo wax badan oo kale. Kooto samayso adoo friin u soo diraya "BABY" u diraya 511411 ama gal text4baby.org. Qiimaha telefoonka gacanta iyo isticmaalka internatka ayaa la adeegsadaa.

 **90-maalmood oo dib-u-buuxinta daawada**
Wakhti kaydi adiga oo hela 90-maalmood oo dib-u-buuxinta xulashada daawooyinka xiliga-dheer.

 **DentistLink**
Ku xidhnow dhakhtarka ilkaha ee maxaliga ah kaas oo aqbala caymiska Apple Health bogga dentistlink.org.
Ilahan waxaa heli kara dhammaan xubnaha Apple Health ee gobolka Washington.



Barnaamijyada Maareynta Caafimaadka

Molina Healthcare waxay bixisaa barnaamijyo kaa caawinaya adiga iyo qoyskaaga inaad si fiican u fahantaan xaaladahaaga caafimaad. Waxa laga yaabaa inaad wacdo maamulaha kiiska (kalkaalisada iyo khabiiirka cuntada ee diiwaangashan) kaasoo ku siin kara waxbarasho iyo taageero ku salaysan baahiyahaaga daryeel caafimaad. Agabka waxbarashada caafimaadka waxa kale oo lagu soo diri karaa iyadoo lagu salaynayo yoolalka aad dejisay adiga iyo maareeyaha kiiskaaga.

Sideen isku diiwaan geliyaa?

Si aad ugu biirto barnaamijka, waa inaad buuxisaa shuruudaha qaar. Xubnaha buuxiya shuruudaha si toos ah ayaa loo diiwaangeliyaa. Molina Healthcare waxay isticmaashaa macluumaadka soo socda si ay u aqoonsato xubnaha barnaamijyada maaraynta caafimaadka:

- Sheegashada
- Farmashiyaha
- Barnaamijyada kale ee maamulka caafimaadka
- Waxaad isu gudbin kartaa barnaamij, ama adeeg bixiyahaagu waa uu ku soo gudbin karaa. Adiga ayay ku jirtaa haddii aad rabto inaad ku jirto barnaamij. Waxaad codsan kartaa in lagaa saaro wakhti kasta.

Barnaamijyada, aad ku heli karto lacag la'aan, waxaa ka mid ah:



Molina Caafimaadkayga - Barnaamijka Joojinta Tubaakada

Xubnaha qaangaarka ah, da'doodu tahay 18 ama ka weyn, kuwaas oo diyaar u ah inay isku dayaan oo joojiyaan isticmaalka tubaakada waxay si toos ah ula shaqayn doonaan Baraha Caafimaadka:

- Samee qorshe daryeel joojinta tubaakada ee la gaar yeelay
- Hel taageero dhammaan habka joojinta

Ilaha kale ee kaa caawinaya joojinta sigaarka: [Smokefree.gov](https://www.smokefree.gov)



Molina Caafimaadkayga - Barnaamijka Maareynta Miisaanka

Xubnaha dadka waa wayn ah, da'doodu tahay 18 iyo ka weyn, kuwaas oo xiisaynaya inay dhimaan miisaankooda (marka laga reebo kuwa loo qorsheeyay qalliinka misaan dhimista). Maamule kiis ayaa:

- Kaala shaqayn doona si aad u samaysato qorshe lagu maamulo miisaanka
- Hubi in qorshaha daryeelka uu yahay mid gaar ah si loo buuxiyo baahiyahaaga
- Caawinta inaad gaarto yoolalkaaga dhimista miisaanka



Molina Caafimaadkayga - Barnaamijka La-talinta Nafaqada

Molina waxay bixisaa Barnaamijka La tashiga Nafaqada si ay u taageerto baahiyahaaga caafimaadka nafaqeynta. Khabiirka cuntadda diiwaangashan ayaa si dhow kaagala shaqayn doona:

- Faham walaacyadaada caafimaad
- Kaala shaqayn doona si aad u samaysato qorshaha daryeelka la gaaryeelay.
- Ku siiya qalab iyo caawimo si aad si fiican isugu maareyso xaaladaada caafimaad. Molina My Health – La noolaanshaha Xiiqda ee ilmaha iyo xubnaha dadka waa wayn ah, da'da 2 iyo ka weyn, kuwaas oo laga helay cudurka xiiqda. Maamulaha kiiska ayaa kaa caawin doona:
- Fahamka iyo aqoonsiga astaamahaaga
- Ka fogow waxyaabaha kiciya ee kordhiya astaamaha
- Fahamka daawooyinka xiiqda ee laguu qoray



Molina My Health – La noolaanshaha xanuunka macaanka

Xubnaha qaangaarka ah, da'doodu tahay 18 iyo ka weyn, kuwaas oo qaba cudurka sonkorta. Xubnuhu waxay la shaqayn doonaan maamulahooda kiisa oo waxay wax ka baran doonaan wax ku saabsan:

- Cunto caafimaad leh
- Muhiimadda ay leedahay baadhida sonkorta dhiiggaaga iyo ogaanshaha heerka hemoglobin A1c kaaga
- Qiimaha dhaqdhaqaaqa maalinlaha ah
- Iyadoo la raacayo qorshaha is-maamulka sonkorowga ee uu dhakhtarkaagu muujiyay



Molina My Health – La noolaanshaha Wadnaha Istaaga

Xubnaha qaangaarka ah, ee da'doodu tahay 18 iyo ka weyn, kuwaas oo laga helay cudurka wadnaha si wacan u shaqayn waaya. Xubnuhu waxay wax ka badan doonaan maareeyahooda kisa oo ku saabsan:

- Cunuda cuntada wadne caafimaad qaba
- La socodka miisaankaaga
- Uga warbixinta dhakhtarka isbeddela astaamaha
- Muhiimadda firfircoonida maalinlaha ah iyo qaadashada daawooyinka sida laguu qoray

**Molina My Health – La noolaanshaha COPD**

Xubnaha qaangaarka ah, da'doodu tahay 18 iyo ka weyn, kuwaas oo qaba COPD. Xubnuhu waxay wax ka badan doonaan maareeyahooda kisa oo ku saabsan:

- Jimicsiga neefsashada
- Qorshaynta iyo hawlaha dardargelinta
- Tallaabooyinka badbaadada oksijiinta
- Muhiimadda qaadashada daawooyinka sida laguu qoray

**Molina My Health – La noolaanshaha Dhiig-karka**

Xubnaha qaangaarka ah, ee da'doodu tahay 18 iyo ka weyn, kuwaas oo qaba cudur aqoonshada cadaadiska sare ee dhiiga. Xubnuhu waxay wax ka badan doonaan maareeyahooda kisa oo ku saabsan:

- Cunuda cuntada wadne caafimaad qaba
- La socodka cadaadiska dhiigga
- Muhiimadda dhaqdhaqaaqa maalinlaha ah
- Muhiimadda qaadashada daawooyinka sida lagu faray

**Molina My Health – La noolaanshaha Walbahaarka**

Xubnaha qaangaarka ah, ee da'doodu tahay 18 ama ka weyn, kuwaas oo midkood laga helay walbahaarka ama laga yaabo inay qabaan calaamadaha walbahaarka. Barnaamijka waxaa loogu talagalay:

- Kor u qaadida aqoonsiga hore ee astaamaha
- Bixinta waxbarashada, hagitaan iyo taageerada
- Barida xirfadaha la qabsiga nolosha
- La wadaagida adeegyada laheli karo, doorashooyinka daawaynta iyo taageerada bulshada

Dheefaha lagu daray Qiimaha (VAB)

Dheefaha lagu daray qiimaha (VAB) waxaa bixiya Molina Healthcare oo waxaa dheer dheefahaaga Apple Health. Kuwan waxay ku siin karaa doorashooyin badan ee daryeelka iyo asbaabaha cinwaanka bulshadda ee caafimaadka. VABs khasab maaha oo wax kharash ah adiga kuguma joogto.

Barnaamijka Abaal marinta Xubinta*

Molina waxay ku abaalmarisaa xubnaha dhamaystirka hawlaha fayoaqabka ee la doortay sida tallaalada, daryeelka dhalmada ka hor iyo baadhista xanuunka macaanka.

Si aad u aragto liiska adeegyada abaalmarinta ee adiga iyo qoyskaaga, booqo MolinaHealthcare.com/WA-Medicaid-wanaagga.



Molina waxay fududaysaa si ka badan intii weligeed si aad u hesho abaalmarinta caafimaadkaaga. Kaliya noo soo sheeg marka aad dhamaystirto hawlahaaga fayooobi waxaanu xaqiijin doonaa faahfaahinta waxaan ku heli doonaa abaalmarintaada!

Sideen ku helaa abaal marintayda?

1. Ku buuxi adeegyada aad u qalanto adigu (ama carruurtaada) wakhtiga buure ah.
2. Booqo **boggayaga** wixii ah tilmaamaha sida loo helo abaal marintaada!

Xog Muhiim ah:

- Xubnaha Apple Health waxay heli karaan ilaa \$200 wadarta abaal marinaha jadwalka sanad walba.
- Abaalmarinta waxaa la heli karaa sanadkii hal mar ugu badnaan. Tusaale ahaan, baaritaanka Sonkorowga A1C waa in lagu dhammeeyaa 3-6 bilood oo kasta laakiin waxaad heli kartaa hal abaalmarin \$25 sannadka.
- Dhammaan codsiyada abaal-marintu waa in loo gudbiyaa Molina Healthcare ugu dambayn Janaayo 31, 2025, adeegyada aad dhammaystirtay 2024.

Su'aalaha?

Fadlan ka wac Adeegyada Xubinta: 1-800-869-7165 (TTY 711)

* *Abaalmarinta caafimaadku way is beddeli kartaa ogeysiis la'aan. Xayiraado ayaa loo adeegsadaa*

Muraayadaha indhaha oo bilaash ah

Si fiican u eeg. Si fiican u arag. Xubnaha Molina waxay hadda ka heli karaan muraayado bilaash ah Zenni Eyewear! Dheeftan waxaa loogu talagalay xubnaha da'doodu tahay 21+.

