ትሪ-ካንትሪ
2022 የአባል የእጅ መጽሐፍ

ማርች 10፣ 2022

1-877-600-5472

TTY 711

TrilliumOHP.com

CLACKAMAS-MULTNOMAH-WASHINGTON አውራጃዎች

ስለ ጥቅማ ጥቅሞችዎ ለማወቅ እገዛ ይፈልጋሉ? ይደውሉልን። ምርጡን እንክብካቤ እንድታገኙ ልንረዳዎ እንፈልጋለን።

Trillium Community Health Plan OHP
(Trillium Behavioral Health ጨምሮ)
13221 SW 68th Parkway, Ste. 500, Tigard, OR 97223

ቢሮአችን ለዊልቼር ተጠቃሚዎች አመቺ ነው።
ሰዓቶች*፦ ሰኞ - አርብ፣ 8 ጠዋት - 5 ከሰዓት
የሀገር ውስጥ፦ **541-485-2155**
ከክፍያ ነጻ፦ **1-877-600-5472**
(TTY: 711)
ፋክስ፦ **844-805-3991**
http://www.trilliumohp.com

ወደ ጤና እንክብካቤ ቀጠሮዎችዎ ሲሄዱ ወይም ሲመለሱ መጓጓዣ ከፈለጉ፣ እባክዎ ይደውሉልን፦

MTM (የሕክምና ትራንስፖርት አስተዳደር)
ከክፍያ ነጻ፦ 877-583-1552 (TTY: 711)
ለመጓጓዣዎ ክፍያ የሚሆን ድጎማ ሊያገኙ ይችላሉ።

* ከእነዚህ ሰዓታት ውጭ እርዳታ ከፈለጉ፣ እባክዎ መልዕክት ይተዉ ወይም ወደ መጀመሪያ እንክብካቤ ሰጪዎ PCP (የመጀመሪያ እንክብካቤ አቅራቢ) ይደውሉ። የእርስዎ PCP በቀን 24 ሰዓታት፣ በሳምንት 7 ቀናት ሲደወል ሁልጊዜ የሚያነሳ ሰው ተመድቧል። ለአእምሮ ጤና ቀውስ አገልግሎቶች፣ እባክዎን "የአእምሮ ጤና የድንገተኛ እና የቀውስ አገልግሎቶች" ክፍልን ይመልከቱ። ድንገተኛ ሁኔታ ካጋጠመዎት፣ ወደ 911 ይደውሉ።

የጥርስ እንክብካቤ ድርጅቶች

Advantage Dental Services
ከክፍያ ነጻ የደንበኞች አገልግሎት 1-866-268-9631
TTY፡ 711

Capitol Dental Care
1-503-585-5205 ወይም ከክፍያ ነጻ 1-800-525-6800
TTY: 1-800-735-2900

Oregon Dental Service
1-503-243-2987 ወይም ከክፍያ ነጻ 1-800-342-0526
TTY: 1-503-243-3958 ወይም 1-800-466-6313

2022 የበዓል መርሐግብር፦ የTRILLIUM ቢሮዎች ዝግ ናቸው	
የአዲስ አመት ቀን	ሰኞ፣ ጃኑዋሪ 3፣ 2022
የቀዳማዊ ማርቲን Martin Luther King ልደት	ሰኞ፣ ጃኑዋሪ 17፣ 2022
የመታሰቢያ ቀን	ሰኞ፣ ሜይ 30፣ 2022
የነጻነት ቀን (ታስቦ የሚውል)	ሰኞ፣ ጁላይ 4፣ 2022
የላብ አደሮች ቀን	ሰኞ፣ ሴፕቴምበር 5፣ 2022
የምስጋና ቀን	ማክሰኞ፣ ኖቬምበር 24፣ 2022
የምስጋና ቀን ማግስት	አርብ፣ ኖቬምበር 25፣ 2022
የገና ዋዜማ	አርብ፣ ዲሴምበር 23፣ 2022
የገና ቀን (ታስቦ የሚውል)	ሰኞ፣ ዲሴምበር 26፣ 2022
የአዲስ አመት ዋዜማ	አርብ፣ ዲሴምበር 30፣ 2022

የቋንቋ እርዳታ እና ትርጓሜ

ሁሉም አባላት ስለ ፕሮግራሞቻችን እና አገልግሎቶቻችን የመጠቀም እና የማወቅ መብት አላቸው። እነዚህን የመሳሰሉ ነጻ እርዳታዎችን እንሰጣለን፦

- የምልክት ቋንቋ፤
- የንግግር ቋንቋ ተርጓሚዎች፤
- በሌሎች ቋንቋ የተጻፉ ቁሳቁሶች፤ እና
- ብሬይል፣ ትልቅ ህትመት፣ ኦዲዮ እና ለእርስዎ የተሻለ የሆነውን ማንኛውንም መንገድ እንጠቀማለን።

እርዳታ ከፈለጉ ወይም ጥያቄዎች ካሉዎት፣ እባክዎን ለአባላት አገልግሎት በሚከተለው ቁጥር ይደውሉ 1-877-600-5472 (TTY 711)።

ከፈለጉ በቀጠሮዎችዎ ላይ የድምጽ ወይም የምልክት ቋንቋ አስተርጓሚ ሊኖርዎት ይችላል። ለቀጠሮ ሲደውሉ፣ አስተርጓሚ እንደሚፈልጉ እና በየትኛው ቋንቋ እንደሚፈልጉ ለአገልግሎት ሰጪዎ ቢሮ ይንገሩ።

ለጤና እንክብካቤ ጉብኝቶች የቋንቋ ወይም የምልክት ቋንቋ አስተርጓሚ ከፈለጉ፣ የሚከተሉትን ማድረግ ይችላሉ፦

1. Trillium ይደውሉ።
2. ወደ ዶክተርዎ ቢሮ ይደውሉ እና ለጉብኝትዎ አስተርጓሚ እንዲያዘጋጁ ይጠይቋቸው።

ስለ ጤና እንክብካቤ አስተርጓሚዎች ያለው መረጃ በ www.Oregon.gov/oha/oei ይገኛል።

Si usted necesita esta información en otro idioma, en letra grande, Braille o audio, llame a Trillium en uno de los números mencionados anteriormente.

ሁሉም አዳዲስ አባላት የአባላት መመሪያ መጽሐፍ ቅጂን ያካተተ የእንኳን ደህና መጣችሁ ጥቅል ይቀበላሉ። የአባላት መመሪያ መጽሐፍ የሕትመት ቅጂን ወይም በአማራጭ ቋንቋዎች የቀረበ ቅጂን ያለምንም ወጪ ማግኘት ይችላሉ። የአባል አገልግሎቶችን በሚከተለው ቁጥር ያግኙ 1-877-600-5472; TTY: 711. በ5 የስራ ቀናት ውስጥ የእጅ መጽሃፍ በፖስታ እንልክልዎታለን። የዲጂታል ሥሪት በሚከተለው የድር ጣቢያችን ላይ ማየት ይችላሉ፦www.trilliumohp.com/memberhandbook

የእጅ መጽሃፉን በኢሜይል እንድንልክልዎ ከጠየቁ፤ በፋይልዎ ላይ እናስቀምጥሎታልን። በኢሜይል ለእርስዎ እንድንልክልዎ ውሳኔዎን ሊያረጋግጡልን ይገባል።

English: ATTENTION: If you do not speak English, language assistance services, free of charge, are available to you, including written translations, oral interpretations, certified and qualified spoken and sign language interpreters, alternative formats, and auxiliary aids and services, including written. Call 1-877-600-5472; TTY: 1-877-600-5473.

Español (Spanish): ATENCIÓN: si no habla inglés, tiene a su disposición servicios de asistencia lingüística sin cargo, que incluye traducciones, interpretaciones, intérpretes certificados y calificados de lenguaje hablado y de señas, formatos alternativos y servicios y asistencia auxiliares, incluidos formatos escritos. Llame al 1-877-600-5472; TTY: 1-877-600-5473.

Tiếng Việt (Vietnamese): CHÚ Ý: Nếu quý vị không nói tiếng Anh, chúng tôi có thể cung cấp dịch vụ hỗ trợ miễn phí cho quý vị, bao gồm dịch vụ biên dịch tài liệu, thông dịch trực tiếp, thông dịch viên ngôn ngữ ký hiệu và ngôn ngữ nói có trình độ, định dạng khác, dịch vụ và công cụ hỗ trợ, bao gồm cả tài liệu dạng văn bản. Vui lòng gọi số 1-877-600-5472; TTY: 1-877-600-5473.

简体中文 (Chinese):注意：如果您不会说英语，您可以免费获得语言援助服务，包括书面翻译、口译、经过认证和合格的口语和手语翻译、其他格式的文件以及包括书面交流在内的辅助工具和服务。请致电 1-877-600-5472；TTY：1-877-600-5473。

Русский язык (Russian): ВНИМАНИЕ: Если вы не говорите на английском языке, то вам доступны бесплатные услуги перевода, в том числе письменный и устный перевод, услуги присяжных и квалифицированных устных переводчиков и переводчиков жестового языка, альтернативные форматы и вспомогательные средства и услуги, в том числе письменные. Звоните по номеру 1-877-600-5472; TTY: 1-877-600-5473.

한국어 (Korean): 주의: 영어를 구사하지 않으시면, 번역, 통역, 인증되고 자격을 갖춘 통역사 및 수화 통역사, 대체 형식, 보조 지원 및 서비스, 서면 형식 등으로 언어 지원 서비스를 무료로 제공해드립니다. 1-877-600-5472번, TTY: 1-877-600-5473번으로 전화해 주십시오.

Українська (Ukrainian): УВАГА! Якщо ви не розмовляєте англійською, вам доступні безкоштовно послуги письмового та усного перекладу, зокрема професійний усний переклад та сурдопереклад, альтернативні формати та інша допомога, зокрема письмова. Звертайся за телефоном:1-877-600-5472; Телетайп: 1-877-600-5473.

日本語 (Japanese): 注意事項：英語以外での対応をご希望の方は、無料の言語支援サービスをご利用ください。文書での翻訳、口頭での通訳、認定や資格を取得している手話通訳士による口語と手話の通訳、その他の方法、筆談等の補助的支援やサービスをご利用いただけます。電話 1-877-600-5472、TTYサービス: 1-877-600-5473。

العربية:(Arabic)تنبيه: إذا كنت لا تتحدث اللغة الإنجليزية، فستتوفر لك خدمات المساعدة اللغوية مجانًا، بما في ذلك الترجمات الكتابية والترجمات الشفوية ومترجمي لغة الإشارة والمترجمين المرخصين والمؤهلين، والتنسيقات البديلة، والمساعدات والخدمات المساعدة، بما في ذلك الكتابية. اتصل بالرقم 1-877-600-5472 : الهاتف النصي: 1-877-600-5473.

Română (Romanian) ATENȚIE: Dacă nu vorbiți limba engleză, vă sunt disponibile servicii de asistență lingvistică gratuite, inclusiv traduceri scrise, interpretări orale, interpreți autorizați și calificați pentru limbajul semnelor și limbajul vorbit, formate alternative, precum și dispozitive și servicii auxiliare, inclusiv servicii în scris. Apelați numărul de telefon 1-877-600-5472; TTY: 1-877-600-5473.

ខ្មែរ (Cambodian)ប្រយ័ត្ន៖ ប្រសិនបើអ្នកនិយាយភាសាអង់គ្លេស មិនបានទេនោះ សេវាជំនួយខាងភាសា ដោយមិនគិតថ្លៃ មានសម្រាប់ អ្នក រួមបញ្ចូលទាំងការបកប្រែសំណេរ ការបកប្រែផ្ទាល់មាត់ អ្នកបកប្រែភាសាសញ្ញានិងភាសានិយាយ ដែលមានលក្ខណៈសម្បត្តិគ្រប់គ្រាន់ និងមានវិញ្ញាបនបត្របញ្ជាក់ ទម្រង់ផ្សេងជំនួស និងជំនួយនិងសេវានានា រួមទាំងសំណេរ។ ទូរសព្ទមកលេខ 1-877-600-5472; TTY: 1-877-600-5473

XIYYEEFFANNAA (Cushite): HUBADHAA: Afaan Ingilizii kan hin dubbanne yoo taatan, tajaajilootni gargaarsa afaanii, kaffaltii irraa bilisa ta'an, isiniif qophaa'aniiru: hiikkaa barreeffamaa, hiikkaa faanii/sagalee, hiiktota afaan dubbatamuu fi afaan mallattoo waraqaa ragaa qabanii fi ga'umsa qaban, filannoo foormaatii biroo, fi deggersa meeshaalee fi tajaajiloota, kan barreeffamaa dabalatee of-keessatti kan hammatu.1-877-600-5472; TTY: 1-877-600-5473 irratti bilbilaa.

Deutsch (German) ACHTUNG: Wenn Sie kein Englisch sprechen, stehen Ihnen kostenlos sprachliche Hilfsdienstleistungen zur Verfügung, darunter schriftliche Übersetzungen, mündliche Dolmetscher, zertifizierte und qualifizierte Dolmetscher für Laut- und Gebärdensprache, alternative Formate sowie Hilfsmittel und Dienstleistungen, auch schriftlich. Rufnummer: 1-877-600-5472; TTY: 1-877-600-5473.

فارسی کتبی، (Farsi): توجه: چنانچه انگلیسی نمی دانید، خدمات کمک زبان رایگان، از جمله ترجمه ترجمه شفاهی، مترجمان زبان گفتاری و اشاره دارای گواهی و واجد شرایط، فرمت های جایگزین، و وسایل و خدمات کمکی، از جمله موارد کتبی، در دسترس شماست. با شماره 1-877-600-5472؛ TTY: 1-877-600-5473 تماس بگیرید.

Français (French) ATTENTION : Si vous ne vous exprimez pas en anglais, des services d'assistance linguistique gratuits sont à votre disposition. Il s'agit notamment de la traduction des documents écrits, de l'interprétation des discours, de l'interprétation certifiée et adéquate en langue parlée et en langue des signes, d'autres formats, ainsi que des aides et services auxiliaires, y compris écrits. Composez le numéro 1-877-600-5472 ; ATS : 1-877-600-5473.

ภาษาไทย (Thai) โปรดทราบ: หากคุณไม่ได้พูดภาษาอังกฤษ เรามีบริการผู้ช่วยแปลภาษาให้บริการฟรี ซึ่งรวมถึงการแปลเป็นลายลักษณ์อักษร การแปลปากเปล่า ล่ามแปลภาษาและล่ามภาษามือที่ได้รับการรับรองและมีคุณสมบัติ รูปแบบการแปลอื่นๆ รวมถึงความช่วยเหลือและบริการเสริมอื่นๆ ซึ่งรวมการเขียนเป็นลายลักษณ์อักษรด้วย โทร 1-877-600-5472 หรือส่งข้อความทางโทรศัพท์: 1-877-600-5473ฯ

የTrillium Community Health Plan (Trillium) ለአባሎቻችን ምርጡን እንክብካቤ እና አገልግሎት መስጠት ይፈልጋል። የTrillium Community Health Plan (Trillium) እርስዎን ኢፍትሃዊ በሆነ መንገድ እንዳስተናገደዎት ያስባሉ?

Trillium የክልል እና የፌደራል ሲቪል መብቶች ህጎችን መከተል አለበት። በአንድ ሰው ከስር የተዘረዘሩ ምክንያቶች በማናቸውም ፕሮግራሞች ወይም እንቅስቃሴዎች ላይ ሰዎችን ኢ-ፍትሃዊ በሆነ መንገድ ማስተናገድ አይችልም፦-

- ዕድሜ
- የጾታ ማንነት
- ዘር
- ጾታዊ ዝንባሌ
- ቀለም
- የጋብቻ ሁኔታ
- ኃይማኖት
- አካል ጉዳተኝነት
- ብሔራዊ መገኛ
- ጾታ

ወደ ህንጻዎች መግባት እና ከህንጻዎች መውጣት እንዲሁም አገልግሎቶችን የመጠቀም መብት አልዎት። እርስዎ በሚረዱት መንገድ መረጃ የማግኘት መብት አልዎት። Trillium ከእርስዎ ጋር ስለ ፍላጎቶችዎ በመነጋገር በፖሊሲዎች፣ ልምዶች እና ሂደቶች ላይ ምክንያታዊ ለውጦች ያደርጋል።

ስጋቶችን ሪፖርት ለማድረግ ወይም ተጨማሪ መረጃ ለማግኘት እባክዎ የሚከተሉትን ያነጋግሩ፦-

Trillium Community Health Plan
555 International Way, Building B, Springfield, OR 97477
ከክፍያ ነጻ 877-600-5472 (TTY 711)
https://www.trilliumohp.com/members/oregon-health-plan/for-members/member-satisfaction.html

እባክዎን የአባል አገልግሎቶችን በ 541-485-2155 ያነጋግሩ፤ ከክፍያ ነፃ፦ 1-877-600-5472; TTY: 1-877-600-5473፣ ከሰኞ እስከ አርብ፣ ከጠዋቱ 8:00 እስከ ምሽቱ 5:00 ቅዳሜና እሁድ እና የፌደራል በዓላትን ጨምሮ በሌሎች ጊዜያት መልእክት ማስተላለፍ ይችላሉ። በሚቀጥለው የስራ ቀን ለጥሪዎ መልስ እንሰጣለን። ያለ እንዳች አሉታዊ እርምጃ እና አድልዎ የአባልነት መብቶችዎን የመጠቀም መብት አልዎት። መብትዎ ያልተከበረ ሆኖ ከተሰማዎት፣ ቅሬታ ማቅረብ ይችላሉ።
እንዲሁም የእምባ ጠባቂን በኦሪገን የጤና ባለስልጣን በኩል በስልክ ቁጥር 1-877-642-0450 ወይም TTY ማግኘት ይችላሉ፦ 711. የሚደውሉት በነጻ ነው።

እንዲሁም የTrillium ከአድልዎ ነፃ አስተባባሪን ማነጋገር ይችላሉ፦-

Geno Allen፣ ከአድልዎ-ነፃ አስተባባሪ

በሚከተለው አድራሻ ኢሜይል ይላኩ፦-	gilbert.e.allen@trilliumchp.com
በሚከተለው አድራሻ ፖስታ ይላኩ፦-	555 International Way, Building B, Springfield, OR 97477
ስልክ ቁጥር፦-	541-650-3618፣ ከክፍያ-ነፃ 877-600-5472 ወይም TTY 711

የሚከተሉት ድርጅቶች ጋር የሲቪል መብቶች ቅሬታ የማቅረብ መብት አልዎት፦-

የአሜሪካ የጤና እና የሰብአዊ አገልግሎቶች ለሲቪል መብቶች መምሪያ ቢሮ (OCR)

ድረ-ገፅ፦-	https://ocrportal.hhs.gov/ocr/smartscreen/main.jsf
በሚከተለው አድራሻ ኢሜይል ይላኩ፦-	OCRComplaint@hhs.gov
ስልክ ቁጥር፦-	800-368-1019, 800-537-7697 (TDD)
በሚከተለው አድራሻ ፖስታይላኩ፦-	**Office for Civil Rights** 200 Independence Ave. SW, Room 509F, HHH Bldg., Washington, D.C. 20201

ኦሪገን የጤና ባለስልጣን (OHA) ሲቪል መብቶች

ድረ-ገፅ፦-	www.oregon.gov/OHA/OEI
በሚከተለው አድራሻ ኢሜይል ይላኩ፦-	OHA.PublicCivilRights@state.or.us
ስልክ ቁጥር፦-	844-882-7889 (TTY 711)
በሚከተለው አድራሻ ፖስታ ይላኩ፦-	**Office of Equity and Inclusion Division** 421 SW Oak St., Suite 750, Portland, OR 97204

የሠራተኛና ኢንዱስትሪዎች የሲቪል መብቶች ክፍል ቢሮ

በሚከተለው አድራሻ ኢሜይል ይላኩ፦-	crdemail@boli.state.or.us
ስልክ ቁጥር፦-	971-673-0764
በሚከተለው አድራሻ ፖስታ ይላኩ፦-	**Bureau of Labor and Industries Civil Rights Division** 800 NE Oregon St., Suite 1045, Portland, OR 97232

ማውጫ

የቋንቋ እርዳታ እና ትርጓሜ 2

ወደ TRILLIUM COMMUNITY HEALTH PLAN እንኳን በደህና መጡ 11

OREGON HEALTH PLAN (OHP) ምንድን ነው? 11

ቅድሚያ የሚሰጣቸው የጤና አገልግሎቶች ዝርዝር 12

የተቀናጀ እንክብካቤ ድርጅት (CCO) ምንድን ነው? 12

የሚተዳደር እንክብካቤ እና ክፍያ-ለአገልግሎት ምንድን ናቸው? 12

Trillium የእኔ CCO እንዲሆን የማልፈልግ ከሆነስ? 13

ወደ ሌላ CCO እንዴት እቀይራለሁ? 13

የእቅድ መረጃ 14

ጥያቄዎች ካሉኝ ለማን ልደውል? 14

የከፍተኛ እንክብካቤ ማስተባበሪያ አገልግሎቶች (ICC) ምንድናቸው? 16

የማህበረሰብ አማካሪ ምክር ቤት 19

OHP የሽፋን ደብዳቤ 20

አስተርጓሚ እንዴት ማግኘት እችላለሁ? 20

የአባልነት መብቶቼ እና ኃላፊነቶቼ ምንድን ናቸው? 21

የአባል መብቶች 21

የአባል ኃላፊነቶች 22

የመንገደኛ መብቶች 23

የመንገደኞች ኃላፊነቶች 24

የሕክምና እንክብካቤ በሚያስፈልግዎት ጊዜ እንዴት እንደሚያገኙ 25

ዶክተር ወይም አቅራቢ እንዴት አገኛለሁ? 25

የመጀመሪያ ደረጃ እንክብካቤ ምንድነው? 26

የመጀመሪያ ደረጃ እንክብካቤ አቅራቢን እንዴት መምረጥ እችላለሁ? 26

ከPCPዬ ጋር እንዴት ቀጠሮ መያዝ እችላለሁ? 26

የእኔን PCP እንዴት መቀየር እችላለሁ? 26

ከእርስዎ PCP ጋር ጥሩ ግንኙነት እንዲኖርዎት የሚያግዙዎት አንዳንድ ጠቃሚ ምክሮች እነሆ፦ 26

ሁለተኛ አስተያየቶችን እንሸፍናለን 27

በቀጠሮዬ መገኘት ካልቻልኩኝ? 27

ወዲያውኑ እንክብካቤ ብፈልግስ? 27
ስፔሻሊስት ወይም ሌላ አገልግሎት አቅራቢ ማግኘት ካስፈለገኝስ? 28
የረጅም ጊዜ አገልግሎቶችን እና ድጋፎችን እያገኘሁ ከሆነስ? 28
ለአገልግሎቶች ፈቃድ እንዴት ማግኘት እችላለሁ? 29
ሌሎች በOHP የተሸፈኑ ጥቅማጥቅሞች 29
አዲስ ቴክኖሎጂ ተሸፍኗል? 31
የሐኪም ማበረታቻዎች 31
ወደ ቀጠሮዬ ለመሄድ ትራንስፖርት ማግኘት እችላለሁ? 32
የተሸፈኑ ጥቅማጥቅሞች እና አገልግሎቶች 32
OHP ምን ይሸፍናል? 32
ትምባሆ መጠቀምን ለማቆም እንዴት እርዳታ ማግኘት እችላለሁ? 34
የጥቅማ ጥቅሞች የማረጋገጫ ዝርዝር ማጠቃለያ 35
የቤተሰብ ምጣኔ እና የወሊድ መቆጣጠሪያ አገልግሎቶች 40
ነፍሰ ጡር ብሆንስ? 40
በሐኪም የታዘዙ መድኃኒቶቼን እንዴት ማግኘት እችላለሁ? 41
የትኞቹ መድሃኒቶች ያልተሸፈኑ ናቸው? 41
የሕክምና ድንገተኛ እና አስቸኳይ እንክብካቤ አገልግሎቶች 43
የሕክምና ድንገተኛ ጊዜ ምንድነው? 43
የአምቡላንስ አገልግሎቶች 43
ከድንገተኛ አደጋ በኋላ እንዴት እንክብካቤ ማግኘት እችላለሁ? 44
አስቸኳይ እንክብካቤ እንዴት አገኛለሁ? 44
የአስቸኳይ እንክብካቤ መገኛዎች 44
የእርስዎ የጥርስ ጥቅማ ጥቅሞች እና አገልግሎቶች 45
የጥርስ ሕክምና አገልግሎቶች ምንድን ናቸው? 45
የጥርስ ህክምና እቅድ እንዴት እመርጣለሁ? 46
የጥርስ ህክምና ጥቅማ ጥቅሞቼን እንዴት እጠቀማለሁ? 46
የመጀመሪያ ደረጃ የጥርስ ሐኪም እንዴት እመርጣለሁ? 46
ከመጀመሪያ ደረጃ የጥርስ ሐኪሜ ጋር እንዴት ቀጠሮ መያዝ እችላለሁ? 46
ወደ ቀጠሮዬ ለመሄድ ትራንስፖርት ማግኘት እችላለሁ? 47
የመጀመሪያ ደረጃ እንክብካቤ የጥርስ ሀኪሜን እንዴት እቀይራለሁ? 47
ስፔሻሊስት ወይም ሌላ አገልግሎት አቅራቢ ማግኘት አለብኝ ብዬ ካሰብኩስ? 47

ምን ዓይነት የጥርስ ህክምና ጥቅማ ጥቅሞች አሉኝ? 48

የጥቅማጥቅሞች እና አገልግሎቶች ማጠቃለያ 48

የጥርስ የድንገተኛ አደጋ እና አስቸኳይ የጥርስ እንክብካቤ አገልግሎቶች........ 49

የጥርስ ድንገተኛ አደጋ ምንድነው? 49

አስቸኳይ የጥርስ ህክምና አገልግሎት ምንድን ነው? 49

ከከተማ ውጭ ብሆን እና ድንገተኛ አደጋ ካጋጠመኝ ወይም አስቸኳይ የጥርስ ህክምና ካስፈለገኝስ? 49

ከድንገተኛ አደጋ በኋላ እንዴት እንክብካቤ ማግኘት እችላለሁ? 49

የአእምሮ ጤና እና የኬሚካል ጥገኝነት ጥቅማ ጥቅሞች........50

የአእምሮ ጤና አገልግሎቶች ምንድን ናቸው? 50

የአዋቂዎች የአእምሮ ጤና አገልግሎቶች 50

የልጆች የአእምሮ ጤና አገልግሎቶች 50

የአእምሮ ጤና እና የኬሚካል ጥገኝነት ጥቅማ ጥቅሞቼን እንዴት እጠቀማለሁ? 51

የኬሚካል (የአልኮል ወይም የአደንዛዥ ዕፅ) ጥገኝነት ሕክምናን እንዴት አገኛለሁ?........ 51

የአእምሮ ጤና አቅራቢን እንዴት አገኛለሁ?........ 51

የአእምሮ ጤና አቅራቢ ለመምረጥ እርዳታ ካስፈለገኝስ? 51

ከእኔ የአእምሮ ጤና አገልግሎት አቅራቢ ጋር እንዴት ቀጠሮ መያዝ እችላለሁ?........ 52

በሐኪም የታዘዙ መድኃኒቶቼን እንዴት ማግኘት እችላለሁ?........ 52

የአእምሮ ጤና የድንገተኛ ሁኔታ እና የቀውስ አገልግሎቶች 52

የአእምሮ ጤና ድንገተኛ አደጋ ምንድነው? 52

ከከተማ ውጪ ብሆን እና ድንገተኛ አደጋ ካጋጠመኝስ? 53

ወደ ቀጠሮዬ ለመሄድ ትራንስፖርት ማግኘት እችላለሁ? 53

ቅሬታዎች እና የይግባኝ ጥያቄዎች 53

እንዴት ቅሬታ ማቅረብ እችላለሁ?........ 53

አንድ አገልግሎት ከተከለከለ - እንዴት ይግባኝ እጠይቃለሁ?........ 54

ውሳኔን እንዴት ይግባኝ ማለት እንደሚቻል........ 54

ይግባኜ ውድቅ ከተደረገ፣ አስተዳደራዊ ችሎት እንዴት ማግኘት እችላለሁ? 55

ፈጣን (የተፋጠነ) የችሎት መሰማት ካስፈለገኝስ?........ 55

አገልግሎቶቼ ይቆማሉ? 55

እንድከፍል ከተጠይቅኩ ምን ማድረግ አለብኝ?........ 55

ለክፍያዎች ኃላፊነት........ 56

በOHP ላይ ለጤና እንክብካቤ አገልግሎት መቼ መክፈል አለብኝ? 56

የህይወት መጨረሻ ውሳኔዎቼን እንዴት አካፍላለሁ?......57

የሕይወት መጨረሻ ውሳኔዎች እና የቅድሚያ መመሪያዎች (የሕያው ኑዛዜዎች) 57

የአእምሮ ጤና ሕክምና መግለጫ...... 58

የግል መረጃዬ ግላዊነቱን የጠበቀ ነውን?......58

የእርስዎ መዝገቦች ግላዊነታቸው የተጠበቀ ነው።...... 58

የግላዊነት ቅሬታ ማቅረብ ወይም የግላዊነት ችግርን ሪፖርት ማድረግ እንዴት እችላለሁ? 59

የግላዊነት ተግባራት ማሳወቂያ 59

የተጠራጠርኩትን ማጭበርበር፣ ብክነት ወይም አላግባብ መጠቀምን እንዴት ሪፖርት አደርጋለሁ? 61

የእርስዎን የጤና እንክብካቤ ያለ አግባብ ማግኘት 62

መታወቅ ያለባቸው ቃላት...... 64

ማስታወሻዎች......66

ወደ TRILLIUM COMMUNITY HEALTH PLAN እንኳን በደህና መጡ

ከ1977 ጀምሮ ሰዎችን በኦሪገን የጤና እቅድ (OHP) እየረዳን ነበር። እርስዎን በማገልገላችን ደስተኞች ነን። ይህን የመመሪያ መጽሃፍ የላክንልዎት ከOHP የጤና እንክብካቤ ጥቅማ ጥቅሞችን እንደሚያገኙ ለማሳወቅ ነው። እባክዎትን ይህን የመመሪያ መጽሐፍ ለማንበብ ጊዜ ይውሰዱ። ስለ አገልግሎቶች፣ ጥቅማጥቅሞች እና እርዳታ ከፈለጉ እንዴት ማግኘት እንደሚችሉ ጨምሮ ለብዙ ጥያቄዎችዎ መልስ ያገኛሉ። በማንኛውም ጊዜ የዚህን የመመሪያ መጽሐፍ ቅጂ መጠየቅ ይችላሉ።

Trillium የተቀናጀ እንክብካቤ ድርጅት (CCO) ነው። እኛ ከጤና እንክብካቤ አቅራቢዎች እና ከማህበረሰብ አጋሮች ጋር በአንድነት በOHP ለታቀፉ ሰዎች የምንሰራ ኩባንያ ነን።

በእኛ CCO ውስጥ ያሉ አቅራቢዎች የሚከተሉት ናቸው፦ አካላዊ ጤና፣ የባህርይ ጤና፣ የጥርስ ጤና እና MTM (የህክምና ትራንስፖርት አስተዳደር)።

Trillium CCO አካላዊ፣ የአእምሮ እና የጥርስ ጤና አገልግሎቶችን ለማግኘት በሚሰጡ ቀጠሮዎች ላይ ነጻ ትራንስፖርት ያዘጋጃል።

Trillium ጤና ነክ የሆኑ እና ያልሆኑ ፍላጎቶችን ለማሟላት የሚያስችለውን ምርጥ መንገድ ለማግኘት ከእያንዳንዱ አባል እና ከጤና እንክብካቤ አቅራቢዎቻቸው ጋር በመተባበር እንክብካቤን እንዲያገኙ ያስተባብራል። ታካሚን ያማከለ የመጀመሪያ ደረጃ እንክብካቤ ቤቶች (PCPCHs) የአባላትን ጤና ነክ የሆኑ እና ያልሆኑ ፍላጎቶችን ለማስተባበር ሊረዱ ይችላሉ።

OREGON HEALTH PLAN (OHP) ምንድን ነው?

የኦሪገን የጤና እቅድ (OHP) ዝቅተኛ ገቢ ላላቸው የኦሪገን ዜጎች ለጤና እንክብካቤ የሚከፍል ፕሮግራም ነው። የኦሪገን ግዛት እና የአሜሪካ መንግስት የሜዲኬይድ ፕሮግራም ይህንን ይከፍላሉ።

OHP ለሚከተሉት ይከፍላል፦

- ለዶክተር ጉብኝቶች
- ለታዘዙ መድሃኒቶች
- ለሆስፒታል ቆይታዎች
- ለጥርስ ህክምና
- ለአእምሮ ጤና አገልግሎቶች
- ሲጋራ፣ አልኮል እና አደንዛዥ እጾችን እንዲያቆሙ ለሚታገዙ
- ለጤና እንክብካቤ አገልግሎቶች ለሚደረጉ ነፃ መጓጓዣዎች።

OHP ብቁ ሆነው ከተገኙ የመስሚያ መርጃ መሳሪያዎችን፣ የህክምና መሳሪያዎችን እና የቤት ውስጥ የጤና እንክብካቤን ያቀርብልዎታል።

OHP ሁሉንም ነገር አይሸፍንም። ቅድሚያ የሚሰጣቸው (የታዘዙ) የጤና አገልግሎቶች ዝርዝሮች የሚባሉትየሚሸፈኑ የበሽታ እና የሁኔታዎች ዝርዝሮች በሚከተለው አገናኝ መስመር ላይ ያገኙታል፦ http://www.oregon.gov/oha/hsd/ohp/pages/prioritized-list.aspx

ከዚህ ውጪ ያሉ በሽታዎች እና ሁኔታዎች በአብዛኛው በOHP አይሸፈኑም። እነዚያ ሁኔታዎች እነርሱን ማከም የሚሸፈኑ በሽታዎችን ለማከም የሚረዱ ሆኖ ከተገኘ ሊሸፈኑ ይችላሉ። ለምሳሌ፣ አንድ ታካሚ አንድ የተሸፈነ የጤና እክል እና ሌላ ክፍያው ያልተሸፈነ የጤና እክል ሊኖረው ይችላል። ያልተሸፈነው የጤና እክል የተሸፈነውን እክል እንዲሻሻል የሚረዳ ከሆነ ሊሸፈን ይችላል። ቅድሚያ ስለሚሰጣቸው (የታዘዙ) የጤና አገልግሎቶች ዝርዝር የበለጠ መረጃ ለማግኘት በ 1-877-600-5472 ወደ Trillium መደወል ይችላሉ።

ቅድሚያ የሚሰጣቸው የጤና አገልግሎቶች ዝርዝር

የኦሪገን የጤና እቅድ አባል ጥቅማ ጥቅሞች የሚወሰነው ያሉበት የጤና ሁኔታ እና ህክምና በየትኛው ቅድሚያ የሚሰጣቸው (የታዘዙ) የጤና አገልግሎቶች ዝርዝር ውስጥ እንደሚመደብ ሲታወቅ ነው። የኦሪገን የጤና ማስረጃ ግምገማ ኮሚሽን (HERC) ይህንን ዝርዝር የሚያዘጋጅ ሲሆን ይህንኑ ወቅታዊ ለማድረግ በየጊዜው ስብሰባ ያካሂዳል። HERC ዶክተሮችን፣ ነርሶችን እንዲሁም ሌሎች የጤና አጠባበቅ ጉዳዮች የሚያሳስቧቸውን ሰዎች ያቀፈ ነው።

የኦሪገን የጤና እቅድ ሁሉንም ነገር አይሸፍንም። ቅድሚያ በሚሰጠው (የታዘዘ) ዝርዝር መስመር በታች የሚገኙት የሕክምና እና የምርመራ አገልግሎቶች በኦሪገን የጤና እቅድ የገንዘብ ድጋፍ አይደረግላቸውም። የምናስተዳድራቸው ሁሉም የእንክብካቤ እቅዶች እና የጤና እንክብካቤ አቅራቢዎች በOHP ስር አገልግሎት መስጠት ይችሉ እንደሆነ ለማወቅ ቅድሚያ የሚሰጠውን (የታዘዙ) ዝርዝርን መጠቀም አለባቸው። ሌሎች መሟላት ያለባቸው መመዘኛዎች ስላሉ ቅድሚያ የሚሰጣቸው (የታዘዙ) ዝርዝሮች መስመር በላይ ያሉ ሁሉም ሁኔታዎች እና ህክምናዎች አይሸፈኑም።

OHP አንድ አባል ጤናማ በማይሆንበት ጊዜ፣ ምን ችግር እንዳለበት ለማወቅ የሚሰጡ አገልግሎቶችን ምክንያታዊ በሆነ መልኩ ይሸፍናል። ይህ ክፍያው ያልተሸፈነ የምርመራ ሁኔታን ያጠቃልላል። አንድ የጤና እንክብካቤ አቅራቢ ክፍያው ያልተሸፈነን ምርመራ ወይም ህክምና ሊያደርግ ከወሰነ፣ OHP ለዚያ ሁኔታ ምንም ተጨማሪ አገልግሎት አይከፍልም።

Trillium ለሁሉም የተሸፈኑ አገልግሎቶች ቅድሚያ በተሰጠው የጤና አገልግሎት ዝርዝር መሰረት እንዲሁም በማንኛውም አግባብነት ያለው የሐሳብ መግለጫ እና ቅድሚያ የተሰጣቸው ዝርዝር መመሪያ ማስታወሻዎች ላይ በተገለፀው መሰረት አገልግሎቶቹ በቃል ወይም በሕክምና አግባብነት ያላቸው እስከሆኑ ድረስ ይከፍላል።

በእኔ እቅድ እና በOHP መካከል ያለው ልዩነት ምንድን ነው?

OHP የኦሪገን የጤና እቅድ ሁኔታ ማለት ነው። ሁኔታው OHP ላላቸው ሰዎች የጤና እንክብካቤ አገልግሎትን ለማስተዳደር ከብዙ የተቀናጁ እንክብካቤ ድርጅቶች (CCOs) ጋር ውል ያደርጋል። Trillium ከእነዚህ CCOዎች አንዱ ነው።

የኦሪገን ግዛት የሚያገኟችውን ጥቅሞች ያብራራል። OHP አባላቱን ለማገልገል በርከት ያሉ እና የተለያዩ CCOዎችን ይጠቀማል። Trillium ከነዚህ CCOዎች አንዱ ነው።

የተቀናጀ እንክብካቤ ድርጅት (CCO) ምንድን ነው?

Trillium የማህበረሰብ ጤና እቅድ የተቀናጀ እንክብካቤ ድርጅት (CCO) ነው። እኛ ሁሉንም አይነት የጤና እንክብካቤ የምናቀርብ ሰዎች በአንድነት ተቀናጅተን በማህበረሰባችን ውስጥ በOHP ለታቀፉ ሰዎች የምንሰራ ቡድን ነን። በእኛ CCO የሚካተቱ አቅራቢዎች Trillium፣ Trillium Behavioral Health፣ Advantage Dental Services፣ Capitol Dental Care፣ Oregon Dental Service እና MTM ናቸው። ትሪሊየም CCO ድንገተኛ ያልሆነ ትራንስፖርት (NEMT) በመባል የሚታወቀውን ነፃ የትራንስፖርት አገልግሎቶችን፤ እንዲሁም ለሁሉም በዋሽንግተን፣ ክላካማስ እና ሙልትኖማህ አውራጃዎች ለሚኖሩ ሰዎች የአካል፣ የአእምሮ እና የጥርስ ጤና አገልግሎቶችን ያቀርባል።

የሚተዳደር እንክብካቤ እና ክፍያ-ለአገልግሎት ምንድን ናቸው?

CCOዎች (የተቀናጁ እንክብካቤ ድርጅቶች) የሚተዳደር እንክብካቤ ዓይነት ናቸው። የኦሪገን ጤና ባለስልጣን (OHA) በOHP ስር ያሉ ሰዎች የጤና አገልግሎት ይህንኑ ሊሰሩ በተመደቡ የግል ኩባንያዎች እንዲስተዳደር ይፈልጋል። OHA ለአባሎቻቸው የሚያስፈልጋቸውን የጤና እንክብካቤ አገልግሎቶችን ለመስጠት በየወሩ ለእንክብካቤ አስተዳዳሪ ኩባንያዎች የተወሰነ የገንዘብ መጠን ይከፍላል።

በTRILLIUM ፋንታ የክፍት-ካርድ OHP ብፈልግስ?