Ka baadh in ka badan 55 qaab onlayn ah, oo ay ku jiraan muraayadaha bifocal iyo horumarka. Isku day si dhab ah. Muraayadaha indhaha lagu sameeyo markaad dalbato oo ka dib loo doo diraa albaabkaaga!



U raac tallaabooyinkan fudud:

- Booqo Molina.zennioptical.com laga bilaabo kombuyuutar kamarada leh, taleefanka gacanta, ama tableedka
- Xaqiiji xogtaada
- Isticmaal Aalada Zenni's Virtual Try-On
- Geli ama qaad sawirka dawo qoridaada
- Hel fareemada dookhaaga

Xubinnimada Naadiga Wiilasha & Gabdhaha

Molina waxay dabooshaa xubinnimada sanadlaha ah kharashka** ee xubnaha Apple Health, da'aha 6-18, xaga Naadiyada Boys & Girls gudaha Gobolka Washington. Ilmahaagu wuxuu geli karaa:

- Helitaanka naadiga saacadaha furan oo ay ku jiraan dugsiga kadib (furan goor dambe ilaa iyo 7:30 galabnimo)
- Helitaanka Naadiga Xagaaga
- Barnaamijyada dugsiga ka dib ee bilaashka ah ee xooga saaraya qaab nololeedka caafimaadka qaba, jidh dhisnaanta iyo taageerada shaqada guriga
- Badanka naadiyadu waxay bixiyaan cunto fudud oo bilaash ah
- Naadiyada qaarkood waxay bixin karaa gaadiid raac bilaash ah oo ka yimid dugsiga ilmahaaga ilaa Naadiga
- Iyo wax ka badan!

Booqo Naadigaaga Boys & Girls oo tus kaadhkaaga Aqoonsiga Xubinta Mpina si loogu biiro. Waxaad sidoo kale booqan kartaa Washingtonclubs.org/locations si aad u hesho naadi kuu dhow!

**** Dheefta xubinnimada Naadiga Wiilasha iyo Gabdhaha waxay dabooshaa kharashka xubinnimada sannadlaha ah oo keliya. Naadiyada qaarkood waxay qiimeeyaan kharashka ka qaybgalka bishii, kuwaas oo ah mas'uuliyadda xubinta. Deeqda waxbarasho ee dheeraadka**

ah waxaa dhici karta in la helo, fadlan waydii Naadigaaga maxaliga ah ee Wiilashada & Gabdhaha.

Cuntooyinka Caafimaad ahaan loogu Talo-galay ee ka yimid FarmboxRx

Molina waxay siisaa cuntada FarmboxRx iyo adeegyada taageerada sii deynta ka dib xubnaha xaqa u leh intaad bogsanayso:

- Ilaa 28 cunto kariye oo la diyaariyey, cunto caafimaad leh ka dib bukaan jiifka joogitaanka isbitaalka
- Laba cunto maalintii hal toddobaad, ilaa laba toddobaad
- Cunto tayo leh
- Cunto diyaar u ah in la cuno 2-3 daqiiqo gudahood
- Looma baahna diyaargarow!

Macluumaad intaas ka badan, kala hadal tababarahaaga Kala-guurka ee Molina ka dib joogitaanka bukaan-jiifka.

Barnaamijka Kaalmada Telefoonka casriga ah[▲]

Xubnaha u qalma waxay heli karaan qorshahan adeega gaarka ah ee Molina, kharash la'aan adiga, oo ay ku jiraan:

- Hadal aan xad lahayn
- Qoraal aan xadidnayn
- Wicitaan caalami ah^{▲▲}

Molina waxay iskaashi la samaynaysaa TruConnect barnaamijkan kaalmada.

Maanta kooto samayso! Booqo

TruConnect.com/Molina ama wac 1-844-700-0795 (TTY 711).

[▲]*Dheeftan waxaa loogu talagalay xubnaha u qalma dheefaha Khadka Noloshaha ee FCC iyo Barnaamijka Isku xidhnaanta La awoodi karo (ACP).*

^{▲▲}*U gaar ah xubnaha Molina: Doorro wadamada ay ku jiraan Meksiko, Kanada, Shiinaha, Koonfurta Kuuriya iyo Fiidnaam.*



Daryeelka degdega ah ee Onlaynka ah

Haddii aadan caafimaad qabin dareemayn aanad awoodin inaad soo booqato bixiyahaaga daryeelka aasaasiga ah (PCP), Molina Healthcare waxay kuu keentaa daryeel - si badbaado leh oo badbaado leh - iyada oo adeegsanaysa Teladoc lacag la'aana.⁺ Daryeelka degdega ah ee onlaynka ah, waxaad kala hadli kartaa dhakhtarkaaga guddiga talefanka, casriga, tablet-ka ama kombiyuutarka 24/7.



Daryeelka degdega ah ee dhabta ahi aad buu ugu fiican yahay:

- Jirooyinka yar sida hargabka, caabuqa sanko, dhuun xanuun, isha casaanka ah iyo xasaasiyad.

Isku diiwaan geli adeega maanta si aad dhammaantiin u diyaarsataan.

- Booqo xubin.teladoc.com/molinawa
- Wac 1-800-835-2362 (TTY 711)
- Soo deji Teladoc app: teladoc.com/mobile

Adeegyada turjumaada ayaa diyaar ah. Xaaladaha degdega ah wac 911.

⁺Molina waxay siisaa adeegan lacag la'aan xubnahayada Apple Health ee gobolka Washington iyada oo u sii marinaysa bixiyayaasha qandaraaska leh ee Teladoc. Qiimaha telefoonka gacanta iyo isticmaalka internatka ayaa la adeegsadaa.

Adeegyada Onlaynka ah ee Caafimaadka Dhaqanka

Molina Healthcare waxay iskaashi la samaynaysaa dhowr adeeg bixiyeyaasha telemedicine ah iyo goobo caafimaad oo bixin kara taageero marka aad la kulanto kelinimo, ama aad u baahan tahay daawaynta caafimaadka dhimirka iyo adeegyada daaweynta isticmaalka maandooriyaja Waxaad macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan taageerooyinkan ka heli kartaa Molina Healthcare boggeeda dheefaha qiimaha lagu daray ee hoosta cinwaanka *Behavioral Health & Recovery*, visit MolinaHealthcare.com/MemberWA.

La hadal adeeg bixiyaha caafimaadka dhaqanka adigoo jooga gurigaaga.

Molina Healthcare waxay balaadhisay adeegyadeena onlaynka ah si ay ugu darto daryeelka caafimaadka dhimirka dhexda Teladoc. Hadda xubnuhu waxay ku heli karaan daawayn qarsoodi ah gudaha goobta aad doorato.

- Kaalmo u hel welwelka, khalkhalka cunto, walbahaarka, murugada, dhibaatooyinka qoyska iyo wax ka badan
- Ka dooro adeegbixiyaha dhakhaatiirta dhimirka, cilmi-nafsiga, ama daaweeyayaasha ruqsada haysta
- Dooro daaweeyaha ku salaysan takhasuska, goobta, luqadda, jinsiga iyo awoodda lagu qoro daawada

Ballan u qabso booqashadaada onlaynka ah. Ballamahu waxay diyaar yihiin todobada maalmood ee todobaaka, 7 subaxnimo ku 9 galabnimo waqtiga maxaliga ah. Xubnuhu waxay hasan karaan daaweeyaha isku midka ah ballamaha socda, sidoo kale!

Qabso ballan daawaynta qarsoodiga ah maanta! Booqasho [Teladoc.com/MolinaWA](https://www.teladoc.com/MolinaWA) ama wac (800) 835-2362 (TTY 711).

Xaaladaha degdega ah wac 911.

BeMe App (ka caawi socodka shucuurta)

BeMe waa abka fayo qabka caafimaadka dhimirka oo lagu dhisay da'yarta (da'da 13-19) si ay u caawiyaan maaraynta dareenka iyo caqabadaha (tusaale walbahaarka dugsiga, dhisidda kalsoonida, horumarinta caadooyinka caafimaadka leh, hagaajinta xidhiidhada iyo wada xidhiidhka, iyo la qabsiga u xoog sheegashada). Abku waxa uu ku siin karaa tababar toos ah iyo taageero dhibta haddii loo baahdo.

Ka raadi "BeMe" abka gudaha Apple App Store ama Google Play Store oo soo deji ama sawir lambarkan QR.



Pyx Health App (caawinta kalinimada iyo welwelka)

Qofna waa in aanu kaligiis marin caqabadaha nolosha.

Taasi waa sababta aanu xubinimada ugu bixino abka Pyx Health. Dareen ladnaan maalin kasta iyaddoo lagu weheliyo iyo maad dhexda daateerada tejnoolajiga iyo shaqaale naxariis leh.

Maanta kooto samayso! Ka raadi "Pyx Health" gudaha Apple App Store ama Google Play Store. Wixii macluumaad dheeraad ah, booqo [MolinaHealthcare.com/MemberWA](https://www.molinahealthcare.com/MemberWA).

Isku xidhka Daryeelka

Adeegyada maaraynta kiisaska adag

Maareynta kiisaska adag waa adeeg lagu caawiyo xubnaha leh baahiyo daryeel caafimaad oo adag ama badan si ay u helaan daryeel iyo adeeyo. Maamulayaasha kiisku waxay kaa caawinayaan isku xidhka daryeelkaaga, adiga oo maskaxda ku haya hadafyadaada. Wakiilka qorshaha ayaa laga yaabaa inuu soo jeediyo maareynta kiis ku saleysan su'aalaha looga jawaabay baadhitaanka caafimaadkaaga (Qiimaynta Caafimaadka) markaad is diiwaangeliso.