በሚተዳደር እንክብካቤ ውስጥ ላልታቀፉ የOHP አባላት፣ የጤና አገልግሎቶች የሚከፈሉት በቀጥታ በOHA ነው። OHA ለአገልግሎት አቅራቢዎች የአገልግሎት ክፍያ ስለሚሰጥ ለአገልግሎት-ክፍያ (FFS) በመባል ይታወቃል። ክፍት ካርድ ተብሎም ይጠራል። የአሜሪካ ተወላጆች/ የአላስካ ተወላጆች በCCO ውስጥ መካተት ይችላሉ፣ ነገር ግን በማንኛውም ጊዜ ወደ ክፍት ካርድ OHP ለመቀየር መጠየቅ ይችላሉ። በተጨማሪም በMedicare አገልግሎት ውስጥ ከሆኑ በክፍት ካርድ OHP ላይ እንዲሆኑ መጠየቅ ይችላሉ ከOHP በተጨማሪ። በሁለቱም Medicare እና OHP ውስጥ ያሉ ሰዎች በCCO ውስጥ ሊካተቱ ይችላሉ፣ ነገር ግን በማንኛውም ጊዜ አካላዊ የጤና ጥቅማቸውን ወደ ክፍት ካርድ OHP እንዲቀይሩ መጠየቅ ይችላሉ። FFS ለማግኘት የሕክምና ምክንያት ያለው ማንኛውም የCCO አባል ከሚተዳደር እንክብካቤ ለመልቀቅ መጠየቅ ይችላል። OHP የደንበኛ አገልግሎቶች በ 1-800-273-0557 ላይ ሲደውሉ የጤና እንክብካቤዎን የሚያገኙበት ምርጡን መንገድ የበለጠ እንዲረዱትና የተሻለ እንዲመርጡ ሊያግዝዎት ይችላል።

Trillium የእኔ CCO እንዲሆን የማልፈልግ ከሆነስ?

ትክክለኛውን እንክብካቤ የማግኘት ችግር ሲያጋጥምዎ፣ እባክዎን CCO ከመቀየርዎ በፊት እርስዎን ለመርዳት እንሞክር። ለአባላት አገልግሎታችን በ 1-877-600-5472፣ TTY 711 ይደውሉ እና የእንክብካቤ አስተባባሪውን ለማግኘት ይጠይቁ። አሁንም ለመልቀቅ ወይም የእርስዎን CCO ለመቀየር ከፈለጉ፣ ለOHP የደንበኛ አገልግሎት ይደውሉ። የእነርሱ ቁጥሮች 503-378-2666 እና 1-800-699-9075 ናቸው።

ከስር የተዘረዘሩትን ነገሮች ካደረጉ CCO የኦሪገን የጤና ባለስልጣንን ከሱ እንዲያስወግድዎ ሊጠይቅ ይችላል፦

- የCCO ሰራተኞች ወይም አቅራቢዎችዎን በአግባቡ ካልያዙ፤
- ሌላ ሰው የእርስዎን የጤና እንክብካቤ ጥቅማጥቅሞች እንዲጠቀም የማድረግ ወይም ሌላ አይነት የማጭበርበር ድርጊቶችን ከፈጸሙ።
- በጤና እንክብካቤ አቅራቢውም ሆነ በአቅራቢው ሰራተኞች፤ በሌሎች ታካሚዎች ወይም በTrillium ሰራተኞች ላይ የሚደርስ አካላዊ ጥቃት እንዲሁም ተአማኒነት ያለው ማስፈራሪያ መፈጸም የTrilliumን ለእርስዎ ወይም ለሌሎች አባላት አገልግሎት የመስጠት ችሎታን በእጅጉ ይጎዳል።

አላግባብ ድርጊትዎ ከእርስዎ የጤና ሁኔታ ጋር የተያያዘ ከሆነ፣ እርስዎን ለማስወገድ ምክንያት አይሆንም።

በሚከተሉት ሁኔታዎች ምክንያት CCO የኦሪገን የጤና ባለስልጣንን እርስዎን እንዲያስወግድዎት ላይጠይቅ ይችላል፦

- በጤና ሁኔታዎ ላይ አሉታዊ ለውጥ ከኖርዎት፤
- ብዙ የጤና አገልግሎቶችን ከተጠቀሙ፤
- በልዩ ፍላጎቶችዎ ምክንያት ያለመተባበር ወይም የማደናቀፍ እርምጃ ከወሰዱ፤
- ብዙ የሕክምና አገልግሎቶች ሊፈልጉ እንደሚችሉ የሚያሳይ ጥበቃ የሚደረግለት ክፍል አባል ከሆኑ፤
- ብዙ የሕክምና አገልግሎቶች ሊፈልጉ እንደሚችሉ የሚያሳይ የሕክምና ሁኔታ ወይም ታሪክ ሲኖርዎት፤
- የአካል፣ የአስተሳሰብ፣ የእድገት ወይም የአዕምሮ እክል ሲኖርዎት።

ለበለጠ መረጃ ወደ Trillium አባል አገልግሎቶች በተጠቀሰው ቁጥር ይደውሉ 1-877-600-5472። እንዲሁም የOHP ደንበኛ አገልግሎቶችን ለማግኘት በ 1-800-273-0557 ወይም 800-699-9075 ላይ መደወል ይችላሉ። CCO አባልነትዎን እንዲያቆሙ (ምዝገባ እንዲሰርዙ) መቼ እንደሚጠይቅዎት፣ ስለ ጊዜያዊ የምዝገባ ልዩ ሁኔታዎች ወይም የምዝገባ ነፃነቶች መጠየቅ ይችላሉ።

እያንዳንዱ የምዝገባ ጊዜ ከመጀመሩ ቢያንስ 60 ቀናት ቀደም ብሎ አባላት ስለ መልቀቂያ መብቶች የጽሁፍ ማስታወሻ ይደርሳቸዋል።

ወደ ሌላ CCO እንዴት እቀይራለሁ?

ወደ ሌላ CCO መቀየር ከፈለጉ፣ እርስዎ ወይም ተወካይዎ በቃልም ሆነ በጽሁፍ ማድረግ ይችላሉ። ለOHP አባል አገልግሎት በ503-378-2666 ወይም 1-800-699-9075 መደወል ይችላሉ። ለውጡ የOHA ማጽደቅን ተከትሎ በወሩ መጀመሪያ ላይ ተግባራዊ ይሆናል። ሌላ CCO ለምዝገባ ክፍት እስከሆነ ድረስ ለመለወጥ ብዙ እድሎች አሉዎት።

- የተመደቡበትን CCO የማይፈልጉ ከሆነ፣ ከተመዘገቡ በመጀመሪያዎቹ 90 ቀናት ውስጥ መቀየር ይችላሉ።
- ከዚህ ቀደም CCO ከተመዘገቡ በኋላ በመጀመሪያዎቹ 30 ቀናት ውስጥ OHP ላይ ከነበሩ።
- በእርስዎ CCO ውስጥ ለ6 ወራት ከተመዘገቡ፣ CCO ለመቀየር መጠየቅ ይችላሉ።
- የኦሪገን የጤና እቅድ ሽፋንዎን ሲያድሱ (አብዛኛውን ጊዜ በዓመት አንዴ) በሌላ በማንኛውም ምክንያት CCO ዎችን በዓመት አንድ ጊዜ መቀየር ይችላሉ።

የሚከተሉት ነጥቦች ከተሟሉ በማንኛውም ሰዓት CCOዎችን ለመቀየር መጠየቅ ይችላሉ፦

- አንድ አባል ከ CCO አገልግሎት አካባቢ ከወጣ፣ የ OHP ምናባዊ የብቁነት ማዕከልን በ 800-699-9075 ወይም የደንበኛ አገልግሎት ክፍልን በ 800-273-0557 በተቻለ ፍጥነት ማነጋገር አለባቸው።
- በሥነምግባራዊ ወይም በሃይማኖታዊ ተቃውሞ ምክንያት Trillium የሚፈልጉትን አገልግሎት አይሸፍንም።
- ተዛማጅ አገልግሎቶች በተመሳሳይ ጊዜ እንዲከናወኑ ሲፈልጉ፣ ነገር ግን ሁሉም ተዛማጅ አገልግሎቶች በግንኙነት መረቡ ውስጥ የማይገኙ ሲሆኑ፣ የመጀመሪያ ደረጃ እንክብካቤ አቅራቢዎ ወይም ሌላ አገልግሎት አቅራቢ አገልግሎቶቹን ማግኘትዎ ወደ አላስፈላጊ አደጋ እንደሚያጋልጥዎ ይወስናሉ (ለምሳሌ በቀዶ ጥገና ልጅ መውለድ ወይም ማህጸንን በማዘጋት ወሊድን መከላከል)

OHA ምዝገባ መሰረዙን ካፀደቀ፣ ለዚያ ውጤት ማሳወቂያ ይደርስዎታል። በሂደቱ ካልተደሰቱ ቅሬታ ማቅረብ ወይም ምዝገባ ለመሰረዝ በተሰጠው ውሳኔ ካልተስማሙ ማብራሪያ ለመስጠት መጠየቅ ይችላሉ።

Trillium የሚሰራው እንዴት ነው?

Trillium የህክምና እና የህክምና ያልሆኑ ፍላጎቶችን ለማሟላት ምርጡን መንገድ ለማግኘት፣ ከእያንዳንዱ አባል እና ከጤና እንክብካቤ አቅራቢዎቻቸው ጋር በመተባበር የሚያገኙትን እንክብካቤ ያስተባብራል። ለህክምና ላልሆኑ ፍላጎቶች፣ ታካሚን ያማከለ የመጀመሪያ ደረጃ እንክብካቤ ቤቶች (PCPCHs) ጭንቀት፣ ድብርት እንዲሁም የትምባሆ፣ የአደንዛዥ እጽ እና የአልኮል ሱስ ያለባቸውን አባላት ይረዳሉ። Trillium በቂ የግንኙነት መረብ መኖሩን ለማረጋገጥ በአቅራቢ አይነቶች ላይ የግንኙነት መረቡን ይቆጣጠራል።

አንዳንድ ጊዜ ክፍያ-ለአገልግሎት OHP የማይሸፍነውን አገልግሎቶች እናቀርባለን። ስለ Trillium መዋቅር እና አሠራር ተጨማሪ መረጃ የመጠየቅ እና የመቀበል መብት አልዎት። ስለ Trillium መዋቅር እና አሠራር ተጨማሪ መረጃ ለማግኘት፣ Trilliumን በስልክ ቁጥር 1-877-600-5472 ወይም TTY 711 ያግኙ።

ታካሚን ያማከለ የመጀመሪያ ደረጃ እንክብካቤ ቤት (PCPCH) ምንድን ነው?

ምርጥ የሆነውን እንክብካቤ እንዲያገኙ እንፈልጋለን። ያንን ለማድረግ የምንሞክርበት አንዱ መንገድ አቅራቢዎቻችን በኦሪገን የጤና ባለስልጣን (OHA) እንደ ታካሚን ያማከለ የመጀመሪያ ደረጃ እንክብካቤ ቤት (PCPCH) እንዲቆጠሩ መጠየቅ ነው። ይህ ማለት ሁሉም የህክምና፣ የጥርስ ህክምና እና የባህሪ ጤና ፍላጎቶቻቸው መሟላታቸውን ለማረጋገጥ ታካሚዎቻቸውን በቅርብ ለመከታተል ተጨማሪ ገንዘብ ሊያገኙ ይችላሉ።

PCPCH ከሆነ ክሊኒክዎን ወይም የአቅራቢዎን ቢሮ መጠየቅ ይችላሉ። የሚያገኙት የጤና እንክብካቤ ለእኛ አስፈላጊ ነው! ጥቅማ ጥቅሞችዎን እና ጥያቄዎችዎን በአገር ውስጥ እስተናግዳለን። ወዲያውኑ እንክብካቤ ከፈለጉ፣ ይደውሉልን እና የሚያስፈልግዎትን እንክብካቤ እንዲያገኙ እንረዳዎታለን። እንድናገለግልዎ ስለፈቀዱልን እናመሰግናለን።

የእቅድ መረጃ

ጥያቄዎች ካሉኝ ለማን ልደውል?

በሚከተሉት ሁኔታዎች ወደ TRILLIUM ይደውሉ፦

- ለTrillium አዲስ ከሆኑ እና ወዲያውኑ እንክብካቤ ካስፈለገዎት።
- የመጀመሪያ ደረጃ እንክብካቤ አቅራቢን PCP (የመጀመሪያ እንክብካቤ አቅራቢ) ለማግኘት እርዳታ ከፈለጉ ወይም መቀየር ከፈለጉ።
- የጥርስ ሐኪምን ለማግኘት እርዳታ ከፈለጉ ወይም መቀየር ከፈለጉ።
- የጤና እንክብካቤ አገልግሎቶችን ለማግኘት እርዳታ ከፈለጉ።
- ስለ የይገባኛል ጥያቄ ወይም ስለ ጥቅማጥቅሞችዎ ጥያቄዎች ካሉዎት።
- አዲስ የTrillium **OHP** መታወቂያ ካርድ ከፈለጉ።
- ስለ ጤና እንክብካቤ ሽፋንዎ ቅሬታ ካልዎት።
- አደጋ ካጋጠመዎት ወይም ጉዳት ከደረሰብዎት እና ወጪዎቹ በሌላ ሰው ሊሸፈኑ ከቻሉ።

በሚከተሉት ሁኔታዎች ወደ OHP የአባል አገልግሎቶች ይደውሉ፦

- ከTrillium የአገልግሎት ክልል ውጪ ከወጡ።
- ካረገዙ ወይም የእርግዝና ጊዜዎ ካበቃ።
- ልጅ ካልዎት።
- ስለ ብቁነትዎ ጥያቄዎች ካሉዎት።
- ሌላ የጤና ኢንሹራንስ ካገኙ ወይም ካጡ።
- የጤና እቅድዎን መቀየር ከፈለጉ።
- አዲስ የኦሪገን የጤና መታወቂያ ካርድ ከፈለጉ።
- በእርስዎ የኦሪገን ጤና መታወቂያ ወይም **OHP** የሽፋን ደብዳቤ ላይ ያለው መረጃ የተሳሳተ ከሆነ።
- ከኦሪገን የጤና ባለስልጣን ስለደረሰዎት **OHP** የሽፋን ደብዳቤ ጥያቄዎች ካሉዎት።

ወዲያውኑ እንክብካቤ ብፈልግስ?

ለTrillium አዲስ ከሆኑ እና ወዲያውኑ የህክምና እንክብካቤ ወይም የመድሃኒት ማዘዣ ከፈለጉ፣ እባክዎ ይደውሉልን። እንዲሁም ማንኛውንም አስፈላጊ ቀጣይነት ያለው እንክብካቤ ማግኘትዎን እርግጠኛ ለመሆን፣ በተቻለዎት ፍጥነት ከPCP ዎ ጋር ቀጠሮ ይያዙ። የባህሪ ጤና አገልግሎቶችን ወዲያውኑ ከፈለጉ፣ በTrillium አቅራቢዎች ማውጫ ውስጥ ከተዘረዘሩት ለማንኛውም አቅራቢ መደወል ወይም ለTrillium አባል አገልግሎቶች በ 1-877-600-5472፣ TTY 711 መደወል ይችላሉ።

እንክብካቤን ማግኘት

Trillium የሚከተሉትን ጨምሮ ግን በእነዚህ ሳይወሰን የእንክብካቤ መዳረሻን ይሰጣል፦

- በመረጡት ቋንቋ እና/ወይም ባህል ያሉ አገልግሎቶች፣ ድጋፎች እና ማንኛቸውም ሰነዶቻችንን
- አባላት በሚኖሩበት ወይም አገልግሎት በሚፈልጉበት ቦታ በተቻለ መጠን ቅርብ የሆኑ አገልግሎቶች፤
  - በከተማ አካባቢ የሚኖሩ ከሆነ ከሚኖሩበት ቦታ በ30 ማይል ወይም በ30 ደቂቃ ክልል ውስጥ

- በገጠር አካባቢ የሚኖሩ ከሆነ ከሚኖሩበት ቦታ በ60 ማይል ወይም በ60 ደቂቃ ክልል ውስጥ

- የአቅራቢዎች ምርጫ፤
- ህክምና አስፈላጊ ከሆነ በቀን **24** ሰዓት/በሳምንት ለ**7** ቀናት፣ እንክብካቤ እና ሽፋን የሚደረግላቸው አገልግሎቶችን በወቅቱ ማግኘት። ቅድሚያ ለሚሰጣቸው የማህበረሰቡ ክፍሎች እንክብካቤን በወቅቱ እናዘጋጃለን።
  - ድንገተኛ የአካል ወይም የባህሪ ጤና እንክብካቤ፦ ወዲያውኑ ወይም ወደ ድንገተኛ ክፍል ይላኩ።
  - ድንገተኛ የአፍ ውስጥ እንክብካቤ፦ በ24 ሰዓታት ውስጥ መታየት ወይም እንክብካቤ ማግኘት
  - አስቸኳይ አካላዊ እንክብካቤ፦ በ72 ሰዓታት ውስጥ ወይም እንደ አስፈላጊነቱ፣ መጀመሪያ በተደረገው የማጣሪያ ህክምና ይወሰናል
  - አስቸኳይ የአፍ ውስጥ እንክብካቤ፦ በሁለት ሳምንታት ውስጥ ወይም እንደ አስፈላጊነቱ፣ መጀመሪያ በተደረገው የማጣሪያ ህክምና ይወሰናል
  - ለሁሉም ሰዎች አስቸኳይ የባህርይ ጤና እንክብካቤ፦ በ24 ሰዓታት ውስጥ
  - አካላዊ የደህንነት እንክብካቤ፦ በአራት ሳምንታት ውስጥ
  - መደበኛ የአፍ ውስጥ እንክብካቤ፦ በስምንት ሳምንታት ውስጥ፣ ከስምንት ሳምንታት በላይ ለመቆየት የሚያበቃ ልዩ የጤና ምክንያት ከሌለ በስተቀር።
  - መደበኛ የባህርይ ጤና እንክብካቤ፦ ጥያቄ በቀረበ በሰባት ቀናት ውስጥ ምርመራ፣ አስፈላጊ በሆነበት ፍጥነት ከሁለተኛ ጉብኝት ጋር
  - ልዩ የባህሪ ጤና እንክብካቤ እና የቁስ አጠቃቀም ህክምና አገልግሎቶች፦ ወዲያውኑ።
  - በአቅም ማነስ ምክንያት የጊዜ ገደብ መሟላት ካልቻለ፣ በተጠባባቂዎች ዝርዝር ውስጥ መግባት አለብዎት። በተጠባባቂ ዝርዝር ውስጥ ከገቡ በኋላ በ72 ሰዓታት ውስጥ የአጭር ጊዜ አገልግሎቶችን ያገኛሉ። የአጭር ጊዜ አገልግሎቶች መጀመሪያ እንደጠየቋቸው አገልግሎቶች መሆን አለባቸው።
- ልዩ የባህሪ ጤና እንክብካቤ እና የቁስ አጠቃቀም ህክምና አገልግሎቶች፦ ወዲያውኑ። በአቅም ማነስ ምክንያት የጊዜ ገደብ መሟላት ካልቻለ፣ በተጠባባቂዎች ዝርዝር ውስጥ መግባት አለብዎት። በተጠባባቂ ዝርዝር ውስጥ ከገቡ በኋላ በ**72** ሰዓታት ውስጥ የአጭር ጊዜ አገልግሎቶችን ያገኛሉ። የአጭር ጊዜ አገልግሎቶች መጀመሪያ እንደጠየቋቸው አገልግሎቶች መሆን አለባቸው። ለልዩ የባህርይ ጤና ቅድሚያ የሚሰጣቸው የማህበረሰብ ክፍሎች የሚከተሉትን ያካትታሉ፦
  - ነፍሰ ጡር ሴቶችን፣
  - የቀድሞ ወታደሮች እና ቤተሰቦቻቸውን፣
  - ልጆች ያሏቸው ሴቶችን፣
  - ክፍያ ያልተሰጣቸው ተንከባካቢዎችን፣
  - ቤተሰቦችን፣
  - ዕድሜያቸው ከአራስ እስከ አምስት አመት የሆኑ ልጆችን፣
  - HIV/ኤድስ ያለባቸው ሰዎችን
  - የሳንባ ነቀርሳ ያለባቸው ሰዎችን፣
  - ለመጀመሪያ ደረጃ የአዕምሮ ጤና ቀውስ የተጋለጡ ሰዎችን፣ ወይም
  - የአእምሮ/የእድገት እክል ያለባቸው ሰዎችን
- የቁስ አጠቃቀም ህክምና አገልግሎቶች
  - ሄሮይንን ጨምሮ IV አደንዛዥ ዕፅ የሚጠቀሙ አባላት በፍጥነት ይመረመራሉ እና በመጠባበቂያ ዝርዝሩ ከተካተቱ በኋላ በ14 ቀናት ወይም በ120 ቀናት ውስጥ ህክምና ሊያገኙ ይችላሉ።
  - የኦፒኦይድ አጠቃቀም ችግር ያጋጠማቸው አባላት በ72 ሰአታት ውስጥ ምርመራ እና ህክምና ያገኛሉ።
  - በመድኃኒት የተደገፈ ሕክምና (MAT) አገልግሎቶች የሚፈልጉ አባላት በ72 ሰዓታት ውስጥ ይመረመራሉ። Trillium የአጭር ጊዜ አገልግሎቶች መሰጠታቸውን ለማረጋገጥ ውል ካላቸው አቅራቢዎች ጋር ይሰራል። ህክምና ከማግኘትዎ በፊት የተበከለ የውስጥ ሰውነትን የማፅዳት ሂደትን መከተል አይጠበቅብዎትም። ከ2 ያላነሱ የክትትል ቀጠሮዎችን ማግኘት ይችላሉ፣ አንዱ ቀጠሮ ምርመራው ከተካሄደ ከአንድ ሳምንት በኋላ ይካሄዳል። ምርመራው የሚከተሉትን ያካትታል፦
    - ሙሉ አካላዊ እና የእርስዎን ባዮሎጂካል፣ ስነ-ልቦና-ማህበራዊ እና መንፈሳዊ ፍላጎቶችን የሚገመግሙ ሌሎች ግምገማዎች።
    - አቅራቢው ስለእርስዎ የበለጠ ባለማወቅ ሊከሰቱ የሚችሉ አደጋዎችን ወይም ጉዳቶችን ማስወገድ እንዲችል፣ የሚጠቀሙባቸውን ምርጥ መድሃኒቶች ለማወቅ የተጠናቀቁትን ምርመራዎች ይገመግማል።

እነዚህን አገልግሎቶች እንዴት ማግኘት እንደሚችሉ ተጨማሪ መረጃ ለማግኘት፣ የሚከተለውን ድህረ ገፃችንን ይጎብኙ፦https://www.trilliumohp.com/members/oregon-health-plan/Benefits-and-Services.html

- አካላዊ፣ የባህርይ እና የአፍ ውስጥ ጤንነትን የሚያካትት ህክምና፣ የእንክብካቤ እቅድ ወይም የእንክብካቤ እቅድ ሽግግር
- የተሸፈነ የጤና እንክብካቤ አገልግሎትን የሚያስተባብር ቀጣይነት ያለው የመጀመሪያ ደረጃ እንክብካቤ ምንጭ
- ለነፍሰ ጡር ሴቶች፦ የጥርስ ድንገተኛ ህክምና በ**24** ሰዓታት ውስጥ ይታያል ወይም ይታከማል፣ ለአስቸኳይ የጥርስ ህክምና **1** ሳምንት፣ ለመደበኛ የጥርስ ህክምና በአማካኝ አራት ሳምንታት እና የአራት ሳምንታት የመጀመሪያ የጥርስ ማጣሪያ ወይም ምርመራ።

የጤና ስጋት ማጣሪያ ምንድን ነው?

የጤና ስጋት ማጣሪያ በህይወትዎ ውስጥ ከተጨማሪ ድጋፎች ሊጠቀሙ ስለሚችሉ አካባቢዎች የተሻለ ግንዛቤ ለማግኘት የምንጠቀምበት ፈጣን የስልክ ጥሪ የዳሰሳ ጥናት ነው። ማጣሪያው ስለ ጤናዎ እና በጤንነትዎ ላይ ተጽእኖ ሊያሳድሩ ስለሚችሉ ነገሮች ይጠይቃል። ለምሳሌ፣ ምን እንደሚሰማዎት እንጠይቃለን። በቅርብ ጊዜ የድንገተኛ ክፍል ጉብኝቶች እንዳደረጉ እንጠይቃለን። እንዲሁም ስለ እርስዎ የኑሮ ሁኔታ እና በዕለት ተዕለት ኑሮዎ ውስጥ እርዳታ የሚፈልጉ ከሆነ እንጠይቃለን። ቡድኑ እርስዎን ከማህበራዊ ድጋፎች እና የተቀናጀ እንክብካቤ ጋር ማገናኘትም ይችላል።

መረጃው እንዴት ይደግፍዎታል?

አንዴ የጤና ስጋት ማጣሪያው ከተጠናቀቀ፣ የድጋፍ ቡድኖቻችን ከእርስዎ ጋር ሊገናኙ ይችላሉ። በጤና እንክብካቤ ልምድዎ ውስጥ እንዴት ልንደግፍዎ እንደምንችል እናጣራለን። የእኛ የእንክብካቤ አስተዳደር ቡድን ስለሚከተሉት ጉዳዮች ሊያነጋግርዎት ይችላል፦

- እንክብካቤ ስለማግኘት
- ሥር ስለሰደዱ ሁኔታዎች
- ውድቀትን ስለመከላከል እና ደህንነት
- የእርስዎ አካላዊ፣ የባህርይ እና የጥርስ ህክምና ግቦች

ከቡድናችን ጋር ሲነጋገሩ፣ ተጨማሪ ምርመራዎችን ልናደርግ እንችላለን። ይህ የእንክብካቤ እቅድ ግቦችዎን ለማወቅ ይረዳናል።

የጤና ስጋት ማጣሪያን በየምን ያህል ጊዜው ማጠናቀቅ አለብዎት?

የTrillium አባል ከሆናችሁ በኋላ እርስዎን ወደ ዕቅዱ እንኳን ደህና መጣችሁ ለማለት እና የጤና ስጋት ማጣሪያን ለማቅረብ በቅርቡ እናገኝዎታለን። የጤና ስጋት ማጣሪያ ወደ እቅዳችን ለስላሳ ሽግግር ማድረግዎን ለማረጋገጥ ከምንሰጣቸው የጤና ጥቅማ ጥቅሞች ጋር እንዲገናኙ ያግዝዎታል። እንዲሁም እንደ የጤናዎ ፍላጎት መቀያየር፣ በየ12 ወሩ ወይም ቀደም ብሎ ማጣሪያዎችን እናቀርባለን። ይህ የTrillium CCO አባል እስከሆኑ ድረስ የሚቀጥል ይሆናል።

የእኔን የጤና ስጋት ማጣሪያ መረጃ ማን ማግኘት ይችላል?

ከጤና ስጋት ማጣሪያ የሚገኘው መረጃ የጤና መዝገብዎ አካል ነው። ቀላል የእንክብካቤ ሽግግርን ለማቅረብ ሲረዳ የእርስዎን የማጣሪያ ውጤቶች እናጋራለን። እንዲሁም የእርስዎን እንክብካቤ ለመደገፍ የእርስዎን አቅራቢ(ዎች) የሚረዳ ሲሆን ውጤቱን እናጋራለን። የክልል ወይም የፌደራል ህጎች መረጃውን ሲጠይቁ ፈቃድዎን እንጠይቃለን። እንዲሁም በስልክ ልናገኝዎ ካልቻልን በፖስታ ልንልክልዎት እንችላለን። እርስዎን ከማግኘታችን በፊት የሆነ ነገር ከፈለጉ፣ እባክዎን ለአባላት አገልግሎት በ 1-877-600-5472 ይደውሉ።

የከፍተኛ እንክብካቤ ማስተባበሪያ አገልግሎቶች (ICC) ምንድናቸው?

የICC አገልግሎቶች ልዩ የጤና እንክብካቤ ፍላጎት ለሚያስፈልጋቸው አባላት እርዳታ እና ግብዓቶችን ይሰጣሉ። ለICC ቅድሚያ የሚሰጣቸው ሰዎች የሚከተሉትን አባላት የሚያካትቱ ይሆናል፦

1. በዕድሜ የገፉ ሰዎች፣ መስማት የሚያዳግታቸው፣ መስማት የተሳናቸው፣ ማየት የተሳናቸው፣ ወይም ሌላ የአካል ጉዳት ያለባቸው ግለሰቦች፤
2. ውስብስብ ወይም ከፍተኛ የጤና እንክብካቤ የሚያስፈልጋቸው፣ አሊያም ሥር የሰደደ እና የተደራረበ የጤና እክል ውስጥ ያሉ፣
3. ከባድ እና የማያቋርጥ የአእምሮ ሕመም ያላቸው፣ ወይም
4. በሜዲኬይድ የገንዘብ ድጋፍ የረጅም ጊዜ እንክብካቤ አገልግሎቶች እና ድጋፎች (LTSS) እያገኙ ያሉ፤
5. እድሜያቸው ከ0-5 የሆኑ ህፃናት፦
   a) የማህበራዊ/ስሜታዊ ወይም የባህርይ ችግሮች የመጀመሪያ ምልክቶችን የሚያሳዩ ወይም፤
   b) ከባድ የስሜት መቃወስ (SED) ምርመራ የተደረገላቸው፤
6. ለቁስ አጠቃቀም ቀውስ (SUD) በመድኃኒት የታገዘ ሕክምና ላይ ያሉ፤
7. በከፍተኛ ሁኔታ አስጊ የሆነ እርግዝና እንዳላቸው ለተመረመሩ ሴቶች፤
8. የኒዎናታል አብስቲየንስ ሲንድረም (እናት የምትወስዳቸው መድሃኒቶች በልጁ ላይ የሚፈጥሩት ተፅዕኖ) ለሚታይባቸው ልጆች፤
9. በልጆች ደህንነት የታቀፉ ልጆች፤
10. ለIV ዕፅ ተጠቃሚዎች፤
11. የመልቀቂያ አስተዳደር በሚያስፈልግበት ጊዜ SUD ሲኖር፤
12. ኤችአይቪ/ኤድስ ወይም የሳንባ ነቀርሳ ላለባቸው፤
13. ቤተሰቦቻቸው ወይም እራሳቸው የቀድሞ ወታደሮች ለነበሩ፤ እና
14. ለመጀመሪያ ደረጃ የአዕምሮ ጤና ቀውስአደጋ ላይ ለሆኑ፣ እንዲሁም
15. የአዕምሮ ልዕቀት እና የእድገት እክል (IDD) ካለባቸው ግለሰቦች መሃከል አንዱ ሲሆኑ ይሆናል።

የICC አገልግሎቶችን ለማግኘት ወይም ለICC አገልግሎቶች የጤና ስጋት ምርመራን ለመጠየቅ፣ እራስዎን መጥቀስ ይችላሉ። እንዲሁም፣ በጤና ቡድንዎ ውስጥ ያለ አንድ ሰው እርስዎን ወክሎ ማዛወር ይችላል። ለመዛወር ወይም የጤና ስጋት ማጣሪያን ለመጠየቅ፣ በ 1-877-600-5472 ቁጥር ለአባላት

አገልግሎት በመደወል የICC አገልግሎቶችን ለማግኘት መጠየቅ ይችላሉ። በአንድ የስራ ቀን ውስጥ ምላሽ ያገኛሉ።

የICC አገልግሎቶችን ለማቅረብ በቀጥታ እርስዎን የምናገኝበት ጊዜም ሊኖር ይችላል። ይህ የሚሆነው የእርስዎ የእንክብካቤ ፍላጎት ከፍተኛ ሊሆን እንደሚችል መረጃ ስናገኝ ነው። ሌላው ይህ የሚሆንበት ምክንያት ቅድሚያ ከሚሰጣቸው ሰዎች እንደ አንዱ አዲስ ምርመራ ሲደረግልዎት ነው።

ዝውውር ጠይቀውም ሆነ እራሳችን የICC አገልግሎቶችን ለማቅረብ ብናገኝዎት፣ የICC ስጋት ማጣሪያ ቅጽን እንዲሞሉ እንጠይቅዎታለን። ማጣሪያው ከማህበራዊ፣ አካላዊ እና ባህሪያዊ የጤና አቅርቦቶች ውስጥ ምን እንደሚፈልጉ ለማወቅ ብዙ ቦታዎችን ያስሳል።

ብቁ ከሆኑ፣ የICC አገልግሎቶችን ያገኛሉ።

የICC አገልግሎቶችን ለማግኘት ከመረጡ፣ የICC እንክብካቤ አስተባባሪ ይመደብልዎታል። ለእርስዎ የእንክብካቤ ጥያቄዎች የICC እንክብካቤ አስተባባሪው በቀጥታ የሚያገኙት ሰው ይሆናል። ስማቸው እና ስልክ ቁጥራቸው ይሰጥዎታል። በመደበኛ የስራ ሰአት፣ ከሰኞ እስከ አርብ ሊያገኟቸው ይችላሉ።

ለICC አገልግሎቶች ብቁ ካልሆኑ ወይም ካልፈለጉ፣ በማጣሪያዎ ግኝቶቹ ላይ በመመስረት ሌሎች የውስጥ እንክብካቤ ማስተባበሪያ ወይም የእንክብካቤ አስተዳደር ፕሮግራሞች ሊሰጡዎት ይችላል።

የICC እንክብካቤ አስተባባሪ የእርስዎን እንክብካቤ ለማስተባበር ከእርስዎ ወይም ከተወካይዎ (ካለዎት) እና ከህክምና ቡድንዎ ጋር በአንድነት ይሰራል።

የICC አገልግሎቶችን ለመቀላቀል በመረጡ በ10 ቀናት ውስጥ የICC እቅድ ይዘጋጃል። ይህ የእርስዎን ተለይተው የሚታወቁ ፍላጎቶች፣ እክሎች፣ እንቅስቃሴዎች እና ግብዓቶችን በማገናዘብ የግል ግቦችዎን፣ ጤናዎን እና ደህንነትዎን ለመደገፍ የሚያስችል ይሆናል። ይህ የእርስዎ እቅድ ነውና በተሟላ ሁኔታ ከእርስዎ እና ከቡድንዎ ጋር በቅንጅት መዘጋጀቱ አስፈላጊ ነው።

በእርስዎ ፍላጎቶች እና እክሎች መሰረት፣ እቅዱ በሙያ ዘርፋቸው ኃላፊነት የሚሰማቸው በርካታ የቡድን አባላትን ሊይዝ ይችላል። እነዚህ ዘርፎች አካላዊ፣ የቃል፣ የባህርይ፣ ማህበራዊ፣ ዕድገታዊ፣ ትምህርታዊ፣ ባህላዊ እና የገንዘብን ሲያካትት በእነዚህ ብቻ ያልተገደቡ ሊሆኑ ይችላሉ። የICC እቅድ በእርስዎ እና በቡድንዎ ግብአት አማካኝነት ቢያንስ በየ90 ቀኑ ይሻሻላል ነገር ግን እንደ አስፈላጊነቱ ሊፈጥንም ሊዘገይም ይችላል።

በእንክብካቤ ሽግግር ወቅት እርስዎን ልንረዳዎ እዚህ አለን፦

Trillium አዲስ የጤና እቅድን መቀላቀል ምን ያህል ፈታኝ ሊሆን እንደሚችል ያውቃል። ከሌላ CCO ወይም ከOHP ክፍት ካርድ ወደ Trillium የማህበረሰብ ጤና እቅድ የመጡ ከሆነ፣ ወደ አዲሱ ጥቅማጥቅሞችዎ ያለችግር ለመሸጋገር እንዲችሉ ልናግዝዎ እንችላለን። በእቅዶች መካከል በሚደረጉ ሽግግሮች ወቅት ከአቅራቢዎችዎ ጋር ያለው ሽፋን በሚከተለው መልኩ ይቀጥላል፦

ሙሉ የጥቅማጥቅሞች ድርብ ብቁነት (FBDE) የአባላት እንክብካቤ የሚሸፈነው ለሚከተሉት ይሆናል፦

- የመጀመሪያ ደረጃ እንክብካቤ አቅራቢ እስከ ዘጠና (90) ቀናት
- የአፍ ጤና አቅራቢ እስከ ዘጠና (90) ቀናት
- የባህርይ ጤና አቅራቢ እስከ ዘጠና (90) ቀናት

የተቀሩት ሁሉም የአባላት እንክብካቤ ለሚከተሉት ይሸፈናል፤

- የመጀመሪያ ደረጃ እንክብካቤ አቅራቢ እስከ ሠላሳ (30) ቀናት
- የአፍ ጤና አቅራቢ እስከ ሠላሳ (30) ቀናት
- የባህርይ ጤና አቅራቢ እስከ ስልሳ (60) ቀናት

ማስታወሻ፦ ንቁ የሕክምና ዕቅድ ወይም የታዘዘን የሕክምና ሁኔታ ለማሟላት የጊዜ ገደቦቹ እንደ አስፈላጊነቱ ሊስተካከል ይችላል።

በአፋጣኝ አገልግሎት የሚፈልጉ አዲስ አባላት

አዲስ የTrillium አባል ከሆኑ ወይም ለMedicare አዲስ ከሆኑ እንዲሁም በTrillium አዲስ ተመዝጋቢ ከሆኑ የህክምና እንክብካቤ፣ የመድሃኒት ማዘዣ (የመድሃኒት) አቅርቦቶች ወይም ሌሎች አስፈላጊ እቃዎች ወይም አገልግሎቶች ሊያስፈልጎት ይችላል። በተመዘገቡበት በመጀመሪያ ወር ከእነዚህ ውስጥ ማንኛውንም ነገር ፈልገው ከPCP፣ ከመጀመሪያ ደረጃ የጥርስ ሐኪም (PDP) ወይም ከሌላ አገልግሎቱን አቅራቢ ጋር መገናኘት ካልቻሉ፣ እኛ ልንረዳዎ እንችላለን። በሚከተለው ቁጥር ለአባላት አገልግሎት ከክፍያ ነጻ ይደውሉ፦ 1-877-600-5472 (TTY 711).

ማንኛውንም ከጤና ጋር የተገናኙ መሰረታዊ (አስፈላጊ) አገልግሎቶችን ወዲያውኑ እንዲያገኙ እንረዳዎታለን። ለTrillium ወይም Medicare አዲስ ከሆኑ፣ መረጃ ልንሰጥዎ እና ልንረዳዎት እንችላለን።

ቀለል ያለ ሽግግር ማድረግዎት ለእኛ አስፈላጊ ነው። ሁሉም አባላት ወደ ጊዜያዊ እንክብካቤ አቅራቢ ተቋም ወይም ወደ ረጅም ጊዜ እንክብካቤ ውስጥ ሲገቡ ወይም ሲወጡ፣ ለክትትል እንክብካቤ ተገቢውን የመረጃ መዝገብ ልውውጥ ጨምሮ አጠቃላይ የሽግግር የጤና እንክብካቤን ማግኘት ይችላሉ።

ቀጣይነት ያለው ወይም ሥር የሰደደ ሕመም ላለባቸው አባላት፣ ወይም የረጅም ጊዜ እንክብካቤ እና የረጅም ጊዜ አገልግሎትና ድጋፎችን ለሚሹ አባላት፤ Trillium ለሚከተሉት አባላት የእንክብካቤ እቅድ መቀመጠኑን ለማረጋገጥ Medicareን ጨምሮ ከሌሎች አቅራቢዎችዎ ጋር በአንድነት በጉዳዩ ላይ ይሠራል፦

- ልዩ የጤና እንክብካቤ ፍላጎት ላላቸው፣
- የረጅም ጊዜ አገልግሎቶችን እና ድጋፎችን ለሚወስዱ፣

- ከሆስፒታል ወይም ከሰለጠነ የነርሲንግ እንክብካቤ ተቋም ለሚሸጋገሩ፣
- ከተቋማት እና ከውስጥ ታካሚ የባህርይ ጤና ተቋማት ለሚሸጋገሩ፣
- ለባህርይ የጤና ሁኔታዎች በቤት እና በማህበረሰብ ላይ የተመሰረቱ አገልግሎቶችን ለሚቀበሉ እና
- የFBDE አባላት በMA ኮንትራክተር ተባባሪነት ወይም ለሁለቱም ብቁ የሆኑ የልዩ ፍላጎት DSN ዕቅዶች ውስጥ የተመዘገቡ ናችው።

ይህ የተሻለ ቅንጅት እንዲኖር የግምገማ እና የእንክብካቤ እቅድ መደራረብን ይቀንሳል።

ለሚከተሉት ሰዎች የእንክብካቤ ተደራሽነቱ እንደሚቀጥል እናረጋግጣለን፦

- በሕክምና ለተረጋገጠ ደካማ ልጆች
- በጡት እና በማህፀን በር ካንሰር ህክምና ፕሮግራሞች ውስጥ ላሉ ሰዎች
- በኤችአይቪ/ኤድስ ምክንያት የኬርአሲስት እገዛ ለሚደረግላቸው ሰዎች
- በሚከተሉት የሕክምና ፕሮግራሞች ውስጥ ለተካተቱ ሰዎች፦
  - የመጨረሻ ደረጃ የኩላሊት በሽታ (የኩላሊት ሙሉ ለሙሉ ስራ ማቆም)
  - ቅድመ ወሊድ ወይም ድህረ ወሊድ እንክብካቤ (ከእርግዝና በፊት ወይም በኋላ)
  - ንቅለ-ተከላ አገልግሎቶች
  - የጨረር ወይም የኬሞቴራፒ ህክምና አገልግሎቶች (የካንሰር ሕክምና)
- ህክምናውን በአግባቡ ባለመከታተል ትልቅ የጤና ችግር ስጋት ላለባቸው ሰዎች

በዚህ የሽግግር ወቅት ምንም እንኳን የቀድሞ አቅራቢዎ ከግንኙነት መረብዎ ውጪቢሆኑም መገናኘቱን ግን መቀጠል ይችላሉ።

አዲስ ትዕዛዞችን እስኪያገኙ ወይም የህክምና እቅድዎን ወቅታዊ እስከሚያደርጉ በተጨማሪም ከአዲስ PCP፣ የጥርስ ሐኪም እና የባህርይ ጤና አቅራቢ ጋር ለመገናኘት እስኪችሉ ድረስ፣ በአሁኑ ጊዜ እየተቀበሉ ያሉትን ዕቃዎች ማለትም እንደ ማዘዣዎች ወይም ሌሎች የሕክምና አቅርቦቶች መጠቀምዎ በሽግግሩም ወቅት የሚቀጥል ይሆናል። አዲሱን የኢንሹራንስ ካርድዎን ለአገልግሎት አቅራቢዎ ማሳየትዎን ወይም አዲስ ኢንሹራንስ እንዳልዎት መንገርዎን ያረጋግጡ።

መድሃኒት ለመሙላት ሲሞክሩ ወይም ከዚህ ቀደም የሚጠቀሟቸውን አገልግሎቶች ለማግኘት ሲሞክሩ የክፍያ ሽፋን እንደሌልዎት ከተነገረዎት፣ እንድንረዳዎት እባክዎን ወዲያውኑ ያሳውቁን!

ለአንዳንድ አባላት፣ Trillium አስፈላጊ የሆነ የሕክምና፣ የአፍ ጤና እና/ወይም የባህርይ ጤና አጠባበቅ የቀድሞ መረጃን ቀጣይነት ባለው መልኩ አባላትን ለማገዝ እንዲረዳ ካለፈው CCO መረጃውን ይቀበላል።

አንዳንድ አባላት ለሁለቱም ለMedicare እና ለሜዲኬይድ (OHP) ብቁ ናቸው። አዲስ የMedicare ተመዝጋቢ ከሆኑ፣ በእርስዎ የMedicare የጤና እቅድ እና የሽፋን ደረጃ ላይ በመመስረት፣ በአዲሱ እቅድዎ ስር እንክብካቤዎን በማዋቀር ለመርዳት ልናገኝዎ እንችላለን። Trilliumን እንደ የሁለተኛ ደረጃ ኢንሹራንስ አድርገው ከቀጠሉ፣ በMedicare ሽፋን ያልተሸፈኑ ፍላጎቶችዎን ለመደገፍ ሁልጊዜ ዝግጁ ነን።

ቀጣይነት ያለው እንክብካቤ ማግኘት መቻልዎን ለማረጋገጥ እና በአገልግሎት አቅራቢዎ የተቀመጡትን የሕክምና ዕቅዶች ያለምንም መዘግየት ለመከታተል ይችሉ ዘንድ ልንረዳዎት ዝግጁ ነን። በዚህ ላይ እገዛ እንደሚያስፈልግዎ ከተሰማዎት፣ እባክዎን የTrillium እንክብካቤ አስተባባሪን ወይም የጉዳይ አስተዳዳሪውን በ 1-877-600-5472 ያግኙ። እንዲሁም መመሪያችንን እዚህ ማንበብ ይችላሉ፦ https://www.trilliumohp.com/content/dam/centene/trillium/medicaid/pdfs/CCO_Transitions_of_Care_Policy_10.29.2019_FINAL.pdf

ከጤና ጋር የተገናኙ አገልግሎቶች ምንድን ናቸው?

ከጤና ጋር የተገናኙ አገልግሎቶች ለተሸፈኑ የጤና እንክብካቤ አገልግሎቶች እንደ ማሟያ ይሰጣሉ። ሁለት አይነት ከጤና ጋር የተገናኙ አገልግሎቶች አሉ፦

- ተለዋዋጭ አገልግሎቶች፣ የተሸፈኑ ጥቅማ ጥቅሞችን ለመደገፍ ለአንድ አባል የሚቀርቡ ወጪ ቆጣቢ አገልግሎቶች እና
- የማህበረሰብ ጥቅማጥቅም አነሳሽ፣ የህዝብ ጤና እና የጤና እንክብካቤ ጥራትን በማሻሻል ላይ ያተኮሩ የማህበረሰብ አቀፍ ዕርምጃዎች ናቸው። እነዚህ አነሳሾች አባላትን ያካተቱ ሲሆኑ፣ ግን በአባላት ብቻ የተገደቡ አይደሉም።

ተለዋዋጭ አገልግሎቶች በተለመደው የሕክምና ክፍያ ሂደት የማይካተቱ ዕቃዎች ወይም አገልግሎቶች ናቸው። እነዚህ እቃዎች ወይም አገልግሎቶች ምንም እንኳን በባህሪያቸው የህክምና ነክ ባይሆኑም የተሻለ የጤና ውጤት በማምጣት ረገድ ሊረዱዎት ይችላሉ። በእነዚህ ብቻ ያልተገደቡ ነገር ግን ጥቂት ምሳሌዎችን እንመልከት፦

- ከሆስፒታል ቆይታ በኋላ የራሱ መኖሪያ ቤት ለሌለው እስኪድን ወይም እስኪሻለው ድረስ የሚቆይበት ጊዜያዊ መጠለያ
- በጊዜ መድሃኒት መውሰድን ለማገዝ የኤሌክትሮኒክስ የመድሃኒት ሳጥን
- ለተሻለ የመገጣጠሚያ እንቅስቃሴ የመዋኛ ገንዳ ህክምናን ማመቻቸት
- በከፍተኛ ሙቀት ወቅት የአተነፋፈስ ችግር ለሚገጥማቸው አባላት የአየር ማቀዝቀዣዎች።

ተለዋዋጭ አገልግሎቶችን ለማግኘት ሐኪምዎን ወይም ማንኛውንም የእንክብካቤ ቡድንዎን አባል ማግኘት ይችላሉ።

እንዲሁም ወደ Trillium በ 1-877-600-5472 በመደወል ከእንክብካቤ አስተዳዳሪ ጋር መነጋገር ይችላሉ። የእንክብካቤ ቡድንዎ አባል ወይም የTrillium እንክብካቤ አስተዳደር የሚሞላው ቅፅ ይኖራል። እቃው ወይም አገልግሎቱ በጤናዎ ላይ አዎንታዊ ለወጥ እንዳለው እርግጠኛ መሆን ያስፈልጋል። እንዲሁም እቃው ወይም አገልግሎቱ ከሚያገኙት ከሌሎች ጥቅማ ጥቅምዎችዎ ጋር የተገናኘ አለመሆኑን ማረጋገጥ አስፈላጊ ነው። የተጠየቀውን ጥያቄ ለማስኬድ እስከ 10 ቀናት ሊወስድ ይችላል። ከጥያቄው ሂደት በኋላ አገልግሎቱን ወይም እቃውን እናዝዛለን። በአንዳንድ ሁኔታዎች ዕቃውን ለማድረስ ተጨማሪ ጊዜ ሊወስድ ይችላል። ከጤና ጋር የተያያዘው የአገልግሎት ጥያቄ ውድቅ ከተደረገ፣ Trillium ያሳውቅዎታል። ቅሬታ የማቅረብ መብት አልዎት።

የአባል ግንኙነት ተወካዮች ምንድን ናቸው(MCRሮች)?

MCRሮች የማህበረሰብ ጤና ሰራተኞች ሲሆኑ፣ በኦሪገን ግዛት የምስክር ወረቀት የተሰጣቸው እና የTrillium ቅጥረኞች ናቸው። MCRሮች አባላትን ከሚያስፈልጉ አገልግሎቶች ጋር በማገናኘት ይሰራሉ። MCRሮች ጥቅማ ጥቅሞችዎን እንዲያገኙ እና የህክምና ቀጠሮዎችን እንዲያሲዙ ሊረዱዎት ይችላል። እንደ መኖሪያ ቤት እና ምግብ ያሉ ማህበራዊ ፍላጎቶችን እንዲያገኙ ሊያስተባብሩ ይችላሉ። ከማህበረሰቡ የሃብት አቅርቦት ጋር ሊያገናኙዎት ይችላሉ። MCRሮች ከእርስዎ የመጀመሪያ ደረጃ የእንክብካቤ ህክምና ቤት እና የውስጥ Trillium ቡድን ጋር አብረው በቅርበት ይሰራሉ። በስልክ፣ በቪዲዮ ወይም በቤትዎ እያሉም ሊያገኙዎት ይችላሉ። መድሃኒትዎን በሰዓቱ መውሰድዎን እንዴት ማስታወስ እንደሚችሉ በማመላከት ሊረዱዎት ይችላሉ። እንዲሁም የመኖሪያ ቤት ወይም የማሞቂያ አገልግሎት እርዳታን ወይም አስፈላጊ ነገሮችን በማህበራዊ ስርዓቶች አማካኝነት ለማግኘት በማመልከት ሊረዱዎት ይችላሉ። MCRሮች ለስኳር ህመም እና ለአስም የጤና ስልጠና ሊሰጡ ይችላሉ። MCRሮች በጣም አጋዥ እና ማህበረሰባቸውን ጠንቅቀው የሚያውቁ ናችው። ከMCR ጋር አብረው መስራት ከፈለጉ፣ እባክዎን በ 1-877-600-5472ደውለው የአባል ግንኙነት ተወካዩን እንዲያገናኝዎ ይጠይቁ።

የእንክብካቤ ማስተባበሪያ እና የጉዳይ አስተዳደር ምንድን ነው?

Trillium እዚህ ያለው የጤና እንክብካቤ ግቦችዎን እንዲያሳኩ ነው። በትብብራዊ አቀራረብ፣ በልዩ ፍላጎቶችዎ መሰረት እንክብካቤን ለማቀናጀት እንሰራለን። ሁለገብ የደህንነት እና የጥበቃ መንገድን ለመፍጠር ከእርስዎ፣ ከአቅራቢዎችዎ እና እርስዎ ከመረጡት ማንኛውም ሰው ጋር እንሰራለን። ፍላጎቶችዎ መሟላታቸውን ለማረጋገጥ ከማህበረሰብ ግብዓቶች እና ከእንክብካቤ ቡድናችን ጋር የተቀናጀ አካሄድ እንጠቀማለን። ይህ አካሄድ የአካል ጤናን፣ የባህርይ ጤና እንክብካቤን እና የአፍ/የጥርስ ጤናን ጨምሮ የመላው ሰው ደህንነትን ለማግኘት የጤና አጠባበቅ ስርዓቱን ለመዳሰስ እና እንቅፋቶችን ለማስወገድ ይረዳል።

በእንክብካቤ ማስተባበሪያ፣ በጉዳይ አስተዳደር ወይም በከፍተኛ እንክብካቤ ማስተባበሪያ አገልግሎቶች ፕሮግራም ውስጥ ሲሆኑ የተመደበ የእንክብካቤ አስተዳዳሪ ይኖርዎታል። የእንክብካቤ አስተዳዳሪዎ የእንክብካቤ ዕቅድ ለማዘጋጀት ከእርስዎ ጋር ይሰራል። ይህ እቅድ ፍላጎቶችዎን ለማሟላት የሚያግዙ እንቅስቃሴዎች ይኖሩታል። እርስዎ እና የእንክብካቤ ቡድንዎ ጤናዎን እና ደህንነትዎን ለማሻሻል ግቦችን በመፍጠር ይሳተፋሉ። ይህ የእንክብካቤ ቡድን ዶክተርዎን፣ ቴራፒስትዎን፣ ቤተሰብዎን ወይም ሌላ ማንኛውንም ለጤናዎ ውጤት አስፈላጊ የሆነ ሰው የያዘ ነው። የእንክብካቤ እቅዶች ቢያንስ በአመት አንዴ ይዘምናሉ፣ ነገር ግን እንደ አስፈላጊነቱ፣ ግቦችዎን ሲያሳኩ ወይም ፍላጎቶችዎ ሲቀየሩ ቶሎ ሊሻሻል ይችላል። በማንኛውም ጊዜ የእንክብካቤ አስተባባሪ ለማግኘት መጠየቅ ይችላሉ። ለአባላት አገልግሎት በ 1-877-600-5472 (TTY: 711) ይደውሉ። የእንክብካቤ አስተባባሪ ለማነጋገር ይጠይቁ። እንዲሁም አቅራቢዎ ወይም ሌላ የማህበረሰብ አጋዥ እንድንረዳዎ ከጠየቁን ልናገኝዎ እንችላለን።

ከባህል አንፃር ከፍተኛ ጥንቃቄ የሚፈልግ የጤና ትምህርት

የአባሎቻችንን እና የሚኖሩበትን ማህበረሰብ ክብር እና ብዝሃነት እናከብራለን። የሁሉንም ባህሎች፣ ቋንቋዎች፣ ዘሮች፣ ጎሳዎች፣ ችሎታዎች፣ ሀይማኖቶች፣ ጾታዎች፣ ጾታዊ ዝንባሌዎች፣ የፆታ መለያ እና ሌሎች የአባሎቻችንን ልዩ ፍላጎቶች ከግምት አስገብተን ማገልገል እንፈልጋለን። ሁሉም ሰው ቤተሰባዊነት እና በእቅዳችን ውስጥ በአግባቡ እንደተገለገለ እንዲሰማው እንፈልጋለን።

እርስዎ እንዲጠቀሙባቸው ብዙ ጤናማ የኑሮ ፕሮግራሞች እና እንቅስቃሴዎች አሉን። የጤና ትምህርት ፕሮግራሞቻችን ራስን መንከባከብ፣ መከላከል እና በበሽታ ወቅት ራስን በራስ ማስተዳደርን ያካትታሉ። ስለእነዚህ አገልግሎቶች የበለጠ መረጃ ለማግኘት እባክዎ ለአባላት አገልግሎት በ 1-877-600-5472፣ TTY 711 ይደውሉ።

የማህበረሰብ አማካሪ ምክር ቤት

Trillium ሁለት የማህበረሰብ አማካሪ ምክር ቤቶች (CACዎች) አሉት። አንዱ CAC በደቡብ የሚገኘውን የሌን አውራጃ ይወክላል። ሌላው CAC በሰሜን የሚገኙትን Clackamas፣ Multnomah እና Washington አውራጃዎችን ይወክላል። ከግማሽ በላይ የሚሆኑት የCAC አባላት የTrillium OHP አባላት ወይም የTrillium OHP አባላት ወላጆች/አያቶች ናቸው። ሌሎቹ አባላት ከTrillium አባላት ጋር ከሚሰሩ ኤጀንሲዎች እና ድርጅቶች የመጡ ናቸው። CAC የTrillium ፕሮግራሞች እና አገልግሎቶች እንዲሻሻሉ ለማገዝ ልምዳቸውን ያካፍላሉ እንዲሁም ግብረመልስ ይሰጣሉ። እንዲሁም Trilliumን በማህበረሰብ-ተኮር ተነሳሽነት ላይ ይመክራሉ። CAC በማህበረሰብ የጤና ፍላጎቶች ግምገማ እና

በማህበረሰብ የጤና ማሻሻያ እቅድ ውስጥ ቁልፍ አጋር ነው። CACን መቀላቀል ከፈለጉ፣ የበለጠ ለመረዳት ወይም ሀሳብ ለማካፈል እባክዎ ይደውሉልን ወይም የሚከተለውን ይጎብኙ
https://www.trilliumohp.com/about-us/public-notices/community-advisory-council-public-notices.html

OHP የሽፋን ደብዳቤ

የኦሪገን የጤና ባለስልጣን የOHP አባል አገልግሎቶችን ስልክ ቁጥር፣ የጥቅማጥቅም ጥቅልዎን እና የሚተዳደር እንክብካቤ እቅድን የሚዘረዝር የሽፋን ደብዳቤ ይልክልዎታል። ይህ ደብዳቤ በእርስዎ ቤት ውስጥ የኦሪገን የጤና መታወቂያ ላለው ማንኛውም ሰው መረጃ ይዘረዝራል።

መታወቂያ ካርዶች የኦሪገን የጤና መታወቂያ ካርድ

DHS የእርስዎን ስም፣ የደንበኛ ቁጥር እና የተሰጠበትን ቀን ያካተተ የኦሪገን ጤና መታወቂያ ይልክልዎታል። OHP ያለው እያንዳንዱ ሰው የራሱን የኦሪገን ጤና መታወቂያ ካርድ ይቀበላል። እባክዎን ይህንን ካርድ በእያንዳንዱ ቀጠሮዎ ይዘው ይገኙ።

የTrillium መታወቂያ ካርድ

እንዲሁም Trillium እርስዎ የTrillium OHP አባል እንደሆኑ የሚገልጽ መታወቂያ ካርድ ይልክልዎታል። ለአባላት አገልግሎቶች፣ ለቅድመ-ማፅደቅ፣ ለድንገተኛ ሁኔታዎች፣ ለመጓጓዣ እና ለመድሃኒት ቤት ጥያቄዎች ስምዎን፣ PCP ስምዎን፣ የጥርስ ሕክምና ድርጅትዎን እና ስልክ ቁጥርዎን ያካትታል። እባክዎ ይህንን ካርድ ከኦሪገን የጤና መታወቂያ ካርድዎ ጋር በእያንዳንዱ ቀጠሮ ይውሰዱ።

Medicare እና OHP ቢኖረኝስ?

OHP ካልዎት እና ለMedicare ብቁ ከሆኑ፣ Trillium አገልግሎቶችዎን ያስተባብራል። የሚከተሉትን ካላደረጉ በስተቀር ለጋራ ኢንሹራንስ እና ለተቀናሽ ክፍያ መክፈል የለብዎትም:-

- ከTrillium ካልሆኑ አቅራቢዎች አገልግሎቶች ከተቀበሉ እና እነዚያ አገልግሎቶች ለድንገተኛ ሁኔታዎች ካልነበሩ፤
- አገልግሎቶቹን በተቀበሉበት ሰዓት በMedicare እና በ**OHP** ጥቅማ ጥቅሞች ያልተሸፈኑ አገልግሎቶችን ከተቀበሉ።

በእርስዎ የMedicare የጤና እቅድ እና የሽፋን ደረጃ ላይ በመመስረት፣ በተለያዩ የኢንሹራንስ ኩባንያዎችዎ መካከል እንክብካቤን ለማስተባበር እርስዎን ለማግባባት ወይም ለማገዝ ልንረዳዎ እንችላለን። Medicare ሲኖርዎት ለሽፋን የመጀመሪያው መስመር ነው። Trillium ከእርስዎ፣ ከአገልግሎት አቅራቢዎ እና ከMedicare ኢንሹራንስ ኩባንያዎ ጋር በመተባበር የሚፈልጉትን እና የሚያስፈልግዎትን እንክብካቤ ማግኘትዎን ለማረጋገጥ ይሰራል።

እርስዎ የTrillium Medicare እና የTrillium ሜዲኬይድ ሽፋን ያላቸው የድርብ ልዩ ፍላጎቶች አባል ከሆኑ፣ ሁልጊዜ የመላ ማንነት ፍላጎቶችዎን ለመደገፍ በየጊዜው የሚያነጋግርዎት የጉዳይ አስተዳዳሪ ይመደብልዎታል። ከፍተኛ እንክብካቤ እንደተደረገልዎት እና በአገልግሎት ሰጪዎ የተቀመጡትን የሕክምና ዕቅዶች ያለምንም መዘግየት እንደተከታተሉ ለማረጋገጥ እገዛ ያገኛሉ። በዚህ ላይ እገዛ እንደሚያስፈልግዎ ከተሰማዎት፣ እባክዎን የTrillium እንክብካቤ አስተባባሪን ወይም የጉዳይ አስተዳዳሪውን በ 1-877-600-5472 ያግኙ።

አስተርጓሚ እንዴት ማግኘት እችላለሁ?

ከፈለጉ በቀጠሮዎችዎ ላይ የድምጽ ወይም የምልክት ቋንቋ አስተርጓሚ ሊኖርዎት ይችላል። ለቀጠሮ ሲደውሉ፣ አስተርጓሚ እንደሚፈልጉ እና በየትኛው ቋንቋ እንደሚፈልጉ ለአገልግሎት ሰጪዎ ቢሮ ይንገሩ። ይህ አገልግሎት ምንም ዓይነት ወጪ አያስወጣዎትም። ለጤና እንክብካቤ ጉብኝቶች የቋንቋ ወይም የምልክት ቋንቋ አስተርጓሚ ከፈለጉ፣ የሚከተሉትን ማድረግ ይችላሉ:-

1. ለTrillium መደወል።
2. ለዶክተርዎ ቢሮ መደወል እና ለጉብኝትዎ አስተርጓሚ እንዲያዘጋጁ መጠየቅ። በጤና እንክብካቤ አስተርጓሚዎች ዙሪያ ያለውን መረጃ በ:- www.Oregon.gov/oha/oei ያግኙ።

የአባልነት መብቶቼ እና ኃላፊነቶቼ ምንድን ናቸው?

ይህ መግለጫ እንደ Trillium Community Health Plan (Trillium) አባል ያለዎትን መብቶች እና ግዴታዎች ያብራራል። የTrillium ማህበረሰብ ጤና እቅድ አባል እንደመሆንዎ፣ የተረጋገጡ መብቶች አልዎት። እርስዎ ኃላፊነት የሚወስዱባቸው የተረጋገጡ ነገሮችም አሉ። እዚህ ስለተዘረዘሩት መብቶች እና ግዴታዎች ማንኛቸውም ጥያቄዎች ካሉዎት፣ የአባል አገልግሎቶችን በ 1-877-600-5472 ያግኙ። የእንክብካቤ አስተዳደርን ለማነጋገር ይጠይቁ።

ያለ አንዳች አሉታዊ እርምጃ እና አድልዎ የአባልነት መብቶችዎን የመጠቀም መብት አልዎት። መብትዎ ያልተከበረ ሆኖ ከተሰማዎት፣ ቅሬታ ማቅረብ ይችላሉ። እንዲሁም የእምባ ጠባቂን በኦሪገን የጤና ባለስልጣን በኩል በ 1-877-642-0450 ወይም TTY 711 ማነጋገር ይችላሉ።

እንዲሁም የTrillium ከአድልዎ ነፃ አስተባባሪን ማነጋገር ይችላሉ፦Geno Allen፣ ከአድልዎ ነፃ አስተባባሪ፣
gilbert.e.allen@trilliumchp.com.
555 International Way, Building B,
Springfield, OR 97477
ስልክ፦ 541-650-3618፣
ከክፍያ ነጻ 877-600-5472 ወይም TTY 711።

ከ18 ዓመት በታች የሆኑ ሰዎች (ለአካለ መጠን ያልደረሱ) በራሳቸው የጤና እንክብካቤ አገልግሎት ሊፈልጉ የሚችሉበት ወይም የሚያስፈልግበት ጊዜያት አሉ። የበለጠ ለመረዳት፣ “ጥቃቅን መብቶች፡- የጤና እንክብካቤ መዳረሻ እና ፍቃድ" ያንብቡ። ይህ አነስተኛ መፅሃፍ ለአካለ መጠን ያልደረሱ ልጆች በራሳቸው ሊያገኙ የሚችሉትን የአገልግሎት ዓይነቶች ይነግርዎታል። እንዲሁም ለአካለ መጠን ያልደረሱ ልጆች የጤና እንክብካቤ መረጃ እንዴት እንደሚጋራ ይነግርዎታል። ይህን አነስተኛ መፅሃፍ በመስመር ላይ በ https://www.oregon.gov/oha/PH/HEALTHYPEOPLEFAMILIES/YOUTH/Documents/minor-rights.pdf ላይ ማንበብ ይችላሉ።

የአባል መብቶች

እንደ TRILLIUM አባል እርስዎ የሚከተሉትን ለማድረግ መብት አልዎት፦

- በክብር፣ በአክብሮት እና ግላዊነትዎን ታሳቢ ባደረገ መልኩ መታከም።
- አቅራቢው አዳዲስ አባላትን እየተቀበለ መሆኑን የአቅራቢውን ማውጫ በመመልከት ማወቅ።
- ልክ ሌሎች የጤና እንክብካቤን እንደሚፈልጉ ሰዎች በአገልግሎት አቅራቢዎች መታከም።
- አቅራቢዎችዎን መምረጥ እና ምርጫዎቹን መቀየር።
- ከPCPዎ ወይም ከሌላ አገልግሎት አቅራቢዎ የመዛወር ፈቃድ ሳያገኙ እራስዎን በቀጥታ ወደ የባህርይ ጤና ወይም የቤተሰብ ምጣኔ አገልግሎት ማዛወር።
- ጓደኛ፣ የቤተሰብ አባል ወይም ረዳት ወደ ቀጠሮዎ ይዞ መምጣት።
- የሕክምና ዕቅድዎን በመፍጠር ላይ መሳተፍ።
- ስለ ሕክምናዎ ጥሩ ውሳኔዎችን እንዲወስኑ ስለ ሁኔታዎ፣ ስለተሸፈነው እና ስላልተሸፈነው ነገር መረጃ ማግኘት። ይህንን መረጃ በእርስዎ ቋንቋ እና ለእርስዎ በሚስማማ ቅርጸት ማግኘት።
- ሕክምናዎችን መቀበል ወይም እምቢ ማለት እና በእርስዎ ውሳኔ ምክንያት ምን ሊከሰት እንደሚችል ማወቅ። በፍርድ ቤት የታዘዘ አገልግሎት እምቢ ማለት አይቻልም።
- መብቶችዎን፣ ኃላፊነቶችዎን፣ ጥቅማ ጥቅሞችዎን፣ አገልግሎቶችን እንዴት ማግኘት እንደሚችሉ እና በድንገተኛ ጊዜ ምን ማድረግ እንዳለብዎት የሚነግሩዎት ፅሁፎችን ማግኘት።
- ቁሳቁሶችን በሚረዱት መንገድ እና በእርስዎ ቋንቋ ተብራርተው ማግኘት።
- ስለ CCOዎች እና ስለ ጤና እንክብካቤ ሥርዓት መማር።
- የእርስዎን የባህል እና የቋንቋ ፍላጎቶች ያገናዘበ እና እርስዎ ከሚኖሩበት ቦታ ቅርብ ሆነው አገልግሎቶቹን ማግኘት። ካለ፣ ባህላዊ ባልሆኑ አቀማመጦች ውስጥ አገልግሎቶችን ማግኘት ይችላሉ።

- የሆስፒታል ወይም የነርሲንግ ተቋማትን የመጎብኘት ፍላጎትን ለመቀነስ የእንክብካቤ ማስተባበርን፣ ማህበረሰብን መሰረት ያደረገ እንክብካቤን እና በእንክብካቤ ሽግግሮች ላይ እርዳታን ከቋንቋዎ እና ባህልዎ ጋር በሚስማማ መንገድ ማግኘት።
- የጤና ሁኔታዎን ለመመርመር የሚያስፈልጉትን አገልግሎቶች ማግኘት።
- ምርጫን፣ ነፃነትን እና ክብርን የሚሰጥ ሰውን ያማከለ እንክብካቤ እና አገልግሎቶችን ማግኘት። ይህ እንክብካቤ በጤና ፍላጎቶችዎ ላይ የተመሰረተ እና በአጠቃላይ ተቀባይነት ያላቸውን የአሠራር ደረጃዎች ያሟላል
- ለአጠቃላይ የእንክብካቤ አስተዳደርዎ ኃላፊነት ካለው የእንክብካቤ ቡድን ጋር የተረጋጋ ግንኙነት ማድረግ።
- የጤና እንክብካቤ ስርዓቱን ለመጠቀም እና የሚፈልጓቸውን ግብዓቶች ለማግኘት እርዳታ ማግኘት። ይህ የሚከተሉትን ሊያካትት ይችላል፦
    1. የማረጋገጫ ወረቀት ያላቸው ወይም ብቁ የጤና እንክብካቤ አስተርጓሚዎች
    2. የማረጋገጫ ወረቀት ያላቸው ባህላዊ የጤና ባለሙያዎች
    3. የማህበረሰብ ጤና ሰራተኞች
    4. የአቻ ደህንነት ስፔሻሊስቶች
    5. የአቻ ድጋፍ ስፔሻሊስቶች
    6. የነፍሰ ጡር ተንከባካቢዎች
    7. የግል ጤና ተከታታይ
- ሽፋን የተሰጣቸው የመከላከያ አገልግሎቶችን ማግኘት።
- ብቅድሚያ ፈቃድ ሳያገኙ የአስቸኳይ እና የድንገተኛ ጊዜ አገልግሎቶችን በቀን ለ**24** ሰአት፣ በሳምንት ለሰባት ቀናት ማግኘት።
- በጤናዎ ላይ ተመስርተው ለሚያስፈልጉ የተሸፈኑ የተቀናጁ አገልግሎቶች ወደ ልዩ አገልግሎት ሰጪዎች የዝውውር ፈቃድ ማግኘት።
- የእርስዎን ሁኔታ፣ የሚያገኟቸውን አገልግሎቶች እና ዝውውሮች የሚከታተል ክሊኒካዊ መዝገብ ማግኘት።
- ወደ ክሊኒካዊ መዝገቦችዎ መዳረሻ ማግኘት። ሕጉ የሚያገኟቸውን ነገሮች የሚገድብበት ጊዜ ሊኖር ይችላል።
- ክሊኒካዊ መዝገብዎን ለሌላ አገልግሎት አቅራቢ ማስተላለፍ።
- የበለጠ ትክክለኛ እንዲሆን ክሊኒካዊ መዝገብዎን እንዲታረም ወይም እንዲቀየር ማድረግ።
- እንክብካቤ እንዴት ማግኘት እንደሚፈልጉ ምኞትዎን መግለፅ። የሕክምና፣ የቀዶ ጥገና ወይም የባህርይ ጤና ሕክምናን ለመቀበል ወይም ላለመቀበል ፍላጎትዎ ሊኖረው ይችላል። እንዲሁም ስለእርስዎ እንክብካቤ መመሪያዎችን እና የውክልና ስልጣንን ሊሰጥ ይችላል።
- ከመተግበሩ በፊት፣ ጥቅማ ጥቅሞችን ውድቅ ስለማድረግ ወይም ስለመቀየር የጽሁፍ ማስታወቂያ ማግኘት። በፌደራል ወይም በክልል ደንቦች ካልተጠየቀ ማስታወቂያ ላያገኙ ይችላሉ።
- ቅሬታ ማቅረብ ወይም ይግባኝ መጠየቅ።
- በTrillium Community Health Plan ወይም OHP በተደረገው ውሳኔ የማይስማሙ ከሆነ ድጋሚ ለማብራራት መጠየቅ።
- የምልክት ቋንቋ ትርጉምን ጨምሮ የምስክር ወረቀት ያለው ወይም ብቁ የሆነ የጤና እንክብካቤ አስተርጓሚ አገልግሎትን ማግኘት።
- ቀጠሮ መሰረዙን በጊዜው ማሳወቂያ ማግኘት።
- ማድረግ የማይፈልጉትን ነገር እንዲያደርጉ፣ እርስዎን ለመቅጣት እንደ መንገድ ለመጠቀም ወይም እርስዎን መንከባከብን ቀለል ለማድረግ ከሰዎች ዝቅ አለመደረግ ወይም አለመገፋት።
- በሚከተሉት ምክንያቶች ፍትሃዊ ያልሆነ አያያዝ እንደተፈፀመብዎት ከተሰማዎት የመድልዎ ቅሬታ ማቅረብ እና በፍትሃዊነት መስተናገድ፦
    1. ዕድሜ
    2. ቀለም
    3. የአካል ጉዳት
    4. የፆታ ማንነት
    5. የጋብቻ ሁኔታ
    6. ዘር
    7. ኃይማኖት
    8. ፆታ
    9. የፆታ ዝንባሌ
- ከTrillium Community Health Plan ጋር መረጃን በኤሌክትሮኒክ መጋራት። ይህን ለማድረግ ወይም ላለማድረግ መምረጥ ይችላሉ።

የአባል ኃላፊነቶች

እንደ TRILLIUM አባል እርስዎ የሚከተሉትን ለማድረግ ኃላፊነት አለብዎት፦

- የመጀመሪያ ደረጃ እንክብካቤ አቅራቢን እና የመጀመሪያ ደረጃ የጥርስ ሀኪምን መምረጥ ወይም ለመምረጥ ማገዝ።
- የTrillium ማህበረሰብ ጤና ዕቅድ ሰራተኞችን፣ አቅራቢዎችን እና የክሊኒክ ሰራተኞችን በአክብሮት መያዝ።
- ለቀጠሮዎች በሰዓቱ መገኘት።
- ለቀጠሮው እንደሚዘገዩ ካሰቡ አስቀድሞ መደወል ወይም መምጣት ካልቻሉ ቀጠሮውን መሰረዝ።

- ጤናዎን ለመጠበቅ አመታዊ ምርመራዎችዎን፣ የጤና ጉብኝቶችዎን እና የመከላከያ እንክብካቤዎችዎን ማግኘት።
- ለድንገተኛ ሁኔታ ካልሆነ በስተቀር የእርስዎን PCP ለጤና እንክብካቤ ፍላጎቶችዎ መጠቀም።
- አስቸኳይ እና ድንገተኛ እንክብካቤን በአግባቡ መጠቀም።
- የድንገተኛ ጊዜ አገልግሎቶችን ከተጠቀሙ ለPCPዎ በ72 ሰዓታት ውስጥ ማሳወቅ።
- ስፔሻሊስት ማግኘት ካስፈለገዎት፣ ከPCPዎ የዝውውር ፈቃድ ማግኘት። የዝውውር ፈቃድ የማይፈልጉባቸው አንዳንድ ጉዳዮች አሉ።
- ምርጡን እንክብካቤ እንዲሰጡዎት ለአቅራቢዎችዎ ታማኝ መሆን።
- አቅራቢዎ የጤና መዝገብዎን እንዲያገኙ ማገዝ። መዝገቦችዎን ለማስለቀቅ ፈቃድ መፈረም ሊኖርብዎ ይችላል።
- ግልጽ ያልሆነ ነገር ካለ ጥያቄዎችን መጠየቅ።
- ስለ ጤናዎ የተሻለውን ምርጫ ለማድረግ ከTrillium Community Health Plan፣ ከአቅራቢዎችዎ ወይም ከእንክብካቤ ቡድን የተገኘውን መረጃ መጠቀም።
- አቅራቢዎ የሕክምና ዕቅድዎን እንዲፈጥር ማገዝ።
- ከአቅራቢዎችዎ የሚመጡ መመሪያዎችን መከተል ወይም ሌላ አማራጭ መጠየቅ።
- OHP እንዳልዎት ለአገልግሎት አቅራቢዎ ማሳወቅ እና የህክምና መታወቂያ ካርዶችዎን ወደ ቀጠሮዎች ይዞ መምጣት።
- የሚከተሉትን ካደረጉ ለኦሪገን የጤና እቅድ (OHP) መንገር፦
    1. ስልክ ቁጥርዎን ከቀየሩ።
    2. አድራሻዎን ከቀየሩ።
    3. ነፍሰ ጡር ከሆኑ እና ልጅ ሲወልዱ።
    4. ማንኛውም ቤተሰብ ወደ ቤትዎ ከገባ ወይም ከቤትዎ ከወጣ።
    5. ሌላ ማንኛውም ኢንሹራንስ ካልዎት።
- ላልተሸፈኑ አገልግሎቶች መክፈል።
- በደረሰ ጉዳት ምክንያት ከሚያገኙት ማንኛውም ገንዘብ ለTrillium Community Health Plan ገንዘቡ ተመላሽ እንዲሆን መርዳት። መጠኑ ከጉዳቱ ጋር በተያያዙ ጥቅማጥቅሞች ላይ እስከከፈልነው ድረስ ብቻ ነው።
- ችግሮችን ወይም ቅሬታዎችን ወደ Trillium Community Health Plan ትኩረት ማምጣት።

ለቀጠሮዎችዎ ድንገተኛ ያልሆነ የትራንስፖርት (መጓጓዣ) አገልግሎቶችን ከተጠቀሙ፣ የሚከተሉት የመንገደኞች መብቶች እና ኃላፊነቶች አሉዎት፦

የመንገደኛ መብቶች

እንደ OHP አባል የሚከተሉት መብቶች አልዎት፦

በቀን ለ24 ሰአት በዓመት ለ365 ቀናት ደህንነቱ የተጠበቀ፣ ወቅታዊ እና ተገቢ ጉዞ ማግኘት፤

- ፍላጎትዎን፣ የቀጠሮዎን ቦታ እና ዋጋን በማማከል በጣም በተሻለው መኪና ውስጥ መጓዝ፤
- በTrillium ለሚያገኙት ለNEMT አገልግሎቶች ያለመክፈል፤
- በንዑስ ውል ስር ያሉ የትራንስፖርት አገልግሎት አቅራቢዎች የሚሰጡት የNEMT አገልግሎቶች ክፍያ ያለመክፈል፤
- የTrillium NEMT መመሪያዎችን እና አሰራሮችን የማግኘት፤
- የትራንስፖርት ጥያቄዎ ውድቅ የተደረገበትን ውሳኔ በተላለፈ በ72 ሰአታት ውስጥ የጽሁፍ ማስታወሻ መቀበል፤ ውሳኔው ውድቅ ከመደረጉ በፊት፣ ተገቢ መሆኑን ለማረጋገጥ ሁለት ሰራተኞች ነገሩን በድጋሚ ያዩታል፤
- ውድቅ የተደረገበት ቅጂ ሊያገኙት ቀጠሮ ተይዞልዎት ወደነበረው አገልግሎት አቅራቢ ይላካል። ይህ የሚሆነው አቅራቢው የTrillium የግንኙነት መረብ አካል ከሆነ እና እርስዎን ወክሎ ጉዞውን የጠየቀልዎት ከሆነ ነው።
- ጉዞዎ የታቀደበትን ጊዜ የሚያሳይ ማስታወሻ መቀበል፤
- በእርስዎ ፈቃደኝነት ወይም እንደ አስፈላጊነቱ የእርስዎ አሳዳጊ፣ ወላጅ ወይም ተወካይ ካልጠየቁ በስተቀር፤ ከቀጠሮዎ ከ15 ደቂቃ በፊትም ሆነ ህንፃው ከመከፈቱ በፊት ከመኪናው አለመውረድ፣ እንዲሁም
- በእርስዎ ፈቃደኝነት ወይም እንደ አስፈላጊነቱ በእርስዎ አሳዳጊ፣ ወላጅ ወይም ተወካይ እንዲሁም በአባላቱ ካልተጠየቀ በስተቀር፣ አሊያም ቀጠሮዎ ህንፃው ከተዘጋ በኋላ የሚያበቃ ካልሆነ በስተቀር፤ የቀጠሮዎ ቦታ ሕንፃ ከተዘጋ 15 ደቂቃ በኋላ እና ከዚያ በላይ ወይም ለመወሰድ ከጠየቁበት ከአንድ ሰዓት በላይ አርፍዶ ከመጣ ወደመኪናው አለመግባት፤
- የሚከተሉትን በሚያሟላ መኪና የመጓዝ፦
    - ንፁህ እና በምቾት እንዳይጓዙ ከሚያደርግዎት ቆሻሻዎች የፀዳ፤
    - ተሽከርካሪው በህግ የደህንነት ቀበቶ እንዲኖረው ከተጠየቀ፣ ተገቢው የደህንነት ቀበቶዎች ያሉት፤

- የመጀመሪያ እርዳታ መስጫ መሳሪያ፣ የእሳት ማጥፊያ፣ የመንገድ ዳር አንጸባራቂ ወይም የማስጠንቀቂያ መሳሪያዎች፣ የእጅ ባትሪ፣ በመጥፎ የአየር ሁኔታ ውስጥ የጎማ መጎተቻ መሳሪያዎች እና መጣያ ጓንቶች ያሉት፤
  - አስፈላጊ ሆኖ ሲገኝ ዊልቼር ወይም ስትረቸር ለመግጠም አስፈላጊ የሆኑ ሁሉም መሳሪያዎች ያሉት፤
  - በጥሩ ሁኔታ የሚሰሩ፣ የጎን እና የኋላ መመልከቻ መስታወቶች፣ ክላክስ እና በትክክል የሚሰሩ ፍሬቻዎች፣ የፊት መብራቶች፣ የኋላ መብራቶች እና የንፋስ መከላከያ መጥረጊያዎች ያሉት፤
- የሚከተሉትን የNEMT ሹፌር ለመሆን የሚያስፈልጉትን የክልሉን መመዘኛዎች ቧሟሉ ሹፌሮች መጓዝ፦
  - በትክክል ተመዝግቦ የተረጋገጠ መንጃ ፈቃድ ያለው
  - የወንጀል ታሪክ፣ የአሽከርካሪነት ታሪክ፣ የወሲብ ትንኮሳ ወንጀል ሁኔታ እና የአደንዛዥ ዕፅ ምርመራን ጨምሮ የተረጋገጠ የጀርባ ማረጋገጫ ያለው
  - የአካል ጉዳተኞች እና ልዩ ፍላጎት ያላችውን የማጓጓዝ እና የመርዳት ስልጠናዎችን እንደወሰደ በወረቀት የተመዘገበ ማስረጃ ያለው።
- በክልሉ እና በፌደራል ህጎች መሰረት ተገቢ ሆኖ ሲገኝ ጉዞዎ ማሻሻያ እንዲደረግበት ይጠየቃል። ይህ የሚከተሉትን ያካትታል፦
  - አንድ አሽከርካሪ በእርስዎ ወይም መኪና ውስጥ ባሉ ሌሎች ተሳፋሪዎች ላይ ጉዳት ለማድረስ የማስፈራርያ ዛቻ ካደረሰ፣
  - እርስዎን ወይም ሌሎች መኪና ውስጥ ያሉ ተሳፋሪዎችን ለጉዳት በሚያጋልጥ መልኩ ከነዳ፣ ወይም
  - በእርስዎ ወይም መኪና ውስጥ ባሉ ተሳፋሪዎች ላይ ቀጥተኛ ዛቻ ካደረሰ።
- የአሜሪካውያን የአካል ጉዳተኞች ህግን እና ሌሎች ተፈጻሚነት ያላቸውን ህጎች እና ደንቦችን እስኪያሟላ ድረስ ለጉዞዎ ማሻሻያዎችን መጠየቅ፤
- ለTrillium ቅሬታ ማቅረብ ወይም የጉዞ ጥያቄዎ ውድቅ ሲደረግ ይግባኝ መጠየቅ እና ምላሽ መቀበል፤
- የTrillium ተሳፋሪ መብቶች እና ግዴታዎች መመሪያን በተመለከተ አንዳንድ ምክሮችን መለገስ፤
- ቅሬታ ማስገባት፣ ይግባኝ ወይም እንደገና ይታይልኝ ብሎ መጠየቅ፤
- ለተሸፈኑ አገልግሎቶች ተመላሽ ክፍያዎችን መቀበል፤

የመንገደኞች ኃላፊነቶች

እንደ OHP አባል፣ በሚከተሉት ነጥቦች ተስማምተዋል፦

- ትራንስፖርት በሚጠይቁበት ጊዜ የጉዞ ፍላጎቶችዎን ግምገማ ማጠናቀቅ፤
- የጤና ሁኔታዎ ሲቀየር ለMTM ማሳወቅ ይህም ለመጓጓዣ የሚመደብልዎት ተሽከርካሪ በዚያ ላይ ስለሚወሰን ይሆናል፤
- በተቻለ መጠን ጉዞዎን አስቀድመው መርሐግብር ማስያዝ፤ እርስዎ ወይም ተወካይዎ የሚከተሉትን መርሐግብር ማስያዝ ይችላሉ፦
  - የአንድ ጊዜ ቀጠሮዎችን - ከ90 ቀናት በፊት፤
  - የሚደጋገሙ ቀጠሮዎችን - በአንድ ጊዜ የሚፈለጉ ሁሉንም ጉዞዎችዎን ከ90 ቀናት በፊት ማዘጋጀት፤
  - በተመሳሳይ ቀን ያሉ ቀጠሮዎች - በተቻለ ፍጥነት ይደውሉ
- በማናቸውም ጊዜ በተሽከርካሪው ውስጥ አለማጨስ፣ የሚጨሱ ወይም የሚረጩ ነገሮችን ይዞ አለመገኘት፤
- ከተሽከርካሪ ሲወጡ ያመጧቸውን እቃዎች በሙሉ መውሰድ፤
- የመንገደኞች የደህንነት ደረጃዎችን በተመለከተ ሁሉንም የአካባቢ፣ የክልል እና የፌደራል የትራንስፖርት ህጎችን መከተል፤
- ዕድሜዎ 12 ወይም ከዚያ በታች ከሆነ ወይም ለመጓዝ እርዳታ ከፈለጉ ወደ ቀጠሮው ሲሄዱና ሲመለሱ ከረዳት ጋር መሆን።
  - ረዳትዎ ወላጅ፣ አሳዳጊ፣ የእንጀራ አባት/እናት፣ አያት ወይም የእርስዎ ተወካይ ሊሆን ይችላል። ከእነዚህ ሰዎች ውስጥ አንዱ ካልሆነ፣ ወላጅዎ ወይም አሳዳጊዎ 18 ዓመት ወይም ከዚያ በላይ የሆነው ማንኛውንም አዋቂ የእርስዎ ረዳት እንዲሆን የጽሁፍ ፈቃድ መስጠት አለባቸው። ረዳትዎ ከ18 ዓመት በታች መሆን አይችሉም፤
- ደህንነቱ ለተጠበቀ ጉዞ በኦሪገን ህግ የሚጠየቀውን ማንኛውንም የደህንነት መቀመጫዎች ማቅረብ እና መጫን፤
- ለጉዞዎ አስፈላጊ የሆኑትን እንደ ኦክስጅን፣ ዊልቼይሮች ወይም ከዘራ ያሉ ሌሎች የህክምና መሳሪያዎችን ማቅረብ፤
- በሚከተሉት ምክንያቶች የተለወጡትን የጉዞ ማሻሻያዎችን በተመለከተ ከTrillium እና MTM ጋር አብሮ መስራት፦
  - በአሽከርካሪው ላይ ወይም በተሽከርካሪው ውስጥ ባሉ ሌሎች ተሳፋሪዎች ላይ ጉዳት እንደሚያደርሱ ካስፈራሩ፣

– አሽከርካሪውን ወይም በተሽከርካሪው ውስጥ ያሉ ሌሎች ተሳፋሪዎችን በቀጥታ ካስፈራሩ፤

– አሽከርካሪውን ወይም ሌሎች በተሽከርካሪው ውስጥ ያሉትን ለጉዳት የሚያጋልጥ ባህርይ ወይም ሁኔታ ውስጥ ከተሳተፉ፣

– በTrillium ውሳኔ መሰረት የሀገር ውስጥ ዶክተሮች ወይም ተቋሞች ሁኔታው ሳይሻሻል ተጨማሪ አገልግሎቶችን እንዳይሰጡ በሚያደርጋቸው ባህሪ ውስጥ ከተሳተፉ፣

– ለታቀደልዎት ጉዞዎች በተደጋጋሚ የሚቀሩ ከሆነ ወይም

– በጉዞው ቀን ጉዞዎን በተደጋጋሚ የሚሰርዙ ከሆነ፤

- ለተመላሽ ክፍያ ጥያቄዎች ሁሉንም አስፈላጊ መረጃ ማቅረብ፤
- የክልሉ ደንቦች በሚጠይቁት መሰረት ለእርስዎ በስህተት የተጨመሩ ተመላሽ ክፍያዎችን መመለስ፤
- ያጋጠምዎትን ጉዳዮች ወይም ቅሬታዎች ለTrillium መናገር።

የሕክምና እንክብካቤ በሚያስፈልግዎት ጊዜ እንዴት እንደሚያገኙ

ዶክተር ወይም አቅራቢ እንዴት አገኛለሁ?