Waxaad codsan kartaa adeegyada maaraynta kiiska naftaada ama xubin qoyskaaga wakhti kasta. Adeeg bixiyayaasha daryeelka caafimaadka, qorsheeyayaasha ka saarida, daryeelayaasha iyo barnaamijyada maaraynta caafimaadka sidoo kale waxay kuu gudbin

karaan maaraynta kiiska. Waa inaad ogolaataa adeegyada maaraynta kiiska. Wixii su'aalo ah wac 1-800-869-7165 (TTY 711).

Adeegyada Isku xidhka Daryeelka Dheeraadka ah ayaa laga yaabaa inaan bixino

U wareegida xabsiga

Molina Healthcare of Washington waxay leedahay koox u go'an inay u gudbisoo oo isku xidhka daryeelka dhammaan xubnaha ku xidhan jeelasha magaalada iyo degmada, xarumaha Waaxda Asluubta iyo xabsiyada iyo xarumaha dib u dejinta carruurta. Marka la ogeysiyo, shaqaalaha maamulka kiisku waxay isku dubaridi doonaan daryeelka xubnaha, shaqaalaha xabsiga, iyo shuraakada xulafada ah si ay isugu duweeyaan qorsheynta dib-u-soo-gelinta, ay bixiyaan taageerada agabka, oo ay u hubiyaan inay si habsami leh ugu soo noqdaan bulshada.

Isku xidhka daryeelka ku-meel-gaadhka ah waxa la bixin doonaa ilaa 30ka maalmood ee ugu horreeya ee xabsiga ama haddii loo baahdo marka xubinta la sii daayo waxaana ku jiri kara laakiin aan ku xaddidnayn:

- Ka caawinta xubnaha gaadiidka ballamaha
- Aasaaska daryeelka adeeg bixiyeyaasha caafimaadka iyo/ama caafimaadka dhaqanka
- Bixinta agabka guryaha
- Caawinta shaqada haddii loo baahdo
- Adeegyada kale ee taageerada sida la codsado

Adeegyada isku xidhka daryeelka dheeraadka ah waxaa ka mid ah hubinta in aanay jirin dib u dhac ama gol daloolooyin xaga daryeelka iyadoo la dedejinayo oggolaanshaha adeega iyo daawooyinka hadba loo baahdo.

Maareynta Kiiska

Adeegyada Maareynta Kiiska waxaa bixiya kalkaaliyayaal iyo shaqaale bulsho kuwaas oo ka caawiya xubnaha inay maareeyaan cudurrada raaga iyo caqabadaha hor istaaga is daryeelka. Maareeyayaasha kiiska ayaa ku caawin kara:

- Isku xidhka daryeelka adeeg bixiyeyaashaada
- Kuu gudbinaaya adeegyada loo baahan yahay
- Kugu xidhaaya ilaha bulshada
- Bixinta waxbarashada caafimaadka iyo tababarka
- Caawinta maareynta xaaladahaaga caafimaad

Molina Healthcare waxay rabtaa inay barato xubnaheenna oo ay siiso Adeegyada Maareynta Kiiska sida ugu dhakhsaha badan, kuwa u baahan. Xubnaha ku jira Maaraynta Kiisku waa inay filayaan inay ka helaan wicitaan kooxdayada inta lagu jiro óda hore0 maalmood Diiwaangelinta si lagu weydiiyo su'aalaha baadhitaanka (sidoo kale loo

yaqaan Qiimaynta Caafimaadka). Haddi aan awoodi waydo in aan kugula soo xidhiidho taleefoon, waxa aanu kuugu soo diri doonaa Qiimaynta Caafimaadka. Waxaad buuxin kartaa oo dib ugu soo diri kartaa baqshadda ku jirta (boostada looma baahna), dib noogu soo wac, ama internetka ka gal [MyMolina.com](https://www.mymolina.com) si loo dhamaystiro qiimaynta.

Maareynta Kiisku sidoo kale waxay taageertaa barnaamijyada takhasuska ee soo socda:

- Qaliinka caloosha si miisaanka loo dhimo
- Faaqidaada Lagu dabaqo dhaqanka (ABA) Daawaynta
- Adeegyada caafimaadka Qofka sinjiga beddelo
- Carruurta qabta Baahiyaha Daryeelka Caafimaadka Gaarka ah
- Unug ku beeriga jidhka
- Bixinta waxbarshadda, ilaha, iyo taageerada si loo caawiyo xubnaha inay si wanaagsan u fahmaan xaaladaha.

Macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan adeegyada Maareynta Kiis, fadlan ka wac Adeegyada Xubinta at 1-800-869-7165 (TTY 711).

Barnaamijka Caafimaadka Guriga

Waa maxay Caafimaadka Gurigu?

Haddii aad u qalanto adeegyada Caafimaadka Guriga, waxaad heli doontaa wicitaanka soo dhawaynta iyo warqad faahfaahinaysa barnaamijka iyo adeegyada. Iskuduwaha Daryeelka ayaa diyaar u ah inuu kula kulmo oo uu ku siiyo adeegyada Guriga Caafimaadka shakhsi ahaan.

Yaa u qalma adeegyada Caafimaadka Guriga?

Adeegyada Caafimaadka Guriga waa xubnaha Apple Health ee u baahan taageerada maaraynta xaaladaha raaga oo waxay caawiyaan daryeelka isku duba ridka dhexda adeeg bixiyayaasha iyo adeegyada bulshadda. Masuulada Daryeelka Caafimaadka waxay go'aan ka gaadhaan cida u qalanta adeegyada Health Home.

Caafimaad Gurigu meel ma aha. Waa qaybo adeegyada isku xidhka daryeelka. Adeegyadan waxaa ka mid ah:

- Maamulka daryeelka dhammayska tiran
- Isku xidhka daryeelka iyo horumarinta caafimaadka
- Qorshaynta kala wareega ah ee dhammayska tiran - ka hel caawimo marka lagaa fasaxo cusbitaalka ama hay'ada kale sida guriga kalkaalisa
- Adeegyada taageerada shakhsiga ah iyo qoyska - waxay baraan qoyska, saaxiibada, iyo daryeelayaasha taageerida si loo gaadho hadafkaaga caafimaadka
- U gudbinta bulshadda iyo adeegyada taageerooyinka bulshadda
- Taageerada xaaladahaaga raaga iyo caawinta si aad u gaadho hadafyadaada caafimaadka

Sidee ku biirista barnaamijka Guriga Caafimaadka u saameeya caymiskayga hadda?

Dheefahaaga Apple Health isma beddelaan, waxaana ku jira xuquuqaha rafcaanka

- Waxaad haysan kartaa adeeg bixiyayaasha aad haysato
- Isku duwaha daryeelka Caafimaadka Gurigaadeegayada waa dheefaha dheeraadka ah oo aan khasab ahayn lagugu heli karo kharash la'aan adiga

Adeegyada Apple Health waa La ceymiyay iyadoon la helin qorshe daryeel ee la maareeyay

Apple Health waxay dabooshaa qayb adeegyada kale ah oo aan lagu daboolin hoosta qorshaha daryeelka la maareeyo (sidoo kale loo yaqaano sida kharashka adeega). Barnaamijyada kale ee bulshadda ku salaysan waxay daboolaan dheefaha soo socda iyo adeegyada ku qoran hoos xataa marka aad ka diiwaan gashan tahay anaga. Waxaanu isku xidhi doonaa PCP si lagaaga caawiyo helida adeegyadan iyo isku xidhka daryeelkaaga. Waxaad u baahan doontaa inaad u isticmaasho kaadhkaaga adeegyada ProviderOne dhammaan adeegyada.

Na soo wac su'aalaha ku saabsan dheefta ama adeega aan halkan ku qornayn. Arag daboolida Apple Health oo aan lahayn qorshaha daryeelka la maareeyo buug yaraha wixii ah liiska dhammaynska tiran ee adeegyada: hca.wa.gov/assets/free-or-low-cost/19-065.pdf.

Adeega	Macluumaad dheeraad ah
Adeegyada ilmo soo rididda	<p>Apple Health kharashka adeega la daboolo:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ilmo soo rididda daawada, oo sidoo kale loo yaqaan kaniiniga ilmo soo rididda. • Qaliinka ilma soo ridka, sidoo kale loohi yeedho ilma soo ridka gudaha rugta. <p>Macaamiisha ku jira ururka daryeelka la maareeyo ee Apple Health (MCO) waxa laga yaabaa inay iskood u gudbiyaan meel ka baxsan MCO-dooda adeegyada ilmo iska soo rididda. Waxaa ku jira daryeelka la socodka ah ee cudur ka sii dar ah oo kasta.</p>
Adeegyada Ambalaaska (Hawo)	Dhammaan adeegyada gaadiidka baabuurka gurmada caafimaadka, la siiyay macaamiisha Apple Health, ay ku jiraan kuwan ka diiwaan gashan ururka daryeelka la maareeyo (MCO).
Adeegyada Ambalaaska (Ground)	Dhammaan adeegyada gaadiidka ambalaaska dhulka, xaaladaha degdegga ah iyo kuwa aan degdegga ahayn, waxaa la siiyaa macaamiisha Apple Health, oo ay ku jiraan kuwa ku qoran urur daryeel la maareeyey (MCO).