የTrillium አቅራቢዎች ማውጫ በዚህ የመመሪያ መጽሐፍ ውስጥ አልተካተተም። መጀመሪያ በተመዘገቡበት ወቅት አንድ ቅጂ ከዚህ መመሪያ መጽሐፍ ጋር ተልኮልዎታል። ሌላ ቅጂ ከፈለጉ ይደውሉልን። በይነመረብ ካልዎት አቅራቢን መፈለግ ወይም የአቅራቢውን ማውጫ ከሚከተለው ላይ ማተም ይችላሉ፦ https://findaprovider.trilliumhealthplan.com/location

አንዳንድ የTrillium አቅራቢዎች አዳዲስ ታካሚዎችን አይቀበሉም። አዳዲስ ታካሚዎችን የሚቀበል ወይም ከእንግሊዝኛ ሌላ ቋንቋ የሚናገር አገልግሎት አቅራቢ ለማግኘት እርዳታ ከፈለጉ፣ ወደ Trillium ይደውሉ። ለተለመደ የሆስፒታል እንክብካቤ በTrillium አቅራቢዎች ማውጫ ውስጥ የተዘረዘረ ሆስፒታል መምረጥ አለብዎት፦

Legacy Meridian Park Hospital
19300 SW 65th Ave., Tualatin, OR 97062
503-692-1212 TTY የተጠቃሚዎች መደወያ 711
https://www.legacyhealth.org/locations/hospitals/legacy-meridian-park-medical-center.aspx

Legacy Mt Hood Medical Center
24800 SE Stark St., Gresham, OR 97030
503-674-1122 TTY የተጠቃሚዎች መደወያ 711
https://www.legacyhealth.org/locations/hospitals/legacy-mount-hood-medical-center.aspx

Legacy Emanuel Medical Center
2801 North Gantenbein Ave., Portland, OR 97227
503-413-2200 TTY የተጠቃሚዎች መደወያ 71
https://www.legacyhealth.org/doctors-and-locations/hospitals/legacy-emanuel-medical-center

Legacy Good Samaritan Hospital and Medical Center
1015 NW 22nd Ave., Portland, OR 97210
(503) 413-7711 TTY የተጠቃሚዎች መደወያ 711
https://www.legacyhealth.org/doctors-and-locations/hospitals/legacy-good-samaritan-medical-center

Oregon Health & Science University
3181 SW Sam Jackson Park Rd., Portland, OR 97239
503-494-8311 TTY የተጠቃሚዎች መደወያ 711
https://www.ohsu.edu/visit/ohsu-hospital-portland

Adventist Health Portland
10123 SE Market St., Portland, OR 97216
503-257-2500 TTY የተጠቃሚዎች መደወያ 711
www.adventisthealth.org/portland/

የመጀመሪያ ደረጃ እንክብካቤ ምንድነው?

የመጀመሪያ ደረጃ እንክብካቤ አጠቃላይ የሕክምና እንክብካቤ እና ህክምና ሲሆን በመጀመሪያ ደረጃ እንክብካቤ አቅራቢ PCP (የመጀመሪያ እንክብካቤ አቅራቢ) የሚሰጥ ነው። የሚከተሉትን ያካትታል፦

- የጤና ችግርን ቶሎ የሚለዩ ወይም እንዳይከሰት የሚከላከሉ መከላከያ የጤና እንክብካቤ አገልግሎቶች። ለምሳሌ፣ ማሞግራም (የጡት ራጅ)፣ የማህጸን በር ለካንሰር ተጋላጭነት ምርመራ ወይም ክትባቶች (መርፌዎች)፤
- ቀጣይነት ላላቸው ሥር የሰደዱ ሁኔታዎች እንክብካቤ፣ ለምሳሌ፦ የስኳር በሽታ ወይም አስም፤
- የመድሃኒት ማዘዣዎች፤
- ለልዩ እንክብካቤ መዛወሮች፤ እና
- አስፈላጊ ከሆነ ሆስፒታል ውስጥ እንዲተኙ መደረግ።

የመጀመሪያ ደረጃ እንክብካቤ አቅራቢን እንዴት መምረጥ እችላለሁ?

የእርስዎን PCP በደንብ ማወቅዎ አስፈላጊ ነው። የTrillium አባላት PCP ሊኖራቸው ይገባል። ከTrillium ጋር የተያያዘ PCP በራስዎ መምረጥ ይችላሉ፣ ወይም በራሳችን ልንመድብልዎትም እንችላለን። PCP ለመምረጥ፣ ማግኘት የሚፈልጉትን PCP ይደውሉ እና ይንገሩን። እንዲኖርዎ የሚፈልጉትን PCP ለመንገር በ30 ቀናት ውስጥ ካልደወሉልን፣ በራሳችን እንመድብልዎታለን። የራስዎን PCP እስኪመርጡ ድረስ እኛ የምንመድበውን መጠቀም ያስፈልግዎታል። የእርስዎን PCP ለመቀየር Trillium ጋር አንዴ ከደውሉ በኋላ፣ በሚቀጥለው ወር የመጀመሪያ ቀን ላይ ለውጡ ተግባራዊ ይሆናል። እንዲሁም የትኛው PCP እንደተመደበልዎ ለማወቅ ወደ Trillium መደወል ይችላሉ። ሌላ PCP ለመምረጥ ከፈለጉ Trilliumን ያነጋግሩ።

የTrillium PCP ክሊኒኮች በአቅራቢዎች ማውጫ ላይ ተዘርዝረዋል። አንዳንድ የተዘረዘሩ አቅራቢዎች አዳዲስ ታካሚዎችን ላይቀበሉ ይችላሉ። አዳዲስ ታካሚዎች የሚቀበሉትን እና በአገልግሎት አቅራቢው የሚነገሩ ቋንቋዎችን የሚያሳይ የአቅራቢዎችን ዝርዝር ለማግኘት እባክዎ Trilliumን ያናግሩ።

የእርስዎ PCP መቀየሩን ለማሳወቅ Trillium አዲስ መታወቂያ ካርድ ይልክልዎታል። የእርስዎን PCP ለመምረጥ እገዛ ከፈለጉ፣ ለTrillium አባል አገልግሎቶች በሚከተለው ቀጥር ይደውሉ፦ 1-877-600-5472, TTY: 711 ከሰኞ እስከ አርብ፣ ከጠዋቱ 8:00 እስከ ከሰዓት 5:00።

አሜሪካዊ ህንዳውያን እና የአላስካ ተወላጆች ከሁለቱም ከህንድ የጤና አገልግሎት (IHS) ክሊኒክ ወይም ከሰሜን ምዕራብ የአሜሪካ ተወላጆች ማገገሚያ ማህበር (NARA) እንክብካቤ ሊያገኙ ይችላሉ። ይህ በCCO ውስጥም ሆኑ ክፍያ-ለአገልግሎት (FFS) OHP ቢኖርዎ ተፈጻሚ ይሆናል። ክሊኒኩም እንደ ግንኙነት መረብ አቅራቢዎች በተመሳሳይ ማስከፈል አለበት። በCCO የተመዘገበ የጎሳ አባል በI/T/U አገልግሎቶችን ከተቀበለ፣ እንደአስፈላጊነቱ I/T/U የጎሳውን አባል ወደ NARA ሊያዛውረው ይችላል። I/T/U የሚለው ምህጻረ ቃል ሶስት ዓይነት የአሜሪካ ተወላጆች የጤና አገልግሎቶችን ይይዛል፦

- የህንዳውያን የጤና አገልግሎት (IHS)
- የጎሳ ጤና አቅራቢዎች
- የከተማ ህንዳውያን የጤና አቅራቢዎች

ከPCPዬ ጋር እንዴት ቀጠሮ መያዝ እችላለሁ?

PCPዎን ከመረጡ ወይም ከተመደበልዎት በኋላ በተቻለዎት ፍጥነት ቀጠሮ ይያዙ። ይህ እርስዎ እና PCPዎ ማንኛውም የሕክምና ችግር ከመከሰቱ በፊት እርስ በርስ እንድትተዋወቁ ይረዳዎታል። ለመደበኛ እና ድንገተኛ ላልሆኑ ቀጠሮዎች እባክዎን ለPCPዎ አስቀድመው ይደውሉ። ለዓመታዊ ምርመራዎች ብዙ ሳምንታት አስቀድመው ይደውሉ። ምርመራ በሚፈልጉበት ጊዜ ወይም ጥሩ ስሜት በማይሰማዎት ጊዜ ወደ PCPዎ ይደውሉ።

የእርስዎ PCP፦

- የሕክምና ታሪክዎን ያውቃል በተጨማሪም ሁሉንም የሕክምና እንክብካቤዎን ይመራል።
- ለእርስዎ የተሻለ አገልግሎት ለመስጠት ያስችል ዘንድ የህክምና መዝገቦችዎን በአንድ ቦታ ያስቀምጣል።
- በሳምንት ለ7 ቀናት በቀንም ሆነ በማታ በማንኛውም ጊዜ የህክምና አገልግሎት ሊያገኙ እንደሚችሉ ያረጋግጣል።
- የእርስዎን ልዩ ወይም የሆስፒታል እንክብካቤ ያዘጋጃል።

ከPCPዎ ጋር በሚደረግ የቀጠሮ ጊዜ፦

- ከPCPዎ ጋር ለመወያየት ያለዎትን ማንኛውንም ጥያቄዎች ወይም የሕክምና ጉዳዮች ዝርዝር ይዘው ይምጡ።
- የሚወስዷቸውን የመድሃኒት ማዘዣዎች እና ቫይታሚኖች ዝርዝር ይዞ በመምጣት ለPCPዎ ይስጡ።

የእኔን PCP እንዴት መቀየር እችላለሁ?

የእርስዎን PCP ለመቀየር ከፈለጉ ለTrillium አባል አገልግሎቶች ይደውሉ። በእኛ የግንኙነት መረብ ውስጥ አዳዲስ ታካሚዎችን የሚቀበል ሌላ አቅራቢ ካለ፣ የእርስዎን PCP መቀየር ይችላሉ። የእርስዎን PCP በዓመት እስከ ሁለት ጊዜ መቀየር ይችላሉ።

ከእርስዎ PCP ጋር ጥሩ ግንኙነት እንዲኖርዎት የሚያግዙዎት አንዳንድ ጠቃሚ ምክሮች እነሆ፦

1. ከተመደበልዎት PCP ጋር አብሮ በመሆን ቀጠሮ ይያዙ እና ቀጠሮውን ያክብሩ። ወደ ስፔሻሊስቶች ማዛወርን ጨምሮ፣ የእርስዎ PCP ለሚቀበሉት ሕክምና በሙሉ ኃላፊነት አለበት።

2. ለTrillium አዲስ ታካሚ ከሆኑ፣ በቶሎ ይደውሉ እና ከPCPዎ ጋር የምርመራ ቀጠሮ መርሐ ግብር ይያዙ። በዚያ መንገድ የእርስዎ PCP እርስዎን ማወቅ እና የእርስዎን ልዩ የጤና እንክብካቤ ፍላጎቶች ለማሟላት ሊያግዝ ይችላል። ያስታውሱ - ምርመራዎች እና የጤና የጥገና ምርመራዎች መደበኛ እንክብካቤ ናቸው፣ እና ቀጠሮ ለማስያዝ ብዙ ሳምንታትን ሊወስድ ይችላል። አስቸኳይ እንክብካቤ ከፈለጉ፣ እባክዎን ለክሊኒክዎ ይንገሩ።

3. አንዳንድ ክሊኒኮች ከመጀመሪያው ጉብኝትዎ በፊት የቀድሞ የሕክምና ቢሮዎን እንዲያነጋግሩ እና የሕክምና መዝገቦችዎን ወደ አዲሱ PCPዎ እንዲያስተላልፉ ይጠይቃሉ። እነዚህ መዝገቦች የጤና ታሪክዎን የተሟላ ምስል ለማቅረብ እና አዲሱ PCPዎ የህክምና እንክብካቤዎን እንዲቀጥል ያግዛሉ።

ባህላዊ የጤና ሰራተኞች ምንድናቸው?

ባህላዊ የጤና ሰራተኛ (THW) በማህበረሰብ ወይም ክሊኒክ ውስጥ በእንክብካቤ ማስተባበር፣ አሰሳ እና አጋዥች ላይ ከአባላት ጋር የሚሰራ ሰው ነው። ፈቃድ ባላቸው የጤና አቅራቢዎች ቁጥጥር ስር ሲሆኑ በኦሪገን ግዛት በኩል የምስክርነት ወረቀት የተሰጣቸው ናቸው። Trillium የባህላዊ የጤና ሰራተኞችን ብዙ አገልግሎቶች ይሸፍናል። Trillium አገልግሎቶቻቸውን እንዲያገኙ ሊረዳዎ ይችላል።

አምስት ዓይነት ባህላዊ የጤና ሰራተኞች አሉ። እያንዳንዱ የTHW አይነት የራሳቸው የሆነ ልዩ የሙያ መስክ አላቸው።

1. (የውልደት) የነፍሰ ጡር ተንከባካቢ በአንዲት ሴት እርግዝና፣ ወሊድ እና ከወሊድ በኋላ ባሉት ጊዜያት ለሴቶች እና ለቤተሰብ ግላዊ የሆነ የህክምና ያልሆነ ድጋፍ ይሰጣል።
2. የአቻ ድጋፍ ስፔሻሊስት (PSS) ለአሁን ወይም ለቀድሞ የባህርይ ጤና ወይም የሱስ ህክምና ተጠቃሚ ድጋፍ ይሰጣል።
3. የአቻ ደህንነት ስፔሻሊስት (PWS) ከአእምሮ ህክምና (የአእምሮ ጤና) ሁኔታ(ዎች) እና ጥልቅ ስልጠና ጋር የመኖር ልምድ አለው። PWS በሰው ላይ ያተኮረ እና የቤት ጤና ቡድን አካል ሆኖ ይሰራል። ሰዎችን ለመርዳት እና ደህንነትን ለማሳካት ለመደገፍ የባህርይ ጤና እና የመጀመሪያ ደረጃ እንክብካቤን ይጠቀማል።
4. የግል ጤና ተከታታይ (PHN) አንድ ታካሚ ምርጡን የጤና አጠባበቅ ውሳኔ እንዲወስን ለማስቻል መረጃን፣ አገዛን፣ መሳሪያዎችን እና ድጋፍን ይሰጣል።
5. የማህበረሰብ ጤና ሰራተኛ (CHW) የታመነ አባል እና/ ወይም ስለሚያገለግለው ማህበረሰብ ጥሩ እውቀት ያለው ግንባር ቀደም የህዝብ ጤና ሰራተኛ ነው።

Trillium እርስዎ ከትክክለኛው የTHW አገልግሎቶች ጋር እንዲገናኙ የሚረዳዎት የTHW ግንኙነት (መገናኛ ሰው) አለው። እንዲሁም ስለ THW አገልግሎቶች ጥያቄዎችን ለመመለስ ሊረዱ ይችላሉ። የTHW ግንኙነትን ለማግኘት፣ እባክዎን በ 1-877-600-5472 ይደውሉ። እንዲሁም ጥያቄ ወደ ሚከተለው ኢሜይል መላክ ይችላሉ፦THW@TrilliumCHP.com. ይህንን መረጃ እና በTHW የእውቂያ መረጃ ላይ የሚደረጉ ማናቸውም ማሻሻያዎችን በሚከተለው ድህረ-ገፃችን ላይ ማግኘት ይችላሉ፦ https://www.trilliumohp.com/members/oregon-health-plan/wellness/traditional-health-workers.html

ሁለተኛ አስተያየቶችን እንሸፍናለን

ይህ እርስዎን ምንም አይነት ወጪ አያስወጣም። ስለ ሕክምና አማራጮችዎ ሁለተኛ አስተያየት ከፈለጉ፣ የእርስዎ PCP ወደ ሌላ አማራጭ እንዲጠቁምዎ ይጠይቁ ወይም እኛ ልናመቻችልዎ እንችላለን። ከእኛ የግንኙነት መረብ ውጪ አቅራቢን ማግኘት ከፈለጉ፣ Trillium ይህንን ያመቻችልዎታል።

በቀጠሮዬ መገኘት ካልቻልኩኝ?

እንደ Trillium አባልነትዎ የእርስዎን የህክምና፣ የባህርይ ጤና እና የጥርስ ህክምና ቀጠሮዎችን ማክበር ከሀላፊነቶችዎ ውስጥ አንዱ ነው። ቀጠሮ መሰረዝ ካለብዎት፣ እባክዎን በተቻለዎት ፍጥነት ከቀጠሮ ቀኑ ቢያንስ 1 ቀን ቀደም ብለው ለአገልግሎት አቅራቢዎ ይደውሉ። ቀጠሮዎች ካመለጡዎት እና ወደ PCPዎ ቢሮ ካልደወሉ፣ አዲስ PCP እንዲመርጡ ሊጠይቁዎት ይችላሉ። አቅራቢዎች ላመለጡዎት ቀጠሮዎች ሊያስከፍሉዎት አይችሉም።

ወዲያውኑ እንክብካቤ ብፈልግስ?

ለTrillium አዲስ ከሆኑ እና ወዲያውኑ የህክምና እንክብካቤ ወይም የመድሃኒት ማዘዣ ከፈለጉ፣ እባክዎን ይደውሉልን እና ከእንክብካቤ አስተባባሪ ጋር ለመነጋገር ይጠይቁ። አስፈላጊውን እንክብካቤ እና ሌሎች እንደ አቅርቦቶች ወይም የመድሃኒት ማዘዣዎች ያሉ ፍላጎቶችን ለማግኘት ልንረዳዎ እንችላለን። እንዲሁም የሚፈልጉትን እንክብካቤ ማግኘትዎን እርግጠኛ ለመሆን በተቻለ ፍጥነት ከእርስዎ PCP ጋር ቀጠሮ መያዝ አስፈላጊ ነው።

ከስራ ሰዓት ውጪ (ምሽቶች፣ ቅዳሜና እሁድ እና በዓላት) እንክብካቤ ብፈልግስ?

የእርስዎ PCP በቀን 24 ሰዓት፣ በሳምንት ለሰባት ቀናት እንክብካቤዎን ይከታተላል። የPCP ቢሮው ቢዘጋም፣ ወደ PCP የቢሮ ስልክ ቁጥር ይደውሉ። የእርስዎን PCP ከሚያነጋግር ወይም ምን ማድረግ እንዳለብዎት ምክር ከሚሰጥዎ ሰው ጋር ይነጋገራሉ። አንዳንድ ጊዜ PCPዎ ላይገኝ ይችላል። እርስዎን ለመርዳት ሌላ አቅራቢ ሁልጊዜ እንደሚገኝ ያረጋግጣሉ።

ስፔሻሊስት ወይም ሌላ አገልግሎት አቅራቢ ማግኘት ካስፈለገኝስ?

ለሁኔታዎችዎ ተገቢ ህክምና የአካል ወይም የባህርይ ጤና ስፔሻሊስቶችን እንክብካቤ ለማግኘት እራስዎን ማዛወር ይችላሉ። ይህ የእርስዎን PCP ሳይጠይቁ ለህክምና ተገቢ እንክብካቤ አቅራቢ መምረጥ ይችላሉ ማለት ነው። ይሁን እንጂ የጉብኝቱ ምክንያት (ሁኔታ ወይም ምርመራ) ለተሸፈነ አገልግሎት መሆን አለበት፣ እንዲሁም በግንኙነት መረቡ ውስጥ ያለ አቅራቢ መሆን አለበት። ስፔሻሊስት ወይም ሌላ አገልግሎት አቅራቢ ማግኘት እንዳለብዎ ካሰቡ፣ በመጀመሪያ PCPዎን ያነጋግሩ። የእርስዎ PCP ምን አይነት የስፔሻሊስት አገልግሎቶች እንደሚፈልጉ ለማወቅ ይረዳዎታል።

ልዩ የጤና እንክብካቤ ፍላጎቶች ቢኖሩኝስ?

ልዩ የጤና እንክብካቤ ፍላጎቶች ካሉዎት፣ ለእርስዎ ሁኔታ ተገቢ የህክምና እንክብካቤ የአካላዊ እና የባህርይ ስፔሻሊስቶችን በቀጥታ ማግኘት ይችላሉ። ይህ የእርስዎን PCP ሳይጠይቁ ለህክምና ተገቢ እንክብካቤ አቅራቢ መምረጥ ይችላሉ ማለት ነው። ይሁን እንጂ የጉብኝቱ ምክንያት (ሁኔታ ወይም ምርመራ) ለተሸፈነ አገልግሎት መሆን አለበት፣ እንዲሁም አብዛኛውን ጊዜ በግንኙነት መረቡ ውስጥ ያለ አቅራቢ መሆን አለበት። ስፔሻሊስት ወይም ሌላ አገልግሎት አቅራቢ ማግኘት እንዳለብዎ ካሰቡ፣ በመጀመሪያ PCPዎን ያነጋግሩ። የእርስዎ PCP ምን አይነት የስፔሻሊስት አገልግሎቶች እንደሚፈልጉ ለማወቅ ይረዳዎታል። እንዲሁም አስተባባሪዎች እና ጉዳይ አስተዳዳሪዎች በልዩ የጤና እንክብካቤ ፍላጎቶችዎ ዙሪያ እርስዎን ለመርዳት ይገኛሉ። ለአባላት አገልግሎት በ 1-877-600-5472 ይደውሉ። ከእንክብካቤ አስተባባሪ ጋር ለመነጋገር ይጠይቁ።

የረጅም ጊዜ አገልግሎቶችን እና ድጋፎችን እያገኘሁ ከሆነስ?

የረጅም ጊዜ አገልግሎቶች እና ድጋፎች (LTSS) ከተቀበሉ፣ ለህክምና ተገቢ እንክብካቤ የአካላዊ እና የባህርይ ጤና ስፔሻሊስቶችን በቀጥታ ማግኘት ይችላሉ። ይህ የእርስዎን PCP ሳይጠይቁ አቅራቢ መምረጥ ይችላሉ ማለት ነው። የጉብኝቱ ምክንያት (ሁኔታ ወይም ምርመራ) ለተሸፈነ አገልግሎት መሆን አለበት። አብዛኛውን ጊዜ አቅራቢው በግንኙነት መረቡ ውስጥ ያለ መሆን አለበት። ስፔሻሊስት ወይም ሌላ አገልግሎት አቅራቢ ማግኘት እንዳለብዎ ካሰቡ፣ በመጀመሪያ PCPዎን ያነጋግሩ። የእርስዎ PCP ምን አይነት የስፔሻሊስት አገልግሎቶች እንደሚፈልጉ ለማወቅ ይረዳዎታል።

እንዲሁም፣ አሁንም የአባላት አገልግሎቶችን በ 1-877-600-5472 በመደወል የፅኑ እንክብካቤ ማስተባበሪያ (ICC) አገልግሎቶችን ከTrillium መቀበል ይችላሉ። ከICC አስተባባሪ ወይም የጉዳይ አስተዳዳሪ ጋር ለመነጋገር ይጠይቁ።

ከዚህ በታች ከPCPዎ የመዛወር ፈቃድ ሳያገኙ ሊቀበሏቸው የሚችሏቸው አገልግሎቶች ዝርዝር አለ።

ወደ እነዚህ አገልግሎቶች ራስን ለማዛወር፣ የግንኙነት መረብ ውስጥ ወዳለ አቅራቢ መሄድ አለብዎት። በግንኙነት መረብ ውስጥ መሆናቸውን ለማረጋገጥ ለአቅራቢው ይደውሉ። ከዚያ የራስዎን ቀጠሮ መያዝ ይችላሉ።

- ለኦፒኦይድ ሱስ በመድሃኒት የታገዘ ሕክምና፤ (የመጀመሪያዎቹ 30 ቀናት ሕክምና)። አቅራቢን ለመምረጥ የእኛን አቅራቢ-አግኝ ይጠቀሙ።
- ባህላዊ የጤና ሰራተኛ አገልግሎቶች። አቅራቢን ለመምረጥ የእኛን አቅራቢ-አግኝ ይጠቀሙ ወይም ወደ Trillium የአባል አገልግሎቶች ይደውሉ።
- የአደንዛዥ ዕፅ እና የአልኮል ሕክምና። አቅራቢን ለመምረጥ የእኛን አቅራቢ-አግኝ ይጠቀሙ።
- ሴት አባላት መደበኛ የሴቶች ፈተናዎችን እና መከላከያ የሴቶች ጤና አጠባበቅ አገልግሎቶችን ለማቅረብ አስፈላጊ ለሆኑ የተሸፈኑ አገልግሎቶች በአቅራቢው የግንኙነት መረብ ውስጥ ያሉ የሴቶች ጤና ስፔሻሊስቶችን በቀጥታ ማግኘት ይችላሉ። እነዚህም የቅድመ ወሊድ እንክብካቤን፣ የጡት ምርመራን፣ ማሞግራሞችን እና የፓፕ ምርመራዎችን (የማህጸን በር ለካንሰር ተጋላጭነት ምርመራ) ያካትታሉ ነገር ግን በእነዚህ አይወሰኑም።
- የእርግዝና እንክብካቤ። አቅራቢን ለመምረጥ የእኛን አቅራቢ-አግኝ ይጠቀሙ።
- የጾታዊ ጥቃት ፈተናዎች። ወደ አቅራቢዎ ይደውሉ።
- የቤተሰብ ምጣኔ እና የወሊድ መቆጣጠሪያ አገልግሎቶች። እነዚህን አገልግሎቶች ከኦሪገን ጤና ባለስልጣን ጋር ከተዋዋለው እና እነዚህን አገልግሎቶች ለማከናወን ፈቃድ ካለው አቅራቢ ማግኘት ይችላሉ።
- የባህርይ ጤና አገልግሎቶች። አቅራቢን ለመምረጥ የእኛን አቅራቢ-አግኝ ይጠቀሙ።
- ማጨስ ለማቆም እርዳታ። ለTrillium አባላት አገልግሎቶች ይደውሉ።
- የኩላሊት እጥበት አገልግሎቶች። አቅራቢን ለመምረጥ የእኛን አቅራቢ-አግኝ ይጠቀሙ።

- ክትባቶች (መርፌዎች)። አቅራቢን ለመምረጥ የእኛን አቅራቢ-አግኝ ይጠቀሙ።
- የፅኑ እንክብካቤ ማስተባበሪያ (ICC) አገልግሎቶች
- የICC አገልግሎቶችን፣ LTSS ወይም ልዩ የጤና እንክብካቤ ፍላጎቶች ካላቸው፣ አባላት የአባላቱን ሁኔታ እና ተለይተው የሚታወቁ ፍላጎቶችን ለመንከባከብ ስፔሻሊስቶችን እና ለህክምና ተገቢ የሆነ አካላዊ ወይም የባህርይ ጤና እንክብካቤ አገልግሎትን ማግኘት ይችላሉ።

አቅራቢው ከግንኙነት መረቡ ውጪ ከሆነስ?

በአብዛኛዎቹ ሁኔታዎች የTrillium ስፔሻሊስት ወይም አገልግሎት አቅራቢ ማግኘት አለብዎት። አገልግሎቱ ከTrillium አቅራቢዎች የሚገኝ ከሆነ፣ የTrillium አቅራቢን እንዲጠቀሙ እንጠይቅዎታለን። አገልግሎቱ ከTrillium አቅራቢዎች የማይገኝ ከሆነ፣ Trillium ከግንኙነት መረቡ ውጪ የሆነ አገልግሎት አቅራቢን ሊፈቅድ ይችላል። ከክልሉ ውጪ የሚደረጉ ቀጠሮዎችን የምናፀድቀው አገልግሎቱ በኦሪገን ውስጥ በማይገኝበት ጊዜ ብቻ ነው። በራስዎ ከግንኙነት መረቡ ውጪ ወደሆነ አቅራቢ መዛወር አይችሉም።

ለአገልግሎቶች ፈቃድ እንዴት ማግኘት እችላለሁ?

ከዝውውር በተጨማሪ አንዳንድ የህክምና አገልግሎቶች አገልግሎቱን ከማግኘትዎ በፊት የTrillium ፈቃድ ያስፈልጋቸዋል። ይህ አገልግሎትን የማስፀደቅ ሂደት ፈቃድ ማግኘት ይባላል። አገልግሎቱን የሚያቀርብልዎ አቅራቢ ከTrillium ፈቃድ ያገኝ እና አገልግሎቱ ሲፈቀድ ይነግርዎታል። ለአገልግሎት ዝውውር ወይም ፈቃድ ከሌለዎት፣ አገልግሎት ሊከለከል ይችላል ወይም ለአገልግሎቱ መክፈል ሊኖርብዎት ይችላል።

ሌሎች በOHP የተሸፈኑ ጥቅማጥቅሞች

OHP የሚከፍልባቸው ነገር ግን የTrillium Community Health Plan የማይከፍልባቸው አንዳንድ አገልግሎቶች አሉ። በእነዚህ አገልግሎቶች ላይ እገዛ ከፈለጉ፣ እባክዎን ለTrillium የአባላት አገልግሎቶች በ 1-877-600-5472 ይደውሉ። ከእንክብካቤ አስተባባሪ ጋር ለመነጋገር ይጠይቁ። እነዚህን አገልግሎቶች ለማግኘት እርዳታ ከፈለጉ፣ እባክዎን ወደ MTM ነፃ የስልክ ጥሪ በ 877-583-1552 (TTY: 711) ይደውሉ። በTrillium የማይቀርቡ ነገር ግን በOHP የሚሸፈኑ አንዳንድ የአገልግሎቶች ምሳሌዎች፦

CCO ያልተሸፈኑ የጤና አገልግሎቶች	እንክብካቤ ማስተባበሪያ ይገኛል ከCCO	መጓጓዣ ይገኛል በCCO በኩል	ማንን ለማግኘት
በሀኪም የታገዘ ራስን ማጥፋት በኦሪገን በክብር የመሞት ህግ ስር፣ ORS 127.800-127.897 - በማይድን በሽታ የተያዙ የኦሪገን ነዋሪዎች ከዶክተሮቻቸው በራሳቸው እንዲያስተዳድሩ የሚሰጧቸውን እስከ ህይወት ማብቂያ የሚወሰዱ መድሃኒቶችእንዲያገኙ እና እንዲጠቀሙ ያስችላቸዋል።	አይ	አዎ	KEPRO እንክብካቤ አስተባባሪ ቡድን በ (800)562-4620 ያግኙ
በሰለጠነ የነርሲንግ ተቋም ውስጥ ለሚኖሩ አባላት የሆስፒታል አገልግሎቶች፤ - አባላት የህክምና እንክብካቤን፣ ለቤተሰብ ድጋፍ፣ ለታካሚ ድጋፍ፣መንፈሳዊ ምክር፣ የህመም ግምገማ እና ህክምና እና በሰለጠነ የነርሲንግ ተቋም የህይወት መጨረሻ ሽግግርን የሚደግፉ መድሃኒቶችን እና ዘላቂ የህክምና መሳሪያዎችን እንዲያገኙ ያስችላቸዋል።	አይ	አዎ	KEPRO እንክብካቤ አስተባባሪ ቡድን በ (800)562-4620 ያግኙ
የተሸፈኑ አገልግሎቶች የሆኑት ትምህርት ቤት ላይ የተመሰረቱ የጤና አገልግሎቶች በትምህርት አገልግሎት ፕሮግራም በሚካሱ የአካል ጉዳተኞች የትምህርት ህግ መስፈርቶች መሰረት ይቀርባሉ፤ - አካል ጉዳተኛ ተማሪዎች እንዲያገኙት ይፈቅዳል፣ ትምህርት ቤቶች እንደ የልዩ ትምህርት እቅዳቸው አካል ትምህርት እንዲወስዱበት አስፈላጊ የሆኑ የህክምና አገልግሎቶችን ማቅረብ አለባቸው።	አይ	አዎ	KEPRO እንክብካቤ አስተባባሪ ቡድን በ (800)562-4620 ያግኙ
አስተዳደራዊ ፈተናዎች በOAR 410-130-0230 መሰረት የተጠየቀ ወይም ፈቃድ የተሰጠው፤ - አባላት በተወሰኑ የእንክብካቤ ደረጃዎች ውስጥ ሲሆኑ ልዩ ምርመራ እንዲያደርጉ ይፈቅዳል።	አይ	አዎ	KEPRO እንክብካቤ አስተባባሪ ቡድን በ (800)562-4620 ያግኙ
ለዜጎች/መጻተኞች የተተወ የድንገተኛ ሕክምና ተቀባዮች ወይም CAWEM Plus-CHIP የቅድመ ወሊድ ሽፋን ለCAWEM የሚቀርቡ አገልግሎቶች፤ - ዜጋ ላልሆኑ/ለመጻተኞች የተተወ የድንገተኛ ህክምና አባላት የድንገተኛ ህክምና አገልግሎቶችን እና የቅድመ ወሊድ እንክብካቤን እንዲያገኙ ይፈቅዳል።	አይ	አዎ	KEPRO እንክብካቤ አስተባባሪ ቡድን በ (800)562-4620 ያግኙ
ፅንስ ማስወረድ - አባላት የእርግዝና ማቋረጥ አገልግሎቶችን እንዲያገኙ ያስችላቸዋል።	አዎ	አዎ	KEPRO እንክብካቤ አስተባባሪ ቡድን በ (800)562-4620 ያግኙ

CCO ያልተሸፈኑ የጤና አገልግሎቶች	እንክብካቤ ማስተባበሪያ ይገኛል ከCCO	መጓጓዣ ይገኛል በCCO በኩል	ማንን ለማግኘት
ከሆስፒታል ውጭ መውለድ (OOHB) የቅድመ ወሊድ እና ድህረ ወሊድ የሴቶች እንክብካቤን ጨምሮ ሌሎች አገልግሎቶች የማሟያ መስፈርቶች በ OAR 410-130-0240 ተገልፀዋል -አባላት ከሆስፒታል ውጭ የቅድመ ወሊድ፣ የወሊድ እና የድህረ ወሊድ እንክብካቤ እንዲያገኙ ያስችላቸዋል።	አይ	አዎ	የTrillium አባል አገልግሎቶች - 877-600-5472
ከCCO የካሳ ክፍያ ውጪ የሆኑ የረጅም ጊዜ አገልግሎቶች እና ድጋፎች በORS 114.631 መሠረት፤ - የLTSS አገልግሎቶችን የሚቀበልን አባል በCCO እና በረጅም ጊዜ ድጋፎች እና አገልግሎቶች መካከል የተቀናጀ እንክብካቤን እንዲያገኝ ይፈቅዳል።	አዎ	አዎ	የTrillium አባል አገልግሎቶች - 877-600-5472
የተወሰኑ የባህርይ ጤና አገልግሎቶችን እንዲያገኙ አባላትን መርዳት፡፡ የእነዚህ አገልግሎቶች ምሳሌዎች የሚከተሉትን ሲያካትት በእነዚህ ብቻ ግን አይወሰንም፡- a) ለአንዳንድ የባህርይ ጤና ሁኔታዎች የተወሰኑ መድሃኒቶች፤ b) ለአንዳንድ የባህርይ ጤና ሁኔታዎች ቴራፒዮቲክ መድኃኒቶች፤ c) ዕድሜያቸው 18 እና ከዚያ በላይ ለሆኑ አባላት የረጅም ጊዜ የአእምሮ እንክብካቤ፤ እና d) ዕድሜያቸው 18 እና ከዚያ በላይ ለሆኑ አባላት በአዋቂ ማሳደጊያ ቤቶች ውስጥ የሚደረግ የግል እንክብካቤ። ስለእነዚህ የተወሰኑ የባህርይ ጤና አገልግሎቶች ለበለጠ መረጃ ወይም የተሟላ ዝርዝር ለማግኘት፣ ለTrillium አባላት አገልግሎቶች ይደውሉ።	አዎ	አዎ	የTrillium አባል አገልግሎቶች - 877-600-5472
የቤተሰብ ትስስር ፕሮግራም አዲስ የተወለዱ ሕፃናት ላሏቸው ቤተሰቦች ሁሉ ነጻ፣ በማስረጃ ላይ የተመሰረተ፣ ቤት የምትመጣ ነርስ ያቀርባል። - የቤተሰብ ትስስር የኦሪገን ፕሮግራም ነርሶችን፣ የማህበረሰብ አጋዦችን እና ቤተሰቦችን በማገናኘት ወላጆችን ይደግፋል።	አዎ	አዎ	የTrillium አባል አገልግሎቶች - 877-600-5472

ስለእነዚህ አገልግሎቶች የበለጠ መረጃ ለማግኘት፣ በ 1-800-273-0557 ለOHP የደንበኛ አገልግሎቶች ይደውሉ። የትራንስፖርት እርዳታ ከፈለጉ፣ እባክዎን “ለቀጠሮዬ ትራንስፖርት ማግኘት እችላለሁ?” የሚለውን ክፍል ይመልከቱ።

አዲስ ቴክኖሎጂ ተሸፍኗል?