Adeega	Macluumaad dheeraad ah
Adeegyada dhibta	<p>Adeegyada dhibaatooyinka ayaa la heli karaa si ay kuu caawiyaan, iyadoo lagu saleynayo halka aad ku nooshahay. Soo wac 911 gurmada nololka khatar gelayso ama 988 wixii ah gurmada caafimaadka maskaxda. Eeg Bogga 23 ee lambarada aaggaaga.</p> <p>Khadka Nololka ee Ka-hortagga Is-dilka Qaranka: Wac ama u dir 988 ama wac 1-800-273-8255, Isticmaalayaasha TTY 1-206-461-3219. Caafimaadka dhimirka ama dhibaatooyinka khalkhalka isticmaalka mukhaadaraadka, fadlan wac hay'adaha Adeegyada Maamulka Hbdhaqanka Caafimaadka (BH-ASO). BH-ASO waxay taageeraan adeegyada dhinta ee dadka degen Washington iyaddoon loo eegin u qalmida Apple Health. Lambarada telefoonka waxaa laga heli karaa Bogga 23 kor, ama xaga: hca.wa.gov/mental-health-crisis-lines.</p>
Adeegyada ilkaha	<p>Adeegyada la qandaraaso waxaa ka mid ah:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dawo qorida uu qoro dhakhtarka ilkahu. • Adeegyada ABCD ay bixiyaan adeeg bixiyaha la ansixiyay ee ABCD. • Adeega caafimaadka/qaliinka uu bixiyo dhakhtarka ilkahu. • Qaliinka Cusbitaalka/Goobta Wareejinta Goobta Xarunta kharashka ku dalacda. <p>Dhammaan adeegyada ilkaha waxaa daboolaa Apple Health iyaddoon lahayn qorshaha daryeelka la maareeyo. Waa inaad aragtaa adeeg bixiyaha ilkaha kaas aqbalay inuu biilka u diro Apple Health iyaddoon lahayn qorshaha daryeelka la maareeyo adoo isticmaalaya kaadhka adeegyadaada ProviderOne.</p> <p>Wax badan ka ogow:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Onlayn bogga hca.wa.gov/dental-services, ama • Ka wac HCA lambarka 1-800-562-3022. <p>Si aad u hesho adeeg bixiye aqbala Washington Apple Health onlaynka ah:</p> <ul style="list-style-type: none"> • DentistLink.org ama • Fortress.wa.gov/hca/p1findaprovider/

Adeega	Macluumaad dheeraad ah
<p>Muraayadaha indhaha iyo Adeegyada ku habboon</p>	<p>Carruurta 20 sano jirka iyo dhaliyarada - fareemada muraayadaha indhaha, baliisha, Baliisha indha lagu dhagsado, iyo adeegyada ku habboon waxaa daboolaya caymiska Apple Health iyada oo aan la helin qorshe daryeel ee la maareeyey.</p> <p>Dadka waaweyn 21 sanadood iyo wixii ka weyn – faree, ada muraayadaha indhaha iyo baliisha indhaha ma daboolaan Apple Health, laakiin haddii aad rabto inaad iibsato, waad ku dalban kartaa iyaga oo u maraya bixiyeyaasha indhaha ee kaqeyb gala qiimaha la dhimay. Booqo: hca.wa.gov/assets/free-or-low-cost/optical_providers_adult_medicaid.pdf.</p>
<p>Adeegyada Taakulaynta Hooyada ee First Steps (MSS) iyo Maareynta Kiiska Dhallaanka (ICM), iyo Waxbarashadda Dhalashada ilmaha (CBE)</p>	<p>MSS waxay siisaa shakhsiyaadka uurka leh iyo ka hor dhalmada ka hortagga caafimaadka iyo adeegyada waxbarashadda gudaha guriga ama xafiiska si looga caawiyo uur caafimaad leh iyo ilmo caafimaad qaba/</p> <p>ICM waxay ka caawisaa qoysaska leh carruurta ilaa hal sano ah inay wax ka ogaadaan, iyo sida loo isticmaalo, baahiyaha caafimaad, ee bulsho, waxbarasho, iyo ilaha kale ee bulshada si ilmaha iyo qoysku u kobcaan.</p> <p>CBE waxay siisaa shakhsiyaadka uurka leh kooxdooda shakhsiyadaa taageerada fasalo marka ay barayaan adeeg bixiyaha HCA CBE. Mowduucyada waxaa ka mid ah calaamadaha uurka, nafaqada, naas nuujinta, qorshaha ilma dhalida, waxa laga filayo muddada foosha iyo ummulida, iyo badbaadada ilmaha dhashada.</p> <p>Adeeg bixiyeyaasha aagaaga, booqo hca.wa.gov/free-or-low-cost-health-care/i-need-medical-dental-or-vision-care/first-steps-enhanced-services.</p>
<p>Daryeelka Bukaankii jifka Dhimirka ee Carruurta (Barnaamijka Bukaankii jifka Xiliga dheer ee Carruurta (CLIP) ee da'aha 5 ilaa 17 sano jirka)</p>	<p>Waa inay bixisaa Waaxda Caafimaadka (DOH) wakaalada la aqoonsan yahay. Nala soo wac si aan kaaga caawino helitaanka adeegyadan.</p>

Adeega	Macluumaad dheeraad ah
Adeegyada Daryeelka Muddada-dheer iyo Caawimaadda (LTSS)	Eeg Bogga 54 ee buug-yarahan.
Ka xidhida dhalmada, da'da 20 iyo wixii ka yar	Waa inuu buuxiyo foomka madhalays ka dhigidda 30 maalmood ka hor ama buuxiyo shuruudaha ka dhaafidda. Dib u soo celinta aan la daboolin.
Adeegyada Transhealth	Adeegyada waxaa ku jira nidaamyada qaliinka, waxteelda timaada qaliinka ka dib, iyo baabiinta jirada timaha ama ku jirada laysar timaha si loogu diyaariyo qaliinka xubinta taranka. Oggolaanshaha hore ayaa loo baahan yahay. Ogolaansho hore wac 1-800-562-3022 ama iimayl transhealth@hca.wa.gov . Wax badan ka baro hca.wa.gov/transhealth .
Maadada Isticmaalka Dadka Urka leh (SUPP) Barnaamijka	<p>Barnaamijka SUPP waa barnaamij isbitaal ku salaysan bukaan-jiif oo loogu talagalay shakhsiyaadka uurka leh ee qaba baahi caafimaad iyo taariikhda isticmaalka maandooriyaha. Ujeedada barnaamijku waa in la yareeyo waxyeelada waalidka dhalaya iyo carruurtooda aan weli dhalan iyaddoo lagu siinayo maaraynta dib u gurista iyo degenaanshaha caafimaadka iyo daawaynta gudaha goobta cusbitaalka.</p> <p>Wixii macluumaad dheeraad ah iyo liiska adeeg bixiyeyaasha la ansixiyay, booqo hca.wa.gov/sup-program.</p>
Gaadiidka loogu talagalay ballamaha caafimaadka aan degdegga ahayn	Apple Health waxay bixisaa adeegyada gaadiidka ee lagu tago ama lagaga yimaadk ballamaha daryeelka caafimaadka. Soo wac gaadiidka adeeg bixiyaha (dilaq) aagaaga si aad u barato wax ku saabsan adeegyada iyo xadidaaha. Dilaalkaaga gobolka ayaa kuu habbayn doona gaadiidka ugu habboon, ugu jaban. Liiska dilaaliinta waxaa laga heli karaa bogga hca.wa.gov/transportation-help .

Adeegyada iyo taageerada muddada-dheer (LTSS)

Maamulka Gabowga iyo Caawimaadda Muddada Dheer (ALTSA) - Adeegyada Guriga iyo Bulshada (HCS) waxay siisaa dadka waaweyn adeegyo daryeel muddo-dheer iyo shakhsiyaadka naafada ah ee guryahooda ku nool, oo ay ku jiraan daryeel-bixiye guri-dhexdiisa ah, ama goobaha la deggan yahay ee bulshada. HCS sidoo kale waxay bixiyaan adeegyada si loo caawiyo dadka ka wareegaya guryaha kalkaaliska iyo caawinaya daryeel

bixiyayaasha qoyska. Adeegyadan ma bixiyon qorshahaaga caafimaadku. Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan adeegyada daryeelka muddada-dheer, wac xafiiskaaga HCS ee deegaankaaga.

LTSS

ALTSA Guriga iyo Adeegyada Beesha waa inay ansixiyaan adeegyadan. Wac xafiiska HCS ee deegaankaaga wixii macluumaad dheeraad ah:

GOBOLKA 1 – Adams, Asotin, Benton, Chelan, Columbia, Douglas, Ferry, Franklin, Garfield, Grant, Kittitas, Klickitat, Lincoln, Okanogan, Pend Oreille, Spokane, Stevens, Walla Walla, Whitman, Yakima – 1-509-568-3767 ama 1-866-323-9409

GOBOLKA 2N – Island, San Juan, Skagit, Snohomish, iyo Whatcom – 1-800-780-7094 Nursing Facility Intake

GOBOLKA 2S – King – 1-206-341-7750

GOBOLKA 3 – Clallam, Clark, Cowlitz, Grays Harbor, Jefferson, Kitsap, Lewis, Mason, Pacific, Pierce, Thurston, Skamania, Wahkiakum – 1-800-786-3799

Maamulka Naafada Korriimada (DDA) waxay ujeedadeedu tahay inay ka caawiso carruurta iyo dadka waaweyn ee naafonimada korriinka leh iyo qoysaskooda inay helaan adeegyo iyo caadimaado ku saleysan baahida iyo xulashada bulshada ay rabaan. Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan adeegyada iyo taageerada, booqo dshs.wa.gov/dda/ ama wac xafiiska DDA deegaankaaga ee hoos ku qoran.