OHP አዳዲስ ቴክኖሎጂዎች ወይም አዳዲስ ወቅታዊ የቴክኖሎጂ አጠቃቀሞች በጥቅም ጥቅልዎ ውስጥ መካተታቸውን ይወስናል። አንድ አገልግሎት መሸፈኑን ወይም አለመሸፈኑን በተመለከተ ጥያቄዎች ካሉዎት፣ እባክዎን ለTrillium አባል አገልግሎቶች ይደውሉ።

የሐኪም ማበረታቻዎች

እርስዎን ጤናማ አድርገው ስላቆዩ ለአገልግሎት አቅራቢዎቻችን ጉርሻ ወይም ሽልማት እንከፍላለን። አገልግሎቶችን ስለገደቡ እና እርስዎን ወደ ሌላ ቦታ ስላዘዋወሩ አገልግሎት አቅራቢዎቻችንን አንከፍልም ወይም አንሸልምም። ለአገልግሎት ጥያቄዎችዎ የሚሰጠው ውሳኔ በእንክብካቤ እና በአገልግሎት ተገቢነት እና በሽፋን መኖር ላይ ብቻ የተመሰረተ ነው። ስለ ሀኪም ማበረታቻዎች እና ስለ Trillium አወቃቀሮች እና አሰራሮች ተጨማሪ መረጃ የመጠየቅ እና የመቀበል መብት አልዎት። በሐኪም ማበረታቻዎች ላይ ተጨማሪ መረጃ ለማግኘት፣ Trilliumን በስልክ ቁጥር 1-877-600-5472 (TTY 711) ያነጋግሩ።

ወደ ቀጠሮዬ ለመሄድ ትራንስፖርት ማግኘት እችላለሁ?

ወደ ቀጠሮዎ ለመሄድ እርዳታ ከፈለጉ፣ እባክዎን ወደ MTM ነጻ የስልክ ቁጥር 877-583-1552 ይደውሉ። ዶክተርዎን፣ የጥርስ ሐኪምዎን ወይም አማካሪዎን የሚያገኙበት መንገድ ከሌለዎት እኛ ልንረዳዎት እንችላለን። በOHP ላይ ያሉ ሰዎች ለጤና እንክብካቤ ጉብኝቶች ትራንስፖርት በመክፈል እርዳታ ያገኛሉ። በተጨማሪም MTM ወደ ቀጠሮዎች የመሄጃ ወጪዎችን እንደ ነዳጅ፣ ምግብ እና ማደሪያን ጨምሮ ሊከፍልዎት ይችላል። ወደ የጤና እንክብካቤ ቀጠሮዎ ከመሄድዎ በፊት ፈቃድ ማግኘት ያስፈልግዎታል። ፈቃድ ለማግኘት 877-583-1552 ይደውሉ። እሑድ - ቅዳሜ ከጠዋቱ 8 ሰዓት እስከ ከሰዓት 5 ሰዓት፣ ወይም በማንኛውም ጊዜ ለድንገተኛ ጉዞ ወይም ከሆስፒታል ከወጡ በኋላ ለሚደረግ ጉዞ። ለድንገተኛ ትራንስፖርት እባክዎን 911 ይደውሉ። ነጻ ትራንስፖርት ወይም ድንገተኛ ያልሆነ የሕክምና ትራንስፖርት (ጉዞ) የሚቀርበው በ፦

MTM (የህክምና ትራንስፖርት አስተዳደር)
ከክፍያ ነፃ፦ 877-583-1552 (TTY: 711)

በMTM በኩል ለጉዞ ቀጠሮ ማስያዝ ከፈለጉ፣ በተቻለዎት ፍጥነት ይደውሉ። ያስታውሱ፣ ቀጠሮዎን ከሰረዙ ወይም ከቀየሩ፣ ጉዞዎን ለመሰረዝ ወይም ለመቀየር ወዲያውኑ ወደ MTM ይደውሉ።

ለበለጠ መረጃ የህክምና የጉዞ መመሪያ የሚለውን ከድህረ-ገጻችን ላይ ማግኘት ይችላሉ
https://www.trilliumohp.com/members/oregon-health-plan/Benefits-and-Services/transportation.html

ለቀጠሮዎች እንዴት አስተርጓሚ ማግኘት እችላለሁ?

ከፈለጉ በቀጠሮዎችዎ ላይ የድምጽ ወይም የምልክት ቋንቋ አስተርጓሚ ሊኖርዎት ይችላል። ለቀጠሮ ሲደውሉ፣ አስተርጓሚ እንደሚፈልጉ እና በየትኛው ቋንቋ እንደሚፈልጉ ለአገልግሎት ሰጪዎ ቢሮ ይንገሩ። ይህ አገልግሎት ምንም ዓይነት ወጪ አያስወጣዎትም።

ለጤና እንክብካቤ ጉብኝቶች የቋንቋ ወይም የምልክት ቋንቋ አስተርጓሚ ከፈለጉ፣ የሚከተሉትን ማድረግ ይችላሉ፦

1. ለTrillium ይደውሉ።
2. ለዶክተርዎ ቢሮ ይደውሉ እና ለጉብኝትዎ አስተርጓሚ እንዲያዘጋጁ ይጠይቋቸው።

በጤና እንክብካቤ አስተርጓሚዎች ዙሪያ ያለውን መረጃ በ፦ www.Oregon.gov/oha/oei ያግኙ።

የተሸፈኑ ጥቅማጥቅሞች እና አገልግሎቶች

OHP ምን ይሸፍናል?

OHP ለጤና እንክብካቤ ቀጠሮዎች መነፅርን፣ የመስሚያ መርጃ መሳሪያዎችን፣ የህክምና መሳሪያዎችን፣ የቤት ውስጥ የጤና እንክብካቤን እና ትራንስፖርት (መጓጓዣ) ሊያቀርብ ይችላል። OHP ሁሉንም ነገር አይሸፍንም። የእነዚህ በሽታዎች እና ሁኔታዎች ዝርዝር ቅድሚያ የሚሰጠው (የታዘዘ) የጤና አገልግሎት ዝርዝር ይባላል። ይህንን በመስመር ላይ፦ https://www.oregon.gov/oha/hsd/ohp/pages/prioritized-list.aspx ላይ ማንበብ ይችላሉ።

በአንዳንድ ሁኔታዎች ሌሎች በሽታዎች እና ሁኔታዎች በOHP ሊሸፈኑ ይችላሉ። ለምሳሌ፣ አንድ ታካሚ አንድ የተሸፈነ የጤና እክል እና ሌላ ክፍያው ያልተሸፈነ የጤና እክል ሊኖረው ይችላል። ያልተሸፈነው የጤና እክል የተሸፈነውን እክል እንዲሻሻል የሚረዳ ከሆነ ሊሸፈን ይችላል። ለጥቅማጥቅሞች ማጠቃለያ፣ እባክዎን "የጥቅማጥቅሞች ማረጋገጫ ዝርዝር ማጠቃለያ"ን ይመልከቱ።

የቴሌሄልዝ አገልግሎቶች

የቴሌሄልዝ አገልግሎቶች የኤሌክትሮኒክ መገናኛዎችን በመጠቀም የሚሰጡ የጤና አጠባበቅ አገልግሎቶች ናቸው። ይህም ደህንነቱ የተጠበቀ ኢሜይል ሊሆን ይችላል። የአባላት የፖርታል ወይም የመስመር ላይ ኦዲዮ/ቪዲዮ ኮንፈረንስም ሊሆን ይችላል። የTrillium አባላት የኦዲዮ፣ የቪዲዮ እና የኢንተርኔት ጉብኝቶች ሊኖራቸው ይችላል (በእነርሱ አቅራቢ የሚሰጥ ከሆነ)። Trillium ትርጉም ያለው የአገልግሎት ተደራሽነትን ለማረጋገጥ ከአቅራቢዎቻችን ጋር በአንድነት ይሰራል። አባሎቻችንን የተወሰነ የጸደቀ የቴሌሄልዝ ዘዴዎችን ለመጠቀም ያላቸውን አቅም እንገመግማለን። የቴሌሄልዝ ቀጠሮ ለማስያዝ፣ ኮምፒውተር መጠቀም ያስፈልግዎታል። ላፕቶፕ፣ ታብሌት ወይም ስልክ መጠቀምም ይችላሉ። አንዳንድ ጊዜ ዘመናዊ ስልክ ሊያስፈልግዎ ይችላል። ስለ ቴሌሄልዝ አገልግሎቶቻቸው አቅራቢዎን ይጠይቁ። በሁሉም የማህበረሰብ ጤና ጣቢያዎች የቴሌሄልዝ አገልግሎትን ማግኘት ይችላሉ። Trillium በ2022

የኛ አቅራቢን ያግኙ እና የአቅራቢ ማውጫን ያትሙ የትኞቹ አቅራቢዎች የቴሌሄልዝ አገልግሎት እንዳላቸው እንደሚያሳዩ ያረጋግጣል። እርዳታ ከፈለጉ በ 1-877-600-5472 (TTY: 711) ለአባላት አገልግሎት ይደውሉ።

ስለ ቴሌሄልዝ ጥያቄዎች ካሉዎት፣ እባክዎን ለTrillium አባላት አገልግሎቶች ይደውሉ። እንዲሁም የጉዳይ አስተዳዳሪዎን እርዳታ መጠየቅ ይችላሉ።

የተሸፈኑ የቴሌሄልዝ አገልግሎቶች

ቴሌሄልዝ ለአካላዊ፣ ለባህርይ እና ለአፍ ጤና ጉብኝቶች ሽፋን ይሰጣል። መደበኛ መድሃኒት ለማግኘት የቴሌሄልዝ ቀጠሮ ሊያስፈልግዎት ይችላል። እንዲሁም በቴሌሄልዝ ቀጠሮዎ ላይ ጥያቄዎችን መጠየቅ ይችላሉ። ቀጣይነት ላለው የባህርይ ጤና ጉብኝቶች ቴሌሄልዝን መጠቀም ይችላሉ። ቴሌሄልዝ የሚሰጡ አቅራቢዎችን ለማግኘት የአባላት አገልግሎቶችን ያነጋግሩ።

የቴላዶክ ቴሌሄልዝ አገልግሎቶች

Trillium ከቴላዶክ ሄልዝ የቴሌሄልዝ አገልግሎቶችን ይሰጣል። ቴላዶክ ለአካላዊ፣ ለባሕርይ እና ለአፍ ጤና ጉብኝቶች የቴሌሄልዝ አገልግሎትን ይሰጣል። የቴላዶክ አገልግሎቶች ዝውውር አያስፈልጋቸውም። እባክዎ ስለ ቴላዶክ አገልግሎቶች ተጨማሪ መረጃ ለማግኘት ለአባላት አገልግሎት በሚከተለው ቁጥር ይደውሉ ወይም የሚከተለውን ድህረ-ገጽ ይጎብኙ https://www.trilliumohp.com/members/oregon-health-plan/Benefits-and-Services/telehealth.html

የታካሚ ምርጫ እና መስተንግዶ

ቴሌሄልዝ አቅራቢዎን ማግኘት የሚችሉበት አንዱ መንገድ ነው። አንዳንድ አቅራቢዎች እርስዎን በአካል ማግኘት ሊፈልጉ ይችላሉ። ለምሳሌ፣ የልብ ሐኪምዎ እርስዎን በአካል ማግኘት ሊያስፈልገው ይችላል። አገልግሎት አቅራቢዎ በቴሌሄልዝ ጉብኝት ብቻ ሊገድብዎት አይችልም። Trillium ዋጋ ያለው እንክብካቤ እንዲያገኙ የቴሌሄልዝ አገልግሎቶችን ለመስጠት በግንኙነት መረብ ውስጥ ካሉ አቅራቢዎቻችን ጋር ይሰራል። የቴሌሄልዝ አገልግሎቶች በባህላዊ መልኩም አግባብነት አላቸው። Trillium ቴሌሄልዝን በመረጡት ቋንቋ፣ በብሬይል፣ በትልቅ ህትመት፣ በድምጽ ወይም ለእርስዎ የተሻለ በሚሰራ በማንኛውንም የተለያየ መንገድ ለእርስዎ ያቀርባል። "የቋንቋ እርዳታ" ክፍልን ይመልከቱ።

የቴሌሄልዝ የግላዊነት ልምምዶች

የTrillium የቴሌሄልዝ አገልግሎት አቅራቢ ቴላዶክ ሄልዝ ነው። ህጉ ቴላዶክ ሄልዝ የግል የጤና መረጃዎን በምስጢር እንዲይዝ ይጠይቃል። አቅራቢዎ በአካል ሲያገኝዎ ለመረጃዎ ግላዊነትን በሚጠነቀቀው መንገድ እነሱም የእርስዎን መረጃ ግላዊነት ይጠብቃሉ። የቴላዶክ ሄልዝ ስለ ህጋዊ ግዴታዎቹ እና የግላዊነት ልምምዶቹ ሊነግርዎት ይገባል።

እንክብካቤ ወይም አገልግሎት የማግኘት ችሎታዎን የሚነካ ለውጥ ቢፈጠርስ?

Trillium ማንኛውም ለውጥ ከመደረጉ ቢያንስ ከ30 ቀናት በፊት ለውጡ ለሚመለከታቸው አባላት የጽሁፍ ማስታወሻ ይሰጣል። ለውጡ ለአቅራቢ፣ ለፕሮግራሙ ወይም ሽፋን ላለው አገልግሎት ሊሆን ይችላል። ለአስፈላጊ የደህንነት ጉዳዮች ለውጦችን በፍጥነት ልናደረጋቸው እንችላለን። ከዚያ በኋላ ለውጡ ለሚመለከታቸው አባላት ማስታወሻ እንልካለን። በአቅራቢዎ ላይ ለውጦች ኖረው አቅራቢዎ ስለ ለውጡ በ30 ቀናት ውስጥ በቂ ማስታወሻ ካልሰጠ፣ ለውጡን በ15 ቀናት ውስጥ እናሳውቅዎታለን።

የተግባር መመሪያዎች

የተግባር መመሪያዎች ጤናዎን ለማሻሻል መንገድን ያበጃሉ። የብዙ እንክብካቤ አማራጮች ጥቅሞች እና ጉዳቶች ተካትተዋል። Trillium ለብዙ አርእስቶች የተግባር መመሪያ አለው። በአንድ ርዕሰ ጉዳይ ላይ የተግባር መመሪያ ለማግኘት ከፈለጉ፣ እባክዎን ለአባላት አገልግሎት ይደውሉ። የተግባር መመሪያዎቹ በTrillium ድህረ ገጽ ላይ በአቅራቢ መርጃዎች ውስጥ ተካተው ይገኛሉ።

የመከላከያ አገልግሎቶች

የጤና ችግሮች ከመከሰታቸው በፊት መከላከል አስፈላጊ ነው። OHP እርስዎ ጤናማ ሆነው እንዲቆዩ የሚያግዙ የመከላከያ አገልግሎቶችን ይሸፍናል። እነዚህ አገልግሎቶች ፈቃድ አያስፈልጋቸውም። የመከላከያ አገልግሎቶች ችግሩን ለማወቅ ምርመራዎችን እና ሙከራዎችን አካተው ይከናወናሉ። የእርስዎ PCP የምርመራ እና ሌሎች አገልግሎቶችን መርሃ ግብር ይጠቁምዎታል

ሌሎች የመከላከያ አገልግሎቶች የሚከተሉትን ያካትታሉ፦

- EPSDT
- የህጻናት እና የአዋቂዎች ክትባት (መርፌዎች) (ለውጪ ጉዞ ወይም ለሥራ ቅጥር ዓላማ አይደለም)፤
- መደበኛ የአካላዊ፤
- የቤተ ሙከራ ምርመራዎች፤
- ማጨስ የማቆምያ መሳሪያዎች፤
- የእናትነት እና የአራስ ህጻን እንክብካቤ፤
- የሴቶች ምርመራዎች እና የፓፕ ስሚር (የማህጸን በር ለካንሰር ተጋላጭነት ምርመራ) ፤
- ለሴቶች የሚሰጥ ማሞግራም (የጡት ራጅ)፤
- ለወንዶች የፕሮስቴት ምርመራ፤
- የካንሰር ምርመራ፤ እና
- የፍሎራይድ ሕክምና።

ትምባሆ መጠቀምን ለማቆም እንዴት እርዳታ ማግኘት እችላለሁ?

ጤናዎን እና የቤተሰብዎን ጤና ለማሻሻል ማድረግ የሚችሉት ብቸኛው እና በጣም አስፈላጊው ነገር ትንባሆ መጠቀምን ማቆም ነው። Trillium ትምባሆ መጠቀምን ለማቆም ይረዳዎት ዘንድ የሠለጠነ አሰልጣኝዎ ለሚሰጥዎት የስልክ የምክር አገልግሎት እና ለመድሀኒትዎ ይከፍላል። ትምባሆ የሚጠቀሙ ከሆነ ለ **ለህይወት ዘመኔ አቋርጥ** በሚከተለው ቁጥር በነጻ ይደውሉ **1-866-784-8454.**

EPSDT ምንድን ነው?

ቀደምት እና ወቅታዊ ማጣሪያ፣ ምርመራ እና ህክምና (EPSDT) ዕድሜያቸው ከ21 ዓመት በታች ለሆኑ ሰዎች የሚሰጥ የጤና እንክብካቤ ጥቅማጥቅሞች ነው። EPSDT የተሟላ የማጣሪያ፣ የምርመራ እና የሕክምና አገልግሎቶችን ያካትታል። እነዚህ ምርመራዎች ተጨማሪ ምርመራ እና/ወይም ህክምና የሚያስፈልጋቸው የአካል፣ የባህርይ ጤና ወይም የእድገት ጤና አጠባበቅ ጉዳዮችን ለማወቅ ይረዳሉ። EPSDT የአካል እና የባህርይ ጤና ሁኔታን ለማስተካከል ወይም ለማሻሻል የሚያስፈልገውን ማንኛውንም ምርመራ እና አስፈላጊ የሆነ ህክምናን ያካትታል።

EPSDT የእድገት መዘግየት ያለበትን ልጅ ለመደገፍ የሚያስፈልጉ አገልግሎቶችንም ያካትታል። እነዚህ አገልግሎቶች ሁኔታዎች እየተባባሱ እንዳይሄዱ ሊረዱ ይችላሉ። እነዚህ አገልግሎቶች የልጁን የጤና አጠባበቅ ችግር ተጽዕኖዎች ለመቀነስ ይረዳሉ። EPSDT ልጆች እና ወጣቶች የጤና አጠባበቅ አገልግሎቶችን በቶሎ እና በተደጋጋሚ እንዲያገኙ ያስችላቸዋል። የEPSDT ማጣሪያ አንዳንድ ጊዜ ጤናማ ልጅ ወይም ጤናማ እንክብካቤ ምርመራ ይባላል።

EPSDT ምን ምን ያካትታል?

የጤናማ ልጅ ምርመራ ወይም የEPSDT ማጣሪያ የሚከተሉትን ያጠቃልላል:-

- የሙሉ ጤንነት እና የእድገት ታሪክ
- ሙሉ የአካላዊ ምርመራ
- በእድሜ እና በጤና ታሪክ ላይ የተመሰረተ የጤና ትምህርት እና ምክር
- የእይታ ምርመራ
- የመስማት ችሎታ ምርመራ
- የቤተ ሙከራ ምርመራዎች
- የደም ናሙና ምርመራ
- የመመገብ ወይም የመተኛት ችግሮች ግምገማ
- የአመጋገብ ሁኔታ
- በABC ዴንታል(ABCD) ብቃት ባለው PCP የአፍ ጤና ምርመራ እና የአፍ ጤና አገልግሎቶች
- ክትባቶች (መርፌ)
- የአእምሮ ጤና ምርመራ
- የቁስ አጠቃቀም መዛባት ማጣሪያ
- ለከባድ፣ ሥር የሰደደ ወይም በተከታታይ ለሚከሰቱ በሽታዎች ወይም ሁኔታዎች በአባላቱ እንደተፈለገው መጠንየሚሰጡ የሐኪሞች አገልግሎቶች

የጤና ሁኔታ በልጁ የሕክምና አቅራቢ ተመርምሮ ሲታወቅ፣ የልጁ አቅራቢ(ዎች) የሚከተሉትን ያደርጋሉ:-

- በአቅራቢው የእውቀት ክልል ወሰን ውስጥ ከሆነ ልጁን ማከም፤ ወይም
- ልጁ ህክምና እንዲያገኝ ወደ ተገቢው ባለሙያ ማዘዋወር። ይህ ተጨማሪ ሙከራዎችን ወይም ልዩ ግምገማዎችን ሊያካትት ይችላል፣ እንደ:-
  - የእድገት ግምገማ፣
  - አጠቃላይ የአእምሮ ጤና፣
  - የቁስ አጠቃቀም መዛባት ግምገማ፣ ወይም
  - የአመጋገብ ምክር።

የEPSDT አገልግሎቶች ተጨማሪ የተመጣጠነ ምግብ ድጋፍ ፕሮግራም (SNAP) ወይም ሌላ የማህበራዊ አገልግሎት ፕሮግራሞችን አያካትቱም። ለመረጃ እና በEPSDT ስር ላልተሸፈኑ ሕክምና እና አገልግሎቶች ለዝውውር እገዛ፣ እባክዎን በሚከተለው ከክፍያ ነጻ ስልክ ቁጥር ደውለው የአባላት አገልግሎቶችን ያግኙ:- 1-877-600-5472 (TTY 711).ሕክምና ሰጪዎች የአገልግሎታቸውን ውጤት ወደ ተጠቀሰው የEPSDT የማጣሪያ ምርመራ አቅራቢ(ዎች) ያስተላልፋሉ እንዲሁም የአካል እና የአዕምሮ ጤናን ጨምሮ ሁለንተናዊ የጤና እና የእድገት ታሪክ ግምገማዎች ይቀጥላሉ።

EPSDTን እንዴት ማግኘት እችላለሁ?

የEPDST ፕሮግራምእስከ 21 አመት ለሆኑ አባላት ያለምንም ወጪ ይሰጣል። ለዚህ ብቁ የሆነው አባል ወይም ቤተሰብ ያለ ምንም ክፍያ የትራንስፖርት አገልግሎት ማግኘት ይችላል። ብቁ የሆነው አባል ወይም ቤተሰብ ያለ ምንም ወጪ መርሐግብር እንዲወጣላቸው እርዳታ ሊያገኙ ይችላሉ። የ **EPSDT ፕሮግራም** ለማግኘት፣ ለአባላት አገልግሎቶች በሚቀጥለው ቁጥር ይደውሉ **1-877-600-5472 (TTY 711)**። የእንክብካቤ አስተባባሪ ለማነጋገር ይጠይቁ።

እስከ 21 አመት ድረስ ያሉ አባላት የEPSDT ፕሮግራምን ያለ ምንም ወጪ ማግኘት ይችላሉ። ለዚህ ብቁ የሆነው አባል ወይም ቤተሰብ ያለ ምንም ክፍያ የትራንስፖርት አገልግሎት ማግኘት ይችላል። ብቁ የሆነው አባል ወይም ቤተሰብ ያለ ምንም ወጪ መርሐግብር እንዲወጣላቸው እርዳታ ሊያገኙ ይችላሉ። የEPSDT ፕሮግራምን ለማግኘት፣ ለአባላት አገልግሎቶች በሚቀጥለው ቁጥር ይደውሉ። 1-877-600-5472 (TTY 711)። የእንክብካቤ አስተባባሪ ለማነጋገር ይጠይቁ።

ስለ EPDST ተጨማሪ መረጃ ለማግኘት፣ የሚከተሉትን ይመልከቱ፡ - የሜዲኬድ እውነታ ወረቀት:- https://downloads.aap.org/AAP/PDF/CHIP%20Fact%20Sheets/federaladvocacy_medicaidfactsheet_all_states.pdf የAAP የክፍለ ጊዜ መርሐ

ግብር፦ https://downloads.aap.org/AAP/PDF/periodicity_schedule.pdf

Trillium ከእርስዎ ወይም ከተወካይዎ ጋር የጽሁፍ ስምምነት ሊኖረው የሚችል የEPSDT አገልግሎቶችን የሚሰጥ የመጀመሪያ ደረጃ እንክብካቤ አቅራቢን PCP (የመጀመሪያ እንክብካቤ አቅራቢ) ይፈልጋል። ሁለቱም ወገኖች የጽሁፍ ስምምነቱን መፈረም አለባቸው። የጽሁፍ ስምምነቱ በEPSDT ስር ያልዎትን ግዴታዎች ያንፀባርቃል። ይህ ስምምነት ለተገለፀ የጊዜ ወሰን አቅራቢው የEPSDT አገልግሎቶችን የሚያገኙበት መደበኛ ምንጭዎ እንደሚሆን ይናገራል። Trillium በተገቢው የሚያዘዋውር አቅራቢን ለማግኘት ይረዳዎታል። Trillium ቀጠሮዎችን ለማስያዝም ይረዳዎታል። የTrillium እንክብካቤ አስተባባሪ ከEPSDT ጋር የተያያዙ ፍላጎቶችዎ ወይም ጥያቄዎችዎ ላይ ሊረዳዎት ይችላል። የማጣሪያ ምርመራ አገልግሎት በጠየቁ በ6 ወራት ውስጥ የEPSDT ህክምና ማግኘት መጀመር አለብዎት።

የጥቅማ ጥቅሞች የማረጋገጫ ዝርዝር ማጠቃለያ

ለአንዳንድ አገልግሎቶች፣ አሰራሮች እና የህክምና መሳሪያዎች የቅድሚያ ፈቃድ ያስፈልጋል። የአገልግሎት አቅራቢዎ ለእርስዎ የቅድሚያ ፈቃድ ጥያቄን ያቀርባል። ይህ ገበታ የአገልግሎቶች፣ አሰራሮች እና የህክምና መሳሪያዎች ዝርዝር አለው። የቅድሚያ ፈቃድ ያስፈልግ እንደሆነ ወይም ካላስፈለገ ይነግርዎታል። የቅድሚያ ፈቃድ ስለሚያስፈልጋቸው አገልግሎቶች ተጨማሪ መረጃ ለማግኘት፣ እባክዎ ወደ አባል አገልግሎቶች ከክፍያ ነጻ ይደውሉ፦ 1-877-600-5472 (TTY 711)።

ጥቅማ ጥቅም		የእርስዎ ወጪ	የቅድሚያ ፈቃድ መስፈርቶች	የእንክብካቤ ገደቦች በTRILLIUM አቅራቢ ሲቀበሉ
የዶክተር ጉብኝቶች	የመጀመሪያ ደረጃ እንክብካቤ አቅራቢ	$0	ግዴታ አይደለም	ገደብ የለዉም
	ስፔሻሊስት	$0	ለጥርስ ፣ ለሴቶች ጤና ወይም ለባህርይ ጤና አቅራቢዎች አያስፈልግም። ከሁለት ጉብኝቶች በኋላ ለሌሎች አገልግሎቶች ሊያስፈልግ ይችላል።	እንደሚመከረው ወይም በOHP መመሪያዎች መሰረት። ለዝርዝሮች ወደ Trillium ይደውሉ
የመከላከያ አገልግሎቶች	ለሕፃናት፣ ልጆች እና ጎረምሶች የልጅ ደህንነት ማረጋገጫ ጉብኝቶች	$0	ግዴታ አይደለም	እንደሚመከረው
	መደበኛ አካላዊ	$0	ግዴታ አይደለም	እንደሚመከረው
	የሴቶች ደህንነት ማረጋገጫ ጉብኝቶች	$0	ግዴታ አይደለም	እንደሚመከረው
	ማሞግራም (የጡት ራጅ) ለሴቶች	$0	ግዴታ አይደለም	እንደሚመከረው
	የፕሮስቴት ምርመራዎች ለወንዶች	$0	ግዴታ አይደለም	ገደብ የለዉም
	የቤተሰብ እቅድ	$0	ግዴታ አይደለም	ገደብ የለዉም
	በግብረ ሥጋ ግንኙነት ለሚተላለፉ በሽታዎች (STDs) ምርመራ	$0	ግዴታ አይደለም	ገደብ የለዉም
	ምርመራ እና ምክር ለኤድስ እና ለኤችአይቪ	$0	ግዴታ አይደለም	ገደብ የለዉም

ጥቅማ ጥቅም		የእርስዎ ወጪ	የቅድሚያ ፈቃድ መስፈርቶች	የእንክብካቤ ገደቦች በTRILLIUM አቅራቢ ሲቀበሉ
የታዘዙ መድሃኒቶች	ሁሉም ሳይሆኑ አብዛኞቹ መድሃኒቶች በአቅራቢው ማዘዣ ነው የሚገኙት። ሙሉ ዝርዝሩ በእኛ የኦሪገን የጤና እቅድ ተመራጭ የመድኃኒት ዝርዝር ውስጥ ይገኛል።	ለተሸፈኑ መድኃኒቶች ምንም ወጪ የለም። የአእምሮ ጤና መድኃኒቶች የሚተዳደሩት በክልሉ ነው። ለእነዚያ መድሃኒቶች የሚከፈለው ክፍያ ይለያያል።	አንዳንድ መድኃኒቶች ከሐኪም ማዘዣ በተጨማሪ ፈቃድ ሊጠይቁ ይችላሉ።	ፈቃድ የሚፈልግ መድሃኒት ከተከለከለ፣ አይሸፈንም
ቤተ ሙከራ እና ራጅ	የደም ምርመራ	$0	ማዛወር ይጠይቃል	ገደብ የለዉም
	ራጅ	$0	ማዛወር ይጠይቃል	ገደብ የለዉም
	ሲቲ ስካን	$0	ፈቃድ ያስፈልጋል	ገደብ የለዉም
	MRIs	$0	ፈቃድ ያስፈልጋል	ገደብ የለዉም
ክትባቶች/ መርፌ	ክትባቶች	$0 ለ የሚመከሩ ክትባቶች	ግዴታ አይደለም	እንደሚመከረው
የእርግዝና እንክብካቤ	ከአቅራቢዎ ጋር የቅድመ ወሊድ ጉብኝቶች	$0	ግዴታ አይደለም	ገደብ የለዉም
	የድህረ ወሊድ እንክብካቤ (ልጅዎ ከተወለደ በኋላ የሚያገኙት እንክብካቤ)	$0	ግዴታ አይደለም	ገደብ የለዉም
	መደበኛ የእይታ አገልግሎቶች	$0	ግዴታ አይደለም	ለነፍሰ ጡር ሴቶች እና ከ20 ዓመት እና ከዚያ በታች ለሆኑ ልጆች ይገኛል
	ከጡት ወተት ማውጣትን ጨምሮ ጡት በማጥባት ላይ እገዛ	$0	ግዴታ አይደለም	ለተጨማሪ ዝርዝሮች Trilliumን ያነጋግሩ
ምጥ እና ልጅ መውለድ	የቅድመ ወሊድ ፕሮግራማችን ነፍሰ ጡር አባላትን ለሕፃኑ እንዲዘጋጁ ሊረዳቸው ይችላል።	$0	ግዴታ አይደለም	እባክዎ እርጉዝ ሲሆኑ እና የእርግዝና ጊዜዎ ሲያበቃ ለTrillium እና ለኦሪገን ጤና ባለስልጣን ያሳውቁ። ለልጅዎ ለOHP ማመልከት ያስፈልግዎታል። በቤት ውስጥ የሚደረጉ ውልደቶች በTrillium አይከፈሉም ነገር ግን በOHA ይከፈላሉ። እባክዎን ለቤት መውለድ አማራጮች የOHP የደንበኛ አገልግሎቶችን ያግኙ

ጥቅማ ጥቅም		የእርስዎ ወጪ	የቅድሚያ ፈቃድ መስፈርቶች	የእንክብካቤ ገደቦች በTRILLIUM አቅራቢ ሲቀበሉ
የሆስፒታል ቆይታዎች	ድንገተኛ ሁኔታዎች	$0	ግዴታ አይደለም	ለሕክምና አስፈላጊ በሚሆንበት ጊዜ ምንም ገደብ የለም
	ሁለቱንም እዚያው የሚታከሙ እና የተመላላሽ ታካሚ ሆስፒታል አገልግሎቶችን ጨምሮ መርሐ ግብር የተያዘለት ቀዶ ጥገና	$0	ፈቃድ ያስፈልጋል	ለሕክምና አስፈላጊ በሚሆንበት ጊዜ ምንም ገደብ የለም
	ማገገሚያ	$0	ፈቃድ ያስፈልጋል	ለሕክምና አስፈላጊ በሚሆንበት ጊዜ ምንም ገደብ የለም
	እዚያው የሚታከሙታካሚዎች የሆስፒታል አገልግሎቶች	$0	አስቸኳይ ወይም ድንገተኛ፣ አያስፈልግም	ለሕክምና አስፈላጊ በሚሆንበት ጊዜ ምንም ገደብ የለም
	እዚያው የሚታከሙ ታካሚዎች ህክምና	$0	ፈቃድ ያስፈልጋል	በOHP መመሪያዎች ላይ በመመስረት ማጽደቅ፣ ለዝርዝሮች ወደ Trillium ይደውሉ
	የተመላላሽ ታካሚዎች የሆስፒታል አገልግሎቶች	$0	ፈቃድ ያስፈልጋል	በOHP መመሪያዎች ላይ በመመስረት ማጽደቅ፣ ለዝርዝሮች ወደ Trillium ይደውሉ
የድንገተኛ ጊዜ ጉብኝቶች፣ አስቸኳይ እንክብካቤ ወይም ሌላ የድንገተኛ ጊዜ አገልግሎት ፍላጎቶች	የድንገተኛ ክፍል ጉብኝቶች እና አስቸኳይ እንክብካቤ	$0	ግዴታ አይደለም	ለሕክምና አስፈላጊ በሚሆንበት ጊዜ ምንም ገደብ የለም
	የድንገተኛ ጊዜ የህክምና መጓጓዣ	$0	ግዴታ አይደለም	በOHP መመሪያዎች ላይ በመመስረት ማጽደቅ። ለዝርዝሮች ወደ Trillium ይደውሉ
	አስቸኳይ እንክብካቤ አገልግሎቶች	$0	ግዴታ አይደለም	በOHP መመሪያዎች ላይ በመመስረት ማጽደቅ፣ ለዝርዝሮች ወደ Trillium ይደውሉ
ቴራፒ	አካላዊ ቴራፒ (PT)	$0	ፈቃድ ያስፈልጋል	በOHP መመሪያዎች ላይ በመመስረት ማጽደቅ። ለዝርዝሮች ወደ Trillium ይደውሉ
	የሙያ (ዕለታዊ ተግባራት) ቴራፒ (OT)	$0	ፈቃድ ያስፈልጋል	በOHP መመሪያዎች ላይ በመመስረት ማጽደቅ። ለዝርዝሮች ወደ Trillium ይደውሉ
	የንግግር ቴራፒ (ST)	$0	ፈቃድ ያስፈልጋል	በOHP መመሪያዎች ላይ በመመስረት ማጽደቅ። ለዝርዝሮች ወደ Trillium ይደውሉ
ራዕይ	የዓይን ምርመራዎች	$0	ማዛወር ይጠይቃል	ለነፍሰ ጡር ሴቶች እና ከ20 ዓመት እና ከዚያ በታች ለሆኑ ልጆች ይገኛል

ጥቅማ ጥቅም		የእርስዎ ወጪ	የቅድሚያ ፈቃድ መስፈርቶች	የእንክብካቤ ገደቦች በTRILLIUM አቅራቢ ሲቀበሉ
	የዓይን መነፅሮች	$0	ማዛወር ይጠይቃል	ለነፍሰ ጡር ሴቶች እና ከ20 ዓመት እና ከዚያ በታች ለሆኑ ልጆች ይገኛል
	የሕክምና የዓይን ምርመራዎች	$0	ማዛወር ይጠይቃል	በእቅዱ መፅደቅ ላይ የተመሰረተ የጉብኝቶች ብዛት
ልዩ አገልግሎቶች	የሕክምና ቁሳቁሶች እና አቅርቦቶች	$0	ፈቃድ ያስፈልጋል	በOHP መመሪያዎች ላይ በመመስረት ማጽደቅ። ለዝርዝሮች ወደ Trillium ይደውሉ
	የመስሚያ መርጃዎች እና ምርመራዎች	$0	ፈቃድ ያስፈልጋል	በOHP መመሪያዎች ላይ በመመስረት ማጽደቅ። ለዝርዝሮች ወደ Trillium ይደውሉ
	የቤት ውስጥ ጤና	$0	ፈቃድ ያስፈልጋል	በOHP መመሪያዎች ላይ በመመስረት ማጽደቅ። ለዝርዝሮች ወደ Trillium ይደውሉ
	የተካኑ የነርሲንግ ተቋማት	$0	ፈቃድ ያስፈልጋል	በOHP መመሪያዎች ላይ በመመስረት ማጽደቅ። ለዝርዝሮች ወደ Trillium ይደውሉ
	የምቾት እንክብካቤ አገልግሎት	$0	ግዴታ አይደለም	በOHP መመሪያዎች ላይ በመመስረት ማጽደቅ። ለዝርዝሮች ወደ Trillium ይደውሉ
	ካይሮፕራክተር	$0	ፈቃድ ያስፈልጋል	በOHP መመሪያዎች ላይ በመመስረት ማጽደቅ። ለዝርዝሮች ወደ Trillium ይደውሉ
	አኩፓንቸር	$0	ፈቃድ ያስፈልጋል	በOHP መመሪያዎች ላይ በመመስረት ማጽደቅ። ለዝርዝሮች ወደ Trillium ይደውሉ
	ባህላዊ የጤና ሰራተኞች - የነፍሰ ጡር ተንከባካቢ - የአቻ የድጋፍ ስፔሻሊስት* - የአቻ የደህንነት ስፔሻሊስት* - የግል ጤና ተከታታይ - የማህበረሰብ ጤና ሰራተኛ *የባህርይ ጤና	$0	በልዩ ፍላጎቶችዎ ላይ ሊረዳዎ ከሚችል ሰው ወይም ድርጅት ጋር የTrillium የአቻ የድጋፍ ስፔሻሊስት (የባህርይ ጤና) ያነጋግሩ።	ገደብ የለዉም
	ድንገተኛ ያልሆኑ የሕክምና ትራንስፖርት (NEMT) አገልግሎቶች	$0	ግዴታ አይደለም	ለተጨማሪ ዝርዝሮች Trilliumን ያነጋግሩ

ጥቅማ ጥቅም		የእርስዎ ወጪ	የቅድሚያ ፈቃድ መስፈርቶች	የእንክብካቤ ገደቦች በTRILLIUM አቅራቢ ሲቀበሉ
	የቴሌሄልዝ አገልግሎቶች	$0	ግዴታ አይደለም	በOHP መመሪያዎች ላይ በመመስረት ማጽደቅ። ለዝርዝሮች ወደ Trillium ይደውሉ
	የአስተርጓሚ አገልግሎቶች	$0	ግዴታ አይደለም	ለተጨማሪ ዝርዝሮች Trilliumን ያነጋግሩ
የባህርይ ጤና	ለቁስ አጠቃቀም መዛባት በመድሃኒት የታገዘ ህክምና	$0	ግዴታ አይደለም	የቅድሚያ ፈቃድ ከመጀመሪያዎቹ 30 ቀናት በኋላ ያስፈልጋል
	የጋራ ህክምና (ራፕራውንድ) አገልግሎቶች	$0	ግዴታ አይደለም	ገደብ የለዉም
	የተመላላሽ ታካሚ የባህርይ ጤና አገልግሎቶች	$0	ግዴታ አይደለም	የቅድሚያ ፈቃድ ከመጀመሪያዎቹ 30 ቀናት በኋላ ያስፈልጋል
	እዚያው የሚታከሙ እና የአእምሮ ህክምና አገልግሎቶች	$0	ፈቃድ ያስፈልጋል	ፈቃድ ያስፈልገዋል
	የነርቭ (የነርቭ ሥርዓት) እና ልዩ ምርመራ	$0	ፈቃድ ያስፈልጋል	ፈቃድ ያስፈልገዋል
	ግለሰብ ተኮር የማህበረሰብ ሕክምና አገልግሎቶች	$0	ግዴታ አይደለም	ገደብ የለዉም
	የባህርይ ጤና ግምገማ እና ምርመራ	$0	ግዴታ አይደለም	ገደብ የለዉም
	የተተገበረ የባህርይ ትንተና	$0	ፈቃድ ያስፈልጋል	ፈቃድ ያስፈልገዋል
ማስተባበር	የእንክብካቤ ማስተባበሪያ አገልግሎቶች	$0	ግዴታ አይደለም	በOHP መመሪያዎች ላይ በመመስረት ማጽደቅ። ለዝርዝሮች ወደ Trillium ይደውሉ
	የጉዳይ አስተዳደር አገልግሎቶች	$0	ግዴታ አይደለም	በOHP መመሪያዎች ላይ በመመስረት ማጽደቅ። ለዝርዝሮች ወደ Trillium ይደውሉ
	የፅኑ እንክብካቤ ማስተባበሪያ (ICC) አገልግሎቶች	$0	ፈቃድ ያስፈልጋል	ፈቃድ ያስፈልገዋል

የቤተሰብ ምጣኔ እና የወሊድ መቆጣጠሪያ አገልግሎቶች

የቤተሰብ ምጣኔ እና ተዛማጅ አገልግሎቶች ለሴቶች፣ ለወንዶች እና ለታዳጊ ወጣቶች ይሰጣል። የቤተሰብ ምጣኔ እና ተዛማጅ አገልግሎቶችን ለማግኘት ከPCPዎ ዝውውር አያስፈልግዎትም። እነዚህ አገልግሎቶች ከኦሪገን ጤና ባለስልጣን ጋር የተዋዋለ እና እነዚህን አገልግሎቶች ለማከናወን ፈቃድ ካለው ከማንኛውም አቅራቢ ሊገኙ ይችላሉ። ዝውውር የማያስፈልጋቸው የቤተሰብ ምጣኔ እና ተዛማጅ አገልግሎቶች የሚከተሉትን ያካትታሉ፦

- የቤተሰብ ምጣኔ ጉብኝቶች (አካላዊ ምርመራ እና የወሊድ መከላከያ ትምህርት)፤
- እንደ የወሊድ መከላከያ ክኒኖች እና ኮንዶም ያሉ የወሊድ መከላከያ ቁሳቁሶች፤
- የማምከን አገልግሎቶች (የማህጸን ቱቦ መቋጠር እና የወንድ የዘር ፍሬ ማምከን)፤
- የማህጸን በር የካንሰር ምርመራዎች፤
- የእርግዝና ምርመራዎች፤ እና
- በግብረ ሥጋ ግንኙነት የሚተላለፉ በሽታዎች (STDዎች) እና በግብረ ሥጋ ግንኙነት የሚተላለፉ ኢንፌክሽኖች (STIዎች) ምርመራዎች።

ስለ ፅንስ ማስወረድ፣ የኤድስ እና የኤችአይቪ ምርመራ እና የምክር አገልግሎት መረጃ ለማግኘት ለOHP የደንበኛ አገልግሎቶች በነጻ በ1-800-273-0557 (TTY 711) ይደውሉ።

ነፍሰ ጡር ብሆንስ?