**Adeegyada
dadka qaba
naafanimada
koriinka**

Maamulka Naafada Korriinka (DDA) waa inay ansixiyaan adeegyadan. Haddii aad u baahan tahay macluumaad ama adeegyo fadlan la xiriir xafiiskaaga maxalliga ah ee DDA:

GOBOLKA 1 – Asotin, Chelan, Douglas, Ferry, Lincoln, Okanogan, Pend Oreille, Spokane, Stevens, Whitman
1-800-319-7116 ama iimayl R1ServiceRequestA@dshs.wa.gov

GOBOLKA 1 – Adams, Benton, Columbia, Franklin, Garfield, Grant, Kittitas, Klickitat, Walla Walla, Yakima
1-866-715-3646 ama iimayl R1ServiceRequestB@dshs.wa.gov

GOBOLKA 2N – Island, San Juan, Skagit, Snohomish, Whatcom – 1-800-567-5582 ama iimayl R2ServiceRequestA@dshs.wa.gov

GOBOLKA 2S – King
1-800-974-4428 ama iimayl R2ServiceRequestB@dshs.wa.gov

GOBOLKA 3 – Kitsap, Pierce
1-800-735-6740 ama iimayl R3ServiceRequestA@dshs.wa.gov

GOBOLKA 3 – Clallam, Clark, Cowlitz, Grays Harbor, Jefferson, Lewis, Mason, Pacific, Skamania, Thurston, Wahkiakum
1-888-707-1202 ama iimayl R3ServiceRequestB@dshs.wa.gov

Waaxda Carruurta, Dhallinyarada, iyo Qoysaska (DCYF) waxay siisaa adeegyo iyo barnaamijyo carruurta da'doodu ka yar tahay 5 sano.

Barnaamijka Carruurnimada Hore iyo Barnaamijka Caawinta (ECEAP) iyo Head Start waa barnaamijyada dugsiga barbaarinta ka hor ee Washington oo u diyaariya 3 ilaa iyo 4 sano jir ka soo jeeda qoysaska dakhligoodu hooseeyo si u guulaystan iskuulka iyo nolosha. ECEAP waxay u furantahay ilmo kasta iyo qoys kasta oo dugsiga xannaanadda ka hor ah haddii ay buuxiyaan xadka dakhliga. Wixii macluumaad ah ee ECEAP iyo HeadStart ee booqashooyinka dugsiga barbaarinta ka hor dcyf.wa.gov/services/earlylearning-childcare/eceap-headstart.

Adeegyada Taakulaynta Hore ee Dhallaanka iyo Caruurta yaryar (ESIT) waxaa loogu talagalay inay awood u siiso carruurta dhalashada ilaa saddex ee leh dib-u-dhaca korriinka ama naafanimada inay noqdaan kuwo firfircoon oo guuleysta inta lagu jiro sannadaha hore ee carruurnimada iyo mustaqbalka meelo kala duwan, Goobaha waxaa ka mid ah guryahooda, daryeelka ilmaha, dugsiga barbaarinta ama barnaamijyada dugsiga, gudaha bulshaddooda. Wixii macluumaad dheeraad ah booqo dcyf.wa.gov/services/child-development-supports/esit.

Booqashada Guriga ee Qoysasku (Home Visiting for Families) waa ikhtiyaari, oo diiradda saaraya qoyska waxaana loo fidiyaa waalidiinta mustaqbalka iyo qoysaska leh dhallaanka cusub iyo carruurta yar si ay u taageeraan caafimaadka jir ahaaneed, bulsho, iyo dareenka caafimaad ee ilmahaaga. Wixii macluumaad dheeraad ah booqo dcyf.wa.gov/services/child-development-supports/home-visiting.

Adeegyada Fargelinata Caruurnimada Hore iyo Adeegyada Kahortaga (ECLIPSE) waxay u adeegtaa caruurta dhalata ilaa 5 sano jir ee halista ugu jira xadgudubka caruurta iyo dayacaad waxaana laga yaabaa inay la kulmaan arrimo caafimaad dabeecadeed sababo la xiriira in loo gaysto dhaawac culus. Adeegyada waxaa lagu bixiyaa Degmadda King iyo Degmadda Yakima. Wixii macluumaad dheeraad ah booqo dcyf.wa.gov/services/early-learning-providers/eceap.

Nalaso xidhiidh oo waxaanu kaa caawin inaanu kugu xidhno adeegyadan.

Adeegyada ka baxsan (aan la daboolin)

Adeegyada soo socda kuma jiraan Apple Health, ama Apple Health iyada oo aan lahayn qorshe daryeel la maareeyey. Haddii aad hesho wax adeegyadan ah, waxaad bixin doontaa biilka. Ka wac Molina Healthcare wixii su'aalo ah ama si aad u aragto haddii ay jirto ikhtiyaarka Dheefta Qiimaha lagu daray ee adeega aan la daboolin. Eeg hagahayaga Faa'iidooyinka Qiimaha lagu daray wixii macluumaad dheeraad ah halkan hca.wa.gov/vab-chart.

Adeega	Macluumaad dheeraad ah
Daawooyinka kale	Akubanjarka, dhaqamada diinta ku salaysan, ku dawaynta caqiiqada, daawaynta dhirta, ku dawaynta dawayn yar oo dabiici ah, duugida jidhka, ama daawaynta duugida.
Daryeelka dawaynta Jidhka ee dadka waa wayn (21 iyo ka wayn)	
Qurxinta la doorto ama qaliinka is qurxinta	Ay ku jirto qaadista haraga wejiga, ka baabiinta taatuuga, ama ku beerida timaha.
Cudur aqoonsashada iyo Daaweynta Madhalaysnimada, dareen la'aanta galmada, iyo galmada oo aan si wanaagsan u shaqayn	
La talinta guurka iyo daaweynta galmada	
Qalabka aan caafimaadka ahayn	Sida qalabka birta loo dhigo curyaanku inuu ku galo guriga ama habayn kale oo guriga ah.
Waxyaabaha raaxada qof ahaandeed	
Baaritaanka Jdhka ah ee looga baahan yahay shaqada, caymiska, ama ruqsad siinta	
Adeegyada aanu oggolaan ogolaadeen sharciga federaalka ama gobolka iyo dhulalkeeda iyo lahaanshaha	<p>Dhulka Mareykanka waxaa ka mid ah:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Puerto Rico • Guam • US Virgin Islands • Northern Mariana Islands • American Samoa
Adeegyada lagu bixiyo Dibadda Mareykanka	
Dhimista miisaanka iyo adeegyada xakamaynta	Daawooyinka miisaanka dhimaya, alaabta, xubinimada jiiimka, ama qalabka ujeedada yaraynta miisaanka.

Helida macluumaadkaaga caafimaadka



Abka Moobilka My Molina

Molina Healthcare waxay leedahay abka moobilka oo waxaad ku soo dejisan kartaa (Ingiriisi ama Isbaanish). Abkan waxa uu ku siiyaa helida macluumaadka xubinta caawimada leh ee telefoonkaaga casriga ah ama taableedka. Waxay kuu ogolaanaysaa:

- Raadi adeeg bixiye ama rugtaada kuu dhow
- Kaadhkaaga aqoonsiga Molina ka arag taleefankaaga
- Beddel adeeg bixiyahaaga
- Raadi ilaha bulshada si aad u hesho caawimo dheeraad ah qoyskaaga
- Iyo in ka badan!

Si aad u soo dejiso abka aad Apple App Store ama Google Play Store; ama iskaan saar koodka QR ee hoose.



Haddii aad u baahan tahay caawimo, fadlan kala xidhiidh Molina Healthcare lambarka 1-800-869-7165 (TTY 711).



MyMolina.com

Haddii aad door bidayso inaad isticmaasho kombayutarka miiska, booqo MyMolina.com, Bogga xubintayada aaminka ah, si aad si fudud u hesho kaadhka aqoonsiga cusub, codso maamulaha kiis, arag macluumaadka caafimaadka iyo wax ka badan.

Haddii aadan ku faraxsanayn adeeg bixiyahaaga, qorshaha caafimaadka, ama dhinac kasta oo daryeelka ah

Adiga ama wakiilkaaga haysta ogolaanshaha waxaad xaq u leedihiin inaad dacwad xaraysaan. Tan waxaa lagu magacaabaa cabasho. Waxaan kaa caawin doonaa inaad xarayso cabasho. Si aad cabasho u gudbiso, naga soo wac 1-800-869-7165 (TTY 711) ama noogu soo qor halkan:

limayl: WAMemberServices@MolinaHealthcare.com

Fakis: 1-877-814-0342

Boostada: Molina Healthcare

Digtoon: Codsiyada Xubinta
 P.O. Box 4004
 Bothell, WA 98041-4004

Cabashooyinka ama tabashooyinku waxay noqon karaan:

- Dhibaataada xafiiska dhakhtarkaaga.
- Ka qaadashada biil dhakhtarkaaga.
- U dirida soo ururinta sababtoo ah biil caafimaad oo aan la bixin.
- Tayada daryeelkaaga ama sida laguula dhaqmay.
- Adeegga ay bixiyaan dhakhaatiirta ama qorshaha caafimaadka.
- Dhibaatooyin kasta oo kale oo kaa haysata helitaanka daryeel caafimaad.

Waa inaan kugu ogeysiino taleefoon ama warqad inaan ku helnay cabashadaada ama cabashadaada laba maalmood oo shaqo gudahood. Waa in aan wax ka qabano walacyadaada sida ugu dhaqsaha badan laakiin ma qaadan karno wax ka badan 45 maalmood. Waxaad heli kartaa nuqul bilaash ah oo ah xeerarkayaga cabashada adiga oo na soo wacaya.

U doodayaasha Caafimaadka Dhaqanka (oo hore loogu yeeri jiray Ombuds)

U doodaha Caafimaadka Dhaqanka waa qof diyaar u ah inuu bixiyo gargaar bilaash ah oo qarsoodi ah xaga xallinta walaacyada la xidhiidha adeegyada caafimaadka dhaqanka. Waxay kaa caawin karaan xalinta walaacyadaada haddii aad qabto cabashada dhaqanka caafimaadka, rafcaan, ama dhegaysiga xaqa ah. U doodaha Caafimaadka Dhaqanka wuu ka madax banaan yahay qorshahaaga caafimaadka. Waxaa bixiya qof lahaa adeegyada caafimaadka dhaqanka, ama qof xubnaha qoyskiisu ay lahaayeen adeegyada caafimaadka dhaqanka.

Isticmaal lambarada telefoonka hoose si aad ula xidhiidho u doodaha caafimaadka dhaqanka ee aagaaga.

Kala xidhiidh dhammaan gobollada lambarka 1-800-366-3103. Ama iimayl u dir Xafiiska U doodista Caafimaadka Dhaqanka ee ku taal info@obhadvocacy.org.

Molina Healthcare waxay balaadhisay adeegyadeena onlaynka ah si ay ugu darto daryeelka caafimaadka dhimirka dhexda Teladoc. Hadda xubnuhu waxay ku heli karaan daawayn qarsoodi ah gudaha goobta aad doorato.

- Kaalmo u hel welwelka, khalkhalka cunto, walbahaarka, murugada, dhibaatooyinka qoyska iyo wax ka badan
- Ka dooro adeegbixiyaha dhakhaatiirta dhimirka, cilmi-nafsiga, ama daaweeyayaasha ruqsada haysta
- Doorro daaweeyaha ku salaysan takhasuska, goobta, luqadda, jinsiga iyo awoodda lagu qoro daawada

Ballan u qabso boogashadaada onlaynka ah. Ballamaha waxa la heli karaa todobada maalmood ee todobaaka, 7 subaxnimo ku 9 galabnimo waqtiga maxaliga ah. Xubnuhu waxay haysan karaan daaweeyaha isku midka ah ballamaha socda, sidoo kale!

Qabso ballan daawaynta qarsoodiga ah maanta! Booqo [Teladoc.com/MolinaWA](https://www.Teladoc.com/MolinaWA) ama wac (844)-870-6821.

Gobolka	Degmooyinka	Laymanka dhita
Great Rivers	Cowlitz, Grays Harbor, Lewis, Pacific, Wahkiakum	1-800-803-8833
Greater Columbia	Asotin, Benton, Columbia, Franklin, Garfield, Kittitas, Walla Walla, Whitman, Yakima	1-888-544-9986
King	King	1-866-427-4747
North Central	Chelan, Douglas, Grant, Okanogan	1-800-852-2923
North Sound	Island, San Juan, Skagit, Snohomish, Whatcom	1-800-584-3578
Pierce	Pierce	1-800-576-7764
Salish	Clallam, Jefferson, Kitsap	1-888-910-0416
Spokane	Adams, Ferry, Lincoln, Pend Oreille, Spokane, Stevens	1-877-266-1818
Koonfur Galbeed	Clark, Klickitat, Skamania	1-800-626-8137
Thurston-Mason	Mason, Thurston	1-800-270-0041

Macluumaad muhiim ah oo ku saabsan diidmooyinka, rafcaannada, iyo dhageysiga maaraynta.

Diidmo waa marka qorshahaaga caafimaad aanu ogolaan ama bixinayn adeeg adiga ama dhakhtarkaagu midkiin aad codsateen. Marka aan diidno adeeg, waxaan kuu soo diri doonaa warqad kuu sheegaysa sababta aan u diidnay adeega la codsado. Warqaddan waa ogaysiska go'aankayaha. Waxay ku ogaysiin doontaa xuquuqdaada iyo macluumaadka ku saabsan sida loo codsado rafcaanka.

Waxaad xaq u leedahay inaad weydiisato dib-u-eegista go'aan kasta haddii aad u malaynayso in aanu sax ahayn, dhammaan macluumaadka caafimaadka inaan latxigelin, ama waxaad u maleynaysaa in go'aanka ay tahay inuu qof kale dib u eego.

Rafcaanku waa markaad na weydiiso inaan dib u eegno kiiskaaga mar labaad maxaa yeelay waad diidan tahay go'aankayaga. Waxaad racfaan ka qaadan kartaa adeeg la diiday. Waxaad soo waci kartaa ama qori kartaa si aan noo gaysiiso, laakiin waa inaad nagu wargeliso rafcaankaaga gudaha 60 maalmood jadwalka taariikhda diidmada. Waxaan kaa caawin karnaa inaad buuxiso rafcaan. Adeeg bixiyahaaga, U doodaha Caafimaadka Dhaqanka, ama qof kale ayaa laga yaabaa inuu rafcaan kaa qaato haddii aad saxeexo si aad u sheegto inaad ogolaatay racfaanka. Kaliya waxaad haysataa 10 maalmood si aad rafcaan uga qaadato haddii aad rabto inaad sii wadato helitaanka adeega aad hesho inta aanu dib u eegeyno go'aankayaga. Waxaan kuugu soo jawaabi doonaa qoraal anagoo kuu sheegeyna inaan helnay dalabkaaga racfaanka muddo 5 maalmood gudahood. Inta badan kiisaska waxaanu dib u eegi doonaa oo go'aansan doonaa rafcaankaaga 14 maalmood gudahood. Waa inaanu kuu sheegno haddii aanu u baahanahay wakhti dheeraad ah si go'aan loo gaadho. Go'aanka racfaanka waa in lagu gaadhaa 28 maalmood gudahood.

Waxaad ku codsan kartaa racfaan af ama qoraal. U dir codsi racfaan oo qoraal ah Member Appeals, Molina Healthcare, P.O. Box 4004, Bothell, WA 98041-4004, via Fax 1-877-814-0342 ama iimayl WAMemberServices@MolinaHealthcare.com. Waxaan kaa caawin karnaa xeraynta racfaankaaga. Si aad u codsato racfaan hadal ahaan, naga soo wac at 1-800-869-7165 (TTY 711).

FIIRO GAAR AH: Haddii aad sii wadato adeega muddada nidaamka racfaanka oo aad lumiso racfaanka, **waxaa laga yaabaa inaad bixiso adeegyada aad heshay.**

Haddii ay degdeg tahay. Xaaladaha caafimaadka degdega ah, adiga ama dhakhtarkaagu waxaad waydiisan kartaan rafcaanka la dedejiyay (degdeg ah) adiga oo soo wacaya. Haddii xaaladaada caafimaadku u baahan tahay, go'aanka waxaa la gaadhi doonaa ku saabsan daryeelkaaga saddex maalmood gudahood. Si loo waydiiyo rafcaanka la dedejiyay, noo sheeg sababta aad ugu baahan tahay go'aanka degdega ah. Haddii aanu diidno codsigaaga, rafcaankaaga waxaa dib loo eegi doonaa wakhtiyo la midka wakhtigas sare. Waa inaan samayno dedaalo macquul ah si lagu siiyo ogaysiiska dhiirinta hadalka ah haddii aanu diidno codsigaaga rafcaanka la dedejiyay. Waxaad soo xarayn doontaa cabashada haddii aanad jeclayn go'aanka si loo beddelo codsigaaga rafcaanka la dedejiyay ilaa rafcaan caadi ah. Waxaanu isku deyi doonaa inaan ku soo wacno haddii aanu diidno codsigaaga rafcaanka la kordhiyay markaas waxaanu sharaxi karnaa sababta oo waxaanu wayn doonaa ka jawaabida su'aalo kasta. Waa inaan boosta kuugu soo dirnaa ogaysiis qoraal ah laba maalmood gudahood ka dib markii go'aanka la gaadho.

Haddii aad khilaafto go'aanka dacwada, waxaad xaq u leedahay inaad rafcaan kaga qaadato go'aanka dhexda nidaamka dhegaysiga maamuleed. Dhageysiga maamulka, Garsooraha Maamulka Sharciga oo aan anaga noo shaqayn ama HCA u shaqeyn ayaa dib u eegi doona kiiskaaga.

Waxaad haysataa 120 maalmood laga bilaabo taariikhda go'aanka rafcaanka aanu ku codsanayno dhegaysi maamul. Kaliya waxaad haysataa 10 maalmood si aad u codsato

dhageysi maamul haddii aad rabto inaad sii wadato helitaanka adeegii aad heli jirtay ka hor diidmadayada.

Si aad u codsato dhageysi maamul waxaad u baahan doontaa inaad u sheegto Xafiiska Dhageysiga Maamulka in Molina Healthcare ay ku lug leedahay; sababta dhegeysiga; adeegee loo diiday; taariikhda la diiday; iyo taariikhda racfaanka la diiday. Sidoo kale, hubso inaad bixiso magacaaga, cinwaanka, iyo lambarka telefoonka.

U soo gudbi codsiga dhageysiga adigoo:

1. Wacitaanka Xafiiska Dhagaysiyada Maamulka (oah.wa.gov) ku 1-800-583-8271, Ama
2. U qoraya warqad:
Office of Administrative Hearings
P.O. Box 42489
Olympia, WA 98504-2489

Waxaad la heli kartaa qareenka ama qof kale ayaa ku metelaya adiga xaga dhegaysiga. Haddii aad u baahan tahay in lagaa caawiyo helitaanka qareen, booqo nwjustice.org ama wac khadka cad ee NW Justice CLEAR lambarka 1-888-201-1014. Garsooraha dhegaysiga maamuleed waxa uu kuu soo diri doonaa ogaysiis sharaxaga go'aankooda. Haddii aad diido go'aanka dhagaysiga, waxaad xaq u leedahay inaad rafcaan ka qaadato si toos ah Guddida Rafcaanada HCA ama addoo waydiinaya dib u eegida dacwadaada ee Ururka Dib u eegida Madaxa banaan (IRO);

Waqtiga xaddidan ee muhiimka ah: Go'aankan ka yimid dhegaysiga waxa uu noqdaa marka u dambeeyaya **21 maalmood** gudahooda laga bilaabo taariikhda boosta lagu soo diray haddii aanad qaadin tallaabo si aad rafcaan uga qaadato go'aanka dhegaysiga.

Haddii aadan ku raacsanayn go'aanka dhegeysiga, waxaad codsan kartaa Dib-u-eegis Madax-bannaan. Uma baahnid inaad hesho dib u eegis madax banaan oo waxaad ka boodi kartaa tallaabadan oo waydiiso dib u eegida ka timid Guddida Rafcaanada HCA.