በእርግዝና ወቅት የሚደረግ እንክብካቤ በጣም አስፈላጊ ነው። ለእርስዎ እንዲሁም ለልጅዎ ጤና የቅድመ ወሊድ እንክብካቤ አስፈላጊ ነው።

TRILLIUM የሚከተሉትን ይሸፍናል፦

- ቅድመ ወሊድ እንክብካቤ (ልጅዎ ከመወለዱ በፊት የሚሰጥ እንክብካቤ)፤
- ማማጥ እና መውለድ፤
- የድህረ ወሊድ እንክብካቤ (ልጅዎ ከተወለደ በኋላ የሚሰጥ እንክብካቤ)፤ እና
- አራስ ህጻኑን መንከባከብ።

ነፍሰ ጡር መሆንዎን እንዳወቁ፣ ለOHP አባል አገልግሎቶች ይደውሉ። የOHP አባል አገልግሎቶች ነፍሰ ጡር በሚሆኑበት ጊዜ የOHP ጥቅማ ጥቅሞችዎን እንደማያጡ ያረጋግጥልዎታል።

Trillium የእርግዝና መርሃ ግብር አለው። አንድ ጊዜ DHS ስለ እርግዝናዎ ከነገረን በኋላ፣ በዚህ መርሃ ግብር እንዲመዘገቡ እንደውልልዎታለን።

የTrillium ስታርት ስማርት ፎር ቤቢ ቡድን አባላት የሚፈልጉትን እንክብካቤ ማግኘትዎን ለማረጋገጥ በእርግዝናዎ ወቅት ያነጋግርዎታል። ቡድናችን ሊያገኙት ስለሚችሉት ሌላ እርዳታ መረጃ ይልክልዎታል።

ከሆስፒታል ውጭ ያለ ወሊድ፦

ከሆስፒታል ውጭ መውለድ ከፈለጉ (በቤት ውስጥ ወይም በወሊድ ማዕከል)፣ እነዚህን አገልግሎቶች በOHP በኩል ይገኛሉ። እነዚህ አገልግሎቶች ዝቅተኛ ተጋላጭነት ያለው እርግዝና ላላቸው ሴቶች የሚሰጥ ሁለቱንም የቅድመ ወሊድ እና የድህረ ወሊድ እንክብካቤን ያካተተ ነው።

የበለጠ ለመረዳት፣ እባክዎን ከአገልግሎት አቅራቢዎ ጋር አብረው ይስሩ። እንዲሁም ለKEPRO እንክብካቤ ማስተባበሪያ ቡድን በ 1-800-562-4620 መደወል አለብዎት። በትራንስፖርት ወይም በማስተባበሩ ላይ እርዳታ ከፈለጉ፣ ወደ Trillium በ 1-877-600-5472 ይደውሉ።

ጠቃሚ፦ ልጅዎ ከተወለደ በኋላ በተቻለ ፍጥነት የሚከተሉትን ያድርጉ፦

- ለOHP አባል አገልግሎቶች ይደውሉ። ልጅዎን በOHP ውስጥ ያስመዘግቡታል።
- በእርግዝና ወቅት ሁሉንም የሕክምና እንክብካቤዎን ከማህፀን ሐኪም ወይም ከቅድመ ወሊድ አገልግሎት አቅራቢ ከተቀበሉ፣ አሁን PCPዎን መምረጥ ያስፈልግዎታል። PCPዎን ለመምረጥ እርዳታ ከፈለጉ ወደ Trillium ይደውሉ።
- የቀጣይ ድህረ-ወሊድ ጉብኝትዎን ለማዘጋጀት እንዲያግዝ እንዲሁም እርስዎ እንዴት እንደሆኑ ለማየት እና ከወሊድ በኋላ የድህረ-ወሊድ ተጨማሪ ድጋፍ ለመስጠት ከስታርት ስማርት ፎር ቤቢ ቡድን አባላት ይደወልልዎታል።

የሚከተሉት የባህርይ ጤና አገልግሎቶች በተመላላሽ ታካሚ እና በማህበረሰብ ተኮር ፕሮግራሞች ውስጥ ይገኛሉ፦

- የሕክምና አገልግሎቶች፦ አንድ ለአንድ ቴራፒ፣ የቡድን ሕክምና (ሁለቱም የአእምሮ-ህክምና እና የአእምሮ-ትምህርት)፣ የቤተሰብ ሕክምና
- የቁስ አላግባብ መጠቀም ሕክምና አገልግሎቶች
- የሳይካትሪ እና የመድሃኒት ክትትል
- የክህሎት ስልጠና
- የጤና ማስተዋወቅ
- የእረፍት አገልግሎቶች
- የሙያ አገልግሎቶች
- የጉዳይ አስተዳደር
- የግል እንክብካቤ
- የአቻ ድጋፍ

- የመኖሪያ
- የአኗኗር አጋዥ
- ትራንስፖርት (መጓጓዣ)
- የችግር ጊዜ አገልግሎቶች

የአይን ምርመራ ማድረግ እና መነጽር ማድረግ እችላለሁ?

(ከአራስ እስከ 20 ዓመት) ያሉ አባላት የሚከተሉት ጥቅማ ጥቅሞች አሏቸው፦

- የእይታ ምርመራዎች፣ ሌንሶች፣ ክፈፎች እና መለዋወጫዎች (አንዳንድ ጊዜ መደበኛ የእይታ አገልግሎቶች ይባላሉ)።
- ለዓይን ሕመም፣ ለዓይን ጉዳት እና ለድንገተኛ አደጋዎች የሚደረግ የሕክምና ምርመራዎች (አንዳንድ ጊዜ መደበኛ ያልሆነ የእይታ አገልግሎት ይባላሉ)።
- በህክምና ችግር ምክንያት መነፅር ማድረግ የማይችሉ ሲሆን OHP ለዓይን ብሌን ተለጣፊ መነጽር ይከፍላል። መደበኛ ያልሆኑ የእይታ አገልግሎቶች ልዩ ባለሙያን ለማየት የቅድሚያ ፈቃድ ሊጠይቁ ይችላሉ።

የአዋቂ ነፍሰ ጡር አባላት (ዕድሜያቸው 21 እና ከዚያ በላይ) የሚከተሉት ጥቅማ ጥቅሞች አሏቸው፦

- የእይታ ምርመራ፣ ሌንሶች፣ ክፈፎች እና መለዋወጫዎች ይህ በየ24 ወሩ ለአንድ ጊዜ ብቻ የተገደበ ሲሆን (አንዳንዴ መደበኛ የእይታ አገልግሎቶች ይባላሉ)።
- ለዓይን ሕመም፣ ለዓይን ጉዳት እና ለድንገተኛ አደጋዎች የሚደረግ የሕክምና ምርመራዎች (አንዳንድ ጊዜ መደበኛ ያልሆነ የእይታ አገልግሎት ይባላሉ)።
- OHP ለዓይን ብሌን ተለጣፊ መነጽር የሚከፍለው ለተወሰኑ ሁኔታዎች ብቻ ነው።
- ያለቅድመ ፈቃድ መነጽር መተካት ለአዋቂዎች የተሸፈነ ጥቅማጥቅም ውስጥ አይካተትም። መደበኛ ያልሆኑ የእይታ አገልግሎቶች ስፔሻሊስትን እንዲያገኙ ዝውውር ይጠይቃሉ።

እርጉዝ ያልሆኑ አዋቂዎች (ዕድሜያቸው 21 እና ከዚያ በላይ) የሚከተሉት ጥቅማ ጥቅሞች አሏቸው፦

- ለዓይን ሕመም፣ ለዓይን ጉዳት እና ለድንገተኛ አደጋዎች የሚደረግ የሕክምና ምርመራዎች (አንዳንድ ጊዜ መደበኛ ያልሆነ የእይታ አገልግሎት ይባላሉ)።
- የዓይን ሞራ ግርዶሽ ከተወገደ ወይም ከኮርኒያ ንቅለ ተከላ በኋላ በ2 ዓመት አንድ ጊዜ (በ24 ወራት) የተገደበ የእይታ ምርመራ።
- የዓይን ሞራ ግርዶሽ ከተወገደ በኋላ ላሉት 120 ቀናት ብቻ የሚሸፈን ሌንሶች፣ ክፈፎች እና መለዋወጫዎች።
- OHP ለዓይን ብሌን ተለጣፊ መነጽር የሚከፍለው ለተወሰኑ ሁኔታዎች ብቻ ነው።
- መደበኛ ያልሆኑ የእይታ አገልግሎቶች ስፔሻሊስትን እንዲያገኙ ዝውውር ይጠይቃሉ።

በሐኪም የታዘዙ መድኃኒቶቼን እንዴት ማግኘት እችላለሁ?

Trillium በኦሪገን ውስጥ ባሉ አብዛኛዎቹ ፋርማሲዎች ውስጥ መድሃኒቶችን ይሸፍናል። ሐኪምዎ የሰጠዎትን የመድሐኒት ማዘዣ ለእርስዎ ምቹ ወደሆነ ፋርማሲ ይውሰዱ። ከኦሪገን ውጭ የሐኪም ማዘዣ መሙላት ከፈለጉ፣ ፋርማሲውም ሆነ ማዘዣውን የጻፈው ሐኪም በኦሪገን ክልል የተመዘገቡ መሆን አለባቸው። ድንገተኛ ሁኔታ ከተከሰተ፣ በልዩ ሁኔታ ለመስተናገድ እንዲችሉ ለመጠየቅ ወደ Trillium ይደውሉ። በተወሰኑ ሁኔታዎች ውስጥ ብቻ Trillium ከአካባቢው ውጪ መሙላትን ያፀድቃል። ለመድሃኒቶችዎ ከከፈሉ፣ የክፍያ ማካካሻ ጥያቄ ማቅረብ ይችላሉ። በአንዳንድ ሁኔታዎች ብቻ Trillium ወጪዎን ሊያካክስ ይችላል።

በTrillium ሽፋን ለሚታዘዙ መድሃኒቶች፣ Trillium የተፈቀዱ መድሃኒቶችን ዝርዝር የሚያሳይ ቀመር አለው። በሐኪም የታዘዙ ሽፋን ያላቸው መድሃኒቶች እና የፋርማሲ አስተዳደር ሂደቶችን በተመለከተ ተጨማሪ መረጃ በሚከተለው ድህረ ገጽ ማግኘት ይችላሉ፡ www.trilliumohp.com። የተዘረዘሩትን መድሃኒቶች የምንጠቀመው የእርስዎን ሁኔታ ለማከም ውጤታማ ስለሆኑ እና ዋጋቸውም አነስተኛ ስለሆነ ነው። Trillium መድኃኒቶችን ሊጨምር ወይም ሊያስወግድ ወይም በመድኃኒት ላይ የሽፋን መስፈርቶችን ሊለውጥ ይችላል። አንድን መድሃኒት ከዝርዝሩ ካስወገድን ወይም በሚወስዱት መድሃኒት ላይ ገደብ ከጣልን አስቀድመን እንነግርዎታለን። ዶክተርዎ በTrillium ዝርዝር ውስጥ የሌለ መድሃኒት ካዘዘልዎ እና መድሃኒቱ እንዲሸፈን ወደ Trillium ጥያቄ ከላከ፣ ጥያቄውን ደግመን እናየዋለን። ጥያቄው ተቀባይነት ማግኘቱን ወይም አለማግኘቱን እናሳውቅዎታለን። ስለ ምርጫዎችዎ ለመነጋገር ሐኪምዎን ወይም PCPዎን ያነጋግሩ።

የትኞቹ መድሃኒቶች ያልተሸፈኑ ናቸው?

- በFDA ተቀባይነት የሌላቸው መድሃኒቶች፤
- ለህክምና አስፈላጊ ያልሆኑ መድሃኒቶች፤
- የሙከራ ወይም የምርመር መድሃኒቶች፤
- ለማርገዝ የሚረዱ መድሃኒቶች፤
- ክብደትን ለመቀነስ የሚያገለግሉ መድሃኒቶች፤
- የመዋቢያ ወይም የፀጉር ማሳደጊያ መድሃኒቶች።

ዶክተርዎ አዞልዎት ከሆነ በእኛ ዝርዝር ውስጥ ላሉ እንደ አስፕሪን ላሉ ለአንዳንድ ያለ ሀኪም ትእዛዝ የሚገዙ (OTC) መድሃኒቶች Trillium ይከፍላል። እነዚህን OTC የሚሸፍናችውን በሐኪም የታዘዙ መድኃኒቶች ዝርዝር ለማየት የሚከተለውን ድህረ ገጽ ይመልከቱ https://www.trilliumohp.com/members/oregon-health-plan/Benefits-and-Services.html።

ሁሉንም የታዘዙ መድሃኒቶች አንሸፍንም። ሰዎች ለአእምሮ ጤንነት የሚወስዱት አብዛኛዎቹ መድሃኒቶች በቀጥታ በኦሪገን ጤና ባለስልጣን (OHA) ይከፈላሉ። እባክዎን ለፋርማሲስቱ የእርስዎን የኦሪገን የጤና መታወቂያ እና የTrillium መታወቂያ ካርዶችዎን ያሳዩት። ፋርማሲው ሂሳቡን የት እንደሚልክ ያውቃል።

መድሃኒቴን ከየት ማግኘት እችላለሁ?

የTrillium ህክምና መታወቂያ ካርድዎን መቀበል የሚችል ማንኛውም የመረጡትን ፋርማሲ መጠቀም ይችላሉ። የኦሪገን የጤና መታወቂያ ካርድዎን ለማሳየት ዝግጁ ይሁኑ። Trillium በClackamas፣ Multnomah እና Washington አውራጃ አካባቢ ካሉ አብዛኛዎቹ ፋርማሲዎች ጋር ስምምነት አለው።

የመድሃኒት ማዘዣዎን የፖስታ ማዘዣ ከሚጠቀም ፋርማሲ ማግኘት ይችላሉ። የፖስታ ማዘዣ አገልግሎቶች እና የCVS ኬርማርክ / CVS Caremark ኬርማርክ ፖስታ ማዘዣ ፋርማሲ ሁለቱም የፖስታ ማዘዣ አገልግሎት ይሰጣሉ። ኢንተርኔት ካልዎ የፖስታ ማዘዣ መረጃን በሚከተለው አድራሻ መፈለግ ይችላሉ፦https://www.trilliumohp.com/members/oregon-health-plan/Benefits-and-Services.html ኢንተርኔት ከሌልዎት ለTrillium አባል አገልግሎቶች መደወል ይችላሉ።

ሌሎች የመድሃኒት ሽፋን ገደቦች

በዝርዝሩ ውስጥ ያሉ አንዳንድ መድሃኒቶች የሚከተሉት ተጨማሪ የሽፋን መስፈርቶች ወይም ገደቦች አሏቸው፦

- የአጠቃላይ መድሃኒቶች አጠቃቀም፣ ሲገኝ
- በቅድሚያ በTrillium መጽደቅ
- በሂደት የሚሰጥ ቴራፒ - የተለያዩ፣ ብዙ ወጪ የማይጠይቁ መድኃኒቶችን መጀመሪያ መሞከር
- የመጠን ገደቦች

Trillium ቀድሞ ለማፀደቅም ሆነ ልዩ የመድኃኒት ዝርዝር ሁኔታዎች ላይ የሚሰጠው ውሳኔዎች በብቸኝነት የሚመሰረተው ባለው ተገቢ እንክብካቤ እና ሽፋን ላይ ነው። የTrillium ሰራተኞች ጥያቄዎችን በመከልከላቸው አይሸለሙም አሊያም ጥያቄዎችን ለሚከለክሉ አገልግሎቶች የገንዘብ ማበረታቻዎችን አይሰጡም።

Trillium የTrillium አባል ከመሆናቸው በፊት ወይም ከሆስፒታል ወይም የነርሲንግ ተቋም ከወጡ በኋላ መድሃኒቱን ለሚወስዱ አባላት ባልተዘረዘሩ መድሃኒቶች ላይ እስከ ሶስት የዝውውር ማካካሻዎችን ማጽደቅ ይችላል። እርስዎ ወይም ዶክተርዎ የሽግግር መድሃኒት ሽፋን ላይ እርዳታ ለማግኘት Trilliumን ማነጋገር ይችላሉ።

Medicare ካለኝስ?

ይህ መረጃ የMedicare እና የኦሪገን የጤና እቅድ (OHP) ሽፋን ላለው ለማንኛውም የቤተሰብዎ አባል ነው። የመድሃኒቱ ጥቅማ ጥቅም Medicare ክፍል D ይባላል። Medicare የክፍል D የመድኃኒት ሽፋንን ለመስጠት ውስን የቅድሚያ ክፍያ (ኮ-ፔይመንት) ይጠይቃል። አብዛኛዎቹ የመድኃኒት ጥቅማ ጥቅሞችን የሚሰጡ ዕቅዶች ውስን የቅድሚያ ክፍያ (ኮ-ፔይመንት) ያስከፍላሉ። Trillium ለሌሎቹ ለሁሉም የተሸፈኑ የጤና አገልግሎቶች መክፈሉን ይቀጥላል።

በሐኪም የታዘዘ መድኃኒት እርዳታ- ኦሪገን በሐኪም የታዘዘ መድኃኒት ፕሮግራም

የኦሪገን በሐኪም የታዘዘ መድኃኒት ፕሮግራም በእርስዎ OHP የጥቅማ ጥቅም ጥቅል ያልተሸፈኑ የሐኪም ማዘዣ ወጪዎችን ለመቀነስ ይረዳል። ይህ ፕሮግራም ለሁሉም የኦሪገን ዜጎች ይገኛል። በስልክ ለመመዝገብ፣ ወደ 1-800-913-4284 ይደውሉ ወይም የኦሪገን በሐኪም የታዘዙ መድኃኒቶችን ድህረ ገጽ ይጎብኙ፦ www.oregon.gov/OHA/pharmacy/OPDP/pages/applicationpage. aspx#What_is_O PDP

የታካሚ እርዳታ ፕሮግራም (PAP)

መድሃኒቱን ከሚሰራው ኩባንያ በነጻ ያልተሸፈነ መድሃኒት ማግኘት ይችሉ ይሆናል። በእነርሱ PAP ላይ መረጃ ለማግኘት የሐኪም ማዘዣዎን የሚሠራውን ኩባንያ ድህረ-ገጽ ይጎብኙ።

የኮቪድ-19 መመርመሪያ ዕቃዎች በአካባቢዎ ፋርማሲ በኩል ጥቅማ ጥቅሞች ናቸው።

በቤት ውስጥ የኮቪድ-19 ምርመራን በነጻ እንዴት ማግኘት እችላለሁ?

ከTrillium Community Health Plan የግንኙነት መረብ ውስጥ ችርቻሮ ፋርማሲዎች ውስጥ እንዱን ከጎበኙ ያለ ቁጥጥር የሚደረግ ልውውጥን (OTC)፣ በFDA የፀደቀ፣ የድንገተኛ ጊዜ አጠቃቀም ፈቃድ (EUA) በቤት ውስጥ የኮቪድ-19 ምርመራን ማግኘት ይችላሉ። የሙከራ መያዣ ዕቃ የሐኪም ማዘዣ አያስፈልገውም።

ጠቃሚ፦ ምርመራውን ከፋርማሲው ከራሱ ያግኙ። ተመርምረው የመደብሩ መደበኛ መዝገብ ጋር እንዳይከፍሉ። ለምርመራው በመደበኛ መዝገብ ከከፈሉ፣ የካሳ ክፍያ ለመጠየቅ የሐኪም ማዘዣ የይገባኛል ጥያቄ ቅጽ ማስገባት ያስፈልግዎታል።

በፋርማሲ የማይሸፈኑ ምርመራዎች አሉ?

የማይሸፈኑ የኮቪድ መመርመሪያ መያዣ ዕቃዎች የሚከተሉትን ያካትታሉ፦

- ወደ ቤተ ሙከራ መላክ ያለባቸው መያዣ ዕቃዎች (የስብስብ መያዣ ዕቃዎች)
- እንደ "OTC" ያልተገለጹ መያዣ ዕቃዎች
- ከአሜሪካ ውጭ የተገኙ የኮቪድ መያዣ ዕቃዎች

በቤት ውስጥ የኮቪድ-19 ምርመራን በራሴ ገዛሁ፣ የካሳ ክፍያ አገኛለሁ?

አዎ። OTC በFDA የፀደቀ፣ EUA በቤት ውስጥ የኮቪድ-19 ምርመራን ከኛ የግንኙነት መረብ ፋርማሲዎች ውጪ በማንኛውም ቦታ ከገዙ (ለምሳሌ ከአማዞን፣ ከግሮሰሪ፣ ከመድኃኒት መደብር፣ ወዘተ) ለምርመራ መያዣ ዕቃዎች (በአንድ ምርመራ እስከ $12 / 12 ዶላር) እንደሚከተለው ገንዘብዎ ተመላሽ ይሆናል፦

- በFDA የጸደቀ EUA ዝርዝር ውስጥ ያለውን የቤት ውስጥ ምርመራ ከገዙ።
- በFDA የጸደቀ EUA ዝርዝር በድህረ-ገፃችን https://www.trilliumohp.com/coronavirus-disease--covid-19-.html ላይ ማግኘት ይቻላል ወይም የአባል አገልግሎቶችን ያነጋግሩ።
- ያለ ሐኪም ማዘዣ የሚገኙ ምርመራዎች በባህሪዎች አምድ ስር "OTC" (ያለ ቁጥጥር በቤት ውስጥ ለሚደረጉ ሙከራዎች) ያካትታሉ።
- ለእያንዳንዱ አባል የተለየ የሐኪም ማዘዣ የይገባኛል ጥያቄ ማካካሻ ክፍያ ቅጽ ይሙሉ እና ያስገቡ፦
  - የይገባኛል ጥያቄን እንዴት ማስገባት እንዳለብዎ የተሟላ መመሪያ ለማግኘት ድህረ ገጻችንን በ https://www.trilliumohp.com/coronavirus-disease--covid-19-.html ይጎብኙ ወይም የአባል አገልግሎቶች ያግኙ።

ከጃኑዋሪ 15፣ 2022 በፊት በሀኪም የታዘዘ በFDA/EUA የፀደቀ ምርመራ ከገዙ፣ Trillium Community Health Plan በከፈሉት መሰረት የጥያቄ ቅጹ ሲመለስ ይከፍልዎታል።

የTrillium የማህበረሰብ ጤና እቅድ አባላት በነጻ የሚያገኟቸውን የምርመራዎች ብዛት ይገድባል?

አዎ። የTrillium የማህበረሰብ የጤና ዕቅድ ያለ PCP ትእዛዝ ወይም ቅድሚያ ፈቃድ በ30 ቀናት ጊዜ ውስጥ ለአንድ የተሸፈነለት አባል እስከ 8 በOTC FDA የፀደቀ፣ EUA በቤት ውስጥ የኮቪድ-19 ምርመራዎችን ይሸፍናል። ያልተገደበ ምርመራ ደግሞ ፈቃድ ባለው የጤና እንክብካቤ አቅራቢ ትእዛዝ ይሸፈናሉ። ይህ በጃኑዋሪ 10፣ 2022 የወጣውን የፌዴራል መመሪያ ይከተላል።

ጥያቄዎች ካሉኝ ማንን ማነጋገር አለብኝ?

በቤት ውስጥ ስለሚደረግ የኮቪድ-19 ምርመራዎች ሽፋን ወይም ለማካካሻ ክፍያ ስለሚጠየቁ የይገባኛል ጥያቄዎች ጥያቄ ካልዎት፣ ለአባላት አገልግሎት በሚከተለው ቁጥር ይደውሉ 1-877-600-5472; TTY: 711.

የሕክምና ድንገተኛ እና አስቸኳይ እንክብካቤ አገልግሎቶች

የሕክምና ድንገተኛ ጊዜ ምንድነው?

ድንገተኛ አደጋ ከባድ ጉዳት ወይም ድንገተኛ ህመም ሲሆን ይህም ወዲያውኑ እርዳታ ካላገኙ ሞት ወይም ከባድ የአካል ጉዳት ያስከትላል ብለው የሚያስቡትን ከባድ ህመም ያካትታል። ይህ ነፍሰ ጡር ከሆኑ ያልተወለደ ልጅዎን ያካትታል። የድንገተኛ እና አስቸኳይ እንክብካቤ በቀን 24 ሰአት በሳምንት ሰባት ቀን ሁልጊዜ ይሸፈናል። ለድንገተኛ ጊዜ በየትኛውም የአሜሪካ ክልል ውስጥ ወዳለ ማንኛውም ሆስፒታል፣ ወይም ሌላ ቦታ መሄድ ይችላሉ።

እውነተኛ የድንገተኛ ጊዜ እንዳጋጠምዎት ካሰቡ፣ ወደ 911 ይደውሉ ወይም በአቅራቢያዎ ወደሚገኝ ሆስፒታል ድንገተኛ ክፍል (ER) ይሂዱ። በድንገተኛ ጊዜ እንክብካቤ ለማግኘት ፈቃድ አያስፈልግዎትም።

ድንገተኛ ማለት የሚከተሉት ሊሆኑ ይችላሉ፦

- የደረት ህመም፤
- የመተንፈስ ችግር፤
- መመረዝ፤
- የማይቆም ደም መፍሰስ፤
- የተሰበረ አጥንት፤ ወይም፣
- የአእምሮ ጤና ድንገተኛ አደጋ።

የአምቡላንስ አገልግሎቶች

የአምቡላንስ አገልግሎቶች በድንገተኛ አደጋዎች ጊዜ ይሸፈናሉ።

ከድንገተኛ አደጋ በኋላ እንዴት እንክብካቤ ማግኘት እችላለሁ?

እስኪረጋጉ ድረስ የድንገተኛ አደጋ እንክብካቤ ይሸፈናል። ለክትትል እንክብካቤ ወደ PCPዎ ይደውሉ። ከተረጋጉ በኋላ የሚደረግ ክትትል የሚሸፈን ይሆናል ነገር ግን እንደ ድንገተኛ ጊዜ አገልግሎት አይቆጠሩም።

የድህረ ማረጋጊያ እንክብካቤ ከድንገተኛ አደጋ በኋላ እና ሁኔታዎ ከተረጋጋ በኋላ የሚያገኙት እንክብካቤ ነው። ከግንኙነት መረቡ ውጪ በሆነ ሆስፒታል የድንገተኛ ጊዜ እንክብካቤ ካገኙ እና ሁኔታዎ ከተረጋጋ በኋላ እንክብካቤ ካስፈለገዎት፦

- እንክብካቤዎ እንዲሸፈን ግንኙነት መረቡ ውስጥ ወዳለ ሆስፒታል መመለስ አለብዎት፣ ወይም
- እንክብካቤዎ እንዲሸፈን አስቀድመው ፈቃድ ማግኘት አለብዎት።

አስቸኳይ እንክብካቤ እንዴት አገኛለሁ?

የሆነ ሰው ቀን እና ማታ እንዲሁም ቅዳሜና እሁድ እና በዓላት ላይ የሚረዳዎ ይሆናል። ስለ አስቸኳይ ችግር የPCP ቢሮዎን ማግኘት ካልቻሉ ወይም ቶሎ ሊመልሱ ካልቻሉ፣ ያለ ቀጠሮ ወደ አስቸኳይ እርዳታ መሄድ ይችላሉ። አስቸኳይ ችግሮች እንደ ከባድ ኢንፌክሽኖች፣ ስንጥቆች እና ከባድ ህመም ያሉ ነገሮች ናቸው። አስተርጓሚ ከፈለጉ፣ እባክዎን ለክሊኒኩ ያሳውቁ።

PCPዎን እስካሁን ያላገኙት ቢሆን እንኳ፣ ሁኔታዎ አስቸኳይ ነው ብለው ካሰቡ መጀመሪያ ይደውሉላቸው። የPCPዎ ስም በTrillium መታወቂያ ካርድዎ ላይ አለ። አስቸኳይ እንክብካቤ አቅራቢዎችን በሚከተለው ላይ መፈለግ ይችላሉ፦ https://providersearch.trilliumhealthplan.com/

የአስቸኳይ እንክብካቤ መገኛዎች

AFC Urgent Care
397 Warner Milne Road, Oregon City, OR 97045
503-305-6262

Eagleton Providers PC
17437 Boones Ferry Road, Suite 100
Lake Oswego, OR 97035
413-887-6030

Urgent Care Oregon, LLC
861 W Main Street, Molalla, OR 97038
503-873-8686

Uptown Providers PC
7033 NE Sandy Boulevard, Portland, OR 97213
503-306-6262

Uptown Providers PC
25 NW 23rd Place, Suite 11, Portland, OR 97210
503-766-2215

Uptown Providers PC
14284 SW Allen Boulevard, Beaverton, OR 97005
503-305-6262

ከከተማ ውጪ ወይም ከክልል ውጪ ብሆን እና ህክምና ቢያስፈልገኝስ?

Trillium በአሜሪካ ውስጥ በማንኛውም ቦታ ቢሆን ለአባላት የሚሸፍን ቢሆንም፣ አባላት ከኦሪገን ውጪ እየተጓዙ ከሆነ እና ድንገተኛ አደጋ ካጋጠማቸው ምን ሊፈጠር እንደሚችል ማወቅ አለባቸው። Trillium በሌላ ክልል የድንገተኛ ክፍል ጉብኝትን ቢያጸድቅም፣ ይህ ማለት ሁሉም በድንገተኛ አደጋ ጊዜ እንክብካቤ የሚያደርጉልዎ አቅራቢዎች Trilliumን ለማስከፈል ፈቃደኛ ናቸው ማለት አይደለም። ይህ ማለት ለእነዚያ አገልግሎቶች እንዲከፍሉ ሊጠየቁ ይችላሉ ማለት ነው። በሆስፒታል ውስጥ ካከሙዎት ሰዎች የሚሰጥዎትን የክፍያ ጥያቄዎች ችላ አይበሉ። ሌሎች የክፍያ ጥያቄዎችን ካገኙ፣ CCO ችግሩን ለመፍታት ይረዳዎታል።

ድንገተኛ ማለት የሚከተሉት ሊሆኑ ይችላሉ፦

- የደረት ህመም፤
- የመተንፈስ ችግር፤
- መመረዝ፤
- የማይቆም ደም መፍሰስ፤
- የተሰበረ አጥንት፤ ወይም፣
- የአእምሮ ጤና ድንገተኛ አደጋ።

እባክዎን በአስቸኳይ እንክብካቤ ቢሮ ውስጥ ሊታከሙ ለሚችሉ ነገሮች ERን አይጠቀሙ። አስቸኳይ ችግሮች እንደ ከባድ ኢንፌክሽኖች፣ ስንጥቆች እና ጠንካራ ህመም ያሉ ነገሮች ናቸው።

ከክልል ውጭ በሆነ የድንገተኛ ክፍል ጉብኝት ከተቻለ የሚወሰዱ እርምጃዎች፦

- ከክልል ውጭ በሚጓዙበት ጊዜ የTrillium የመታወቂያ ካርድ እንደያዙ ያረጋግጡ።
- ካርድዎን በተቻለ ፍጥነት ያሳዩ እና Trilliumን (ሜዲኬይድን) ለማስከፈል ፈቃደኞች መሆናቸውን ይጠይቁ፤
- Trilliumን ያግኙ እና ሁኔታውን ይወያዩ እና ምን ማድረግ እንዳለብዎ ምክር ይጠይቁ፤

- አቅራቢው Trilliumን **(ሜዲኬይድን)** ለማስከፈል ፈቃደኛ መሆኑን እስካላረጋገጡ ድረስ ማንኛውንም ወረቀት አይፈርሙ።
- የሚቻል ከሆነ Trillium እዚያው ሆነው ከአቅራቢዎች ቢሮ ጋር እንዲነጋገሩ ያድርጉ።

በድንገተኛ ጊዜ ከላይ ያሉት እርምጃዎች ሁልጊዜ ላይቻሉ ይችላሉ። ነገር ግን ዝግጁ መሆን እና በድንገተኛ ሁኔታዎች ጊዜ ምን አይነት እርምጃዎች መወሰድ እንዳለባቸው ማወቅ፣ አሁንም በዚያ ክልል የአገልግሎት ሰጪዎች ቢሮ ውስጥ እያሉ የሂሳብ አከፋፈል ችግሮችን ሊፈታ ይችላል። እነዚህን እርምጃዎች መውሰድ Trillium ለሚሸፍናቸው የአገልግሎቶች ሂሳቦች የመቀበል ተጨማሪ ጭንቀትን ያስወግዳል፣ ነገር ግን አቅራቢው CCOን እያስከፍልም።

እንድከፍል ከተጠይቅኩ ምን ማድረግ አለብኝ?

እባክዎን የህክምና ክፍያዎችን ችላ አይበሉ - ወዲያውኑ ይደውሉልን። ብዙ አቅራቢዎች ያልተከፈሉ ሂሳቦችን ወደ ሰብሳቢ ኤጀንሲዎች ይልካሉ እና ክፍያ እንዲከፈላቸው በፍርድ ቤትም ሊከሱ ይችላሉ። አንዴ ከተከሰተ ችግሩን ማስተካከል በጣም ከባድ ነው።

OHP ላይ በነበሩበት ጊዜ ለተቀበሉት አገልግሎት ክፍያ እንደደረሰዎት የሚከተሉትን ማድረግ አለብዎት፦

- ወዲያውኑ ለTrillium አባል አገልግሎቶች ይደውሉ እና አቅራቢው ለOHP አገልግሎት ክፍያ እየጠይቅዎት እንደሆነ ይናገሩ። ሂሳቡን እንዲከፍሉ እናግዝዎታለን። ተጨማሪ ሂሳቦችን እስኪጠየቁ ድረስ አይጠብቁ።
- የሚተገበር ከሆነ፣ በአገልግሎቱ ወቅት በOHP ላይ ስለነበሩ በሂሳቡ እንደማይስማሙ የሚገልጽ ደብዳቤ ለTrillium በመላክ ይግባኝ ማለት ይችላሉ። ለመዝገቦችዎ የደብዳቤውን ቅጂ ያስቀምጡ።
- ሂሳቡን መክፈላችንን ለማረጋገጥ ክትትል ያድርጉ።
- የፍርድ ቤት ወረቀቶችን ከተቀበሉ፣ ወዲያውኑ ይደውሉልን። እንዲሁም ህጋዊ ምክር እና እርዳታ ለማግኘት ለጠበቃ ወይም ለህዝብ ጥቅማ ጥቅሞች የስልክ መስመር በ800-520-5292 መደወል ይችላሉ። OHP ላይ እያሉ በስህተት ክፍያ ሲጠየቁ ሊረዱዎት የሚችሉ የሸማቾች ህጎች አሉ። OHP ላይ እያሉ በስህተት ክፍያ ሲጠየቁ ሊረዱዎት የሚችሉ የሸማቾች ህጎች አሉ።

በሆነ ምክንያት Trillium ለአገልግሎቶችዎ የማይከፍል ከሆነ፣ ውሳኔውን ይግባኝ ማለት ይችላሉ ወይም እንድንገመግም ይጠይቁን። ለበለጠ መረጃ "ቅሬታዎች እና ይግባኝ" የሚለውን ክፍል ይመልከቱ።

OHP በአሜሪካ ውስጥ በየትኛውም ቦታ የአደጋ ጊዜ እና አስቸኳይ እንክብካቤን ይሸፍናል ነገር ግን ከአሜሪካ ውጪ አይደለም፤ ይህ ማለት OHP በሜክሲኮ ወይም በካናዳ ለሚያደርጉት ማንኛውም እንክብካቤ ክፍያ አይከፍልም ማለት ነው።

የእርስዎ የጥርስ ጥቅማ ጥቅሞች እና አገልግሎቶች

የጥርስ ሕክምና አገልግሎቶች ምንድን ናቸው?

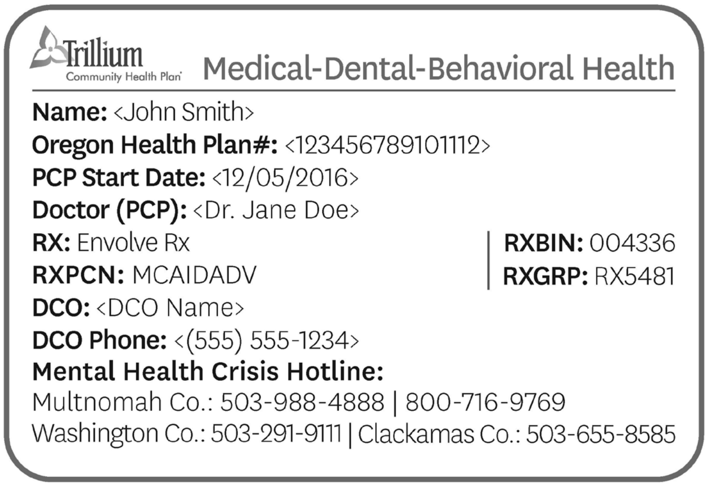
የጥርስ ህክምና አገልግሎቶች የእርስዎ ጥቅሞች አካል ናቸው። ለመከላከያ እንክብካቤ መደበኛ የጥርስ ምርመራ ማድረግ ለአጠቃላይ ጤናዎ ጠቃሚ ሲሆን የጥርስ በሽታዎችን ለመከላከል ይረዳል። በጥርስ ህክምና አገልግሎት ላይ እገዛ ከፈለጉ፣ ለTrillium ይደውሉ። እርስዎ የሚፈልጉትን እንክብካቤ እንዲያገኙ ለማገዝ እዚህ ተገኝተናል።

የTrillium አባላት ከሚከተሉት የጥርስ እንክብካቤ ዕቅዶች ውስጥ አንዱን መምረጥ ይችላሉ፦

- **Advantage Dental Services ወይም**
- **Capitol Dental Care ወይም**
- **Oregon Dental Service።**

የትኛው የጥርስ ህክምና እቅድ አለኝ?