IRO waa dib u eegista madax banaan oo uu sameeyay dhakhtar aan anaga noo shaqayn. Si loo codsado IRO, waa inaad nasoo wacdaa dib u eegida IRO 21 maalmood gudahood ka dib markaad hesho go'aanka warqadda go'aanka dhegaysiga. Waa inaad na siisaa macluumaad kasta oo dheeraad ah shan maalmood gudahood markaad waydiisato IRO. Waanu ku ogaysiin doonaa go'aanka IRO.

Haddii aad u baahan tahay in lagaa caawiyo buuxinta IRO, fadlan la xidhiidh Molina Healthcare:

Imayl: WAMemberServices@MolinaHealthcare.com

Fakis: 1-877-814-0342

Boostada: Molina Healthcare

Attention: Member Appeals

P.O. Box 4004

Bothell, WA 98041-4004

Haddii aadan ku qanacsaneyn go'aanka IRO, waxaad weydiisan kartaa inaad hesho garsoore dib-u-eegis ku sameeya Guddiga Rafcaannada ee HCA si uu dib ugu eego dacwaddaada. Waxaad haysataa 2 kaliya 1 maalmood si aad u codsato dib u eegista ka dib markii aad hesho warqadda go'aanka IRO. Go'aanka garsooraha dib u eegista waa kama dambays. Si aad u weydiiso garsooraha dib u eegista inuu dib u eego kiiskaaga:

- Wac 1-844-728-5212,
Ama
- U qor:
HCA Board of Appeals
P.O. Box 42700
Olympia, WA 98504-2700

Xuquuqdaada

Sidii qof diiwaan gashan, waxaad xaq u leedahay inaad:

- Gaadho go'aano ku saabsan daryeelkaaga caafimaadka, ay ku jiraan diidista daawaynta. Tan waxaa ka mid ah adeegyada caafimaadka jidhka iyo dhaqanka.
- Ka war hel dhammaan doorashooyinka daawaynta ee jira, iyadoon loo eegin qiimaha.
- Dooro ama beddel PCP gaaga.
- Ka hel rayiga labaad ee ka yimid adeeg bixiye kale oo ku jira qorshahaaga caafimaad.
- Hel adeegyada waqti ku habboon.
- Halaguula dhaqmo si xushmad iyo karaamo leh. Takoorka lama ogola. Qofna si ka duwan loolama dhaqmo ama aan xaq ahayn sababtoo ah isirkooda, midabka, asalka qaranka, sinjiga, dookha galmada, da'da, diinta, caqiidada, ama naafanimada.
- Si xor ah uga hadal daryeelkaaga caafimaad iyo walaacyo oo aan lahayn natiijooyin kasta oo xun.
- Hayso macluumaadkaga iyo xil qarinta ilaashan ee ku saabsan in daryeelkaaga qarsoodi loo hayo.
- Waydiiso oo hel koobiyada diiwaanadaada caafimaadka.

- Dalbo oo halaguu saxo diiwaanadaada caafimaadka marka loo baahdo.
- Weydii oo hel macluumaadka ku saabsan:
 - o Daryeelkaaga caafimaadka iyo adeegyada la daboolay.
 - o Adeeg bixiyahaaga iyo sida loogu gudbiyo dhakhtarada takhasuska iyo adeeg bixiyayaasha kale.
 - o Sida aanu lacagta u siino adeeg bixiyayaashaada daryeelkaaga caafimaad.
 - o Dhammaan doorashooyinka daryeelka iyo sababta aad u helayso noocyada daryeelka qaarkood.
 - o Sida loo helo caawimada soo xaraynta cabasho ama cabashada ku saabsan daryeelkaaga ama caawimada waydiisashada dib u eegida adeegyada la diiday ama rafcaanka.
 - o Qaab dhismeedka ururkeena oo ay ku jiraan xeerarka iyo nidaamyada, habraacyada hab-dhaqanka, iyo sida loogu taliyo isbeddelada.
- Hel xeerarka qorshaha, dheefaha, adeegyada iyo Xuquuqda iyo Waajibaadka Xubnaha ugu yaraan sannadkii.
- Samee tallooyin soo jeedi ku saabsan xuquuqdaada iyo masuuliyadaha sidii xubinta Molina Healthcare.
- Hel liiska lambarrada taleefanka dhibaataada.
- Hel caawinaad buuxinta foomamka dardaaranka hore ee maskaxda ama caafimaadka.

Waajibaadkaaga

Sidii qof diiwaan gashan, waxaad aqbalaysaa:

- Inaad kala hadasho adeeg bixiyayaashaada waxa ku saabsan caafimaadkaaga iyo baahiyahaaga daryeelka caafimaadka.
- Inaad ka caawiso gaadhida go'aanada ku saabsan daryeelkaaga caafimaadka, ay ku jiraan diidista daawaynta.
- Inaad garato dhibaatooyinkaaga caafimaad kana qayb qaado yoolalka daaweynta ee lagu heshiiyey sida ugu macquulsan.
- Sii adeeg bixiyayaasha Molina Healthcare si loo dhammaystiro macluumaadka ku saabsan caafimaadkaaga.
- Raac tilmaamaha adeeg bixiyahaaga ee daryeelka aad ogolaatay.
- Ilaali ballamaha oo wakhti buure ah kaalay. Wac xafiiska bixiyahaaga haddii aad daahsanayso ama haddii ay tahay inaad baajiso ballanta.
- Sii adeeg bixiyayaashaada macluumaadka ay ugu baahan yihiin si loo bixiyo lacagaha adeegyada ay adiga kuu fidiyaan.
- Soo qaado kaadhkaaga adeegyada ProviderOne iyo kaadhka xubinta aqoonsiga Molina Healthcare dhammaan ballamahaaga.
- Wax ka baro qorshahaaga caafimaad iyo adeegyada la daboolay.
- Isticmaal adeegyada daryeelka caafimaadka marka aad u baahan tahay.

- U isticmaal adeegyada daryeelka caafimaadka si habboon. Haddii aanad samayn sidaas, waxaad lagaa diiwaan geli karaan Dib u eegida Bukaanka iyo Barnaamijka Isku xidhka. Barnaamijkan, waxaad lagu qoondeeyay hal PCP, hal farmasii, hal dawo qoraha maadooyinka la xakameeyo, iyo hal cusbitaal daryeelka aan gurmadka ahayn. Waa inaad ku jirtaa qorshe isku mid ah ugu yaraan 12 bilood.
- Ku wargeli HCA haddii cabbirka qoyska ama xaalada isbeddesho, sida uurka, dhalashada, korsashada ilmo, beddelka cinwaanka, ama aad qalanto Medicare ama caymis kale.
- Cusbooneysii caymiskaaga sanad walba adoo adeegsanaya Washington Healthplanfinder wahealthplanfinder.org, oo ka soo warbixi isbeddellada ku dhaca koontadaada sida dakhliga, xaaladda guurka, dhalashada, korsashada, cinwaanka isbeddelada, iyo u-qalmitaanka Medicare ama caymis kale.

Dardaaranka hore

Waa maxay dardaaranka hore?

Dardaaranka hore wuxuu ku dhigayaa doorashadaada daryeelka caafimaadka qoraal. Dardaaranka hore wuxuu u sheegayaa dhakhtarkaaga iyo qoyska:

- Waa maxay nooca daryeelka caafimaadka ee aad sameyso ama aadan rabin haddii:
- Waxaad miyir beelaysaa.
- In dheeraad ma gaadhi kartid go'aanada caafimaadka.
- Uma sheegi kartid dhakhtarkaaga ama qoyskaaga nooca daryeelka aad rabto.
- Waxaad rabtaa inaad ku deeqdo xubintaada geeridaada kadib.
- Waxaad doonaysaa qof kale inuu go'aan ka gaadho ku saabsan daryeelkaaga caafimaadka haddii aanad karin.

Haysashada dardaraan horudhaca ah waxay ka dhigan tahay kuwa aad jeceshahay ama dhakhtarkaagu kuu samayn karo doorashooyinka caafimaad adiga oo ku salaynaya waxaad rabto. Waxaa jira saddex nooc oo dardaaranno hore ah oo ka jira Gobolka Washington:

1. Awoodda adkaysiga leh ee qareenka ee daryeelka caafimaadka Kani wuxuu magacaabayaa qof kale inuu kuu gaadho go'aanno caafimaad haddii aanad awoodin inaad adigu samaysato.
2. Daryeelka caafimaadka (dardaaranka marka la nool yahay la sheego) Qoraalkan qoran wuxuu dadka u sheegayaa inaad rabto daaweyn si loo kordhiyo nololaha.
3. Codsiga ku deeqada xubin jidhka ah.

Kala hadal dhakhtarkaaga iyo kuwan adiga kuu dhow. Waxaad tirtiri kartaa dardaaranka hore wakhti kasta. Waxaad ka heli kartaa macluumaad badan oo anaga naga yimid,

dhakhtarkaaga, ama cusbitaalka oo ku sabasan dardaraanka hore. Waxaad sidoo kale kartaa:

- Weydii inaad aragto xeerarka qorshahaaga caafimaadka ee ku saabsan dardaraanka hore.
- Ku soo xaree cabashada Molina Healthcare ama HCA haddii tilmaantaada aan la raacin.

Foomka Amarka Dhakhtarka ee Daweeynta Joogteynta Noloshu (POLST) waxaa isticmaali kara qof kasta oo qaba xaalad caafimaad oo daran, una baahan in uu go'aanno ka qaato daaweynta joogteynta noloshu. Adeeg bixiyahaaga wuxuu isticmaali karaa foomka POLST si uu u matalo rabitaankaaga si cad iyo amarrada khaaska ah ee caafimaad. Si aad u ogaato wax badan oo ku saabsan Dardaraanka Hore nala soo xidhiidh.

Dardaraanka hore ee caafimaadka maskaxda

Waa maxay dardaraanka hore ee caafimaadka maskaxdu?