በፖስታ የሚቀበሉት የTrillium አባል መታወቂያ ካርድ ላይ የጥርስ ዕቅድ ምደባ ወይም የጥርስ እንክብካቤ ድርጅት (DCO) ያገኛሉ።


Trillium Community Health Plan Medical-Dental-Behavioral Health
Name: <John Smith>
Oregon Health Plan#: <123456789101112>
PCP Start Date: <12/05/2016>
Doctor (PCP): <Dr. Jane Doe>
RX: Envolve Rx | **RXBIN:** 004336
RXPCN: MCAIDADV | **RXGRP:** RX5481
DCO: <DCO Name>
DCO Phone: <(555) 555-1234>
Mental Health Crisis Hotline:
Multnomah Co.: 503-988-4888 | 800-716-9769
Washington Co.: 503-291-9111 | Clackamas Co.: 503-655-8585

እባክዎ ወደ ጥርስ ሐኪም በሄዱ ቁጥር ሁለቱንም የTrillium አባል መታወቂያ ካርድዎን እና የኦሪገን ጤና መታወቂያዎን ያሳዩ። የአባልነት መታወቂያ ካርድዎ ከጠፋብዎ፣ እባክዎን ለአባላት አገልግሎት በስልክ ቁጥር 1-877-600-5472፣ TTY 711 በመደወል አዲስ እንዲሰጥዎት ይጠይቁ።

የጥርስ ህክምና እቅድ እንዴት እመርጣለሁ?

የጥርስ ህክምና እቅድ ካልተመደበልዎት ወይም የጥርስ ህክምና እቅድዎን መቀየር ከፈለጉ፣ እባክዎን የአባላት አገልግሎትን በስልክ ቁጥር 1-877-600-5472፣ TTY 711 ያግኙ።

የጥርስ ህክምና ጥቅማ ጥቅሞቼን እንዴት እጠቀማለሁ?

ለጥርስ ሕክምና ዕቅድ ሲመደቡ፣ ክሊኒክን ወይም የጥርስ ሕክምና ቢሮን እንደ የእርስዎ የመጀመሪያ ደረጃ እንክብካቤ የጥርስ ሐኪም (PCD) መምረጥ ያስፈልግዎታል። የእርስዎ PCD የጥርስ ህክምና ፍላጎቶችዎን ለመንከባከብ ከእርስዎ ጋር ይሰራል። ማንኛውንም የጥርስ ህክምና ከመፈለግዎ በፊት ወደ PCDዎ ይደውሉ።

የመጀመሪያ ደረጃ የጥርስ ሐኪም እንዴት እመርጣለሁ?

በድህረ-ገጻችን ላይ የTrillium የጥርስ ሐኪም ፈልግ ላይ የመጀመሪያ ደረጃ እንክብካቤ የጥርስ ሐኪም (PCD) መምረጥ ይችላሉ። https://www.trilliumohp.com/members/oregon-health-plan/for-members/benefit-information.html.html

ወይም ወደ የእርስዎ PCD ቢሮ መደወል ይችላሉ እና የመጀመሪያ ቀጠሮዎን ከPCD ጋር ለማዘጋጀት ይረዳሉ።

Advantage Dental Services
የደንበኛ አገልግሎት
ከክፍያ ነፃ 1-866-268-9631
TTY 711

Capitol Dental Care
1-503-585-5205 ወይም ከክፍያ ነፃ 1-800-525-6800
TTY 1-800-735-2900

Oregon Dental Service
1-503-243-2987 ወይም ከክፍያ ነፃ 1-800-342-0526
TTY 1-503-243-3958 ወይም 1-800-466-6313

ከመጀመሪያ ደረጃ የጥርስ ሐኪሜ ጋር እንዴት ቀጠሮ መያዝ እችላለሁ?

- በቢሮ ሰዓት ወደ **PCD**ዎ ይደውሉ። ስልክ ቁጥሩን በጥርስ ህክምና ዕቅድዎ የአቅራቢ ማውጫ ውስጥ ወይም ለአባል አገልግሎቶች በመደወል ማግኘት ይችላሉ።
- የTrillium አባል መሆንዎን እና ለምን የጥርስ ሀኪም ማየት እንደሚፈልጉ ለቢሮው ይንገሩ።
- የTrillium አባል መታወቂያ ካርድዎን እና የኦሪገን ጤና መታወቂያዎን ወደ ቀጠሮው ይዘው መሄድዎን እንዳይረሱ።
- በቀጠሮዎ ላይ የምልክት ቋንቋ ወይም አስተርጓሚ ከፈለጉ፣ ቀጠሮ ሲይዙ ለክሊኒኩ ሰራተኞች መንገርዎን ያረጋግጡ።

የጥርስ ህክምናዎን ለማስተባበር፣ የእርስዎ የመጀመሪያ ደረጃ እንክብካቤ የጥርስ ሐኪም የሚከተሉትን ያደርጋል፦

- የተሻለ አገልግሎት እንዲያገኙ የጥርስ መዝገቦችዎን በአንድ ቦታ ማስቀመጥ፤
- አስቸኳይ እና የድንገተኛ ጊዜ የጥርስ ህክምና አገልግሎትን በቀን ለ**24** ሰዓታት፣ በሳምንት ለ**7** ቀናት ማቅረብ፤
- የጥርስ ህክምና ሲፈልጉ የመጀመሪያዎ ግንኙነት መሆን፤ እና
- ካስፈለገዎት ልዩ የጥርስ ህክምናን ማመቻቸት፤

ወደ ቀጠሮዬ ለመሄድ ትራንስፖርት ማግኘት እችላለሁ?

ወደ ቀጠሮዎ ለመድረስ እገዛ ከፈለጉ፣ እባክዎን ወደ MTM በነፃ የስልክ ጥሪ በ 877-583-1552 (TTY: 711) ይደውሉ። ዶክተርዎን፣ የጥርስ ሐኪምዎን ወይም አማካሪዎን የሚያገኙበት መንገድ ከሌለዎት እኛ ልንረዳዎት እንችላለን። ለትራንስፖርት ለመክፈል እርዳታ ሊያገኙ ይችላሉ።

የመጀመሪያ ደረጃ እንክብካቤ የጥርስ ሀኪሜን እንዴት እቀይራለሁ?

በየአመቱ ሁለት ጊዜ የእርስዎን PCD መቀየር ይችላሉ። አዲስ PCD ለመምረጥ፣ ከእርስዎ
የጥርስ ህክምና እቅድ ውስጥ የአቅራቢውን ማውጫ ይጠቀሙ።

ስፔሻሊስት ወይም ሌላ አገልግሎት አቅራቢ ማግኘት አለብኝ ብዬ ካሰብኩስ?

ስፔሻሊስት ወይም ሌላ አገልግሎት አቅራቢ ማግኘት እንዳለብዎት ካሰቡ፣ በመጀመሪያ ከPCDዎ ጋር ቀጠሮ ይያዙ። የትኞቹን አገልግሎቶች እና ምርመራዎች እንደሚፈልጉ PCDዎ ይወስናል። ስፔሻሊስት ወይም ሌላ አገልግሎት አቅራቢ ማግኘት ከፈለጉ፣ የእርስዎ PCD ያገናኝዎታል። PCDዎ አስፈላጊ ሆኖ ሲያገኘው በጉዳይ-በ-ጉዳይ አካሄድ ዝውውር ይደረጋል። ከስፔሻሊስት ወይም ሌላ አገልግሎት አቅራቢ ጋር ለመገናኘት ወደ ቀጠሮ ከመሄድዎ በፊት የጥርስ ህክምና እቅድዎ ዝውውሩን ማጽደቅ አለበት።

ጠቃሚ፦ ከእርስዎ PCD የዝውውር ፈቃድ ሳያገኙ ወደ ስፔሻሊስት መሄድ ሂሳብዎ እንዳይከፈል ሊያደርግ ይችላል። ይህ ማለት የዋስትና ማረጋገጫ ከፈረሙ ሂሳቡን መክፈል ይኖርብዎታል ማለት ነው።

ምን ዓይነት የጥርስ ህክምና ጥቅማ ጥቅሞች አሉኝ?

የጥቅማጥቅሞች እና አገልግሎቶች ማጠቃለያ

ጥቅማ ጥቅሞች		ነፍሰ ጡር ሴቶች እና አባላት ከ21 ዓመት በታች	ሁሉም ሌሎች አዋቂዎች
የድንገተኛ ጊዜ አገልግሎቶች	የድንገተኛ አደጋ ጊዜ መረጋጋት (በእርስዎ የአገልግሎት ክልል ውስጥ ወይም ውጪ) ምሳሌዎች፦ • ከባድ ህመም ወይም ኢንፌክሽን • የደም መፍሰስ ወይም እብጠት • በጥርስ ወይም በድድ ላይ የሚደርስ ጉዳት	X	X
የመከላከያ አገልግሎቶች	ምርመራዎች	X	X
	ማጽዳት	X	X
	የፍሎራይድ ሕክምና	X	X
	ሲላንት	X	አይሸፈንም
	መሞላት	X	X
	ከፊል የጥርስ ተከላዎች	X	የተገደበ
	የተሟሉ የጥርስ ተከላዎች	የተገደበ	የተገደበ
	ዘውዶች	የተገደበ	አይሸፈንም
የአፍ ውስጥ ቀዶ ጥገና እና ኢንዶዶንቲክስ			
	የጥርስ ነቀላዎች	X	X
	ሩት ካናል ቴራፒ	X	የተገደበ
*ጥቅማጥቅሞች ለቅድሚያ ፈቃድ መስፈርቶች እና የድግግሞሽ ገደቦች ተገዢ ሊሆኑ ይችላሉ።			

የጥርስ የድንገተኛ አደጋ እና አስቸኳይ የጥርስ እንክብካቤ አገልግሎቶች

የጥርስ ድንገተኛ አደጋ ምንድነው?

የድንገተኛ የጥርስ ህክምና በቀን 24 ሰአት፣ በሳምንት 7 ቀናት ይገኛል። ድንገተኛ አደጋ አፋጣኝ እንክብካቤ የሚያስፈልገው ከባድ ችግር ነው። ጉዳት ወይም ድንገተኛ ከባድ ሁኔታ ሊሆን ይችላል። የድንገተኛ አደጋ ሁኔታዎች አንዳንድ ምሳሌዎች የሚከተሉት ናቸው፡-

- መጥፎ ኢንፌክሽን፤
- መጥፎ መግሎች (መግል በድድ ቲሹዎ ላይ የሚወጣ እንደ አረፋ ያለ ነው)፤
- ከባድ የጥርስ ሕመም (የማስታገሻ መድሃኒት ወስደው እንኳ የማይቆም ህመም)፤ እና፣
- የተነቃነቀ ጥርስ።

ድንገተኛ ችግር እንዳጋጠምዎት ካመኑ ወደ 911 ይደውሉ። እንዲሁም የአምቡላንስ አገልግሎት ከፈለጉ ወደ 911 ይደውሉ፣ እነዚህም በድንገተኛ አደጋዎች ጊዜ ይሸፈናሉ።

ሁኔታዎን ለማሻሻል የድህረ ማረጋጊያ እንክብካቤ አገልግሎቶችንም ማግኘት ይችላሉ። የድንገተኛ አገልግሎቶች እና የድህረ ማረጋጊያ እንክብካቤ አገልግሎት ስላላቸው ሆስፒታሎች የበለጠ መረጃ ለማግኘት፣ "ዶክተር ወይም አገልግሎት አቅራቢ እንዴት ማግኘት እችላለሁ?" የሚለውን ይመልከቱ።

አስቸኳይ የጥርስ ህክምና አገልግሎት ምንድን ነው?

አስቸኳይ የጥርስ ህክምና ፈጣን ነገር ግን ወዲያውኑ ያልሆነ ህክምና የሚያስፈልገው የጥርስ ህክምና ነው። አንዳንድ የአስቸኳይ ሁኔታዎች ምሳሌዎች የሚከተሉት ናቸው፡-

- የጥርስ ሕመም፤
- የድድ እብጠት፤ እና፣
- የተሞላ ጥርስ መፍረስ።

አንዳንድ የጥርስ ህክምና አገልግሎቶች ከጥርስ ህክምና እቅድዎ የቅድሚያ ፈቃድ ሊፈልጉ ይችላሉ፣ ነገር ግን የድንገተኛ ጊዜ ወይም አስቸኳይ የጥርስ ህክምና አገልግሎቶች የቅድሚያ ፈቃድ አያስፈልጋቸውም።

ከከተማ ውጭ ብሆን እና ድንገተኛ አደጋ ካጋጠመኝ ወይም አስቸኳይ የጥርስ ህክምና ካስፈለገኝስ?

ከTrillium አገልግሎት አካባቢ ውጪ እየተጓዙ ከሆነ እና ድንገተኛ አደጋ ካጋጠምዎት፣ መጀመሪያ የእርስዎን PCD (ከላይ ካለው ጋር ተመሳሳይ መመሪያ) ለማግኘት ይሞክሩ። ለድንገተኛ እንክብካቤ በአሜሪካ ውስጥ በማንኛውም ሆስፒታል ውስጥ እንክብካቤ ማግኘት ይችላሉ። ከአካባቢው ውጪ ድንገተኛ የጥርስ ህክምና ማግኘት ካለብዎት፣ የጥርስ ሀኪሙን የጥርስ ህክምና እቅድዎ ዝርዝር ሂሣብ እና የጥርስ ድንገተኛ ሁኔታን የሚገልጹ የገበታ ማስታወሻዎች እንዲልክልዎ ይጠይቁ

ከድንገተኛ አደጋ በኋላ እንዴት እንክብካቤ ማግኘት እችላለሁ?

ለድንገተኛ የጥርስ ህክምና የጥርስ ሐኪም ካዩ በኋላ፣ አስፈላጊ ሆኖ ከተገኘ ተጨማሪ እንክብካቤ ለማመቻቸት እባክዎ ወደ PCDዎ ይደውሉ።

የአእምሮ ጤና እና የኬሚካል ጥገኝነት ጥቅማ ጥቅሞች

የአእምሮ ጤና አገልግሎቶች ምንድን ናቸው?

የአእምሮ ጤና አገልግሎቶች በድብርት፣ በጭንቀት፣ በቤተሰብ ችግሮች፣ በአስቸጋሪ ባህሪያት ወይም ሌሎች የአእምሮ ጤና ሁኔታዎች ላይ እርዳታ ለሚፈልግ ለማንኛውም ሰው ይገኛሉ። OHP እርስዎን የሚረዱ ብዙ አገልግሎቶችን ይሸፍናል።

የህጻናት እና የአዋቂዎች አገልግሎቶች የአንድ ለአንድ ቴራፒ፣ የቤተሰብ ቴራፒ፣ የቡድን ቴራፒ፣ የመድሃኒት አስተዳደር፣ የጉዳይ አስተዳደር ወይም የክህሎት ግንባታን ሊያካትቱ ይችላሉ። ምን ዓይነት አገልግሎቶች ሊረዱዎት እንደሚችሉ ከሚመክረው ቴራፒስት ጋር መገናኘት ይችላሉ። የሚፈልጉትን እርዳታ ለማግኘት እንዲረዳዎት ከእርስዎ ጋር ለመነጋገር ሁልጊዜ ደስተኞች ነን።

ለእርስዎ ወይም እንክብካቤ ለሚፈልግ ለሚወዱት ሰው የጉዳይ አስተዳደር አገልግሎቶችን ልናቀርብ እንችላለን።

ጠቃሚ፦ የአእምሮ ጤና አገልግሎቶችን በግንኙነት መረቡ ውስጥ ካለ አቅራቢ ለማግኘት ዝውውር አያስፈልግዎትም። እባክዎን በግንኙነት መረቡ ውስጥ ላሉ አቅራቢዎች ዝርዝር የTrillium አቅራቢ ማውጫን ይመልከቱ።

የአዋቂዎች የአእምሮ ጤና አገልግሎቶች

አዋቂዎች ለአእምሮ ጤና ጉዳዮች የተለያዩ አጋዥ አገልግሎቶችን ከብዙ አገልግሎት አቅራቢዎቻችን መምረጥ ይችላሉ። የግለሰብ ተኮር የማህበረሰብ እንክብካቤዎች ወይም ACT የሕክምና ሞዴል በከባድ የአእምሮ ሕመም በሆስፒታል የተኙትን እና ለጤና ማሽቆልቆል እና ቀውስ በጣም የተጋለጡትን ይረዳል።

የACT ቡድኖች በተለያዩ የተንከባካቢ ባለሙያዎች ቡድን የህይወት ጥራታቸውን ማሻሻል፣ አጋዥ የስራ እድሎችን ማግኘት እና የጉዳይ አስተዳደርን በመጠቀም በማህበረሰባቸው ውስጥ ያሉ ሰዎች እንዲቆዩ አተኩረው የሚሰሩ ናቸው።

የልጆች የአእምሮ ጤና አገልግሎቶች

የአእምሮ ጤና ችግር ያለባቸው ልጆች በተለያዩ መንገዶች ይገለገላሉ። ለወጣቶች ወይም ለቤተሰቦቻቸው በኤጀንሲዎች፣ በቤቶች እና በትምህርት ቤቶች የሚሰጡ የተመላላሽ ታካሚ ሕክምናዎች ቴራፒ ለማግኘት ቀላል ለማድረግ ይረዳሉ።

አንዳንድ ጊዜ ልጆች/ወጣቶች ከባድ የአእምሮ ጤና ችግሮች ያጋጥሟቸዋል እና በቤት፣ በትምህርት ቤት እና በሌሎች ቦታዎች ስኬታማ ለመሆን ሲቸገሩ እራሳቸውን ያገኛሉ። ለልጁ/ወጣቱ እና ለቤተሰባቸው በልዩ ፍላጎቶች ላይ በመመስረት የተለያዩ አገልግሎቶች እና ድጋፎች አሉ። እነዚህ አገልግሎቶች ሰፊ የተመላላሽ ታካሚ አገልግሎቶችን፣ ፅኑ የተመላላሽ ታካሚ አገልግሎቶችን እና የድጋፍ መርሃ ግብርን፣ የጋራ ህክምና (ራፕራውንድ) ፕሮግራምን፣ ወይም ፅኑ የእንክብካቤ ማስተባበሪያን ሊያካትቱ ይችላሉ። የትኞቹ አገልግሎቶች ለእርስዎ እንደሚጠቅሙ ለማወቅ እርዳታ ከፈለጉ፣ ይደውሉልን እና ልንረዳዎ እንችላለን።

የአእምሮ ጤና እና የኬሚካል ጥገኝነት ጥቅማ ጥቅሞቼን እንዴት እጠቀማለሁ?

የኬሚካል (የአልኮል ወይም የአደንዛዥ ዕፅ) ጥገኝነት ሕክምናን እንዴት አገኛለሁ?

የአልኮል እና የአደንዛዥ ዕፅ ችግሮች በተጠቃሚው ሰው እና በመላው ቤተሰብ ላይ ከባድ ናቸው። ችግር እንዳለብዎ ካሰቡ፣ እርዳታ ይጠይቁ። የTrillium አቅራቢ ማውጫ እርስዎ ሊደውሉላቸው የሚችሏቸው የኬሚካል ጥገኝነት ሕክምና አቅራቢዎችን ይዘረዝራል። ለእርዳታ ወደ Trillium መደወል ይችላሉ።

የአእምሮ ጤና እንክብካቤ ፍላጎቶች ካሉዎት ወዲያውኑ ከአእምሮ ጤና አቅራቢ ጋር ቀጠሮ መያዝ አለብዎት።

ወዲያውኑ የአእምሮ ጤና አገልግሎቶች ከፈለጉ፣ በTrillium አቅራቢዎች ማውጫ ውስጥ ለተዘረዘረው ማንኛውም አቅራቢ መደወል ወይም ለTrillium መደወል ይችላሉ።

የአእምሮ ጤና አቅራቢን እንዴት አገኛለሁ?

አንዳንድ የTrillium አቅራቢዎች አዳዲስ ታካሚዎችን አይቀበሉም። አዳዲስ ታካሚዎችን የሚቀበል ወይም ከእንግሊዝኛ ሌላ ቋንቋ የሚናገር አገልግሎት አቅራቢ ለማግኘት እርዳታ ከፈለጉ ለTrillium ይደውሉ። ለመደበኛ የሆስፒታል እንክብካቤ በTrillium አቅራቢዎች ማውጫ ውስጥ የተዘረዘረ ሆስፒታል መምረጥ አለብዎት።

ኢንተርኔት ካልዎት አቅራቢን መፈለግ ወይም የአቅራቢውን ማውጫ ከሚከተለው ላይ ማተም ይችላሉ፦ http://providersearch.trilliumhealthplan.com።

በሚከተሉት ሁኔታዎች ወደ TRILLIUM ይደውሉ፦

- የአእምሮ ጤና አቅራቢን ለማግኘት እርዳታ ካስፈለገዎት ወይም ከእንግሊዝኛ ሌላ ቋንቋ የሚናገር አገልግሎት አቅራቢ ካስፈለገዎት።
- በTrillium አቅራቢዎች ማውጫ ውስጥ የሌለ የአእምሮ ጤና አቅራቢን ማግኘት ከፈለጉ። መጀመሪያ ከTrillium የቅድሚያ ፈቃድ ማግኘት ካስፈለገዎት። የዚህ ዓይነቱ ማጽደቅ ለልዩ ጉዳዮች ብቻ ነው።
- የአእምሮ ጤና አቅራቢዎን መለወጥ ካስፈለገዎት።
- ያልተሸፈኑ የባህርይ ጤና አገልግሎቶችን በማስተባበር ላይ እገዛ ካስፈለገዎት።

የአእምሮ ጤና አቅራቢ ለመምረጥ እርዳታ ካስፈለገኝስ?

የTrillium አባላት የሚያገኙትን የአእምሮ ጤና አቅራቢዎች መምረጥ ይችላሉ። የአእምሮ ጤና አገልግሎት አቅራቢን ለመምረጥ እርዳታ ከፈለጉ ወደ Trillium ይደውሉ። በTrillium አቅራቢዎች ማውጫ ውስጥ ያልተዘረዘረ የአእምሮ ጤና አቅራቢን ካዩ ወይም ወደ ሌላ የአእምሮ ጤና አገልግሎት አቅራቢ መቀየር ከፈለጉ ወደ Trillium ይደውሉ።

ከእኔ የአእምሮ ጤና አገልግሎት አቅራቢ ጋር እንዴት ቀጠሮ መያዝ እችላለሁ?

ለመጀመር፣ በTrillium አገልግሎት አቅራቢ ማውጫ ውስጥ ለተዘረዘረው ማንኛውም አቅራቢ መደወል ወይም አቅራቢን ለመምረጥ እገዛ ከፈለጉ ለTrillium መደወል ይችላሉ። አንዴ የአእምሮ ጤና አቅራቢን ከመረጡ፣ ወዲያውኑ እነርሱን ለማግኘት ቀጠሮ መያዝ ይችላሉ። ቀጠሮ ላይ መገኘት የማይችሉ ከሆነ፣ በተቻለ ፍጥነት ለአእምሮ ጤና አቅራቢዎ ይደውሉ። ለአዕምሮ ጤና አቅራቢዎ ለምን እንደሆነ ሳያሳውቁ ቀጠሮዎች ላይ ካልተገኙ፣ አዲስ የአእምሮ ጤና አገልግሎት አቅራቢ እንዲመርጡ ሊጠይቁዎት ይችላሉ።

ያልተሸፈኑ የባህርይ ጤና አገልግሎቶች

የTrillium Community Health Plan የማይከፍላቸው ነገር ግን OHP የሚከፍላቸው አንዳንድ የባህርይ ጤና አገልግሎቶች አሉ። እንደ የረጅም ጊዜ የአዕምሮ ህክምና ያሉ አገልግሎቶችን ለማስተባበር እርዳታ ከፈለጉ፣ እባክዎን ለTrillium አባል አገልግሎቶች ይደውሉ። ከእንክብካቤ አስተባባሪ ጋር ለመነጋገር ይጠይቁ።

በTRILLIUM የማይቀርቡ ነገር ግን በOHP የሚሸፈኑ አንዳንድ የአገልግሎቶች ምሳሌዎች፦

- ለአንዳንድ የባህርይ ጤና ሁኔታዎች የተወሰኑ መድሃኒቶች
- ዕድሜያቸው ከ21 ዓመት በታች ለሆኑ አባላት ቴራፒዩቲክ ቡድን የቤት የክፍያ ማካካሻ
- ዕድሜያቸው 18 እና ከዚያ በላይ ለሆኑ አባላት የረጅም ጊዜ የአእምሮ ህክምና እንክብካቤ
- ዕድሜያቸው 18 እና ከዚያ በላይ ለሆኑ አባላት በአዋቂ ማሳደጊያ ቤቶች ውስጥ የግል እንክብካቤ

ለበለጠ መረጃ ወይም ለተሟላ ዝርዝር፣ ወደ Trillium አባል አገልግሎቶች በ 1-877-600-5472 ይደውሉ።

በሐኪም የታዘዙ መድኃኒቶቼን እንዴት ማግኘት እችላለሁ?

Trillium በኦሪገን ውስጥ ባሉ አብዛኛዎቹ ፋርማሲዎች ውስጥ መድሃኒቶችን ይሸፍናል። ሐኪምዎ የሰጠዎትን የመድሐኒት ማዘዣ ለእርስዎ ምቹ ወደሆነ ፋርማሲ ይውሰዱ። ከኦሪገን ውጭ የሐኪም ማዘዣ መሙላት ከፈለጉ፣ ፋርማሲውም ሆነ ማዘዣውን የጻፈው ሐኪም በኦሪገን ክልል የተመዘገቡ መሆን አለባቸው። ድንገተኛ ሁኔታ ከተከሰተ፣ በልዩ ሁኔታ ለመስተናገድ እንዲችሉ ለመጠየቅ ወደ Trillium ይደውሉ። በተወሰኑ ሁኔታዎች ውስጥ ብቻ Trillium ከአካባቢው ውጪ መሙላትን ያፀድቃል። ለመድሃኒቶችዎ ከከፈሉ፣ የክፍያ ማካካሻ ጥያቄ ማቅረብ ይችላሉ። በአንዳንድ ሁኔታዎች ብቻ Trillium ወጪዎን ሊያካክስ ይችላል።

መደበኛ ያልሆኑ ወይም በሀኪም ያልታዘዙ መድኃኒቶች ዙሪያ እርዳታ ለማግኘት፣ ለሐኪምዎ ወይም ለTrillium ይደውሉ።

ሁሉንም የታዘዙ መድሃኒቶች አንሸፍንም። **ሰዎች ለአእምሮ ህመም የሚወስዱት አብዛኛዎቹ መድሃኒቶች በቀጥታ በኦሪገን የጤና ባለስልጣን (OHA) ይከፈላሉ። እባክዎን ለፋርማሲስቱ የእርስዎን የኦሪገን የጤና መታወቂያ እና የTrillium መታወቂያ ካርዶችዎን ያሳዩት። ፋርማሲው ሂሳቡን የት እንደሚልክ ያውቃል።**

የአእምሮ ጤና የድንገተኛ ሁኔታ እና የቀውስ አገልግሎቶች

የአእምሮ ጤና ድንገተኛ አደጋ ምንድነው?

የአእምሮ ጤና ድንገተኛ አደጋ ከቁጥጥር ውጭ የሆነ ስሜት መሰማት ወይም እርምጃ መውሰድ ወይም እርስዎን ወይም ሌላ ሰውን ሊጎዳ የሚችል ሁኔታ ነው። ወዲያውኑ እርዳታ ያግኙ። እውነተኛ አደጋ እስኪመጣ ድረስ አይጠብቁ። ወደ ቀውስ መስመር ይደውሉ፣ 911 ይደውሉ ወይም ወደ ድንገተኛ ክፍል (ER) ይሂዱ። የአምቡላንስ አገልግሎቶች በድንገተኛ ጊዜ አጋጣሚዎች ይሸፈናሉ። ወደ 911 በመደወል የአምቡላቶሪ አገልግሎት (ለተመላላሽ ታካሚ የአምቡላንስ አገልግሎት) ማግኘት ይችላሉ።

- በClackamas አውራጃ የሚኖሩ ከሆነ ለአውራጃው 24-7 የቀውስ መስመር በ 503-655-8585 መደወል ይችላሉ።
- በMultnomah አውራጃ የሚኖሩ ከሆነ ለአውራጃው 24-7 የቀውስ መስመር በ 503-988-4888 መደወል ይችላሉ።

- በWashington አውራጃ የሚኖሩ ከሆነ ለአውራጃው 24-7 የቀውስ መስመር በ 503-291-9111 መደወል ይችላሉ።
- በድንገተኛ አደጋ ጊዜ በማንኛውም ጊዜ ሁኔታዎ ደህንነቱ የተጠበቀ እንዳልሆነ ከተሰማዎት ወደ 911 ይደውሉ። ፖሊስ እርስዎን ለመርዳት እና በአቅራቢያዎ ያለውን የቀውስ ፕሮግራም ለማነጋገር ወዳሉበት አድራሻ ይመጣል።

በችግር ውስጥ ያለው ሰው ከ18 አመት በታች የሆነ ወጣት ከሆነ፣ ወደ የወጣቶች የቀውስ መስመር በ 541-689-3111፣ TTY 711 ይደውሉ፣ ወደ 911 ይደውሉ ወይም ወደ ድንገተኛ ክፍል (ER) ይሂዱ። የተንቀሳቃሽ ስልክ የቀውስ አገልግሎቶች በቀን 24 ሰዓት በሳምንት 7 ቀናት ከብቁ የአእምሮ ጤና ባለሙያ (QMHP) ጋር ይገኛሉ። በቀውስ ጥሪው ላይ ተመስርቶ በክሊኒካዊ ሁኔታ ከተገለጸ፣ በQMHP ፊት ለፊት የሚደረግ የቴራፒ ምላሽ ይሰጣል።

የሞባይል ቀዉስ አገልግሎቶች እና የቀውስ የስልክ መስመር ከመታሰር፣ ለድንገተኛ ክፍል ከመቅረብ ወይም ወደ አጣዳፊ እንክብካቤ መስጫ ተቋም ከመግባት ይልቅ በማህበረሰብ ውስጥ መረጋጋትን ለማበረታታት የታሰቡ ናቸው። ፅኑ የቤት ውስጥ የባህርይ ጤና ህክምና እየተቀበሉ ከሆነ፣ የአደጋ ምላሽ አገልግሎቶች በቀን ለ24 ሰአታት ይገኛሉ።

ድንገተኛ አደጋ ከባድ ጉዳት ወይም ድንገተኛ ህመም ሲሆን ይህም ወዲያውኑ እርዳታ ካላገኙ ሞት ወይም ከባድ የአካል ጉዳት ያስከትላል ብለው የሚያስቡትን ከባድ ህመም ያካትታል። ይህ ነፍሰ ጡር ከሆኑ ያልተወለደ ልጅዎን ያካትታል። የድንገተኛ ጊዜ እንክብካቤ በቀን ለ24 ሰዓታት በሳምንት ለሰባት ቀናት ይሸፍናል። ለድንገተኛ አደጋ ጊዜ የትኛውም ቦታ ወዳለ ማንኛውም ሆስፒታል መሄድ ይችላሉ። የድንገተኛ አገልግሎቶችን እና የድህረ ማረጋጊያ እንክብካቤ አገልግሎቶችን የት ማግኘት እንደሚችሉ የበለጠ መረጃ ለማግኘት "ዶክተር ወይም አገልግሎት አቅራቢን እንዴት ማግኘት እችላለሁ?" የሚለውን ይመልከቱ።

ከከተማ ውጪ ብሆን እና ድንገተኛ አደጋ ካጋጠመኝስ?

የአእምሮ ጤና ድንገተኛ ችግር ካጋጠምዎት እና ወደ Clackamas፣ Multnomah እና Washington አውራጃዎች ህክምና ለመከታተል መመለስ ካልቻሉ፣ በአቅራቢያዎ ወደሚገኝ የሆስፒታል ድንገተኛ ክፍል መሄድ ይችላሉ። የድንገተኛ ክፍል ጉብኝትዎ በአሜሪካ ውስጥ እስካሉ ድረስ ይሸፈናል። የድንገተኛ ክፍልን ለድንገተኛ ያልሆነ እንክብካቤ አይጠቀሙ።

ከድንገተኛ አደጋ በኋላ እንዴት እንክብካቤ ማግኘት እችላለሁ?

እስኪረጋጉ ድረስ የድንገተኛ አደጋ እንክብካቤ ይሸፈናል። ለክትትል እንክብካቤ ለPCPዎ ወይም የአእምሮ ጤና አቅራቢዎ ይደውሉ። ከተረጋጉ በኋላ የሚደረግ ክትትል የሚሸፈን ይሆናል ነገር ግን እንደ ድንገተኛ ጊዜ አገልግሎት አይቆጠሩም።

ወደ ቀጠሮዬ ለመሄድ ትራንስፖርት ማግኘት እችላለሁ?

ወደ ቀጠሮዎ ቦታ ለመድረስ እርዳታ ከፈለጉ፣ እባክዎን ለMTM በነፃ የስልክ ጥሪ 541-682-5566 ወይም 877 በ711 ላይ ይደውሉ። ዶክተርዎን፣ የጥርስ ሐኪምዎን ወይም አማካሪዎን የሚያገኙበት መንገድ ከሌለዎት እኛ ልንረዳዎት እንችላለን። ለትራንስፖርት ለመክፈል እርዳታ ሊያገኙ ይችላሉ።

ቅሬታዎች እና የይግባኝ ጥያቄዎች

እንዴት ቅሬታ ማቅረብ እችላለሁ?

በTrillium፣ በጤና አጠባበቅ አገልግሎቶችዎ ወይም በአገልግሎት አቅራቢዎ በጣም ደስተኛ ካልሆኑ፣ ውድቅ ካልሆነ በስተቀር በማንኛውም ጊዜ ቅሬታ ማቅረብ ወይም ማስመዝገብ ይችላሉ። ነገሮችን ለማሻሻል እንሞክራለን። ለአባላት አገልግሎቶች በስልክ ቁጥር 1-877-600-5472 ይደውሉ፣ TTY፡ 711፣ ወይም ወደዚህ አድራሻ ደብዳቤ ይላኩልን፦ Trillium Community Health Plan, 555 International Way, Building B, Springfield, Oregon 97477.

ቅሬታ ለማቅረብ ወደ የኦሪገን የጤና እቅድ የደንበኛ አገልግሎቶች ክፍል በ1-800-273-0557 መደወል ይችላሉ። የእርስዎ አገልግሎት አቅራቢ ወይም ሌላ ሰው ቅሬታ ሊያቀርብልዎ ይችላል። ይህን ለማድረግ የእርስዎን የጽሁፍ ፈቃድ ማግኘት አለባቸው።

ቅሬታውን ካገኘንበት ቀን ጀምሮ በ5 የስራ ቀናት ውስጥ ችግሩን ልንፈታው እና ልንደውል ወይም ልንጽፍልዎ ይገባል።

በ5 የስራ ቀናት ውስጥ ችግሩን መፍታት ካልቻልን፣ ለምን እንደሆነ ለማብራራት በ5 የስራ ቀናት ውስጥ ደብዳቤ እንልክልዎታለን። ቅሬታዎን ለመፍታት እስከ 30 ቀናት ድረስ

ልንወስድ እንችላለን። እርስዎ ካልጠየቁን በቀር ስለ ቅሬታዎ ለማንም አንናገርም። Trillium ቅሬታን ለመፍታት ብዙ ጊዜ የሚወስድ ከሆነ በመረጡት ቋንቋ ማሳወቂያ ይደርስዎታል።

ለማስታወስ ያህል፣ ቅሬታ ስላቀረቡ፣ በምርመራ ላይ ስለተባበሩ ወይም ከህግ ጋር ይቃረናል ብለው ለሚያምኑት ነገር ለመስማማት ፈቃደኛ ባለመሆንዎ Trillium እና የአገልግሎት አቅራቢዎ ከእርስዎ ሊቃረኑ አይችሉም። Trillium ያቀረቡትን ቅሬታ፣ የይግባኝ ጥያቄ ወይም ችሎት ይሰማልኝ እንዲተዉ ሊጠይቅዎት አይችልም።

አንድ አገልግሎት ከተከለከለ - እንዴት ይግባኝ እጠይቃለሁ?

አንድ አገልግሎት ከተከለከለ፣ ከተቀነሰ ወይም ከተቋረጠ አሉታዊ የጥቅማ ጥቅም ውሳኔ ማሳወቂያ (NOABD) ይደርስዎታል። እንዲሁም ለአቅራቢዎ እናሳውቃለን። ደብዳቤው እንዴት ይግባኝ እንደሚጠይቁ (ውሳኔያችንን እንድንቀይር እንዴት እንደሚጠይቁን) ያብራራል። በይግባኝ እና በክልል ፍትሃዊ ችሎት ውሳኔው እንዲቀየር የመጠየቅ መብት አልዎት። አሉታዊ የጥቅማ ጥቅም ውሳኔ ማሳወቂያ ደብዳቤውን ከተቀበሉበት ቀን በኋላ ከ60 ቀናት ባልበለጠ ጊዜ በቃል ወይም በፅሁፍ ይግባኝ መጠየቅ ይችላሉ።

አገልግሎቶችን ከተከለከሉ እና ውድቅ የተደረገበትን የጽሁፍ ማሳወቂያ ካልተቀበሉ ወይም የጤና እንክብካቤ አቅራቢዎ ላልተሸፈነ አገልግሎት መክፈል እንዳለብዎት ከነገረዎት፣ ውድቅ የተደረገበትን ወይም የተከለከሉበትን ማሳወቂያ እንዲሰጥዎ መጠየቅ ይችላሉ። ውድቅ የተደረገበት ወይም የተከለከሉበት ማሳወቂያ አገልግሎቱ እንደማይሸፈን ይገልፃል። አንዴ ውድቅ የተደረገበትን ከተቀበሉ በኋላ ለTrillium ይግባኝ መጠየቅ ይችላሉ።

አቅራቢዬ ለኔ ይግባኝ ሊጠይቅልኝ ይችላል?

አገልግሎቶችን ከተከለከሉ፣ አቅራቢዎችዎ እርስዎን ወክለው ይግባኝ እንዲያቀርቡ ተፈቅዶላቸዋል። ይህን ለማድረግ የእርስዎ የጽሁፍ ወይም የቃል ፈቃድ ሊኖረን ይገባል።

ውሳኔን እንዴት ይግባኝ ማለት እንደሚቻል

ይግባኝ በሚሉበት ጊዜ፣ በTrillium ውስጥ ያለ የተለየ የጤና እንክብካቤ ባለሙያ ጉዳይዎን ይገመግመዋል። በሚከተለው በኩል ይግባኝ ይጠይቁን፦

- ለአባላት አገልግሎቶች በሚከተለው ቁጥር በመደወል 1-877-600-5472፣ TTY፦ 711; እና ይግባኝን በቃል በመጠየቅ፤
- ደብዳቤ ለእኛ በመጻፍ፤ ወይም፣
- የይግባኝ እና የችሎት ጥያቄ ማቅረቢያ ቅፅን በመሙላት፣ OHP ቅጽ ቁጥር 3302። ይህ ቅጽ ከድርጊት ማሳወቂያ ደብዳቤዎ ጋር ተልኳል። ሊደውሉልን እና ይህንን ቅጽ ሊጠይቁንም ይችላሉ።

በዚህ ላይ እርዳታ ከፈለጉ ይደውሉ እና እንዲፈርሙበት የይግባኝ ቅጽ ልንሞላ እንችላለን። እንደ ጓደኛ ወይም ጉዳይ አስተዳዳሪ ያለ ሰው እንዲረዳዎት መጠየቅ ይችላሉ። እንዲሁም ለህጋዊ ምክር እና እርዳታ በ1-800-520-5292 የህዝብ ጥቅማጥቅሞች መገናኛ መስመር ላይ መደወል ይችላሉ። ገምጋሚው በእኛ ውሳኔ መስማማቱን ወይም አለመስማማቱን ለማሳወቅ በ16 ቀናት ውስጥ **የይግባኝ መፍትሄ ማሳወቂያ (NOAR)** ይደርስዎታል። ለመገምገም ተጨማሪ ጊዜ ከፈለግን፣ ለምን እስከ 14 ተጨማሪ ቀናት እንደሚያስፈልገን የሚገልጽ ደብዳቤ እንልክልዎታለን። እርስዎም ተጨማሪ ጊዜ መጠየቅ ይችላሉ (እስከ 14 ቀናት)። Trillium ለመደበኛ ወይም ለተራዘመ የይግባኝ ሂደት የማስታወቂያ እና የጊዜ መስፈርቶችን ካላከበረ፣ የይግባኝ ሂደቱ እንደተጠናቀቀ ይቆጠርና የክልል ፍትሃዊ ችሎት ማስጀመር ይችላሉ። Trillium በአቤቱታ ወይም በይግባኝ ሂደት ውስጥ ተጨማሪ ጊዜ የሚጠይቀው ይህን ለማድረግ አባላቱ የሚስማሙ ከሆነ ብቻ ነው።

የይግባኝዎን መልስ በሚጠብቁበት ጊዜ፣ እሱን ለማቆም ከመጀመሪያው ውሳኔ በፊት የጀመረውን አገልግሎት ማግኘቱን መቀጠል ይችላሉ። ያስቆመውን የእርምጃ ማስታወቂያ በደረሰዎ በ10 ቀናት ውስጥ አገልግሎቱን እንድንቀጥል መጠየቅ አለብዎት። አገልግሎቱን ከቀጠሉ እና ገምጋሚው በመጀመሪያው ውሳኔ ከተስማማ፣ በመጀመሪያው ማሳወቂያ ላይ ከተጠቀሰው ቀን በኋላ የተቀበሏቸውን አገልግሎቶች ወጪ መክፈል ሊኖርብዎ ይችላል።

በይግባኝ ቅፆች ላይ እገዛ ከፈለጉ ወደ Trillium፣ የOHP አባል አገልግሎቶች ይደውሉ ወይም በሚከተለው አድራሻ ይጠቀሙ፦

በOregon ውስጥ
ፖርትላንድ የክልል ቢሮ
520 SW Sixth Avenue, Suite 700
Portland, OR 97204
503-224-4086 ወይም 1-800-228-6958 (ከክፍያ ነፃ)

ፈጣን (የተፋጠነ) ይግባኝ ብፈልግስ?