Dardaraanka hore ee caafimaadka maskaxdu waa warqad sharciyeed oo qeexaysa waxa aad rabto in uu dhaco haddii dhibaatooyinka caafimaadkaaga maskax uu noqdo mid aad u daran heer aad dad kale caawimo uga baahato. Tani waxay noqon kartaa marka xukunkaagu xumaado iyo / ama aadan awoodin inaad si hufan ula xiriirto.

Waxay u sheegi kartaa dadka kale daaweynta aad rabto ama aadan rabin, waxayna aqoonsan kartaa qof aad siisay awood uu go'aan kaga gaadho magacaaga.

Haddii aad leedahay dardaraan hore daryeel caafimaad oo horudhac ah waa inaad taas la wadaagtaa bixiyahaaga daryeelka caafimaadka maskaxda si ay u ogaadaan waxaad rabto.

Sideen ku buuxiyaa howsha dardaraanka hore caafimaadka maskaxda?

Waxaad ka heli kartaa nuqul ah foomka dardaraan hormaris ah iyo macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan sida loo buuxiyo hca.wa.gov/health-care-services-and-supports/behavioral-health-recoverymental-health-advance-directives

Molina Healthcare, adeeg bixiyahaaga daryeelka caafimaadka dabecadda, ama U doodahaaga Caafimaadka Dhaqanka ayaa sidoo kale kaa caawin kara buuxinta foomka. Nala soo xidhiidh si aad u hesho macluumaad dheeraad ah:

Ka hortagga khiyaamada, khasaaraha, iyo xad gudubka

Marka Khiyaanada, Qashinka iyo Xadgudubku aan wax laga qaban waxay lumisaa doolarka cashuur bixiye. Doolarkan waxaa loo adeegsan karaa daboolida faa'iidooyinka muhiimka ah iyo adeegyada Apple Health iyo adeegyada bulshada dhexdeeda. Marka aad isdiiwaangeliso

waxaad ku jirtaa meel gooni ah si aad u aqoonsato dhaqamada been abuurka ah ama qashinka ah. Haddii aad aragto mid ka mid ah kuwan soo socda, fadlan na ogaysii:

- Haddii uu qof ku siiyo lacag ama alaabo beddelka kaarka adeegyada ProviderOne ama haddii lagu siiyo lacag ama alaab beddelka tegida ballan caafimaad.
- Waxaad heshay sharraxaad dheefaha badeecadaha ama adeegyada aanad helin.
- Haddii aad og tahay qof inuu ka been sheegay sheegashada dheefaha.
- Dhaqan kasta oo kale oo aad ku baraarugto oo umuuqda khiyaano, xadgudub ama qashin.

Waxaad ka warbixin kartaa khiyaamada ama addoon magacaaga bixin:

Molina Health Compliance AlertLine

- Khadka Taleefanka ee bilaashka ah: 1-866-606-3889
- Onlayn: [MolinaHealthcareAlertLine.com](https://www.molinahealthcare.com/alertline)

Adeegyada Xubinta Daryeelka Caafimaadka ee Molina

- Khadka Taleefanka ee bilaashka ah: 1-800-869-7165 (TTY 711)

Sarkaalka Xafiiska U hogaansanka ee Molina Health

Molina Healthcare of Washington
Attn: Compliance Officer
P.O. Box 4004
Bothell, WA 98041-4004

Booqo websaydka Kahortagga Khiyaamada HCA wixii macluumaad dheeraad ah: hca.wa.gov/about-hca/otheradministrative-activities/fraud-prevention.

Waxaan ilaalinaa sirtaada

Waxaa nalaga rabaa sharcigu inaan ilaalino macluumaadkaaga caafimaad oo aan si qarsoon u hayno. Waxaan u isticmaalnaa oo wadaagnaa macluumaadkaaga si aan u bixino dheefaha u fulino daaweyn, lacag bixin, iyo hawl galada daryeelka caafimaadka. Waxaanu sidoo kale u wadaagnaa oo u isticmaalaan macluumaadkaaga sababo kale sida la oggolaadaaya oo uu sharcigu u baahan yahay.

Macluumaadka Caafimaad ee Xafidan (PHI) wuxuu yahay macluumaadka caafimaad sida diiwaanka caafimaad ay ku jiraan magacaaga, lambarkaaga xubinnimada ama aqoonsiga kale ee ay isticmaalaan ama wadaagaan ceymiska caafimaad. Qorshayaasha caafimaadka iyo HCA waxay wadaagaan PHI sababahan soo socda:

- **Daawaynta** — Waxaa ku jira gudbinta u dhaxaysa PCP gaaga iyo adeeg bixiyayaasha daryeelka caafimaadka kale.

- **Lacag bixinta** — Waxaanu isticmaali karnaa ama wadaagnaa PHI si loo gaadho go'aamada lacag bixinta. Tan waxa ku jiri kara sheegashooyinka, oggolaanshaha daawaynta, iyo go'aannada ku saabsan baahiyaha caafimaadka.
- **Hawlgallada daryeelka caafimaadka** – Waxa laga yaabaa in aan u isticmaalno macluumaadka sheegashadaada si aan kuu ogeysiino barnaamij caafimaad oo ku caawin kara.

Waxaan u isticmaali karnaa ama wadaagi karnaa PHI-gaaga adiga oo aan ka helin oggolaansho qoraal ah xaaladaha qaarkood:

- Shaacinta macluumaadkaaga PHI xubnaha qoyska, qaraabada kale iyo asxaabtaada soke ayaa la oggol yahay haddii:
 - o Macluumaadku wuxuu si toos ah ula xiriiraa qoyska ama saaxiibku inuu ku lug yeesho daryeelkaaga ama bixinta daryeelkaas; oo aad afka ahaan ku ogolaatay shaacinta ama lagu siiyay fursad aad ku diidid oo aadan diidin.
- Tani waxay oggolaataa HCA ama Molina Healthcare inay isticmaasho oo wadaagto PHI gaaga asbaabahan soo socda awgeed:
 - o Marka Xogheyaha Waaxda Caafimaadka iyo Adeegyada Adamiga (DHHS) ee U. S. uu naga rabo inaan wadaagno PHI-gaaga.
 - o Caafimaadka iyo Badbaadada Dadweynaha taasoo ay ku jiri karto caawinta wakaaladaha caafimaadka dadweynaha si ay uga hortagaan ama u xakameeyaan cudurka.
 - o Hay'adaha dawladu waxay u baahan karaan PHI-gaaga xisaab xidhka ama hawlo gaar ah, sida hawlaha amniga qaranka.
 - o Cilmi baadhida xaaladaha qaarkood, marka ay ansixiyaan sirta ama guddiga dib u eegista hay'adaha.
 - o Wixii ah dacwadaha sharciga ah, sida ka jawaabista amar maxkamadeed. PHI-gaaga waxa kale oo laga yaabaa in lala wadaago agaasimayaasha aaska ama dembiilayaasha si ay uga caawiyaan inay shaqadooda qabsadaan.
 - o Hay'adaha fulinta sharciga si ay uga caawiyaan helitaanka tuhmane, markhaati, ama qof maqan. PHI-gaaga sidoo kale waxaa lala wadaagi karaa maamulada kale ee sharciga ah haddii aan aaminsanahay in aad tahay dhibane xadgudub, dayacaad, ama rabshad guri.
 - o In la adeeco sharciyada Magdhawga Shaqaalaha.

Ogolaanshahaaga qoran ayaa loo baahan yahay dhammaan sababaha kale ee aan kor lagu xusin dartood. Waxaa laga yaabaa inaad tirtirto oggolaanshaha qoran ee aad na siisay. Si kastaba ha noqotee, joojintaada laguma dabaqi doono talaabooyinka la qaaday ka hor inta aan la sameyn kansal gareynta.

Waxaad xaq u leedahay inaad dib u eegto oo aad hesho koobiga Macluumaadkaaga Caafimaadka Ilaalishan (PHI) ee aanu hayno anagu. Tan waxa ku jiri kara diiwaanada loo isticmaalo samaynta sheegashooyinka daboolida iyo go'aamada kale ee xubinta Molina Healthcare. Waxaad u baahan doontaa inaad ku codsato qoraal ahaan. Waxaad isticmaali

kartaa foomka Molina Healthcare si aad ugu codsato. Xaaladaha gaarka ah, waxaanu diidi karnaa codsiga.

Fiiro Muhiim ah

Ma hayno koobiyo dhammaystiran oo diiwaankaaga caafimaadka ah. Haddii aad rabto inaad eegto, hesho nuqul ama beddesho diiwaannadaada caafimaad, fadlan la xidhiidh dhakhtarkaaga ama rugtaada.

Haddii aad rumeysan tahay inaan ku xadgudubnay xuquuqdaada ilaalinta macluumaadkaaga PHI, waxaad sameyn kartaa:

- Na soo wac oo soo xaree cabashada. Kaama qaadi doono wax tallaabo oo adiga kugu lid ah inaad cabasho gudbisay awgeed. Daryeelka aad hesho sinaba uma beddeli doono.
- Ku soo xaree cabashada US DHHS, Office for Civil Rights at: ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf, ama u qor:

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

Ama:

Wac 1-800-368-1019 (TDD 1-800-537-7697)

FIIRO GAAR AH: Macluumaadkani waa dulmar keliya. Waxaa nalooga baahan yahay inaan ka dhigno PHI-gaaga mid gaar ah oo aan ku siino macluumaad qoran sanadkiiba oo ku saabsan qorshooyinka ku dhaqanka sharciga ilaalinta sirta iyo PHI-gaaga. Fadlan tixraac Ogeysiiska Hababka Qarsoonnimada wixii faahfaahin dheeraad ah. Waxa kale oo aad nagala soo xidhiidhi kartaa 1-800-869-7165 (TTY 711), PO Box 4004, Bothell, WA 98041-4004, ama noogu soo dir e-mailka at MHWMemberServicesWeb@MolinaHealthcare.com wixii macluumaad dheeraad ah.