እርስዎ እና አገልግሎት አቅራቢዎ መደበኛ ይግባኝ መጠበቅ የማይችሉበት አስቸኳይ የጤና እንክብካቤ ችግር እንዳለብዎ ካመኑ፣ ፈጣን (የተፋጠነ) ይግባኝ እንደሚያስፈልግዎ ይንገሩን። ከአቅራቢዎ የተሰጠ መግለጫ እንዲያካትቱ ወይም አቅራቢዎ ቢደውሉልን እና ለምን አስቸኳይ እንደሆነ ቢያብራሩልን ይመከራል። የተፋጠነ የይግባኝ ጥያቄ እንደደረሰን ለማሳወቅ በአንድ የስራ ቀን ውስጥ ደውለን እንጽፍልዎታለን። አስቸኳይ እንደሆነ ከተስማማን በ72 ሰዓታት ውስጥ ከውሳኔው ጋር እንደውልልዎታለን። ለመገምገም ተጨማሪ ጊዜ ከፈለግን፣ ለምን እስከ 14 ተጨማሪ ቀናት እንደሚያስፈልገን የሚገልጽ

ደብዳቤ እንልክልዎታለን። እንዲሁም እስከ 14 ቀናት እንዲራዘም እርስዎም መጠየቅ ይችላሉ። በ32 የስራ ቀናት ውስጥ፣ Trillium ውሳኔውን የሚገልጽ የጽሁፍ ደብዳቤ በፖስታ ይልክልዎታል እና የተፋጠነ የይግባኝ ጥያቄው ውድቅ ከተደረገ ለእርስዎ ወይም ለአገልግሎት አቅራቢዎ በስልክ ያሳውቃል።

ይግባኜ ውድቅ ከተደረገ፣ አስተዳደራዊ ችሎት እንዴት ማግኘት እችላለሁ?

ይግባኝ ከተጠየቀ በኋላ፣ ከኦሪጎን የአስተዳደር ህግ ዳኛ ጋር የክልል ፍትሃዊ ችሎት እንዲሰማልዎት መጠየቅ ይችላሉ። ክልሉን ችሎት እንዲሰማ ለመጠየቅ፣ እርስዎ የይግባኝ መፍትሔ ማሳወቂያ (NOAR) ከተቀበሉበት ቀን ጀምሮ 120 ቀናት ይኖርዎታል። የNOAR ደብዳቤዎ መላክ የሚችሉትን ቅጽ ይይዛል። እንዲሁም የይግባኝ እና ችሎት ይሰማልኝ መጠየቂያ ቅጽ እንድንልክልዎ ሊጠይቁን ወይም ለOHP የደንበኛ አገልግሎቶች በ800-273-0557፣ TTY 711 በመደወል የቅጽ ቁጥር 3302 መጠየቅ ይችላሉ።

ችሎቱ በሚሰማበት ጊዜ፣ በውሳኔያችን ለምን እንደማይስማሙ እና ለምን አገልግሎቶቹ መሸፈን እንዳለባቸው ለዳኛው መንገር ይችላሉ። ጠበቃ ግዴታ አይደለም፣ ነገር ግን አንድ ጠበቃ ሊያመጡ ወይም ሌላ እንደ ዶክተርዎ ያለ ሰው ከእርስዎ ጋር አብሮ ሊሆን ይችላል። ጠበቃ ከቀጠሩ ክፍያቸውን መክፈል አለብዎት። ምክር እና ውክልና ለማግኘት የህዝብ ጥቅማጥቅሞችን የቀጥታ መስመር (የኦሪገን ህጋዊ እርዳታ አገልግሎቶች እና የኦሪገን የህግ ማእከል ፕሮግራም) በ **1-800-520-5292**፣ TTY 711፣ መጠየቅ ይችላሉ። የነጻ ህጋዊ ድጋፍ መረጃ በ www.oregonlawhelp.org ላይ ይገኛል።

ችሎቱ ለመዘጋጀት አብዛኛውን ጊዜ ከ30 ቀናት በላይ ይወስዳል። ችሎትዎ እስኪሰማ በመጠባበቅ ላይ እያሉ፣ ለማቆም ከመወሰናችን በፊት የጀመረውን አገልግሎት ማግኘቱን መቀጠል ይችላሉ የNOAR ቀን ካለፈ ከ10 ቀናት ባልበለጠ ጊዜ ውስጥ አገልግሎቱን እንድንቀጥል መጠየቅ አለብዎት። አገልግሎቱን ከቀጠሉ እና ዳኛው በመጀመሪያው ውሳኔ ከተስማሙ፣ በመጀመሪያው NOAR ላይ ከተጠቀሰው ቀን በኋላ የተቀበሏቸውን አገልግሎቶች ወጪ መክፈል ሊኖርብዎ ይችላል።

ፈጣን (የተፋጠነ) የችሎት መሰማት ካስፈለገኝስ?

እርስዎ እና አገልግሎት አቅራቢዎ ለመደበኛ የችሎት መሰማት መጠበቅ የማይችሉበት አስቸኳይ የጤና እንክብካቤ ችግር እንዳለብዎ ካመኑ፣ ፈጣን (የተፋጠነ) የችሎት መሰማት እንደሚያስፈልግዎ ይንገሩን እና የይግባኝ እና ችሎት ይሰማልኝ ቅፁን ለOHP ችሎት ማሰሚያ አሃድ ፋክስ ያድርጉ። ለምን አስቸኳይ እንደሆነ ከአቅራቢዎ የተሰጠ መግለጫ እንዲያካትቱ እንመክራለን። በ3 የስራ ቀናት ውስጥ ውሳኔ ማግኘት አለብዎት። የችሎቱ ክፍል ፋክስ ቁጥር 1-503-945-6035 ነው።

የፈጣን ችሎት ጥያቄዎ ውድቅ ከተደረገ፣ ለአባሉ እና ጠያቂ አገልግሎት አቅራቢው ውድቅ የተደረገውን ፈጣን ችሎት መሰማት በቃል እንነግራለን እንዲሁም በሁለት ቀናት ውስጥ በጽሁፍ ማስታወቂያ ለማሳወቅ ጥረቶች እናደርጋለን።

አገልግሎቶቼ ይቆማሉ?

የOHP አገልግሎቶችን እየተቀበሉ ከሆነ እና የእርስዎ ችሎት መሰማት እልባት እስኪያገኝ ድረስ እነዚያ አገልግሎቶች እንዲቀጥሉ ከፈለጉ፣ የእርምጃ ማሳወቂያ ደብዳቤ ከደረሰዎት በኋላ በ10 የስራ ቀናት ውስጥ ጥቅማጥቅሞች እንዲቀጥሉ መጠየቅ ይችላሉ። የችሎቱ ውሳኔ እርስዎ በፈለጉት መንገድ ካልሆነ፣ ውሳኔውን በመጠባበቅ ላይ ሳሉ ለቀጠሉ አገልግሎቶች መክፈል ሊኖርብዎ ይችላል። በቅሬታ፣ ይግባኝ እና ችሎት ይሰማልኝ ወቅት ጥቅም ላይ የዋሉት ሁሉም የአባላት መረጃዎች ለእርስዎ ደህንነታቸው የተጠበቀ ነው። ለአባላት አገልግሎቶች በ 1-877-600-5472 ወይም TTY በ 711 መደወል ይችላሉ።

እንድከፍል ከተጠይቅኩ ምን ማድረግ አለብኝ?

መክፈል ባይኖርብዎትም እንኳን እባክዎን የህክምና ክፍያዎችን ችላ አይበሉ - ወዲያውኑ ይደውሉልን። ብዙ አቅራቢዎች ያልተከፈሉ ሂሳቦችን ወደ ሰብሳቢ ኤጀንሲዎች ይልካሉ አልፎ ተርፎም ክፍያውን ለማግኘት ፍርድ ቤት ይከሳሉ። ያ አንዴ ከተከሰተ ችግሩን ማስተካከል በጣም ከባድ ነው።

OHP ላይ በነበሩበት ጊዜ ለተቀበሉት አገልግሎት ክፍያ እንደደረሰዎት የሚከተሉትን ማድረግ አለብዎት፦

1. ለአቅራቢው ይደውሉ እና OHP ላይ እንደነበሩ ይንገሯቸው እና Trilliumን እንዲያስከፍሉ ይጠይቋቸው።
2. ወደ አባል አገልግሎታችን በ 1-877-600-5472 ወይም TTY በ711 ደውለው አቅራቢው ለOHP አገልግሎት ክፍያ እያስከፈልዎት እንደሆነ ይናገሩ። ሂሳቡን እንዲከፍሉ እናግዝዎታለን። ተጨማሪ ሂሳቦችን እስኪጠየቁ ድረስ አይጠብቁ።
3. በአገልግሎቱ ወቅት በOHP ላይ ስለነበሩ በሂሳቡ እንደማይስማሙ የሚገልጽ ደብዳቤ ለአገልግሎት አቅራቢዎ እና ለእኛ በመላክ ይግባኝ መጠየቅ ይችላሉ። ለመዝገቦችዎ የደብዳቤውን ቅጂ ያስቀምጡ።
4. ሂሳቡን መክፈላችንን ለማረጋገጥ ይከታተሉ።
5. ከክፍያ ጋር የተያያዙ የፍርድ ቤት ወረቀቶችን ከተቀበሉ፣ ወዲያውኑ ይደውሉልን። እንዲሁም ህጋዊ ምክር እና እርዳታ ለማግኘት ለጠበቃ ወይም ለህዝብ ጥቅማጥቅሞች የስልክ መስመር በ 1-800-520-5292 መደወል ይችላሉ። OHP ላይ እያሉ በስህተት ክፍያ ሲጠየቁ ሊረዱዎት የሚችሉ የሸማቾች ህጎች አሉ።

ለጤና አጠባበቅ አገልግሎቶች ክፍያ ከደረስዎት እና መክፈል እንዳለብዎት እርግጠኛ ካልሆኑ ለአባላት አገልግሎት በ 1-877-600-5472 ወይም TTY በ 711 ወዲያውኑ ይደውሉ።

አንዳንድ ጊዜ አገልግሎት አቅራቢዎ ሂሳቡን ወረቀት ላይ በትክክል አይሰራውም እና ለዚህ ምክንያት ክፍያ አያገኙም። ያ ማለት መክፈል አለብዎት ማለት አይደለም። አገልግሎቱን አስቀድመው ከተቀበሉ እና ለአገልግሎት አቅራቢዎ ለመክፈል ፈቃደኛ ካልሆኑ፣ አቅራቢዎ አሁንም ሊያስከፍልዎ አይችልም። ለአገልግሎቱ ክፍያ እንከፍልም የሚል ማስታወቂያ ከእኛ ሊደርሰዎት ይችላል። ይህ ማሳወቂያ መክፈል አለብዎ ማለት አይደለም። አቅራቢው ክፍያውን መሰረዝ አለበት። እኛ ወይም አገልግሎት አቅራቢዎ አገልግሎቱ በOHP እንደማይሸፈን ከነገርንዎ፣ አሁንም ይግባኝ እና ችሎት ይሰማልኝ በመጠየቅ ውሳኔውን የመቃወም መብት አልዎት።

ለክፍያዎች ኃላፊነት

የTrillium አባላት ለጤና አጠባበቅ አገልግሎቶች መክፈል የለባቸውም። ማንኛውም የውል አቅራቢ ወይም ወኪል፣ ባለአደራ ወይም የውል አቅራቢው ተላላኪ የሚከተሉትን ማድረግ አይችልም፦

- አባል ማስከፈል
- የአባልን ሂሳብ ወደ ሰብሳቢ ኤጀንሲ መላክ
- አባል ለውል አቅራቢው ተጠያቂ ላልሆነበት የTrillium ገንዘብ የሆነ ማንኛውንም መጠን ለመሰብሰብ ከአባል በተቃራኒ የሲቪል እርምጃ መውሰድ

እንዲከፍሉ ከተጠየቁ፣ ለአባል አገልግሎት ይደውሉ

የOHP አባላት ለተሸፈኑ አገልግሎቶች አይከፍሉም። የሚከተሉት ሁሉ እውነት ከሆኑ ብቻ የጤና እንክብካቤ አቅራቢዎ እንዲከፍሉ ሊጠይቅዎ ይችላል፦

- **የሕክምና አገልግሎቱ የእርስዎ የOHP ዕቅድ የማይሸፍነው ነገር ነው፤**
- አገልግሎቱን ከማግኘትዎ በፊት፣ የOHP ቅጽ ቁጥር 3165 - የOHP ደንበኛ ስምምነት ለጤና አገልግሎቶች ክፍያ ለመክፈል (በተጨማሪም መተው ይባላል) ለመክፈል ህጋዊ ስምምነት ተፈራርመዋል።
- ቅጹ የአገልግሎቱን ግምታዊ ዋጋ ያሳያል፤
- ቅጹ OHP አገልግሎቱን አይሸፍንም ይላል፤ እና፣
- ቅጹ ሂሳቡን እራስዎ ለመክፈል ተስማምተዋል ይላል።
- **የፋርማሲ አገልግሎት የእርስዎ OHP እቅድ የማይሸፍነው ነገር ነው፤**
- መድሃኒቱን ከመቀበልዎ በፊት፣ የOHP ቅጽ ቁጥር 3166 - የOHP ደንበኛ ስምምነት ለጤና አገልግሎቶች ክፍያ ለመክፈል (በተጨማሪም መተው ይባላል) ለመክፈል ህጋዊ ስምምነት ተፈራርመዋል።
- ቅጹ የመድሃኒቱን ዋጋ ያሳያል፤
- ቅጹ OHP አገልግሎቱን እንደማይሸፍን ይናገራል፤ እና ቅጹ ሂሳቡን እራስዎ ለመክፈል እንደተስማሙ ይናገራል።

በOHP ላይ ለጤና እንክብካቤ አገልግሎት መቼ መክፈል አለብኝ?

- OHP የማይቀበል ወይም የአቅራቢያችን የግንኙነት መረብ አካል ያልሆነ አቅራቢ ካገኙ፣ በOHP ለተሸፈኑ አገልግሎቶች መክፈል ሊኖርብዎት ይችላል። የሕክምና እንክብካቤ ከማግኘትዎ ወይም ወደ ፋርማሲ ከመሄድዎ በፊት፣ አቅራቢዎቹ የግንኙነት መረባችን ውስጥ መሆናቸውን ያረጋግጡ።
- አገልግሎቱን ሲቀበሉ ለOHP ብቁ ካልሆኑ ለአገልግሎቶቹ መክፈል ይኖርብዎታል።
- እርስዎ፣ ወይም ገንዘብ የሚያስተዳድርልዎ ተወካይ፣ በሚከተለው ሁኔታ ላይ በ OHP ላልተሸፈኑ አገልግሎቶች መክፈል አለበት፦
  - አገልግሎቱን ከመቀበልዎ በፊት ለመክፈል፣ ዝርዝር ስምምነቱን ከፈረሙ።
  - ስምምነቱ የሁሉንም አገልግሎቶች ዝርዝር እና ወጪያቸው ምን ያህል እንደሆነ አካቷል።
  - ይህ ቅድሚያ ፈቃድ የተከለከሉ አገልግሎቶችን ያካትታል።
- የክፍያ ውሉ የሚሰራው አገልግሎቱ በእርስዎ ወይም በተወካዮችዎ ፊርማ በ30 ቀናት ውስጥ የታቀደ ሲሆን ብቻ ነው።
- የተመጣጠነ አከፋፈል፣ ማለትም አቅራቢው በሚያስከፍለው መጠን እና ኢንሹራንስዎ በሚከፍለው መጠን መካከል ያለውን ልዩነት የማስከፈል ልምድ፣ በማንኛውም ጊዜ አይተገበርም።

ሆስፒታል ውስጥ ነበርኩ እናም እቅዴ ለዛ ከፍሏል፣ አሁን ግን ከሌሎች አቅራቢዎች ሂሳብ እየተጠየቅኩ ነው። ምን ላደርግ እችላለሁ?

ወደ ሆስፒታሉ ሲሄዱ ወይም ወደ ድንገተኛ ክፍል ሲገቡ፣ ለሆስፒታሉ በማይሰራ የአገልግሎት ሰጪ ሊታከሙ ይችላሉ። ለምሳሌ፣ የድንገተኛ ክፍል ዶክተሮች በድንገተኛ ክፍል ውስጥ አገልግሎት ሲሰጡ የራሳቸው አሰራር ሊኖራቸው ይችላል። ሂሳቡን ለያይተው ሊልኩልዎ ይችላሉ። በሆስፒታል ውስጥ ቀዶ ጥገና ካደረጉ፣ ለሆስፒታሉ፣ ለቀዶ ጥገና ሐኪሙ ምናልባትም ለቤተ ሙከራ፣ ለራዲዮሎጂስት እና ለማደንዘዣ ባለሙያው ተለይቶ የሚከፈል ሂሳብ ይኖራል። Trillium የሆስፒታል ክፍያውን ስለከፈለ ብቻ Trillium ለሌሎች አቅራቢዎች ከፍሏል ማለት አይደለም። በሆስፒታል ውስጥ ካከሙዎት ሰዎች የሚሰጥዎትን የክፍያ ጥያቄዎች ችላ አይበሉ። ሌሎች ሂሳቦችን ካገኙ፣ ለእያንዳንዱ አገልግሎት አቅራቢ ደውለው Trillium እንዲከፍላቸው እንዲያደርጉ ይጠይቋቸው። "እንደከፍል ከተጠየቅኩ ምን ማድረግ አለብኝ?" በሚለው ክፍል ውስጥ ከ1-5 ያሉትን ደረጃዎች መከተል አለብዎ።

የህይወት መጨረሻ ውሳኔዎቼን እንዴት አካፍላለሁ?

የሕይወት መጨረሻ ውሳኔዎች እና የቅድሚያ መመሪያዎች (የሕያው ኑዛዜዎች)

የቅድሚያ መመሪያ የሚከተሉትን እንዲያደርጉ የሚያስችልዎ ህጋዊ ቅጽ ነው፦

1. እሴቶችዎን፣ እምነቶችዎን፣ ግቦችዎን እና የጤና አጠባበቅ ምኞቶችዎን እራስዎ መግለጽ ካልቻሉ ለሌሎች ለማጋራት።
2. የጤና እንክብካቤ ውሳኔዎችን ለራስዎ መወሰን ካልቻሉ ይህን እንዲያደርግልዎት ሌላ ሰው ለመሰየም። ይህ ሰው የጤና እንክብካቤ ተወካይዎ ተብሎ ሲጠራ በዚህ ተግባር ውስጥ ለመሳተፍ መስማማት ይኖርበታል።

አንዳንድ አቅራቢዎች የቅድሚያ መመሪያዎችን ላይከተሉ ይችላሉ። የእርስዎ አቅራቢዎች ይህን ይከተሉ እንደሆነ ይጠይቁ። ዕድሜያቸው 18 እና ከዚያ በላይ የሆኑ አዋቂዎች ህክምናን አለመቀበልን ጨምሮ ስለራሳቸው እንክብካቤ ውሳኔ ሊወስኑ ይችላሉ። የሆነ ቀን በጣም ሊታመሙ ወይም ሊጎዱ ስለሚችሉ ህክምና ይፈልጉ ወይም አይፈልጉ እንደሆነ ለአቅራቢዎችዎ መንገር ላይችሉ ይችላሉ። የሕያው ፈቃድ ተብሎም የሚጠራውን የቅድሚያ መመሪያ ከጻፉ፣ አቅራቢዎችዎ የእርስዎን መመሪያዎች መከተል ይችላሉ። የቅድሚያ መመሪያ ከሌለዎት አቅራቢዎችዎ ምን ማድረግ እንዳለባቸው ቤተሰብዎን ሊጠይቋቸው ይችላሉ። ቤተሰብዎ መወሰን ካልቻሉወይም የማይወስኑ ከሆነ፣ አቅራቢዎችዎ ለእርስዎ ሁኔታ መደበኛውን የህክምና አገልግሎት ይሰጡዎታል።

እንደ መተንፈሻ ማሽን ወይም የመመገቢያ ቱቦ ያሉ አንዳንድ የሕክምና ዓይነቶችን የማይፈልጉ ከሆነ በቅድሚያ መመሪያ ውስጥ መፃፍ ይችላሉ። እንክብካቤው ለእርስዎ አስፈላጊ ከመሆኑ በፊት የእርስዎን እንክብካቤ እንዲወስኑ ያስችልዎታል - ምናልባት እራስዎ መወሰን በማይችሉበት ሁኔታ ውስጥ፣ ለምሳሌ ኮማ ውስጥ ከሆኑ ይህ አስፈላጊ ነው። ንቁ ከሆኑ እና ለአቅራቢዎችዎ ካስጠነቀቁ፣ አቅራቢዎችዎ የሚፈልጉትን ሁልጊዜ ያዳምጣሉ።

ከአብዛኛዎቹ ሆስፒታሎች እንዲሁም ከብዙ አቅራቢዎች የቅድሚያ መመሪያ ቅጽ ማግኘት ይችላሉ። እንዲሁም በሚከተለው ድህረ ገጽ ላይ ማግኘት ይችላሉ https://www.oregon.gov/oha/PH/ABOUT/Pages/AdvanceDirectiveAdoptionCommittee.aspx

የቅድሚያ መመሪያ ከጻፉ፣ ስለ ጉዳዩ አቅራቢዎችዎን እና ቤተሰብዎን ማነጋገርዎን እና ለእነሱ ቅጂዎች መስጠትዎን ያረጋግጡ። እነሱ መመሪያዎትን መከተል የሚችሉት ቅጂው ካላቸው ብቻ ነው። ሃሳብዎን ከቀየሩ የቅድሚያ መመሪያዎን በማንኛውም ጊዜ መሰረዝ ይችላሉ። የቅድሚያ መመሪያዎን ለመሰረዝ ቅጂዎቹን መልሰው እንዲሰጧቸው በመጠየቅ ይቅደዱት ወይም ተሰርዟል ብለው በትልልቅ ፊደሎች በመጻፍ፣ ይፈርሙበት ቀኑንም ያካቱበት። ለጥያቄዎች ወይም ለበለጠ መረጃ የኦሪገን የጤና ውሳኔዎችን በስልክ ቁጥር 1-503-692-0894፣ ከክፍያ ነጻ በ1-800-422-4805 ይደውሉ፣ ወይም TTYን በ711 ያግኙ።

Trillium በሥነ ምግባር ወይም በሃይማኖት አቋም ላይ የተመሰረተ የሽፋን ውሳኔዎችን አያደርግም። እርስዎ አንድ ዶክተር ወይም ሆስፒታል በሥነ ምግባራዊ ወይም በሃይማኖታዊ አቋማቸው ምክንያት ሊያረጓቸው የማይችሉትን ጥያቄ ሊያቀርቡ ይችላሉ። ያ ከሆነ፣ የተለየ ዶክተር ወይም ሆስፒታል እንዲንከባከብዎ የሚፈልጉ መሆኑን እንዲወስኑ ሊነግሩዎት ይገባል።

Trillium የቅድሚያ መመሪያ መስፈርቶችን (ማለትም በቅድሚያ መመሪያዎች አውድ ውስጥ አባላትን የማሳወቅ እቅድ ምን እንደሆነ) ያልተከተለ ከመሰለዎት የሚከተሉትን ተጠቅመው ቅሬታ ማቅረብ ይችላሉ። OHA https://www.oregon.gov/oha/ph/providerpartnerresources/healthcareprovidersfacilities/healthcarehealthcareregulationqualityimprovement/pages/complaint.aspx OHA፦ 1-800-699-9075

እንዲሁም ቅሬታዎን ወደሚከተለው መላክ ይችላሉ፦

Health Care Regulation and Quality Improvement
800 NE Oregon St, #465, Portland, OR 97232
ኢሜይል፦ Mailbox.hclc@state.or.us
ፋክስ፦ 971-673-0556
ስልክ ቁጥር፦ 971-673-0540; TTY፦ 711

Trillium ጋር ቅሬታ ማቅረብም ይችላሉ። ለአባላት አገልግሎቶች በ1-877-600-5472፣ TTY፡ 711 መደወል ይችላሉ ወይም በሚከተለው አድራሻችን ደብዳቤ ይላኩልን፦
555 International Way, Building B, Springfield, Oregon 97477.

የአእምሮ ጤና ሕክምና መግለጫ

የአእምሮ ጤና ችግር ካለብዎ ወይም በሆነ ምክንያት ስለአእምሮ ጤና ህክምናዎ ውሳኔ ማድረግ ካልቻሉ፣ ኦሪገን የአእምሮ ጤና እንክብካቤ ፍላጎቶችዎን የሚጽፉበት ቅጽ አለው። ቅጹ የአእምሮ ጤና ሕክምና መግለጫ ይባላል። ስለ እንክብካቤዎ ሲወስኑ አጠናቀው ሊሞሉት ይችላሉ። የአዕምሮ ጤና ህክምና መግለጫው ፍላጎቶችዎን ለማሳወቅ ካልቻሉ ምን አይነት እንክብካቤ እንደሚፈልጉ ይናገራል። ስለ የአእምሮ ጤና ህክምናዎ ውሳኔ ማድረግ ካልቻሉ ይህን ሊወስኑ የሚችሉት፣ ሁለት ዶክተሮች እና ፍርድ ቤት ብቻ ይሆናሉ።

ይህ ቅጽ እርስዎ የሚፈልጉትን እና የማይፈልጉትን የእንክብካቤ አይነት እንዲመርጡ ያስችልዎታል። ስለ እርስዎ እንክብካቤ የሚወስን አዋቂን ለመሰየም ሊያገለግል ይችላል። የሰየሙት ሰው ለእርስዎ ለመናገር እና ምኞቶችዎን ለመከተል መስማማት አለበት። ምኞቶችዎ በጽሁፍ ካልሆኑ፣ ይህ ሰው ሊፈልጉት ይችል ይሆናል ብሎ ያሰበውን ይወስናል።

የመግለጫው ቅጽ የሚሰራው ለሦስት (3) ዓመታት ብቻ ነው። በእነዚህ ሶስት (3) ዓመታት ውስጥ መወሰን ካልቻሉ፣ ውሳኔዎን እንደገና እስኪወስኑ ድረስ የእርስዎ መግለጫ የሚሰራ ይሆናል። ስለ እንክብካቤዎ ምርጫዎን ሲወስኑ መግለጫዎን መቀየር ወይም መሰረዝ ይችላሉ። ቅፅዎን ለእርስዎ የመጀመሪያ ደረጃ እንክብካቤ ሐኪም እና እርስዎን ወክሎ ለሚወስነው ሰው መስጠት አለብዎት።

ስለ የአእምሮ ጤና ሕክምና መግለጫ ተጨማሪ መረጃ ለማግኘት ወደሚከተለው የኦሪገን ግዛት ድህረ ገጽ ይሂዱ፦ http://cms.oregon.gov/oha/amh/forms/declaration.pdf

እንዲሁም የአገልግሎት አቅራቢዎ በአእምሮ ጤና ሕክምና መግለጫዎ ላይ የተገለፀውን የእርስዎን ፍላጎት የማይከተል ከሆነ፣ ቅሬታዎን ማቅረብ ይችላሉ። የዚህ ቅጽ በሚከተለው ድህረ ገጽ ላይ ይገኛል https://www.oregon.gov/oha/PH/PROVIDERPARTNERRESOURCES/HEALTHCAREPROVIDERSFACILITIES/HEALTHCAREHEALTHCAREREGULATIONQUALITYIMPROVEMENT/Pages/complaint.aspx

ቅሬታዎን ወደሚከተለው ይላኩ፦

Health Care Regulation and Quality Improvement
800 NE Oregon St, #465
Portland, OR 97232

ኢሜይል፦ Mailbox.hcls@state.or.us
ፋክስ፦ 971-673-0556
ስልክ ቁጥር፦ 971-673-0540; TTY፦ 711

የግል መረጃዬ ግላዊነቱን የጠበቀ ነውን?

የእርስዎ መዝገቦች ግላዊነታቸው የተጠበቀ ነው።

ሁሉም የታካሚ መረጃ ግላዊነቱ የጠበቀ ነው። ይህም በህክምና መዝገብዎ ውስጥ ያለ ማንኛውንም ነገር እና ለእኛ፣ ለዶክተርዎ ወይም ለህክምና ሰራተኞች የሚሰጡትን ማንኛውንም ነገር ይጨምራል። በአደጋ ጊዜ አሊያም በክልሉ ወይም በፌደራል ደንቦች ካልተፈቀደ በስተቀር ይህን መረጃ ያለ እርስዎ ፈቃድ አናጋራም።

በአደጋ ጊዜ፣ እርስዎን ለመርዳት የሚያስፈልገው መረጃ ብቻ ይጋራል። የምንችለውን ያህል እንክብካቤ እንደሰጠንዎት ለማረጋገጥ የክልል ወይም የፌደራል ሰራተኞች የእርስዎን መዛግብት ሊገመግሙ ይችላሉ። ዶክተርዎ ወይም ክሊኒኩ በመጀመሪያ ወይም በቀጣይ ጉብኝትዎ ላይ መረጃ መሰጠቱን መስማማትዎን እንዲፈርሙ ሊጠይቁዎት ይችላል። ቅጹ ምን ዓይነት መረጃ መጋራት እንዳለበት፣ መረጃውን ማን እንደሚቀበል እና ለምን እንደሚያስፈልጋቸው ይናገራል። ቅጹ ማጋራቱ መቼ እንደሚቆም የሚያሳይ ቀንም አለው።

የእርስዎን መዝገቦች የምናካፍለው ለህክምና፣ ለአሰራር ሂደት እና ለክፍያ ምክንያቶች ብቻ ነው። መዝገቦችዎን ማን እንደሚያይ መወሰን ይችላሉ። መዝገቦችዎን እንዲያይ የማይፈልጉት ሰው ካለ እባክዎን በጽሁፍ ይንገሩን። መዝገቦችዎን ያካፈልንላቸውን የሁሉንም ሰዎች ዝርዝር ሊጠይቁን ይችላሉ።

የጤና መድህን ተንቀሳቃሽነት እና ተጠያቂነት ህግ (HIPAA) የሚባል ህግ የህክምና መዝገቦችዎን በጥንቃቄ በመያዝ ሚስጥራዊነታቸውን ይጠብቃል። ይህ ሚስጥራዊነት ተብሎ ይጠራል። የአባሎቻችንን ግላዊ መረጃ እንዴት እንደምንጠቀም በዝርዝር የሚያብራራ የግላዊነት ልምምዶች ማሳወቂያ የሚባል ወረቀት አለን። ይህን ከጠየቁ እንልክልዎታለን። በቀላሉ ለአባላት አገልግሎቶች በሚቀጥለው ቁጥር ይደውሉና የግላዊነት ልምምዶችን ማሳወቂያ ይጠይቁ።

ጥበቃ የሚደረግለት የጤና መረጃዬን (PHI) መጋራት እንዴት መገምገም፣ ማረም ወይም መገደብ እችላለሁ?

TRILLIUMን ለሚከተሉት ምክንያቶች ማግኘት ይችላሉ፦

- መዝገቦችዎን ለማየት ወይም ቅጂ ለማዘጋጀት ለመጠየቅ።
- የእርስዎን መረጃ አጠቃቀም ወይም ማጋራት እንዲገደብ ለመጠየቅ።
- ፍቃድዎ እንዲሰረዝ ለመጠየቅ።
- መዝገቦችዎን ለማስተካከል ወይም እንዲቀየር ለመጠየቅ።
- Trillium ስለእርስዎ መረጃ ያጋራበትን ጊዜያት ዝርዝር ለመጠየቅ።

የሕክምና መዝገቦችዎን ቅጂ ማግኘት ይችላሉ። አገልግሎት አቅራቢዎ አብዛኛዎቹ የሕክምና መዝገቦችዎ ስላሉት ቅጂ እንዲሰጥዎት መጠየቅ ይችላሉ። ለቅጂዎቹ ተመጣጣኝ ክፍያ ሊያስከፍሉዎት ይችላሉ። ያለንን መዝገቦች ቅጂ ሊጠይቁን ይችላሉ። ለቅጂዎቹ ተመጣጣኝ ክፍያ ልናስከፍልዎት እንችላለን።

አገልግሎት አቅራቢዎ ከባድ ችግር ሊፈጥር ይችላል ብሎ ካላሰበ በስተቀር የአእምሮ ጤና መዝገቦችዎን ቅጂ ማግኘት ይችላሉ።

አገልግሎት ሰጪዎ ማየት እንደሌለብዎት ከተናገረ፣ የእርስዎን መዝገቦች ለማየት፣ ለመቅዳት ወይም ለመቀየር ያቀረቡትን ጥያቄ Trillium ሊከለክል ይችላል። ጥያቄዎ ውድቅ ከተደረገ፣ ጥያቄው ለምን እንደተከለከለ እና ውድቅ መደረጉ ድጋሚ እንዲታይ እንዴት እንደሚጠይቁ የሚገልጽ ደብዳቤ ይደርስዎታል።

ለTrillium ወይም ለአሜሪካ የጤና እና የሰብአዊ አገልግሎቶች መምሪያ፣ ሲቪል መብቶች ቢሮ እንዴት ቅሬታ ማቅረብ እንደሚችሉ መረጃ ይደርስዎታል።

የግላዊነት ቅሬታ ማቅረብ ወይም የግላዊነት ችግርን ሪፖርት ማድረግ እንዴት እችላለሁ?

Trillium የእርስዎን መረጃ እንዴት እንደተጠቀመ ወይም እንዳጋራ የግላዊነት ቅሬታ ለማቅረብ ወይም ችግር ሪፖርት ለማድረግ ከፈለጉ፣ Trilliumን ወይም የአሜሪካ የጤና እና የሰብአዊ አገልግሎቶች መምሪያን ፣የሲቪል መብቶች ቢሮን ማነጋገር ይችላሉ። ባቀረቧቸው ማናቸውም ቅሬታዎች ላይ መሰረት በማድረግ ጥቅማ ጥቅሞችዎ አይነኩም። ቅሬታ ስላቀረቡ፣ በምርመራ ላይ ስለተባበሩ ወይም ከህግ ጋር ይቃረናል ብለው ለሚያምኑት ነገር ለመስማማት ፈቃደኛ ባለመሆንዎ Trillium ከእርስዎ ሊቃረኑ አይችሉም።

የግላዊነት ቅሬታን በፖስታ ማስገባት ይችላሉ፦

Office for Civil Rights
Department of Health and Human Services
2201 Sixth Avenue
Mail Stop RX-11 Seattle, WA 98121

በስልክ፦ 1-206-615-2290
ከክፍያ ነፃ፦ 1-800-368-1019
TTY: 1-800-537-7697
ወይም፣ በፋክስ፦ 1-206-615-2297

የግላዊነት ተግባራት ማሳወቂያ

የጤና እንክብካቤ አገልግሎቶችን ለመስጠት የTrillium ሰራተኞች ስለእርስዎ መረጃ መሰብሰብ አለባቸው። ስለ እርስዎ እና ስለ ጤናዎ የምንሰበስበው መረጃ ግላዊ እንደሆነ እናውቃለን። ይህንን መረጃ በፌደራል እና በክልል ህግ መጠበቅ አለብን። ይህንን መረጃ የተጠበቀ የጤና መረጃ (PHI) ብለን እንጠራዋለን።

የግላዊነት ተግባራት ማሳወቂያ Trillium የእርስዎን መረጃ እንዴት እንደሚጠቀም ወይም እንደሚያጋራ ይነግርዎታል። ሁሉም ሁኔታዎች አይገለጹም። ስለእርስዎ ስለምንሰበስበው እና ስለምንይዘው መረጃ የግላዊነት ተግባሮቻችንን ማሳወቅ ይጠበቅብናል። አሁን በሥራ ላይ ያለውን የማሳወቂያ ውሎች መከተል አለብን።

ለወደፊቱ፣ Trillium የግላዊነት ተግባሮቹን ማሳወቂያ ሊለውጥ ይችላል። ማንኛቸውም ለውጦች Trillium ቀደም ሲል ባለው መረጃ እና Trillium ወደፊት በሚቀበለው መረጃ ላይ ተፈጻሚ ይሆናሉ። የአዲሱ ማሳወቂያ ቅጂ በህግ በሚጠየቀው መሰረት በTrillium ላይ ይለጠፋል።

Trilliumን በጎበኙበት ወይም ባገኙበት በማንኛውም ጊዜ የአሁኑን ማሳወቂያ ወይም የግላዊነት ልምዶች ቅጂ መጠየቅ ይችላሉ። እንዲሁም በመስመር ላይ በ http://www.trilliumohp.com ሊያገኙት ይችላሉ።

Trillium ያለ እርስዎ ፈቃድ ለህክምና መረጃን እንዴት እንደሚጠቀም እና እንደሚያጋራ
በእርስዎ የጤና እንክብካቤ ውስጥ ለሚሳተፉ የጤና እንክብካቤ አቅራቢዎች መረጃን ልንጠቀም ወይም ልናካፍል እንችላለን። ለምሳሌ፣ ለህክምናዎ እቅድ ለመፍጠር እና ለማስፈጸም መረጃ ሊጋራ ይችላል።

ለክፍያ
ክፍያ ለመቀበል ወይም ለሚቀበሉት የጤና እንክብካቤ አገልግሎት ለመክፈል መረጃን ልንጠቀም ወይም ልናጋራ እንችላለን። ለምሳሌ፣ ለእርስዎ ለቀረበልዎ የጤና እንክብካቤ OHPን ለማስከፈል PHI ልንሰጥ እንችላለን።

ለጤና አጠባበቅ አሰራሮች
ፕሮግራሞቻችንን እና ተግባራቶቻችንን ለማስተዳደር መረጃን ልንጠቀም ወይም ልንጋራ እንችላለን። ለምሳሌ፣ የሚቀበሏቸውን አገልግሎቶች ጥራት ለመገምገም PHIን ልንጠቀም እንችላለን።

ለአእምሮ ጤና ሕክምና
ለሕክምና ተግባራት ዓላማ ከሌሎች በOHP የሚተዳደሩ የእንክብካቤ ዕቅዶች ጋር የተወሰነ መረጃ ልንጋራ ወይም ልንለዋወጥ እንችላለን።

ለሕዝብ ጤና ተግባራት
Trillium እንደ ልደት እና ሞት ያሉ አስፈላጊ መዝገቦችን የሚያከማች እና የሚያዘምን እና አንዳንድ በሽታዎችን የሚከታተለው የህዝብ ጤና ኤጀንሲ የሆነው የOHA ኮንትራክተር ነው።

ለጤና ክትትል ተግባራት
Trillium የጤና እንክብካቤ አቅራቢዎችን ለመመርመር ወይም ለመከታተል መረጃን ሊጠቀም ወይም ሊያጋራ ይችላል።

በህግ እና ለህግ አስከባሪነት በሚጠየቀው መሰረት።
Trillium በፌደራል ወይም በክልል ህግ ወይም በፍርድ ቤት ትዕዛዝ ሲጠየቅ ወይም ሲፈቀድ መረጃን ይጠቀማል እና ያጋራል።

ለአላግባብ መጠቀም ሪፖርቶች እና ምርመራዎች
Trillium የአላግባብ መጠቀም ሪፖርቶችን ለመቀበል እና ለመመርመር በህግ ይጠየቃል።

ለመንግስት ፕሮግራሞች
Trillium በሌሎች የመንግስት ፕሮግራሞች ስር ለህዝብ ጥቅም መረጃን ሊጠቀም እና ሊያጋራ ይችላል። ለምሳሌ፣ Trillium የተጨማሪ ደህንነት ገቢ (SSI) ጥቅሞችን ለመወሰን መረጃን ሊያጋራ ይችላል።

ጉዳትን ለማስወገድ
Trillium በሰው ወይም በሕዝብ ጤና እና ደህንነት ላይ ከባድ አደጋን ለማስወገድ PHIን ለህግ አስከባሪዎች ሊያጋራ ይችላል።

ለምርምር
Trillium ለጥናቶች እና ሪፖርቶችን ለማዘጋጀት መረጃን ሊጠቀም ይችላል። እነዚህ ዘገባዎች የተወሰኑ ሰዎችን አይገልጹም።

ለቤተሰብ፣ ጓደኞች እና ሌሎች በህክምና እንክብካቤዎ ውስጥ ለሚሳተፉ ሰዎች መረጃ ይፋ ማድረግ
Trillium መረጃን ለቤተሰብዎ ወይም በህክምና እንክብካቤዎ ውስጥ ለሚሳተፉ ሌሎች ሰዎች ሊያጋራ ይችላል። የዚህን መረጃ መጋራት የመቃወም መብት አልዎት።

ሌሎች አጠቃቀሞች እና ይፋ ማድረጎች የእርስዎን የጽሁፍ ፈቃድ ይጠይቃሉ
ለሌሎች ሁኔታዎች Trillium መረጃን ከመጠቀሙ ወይም ይፋ ከማድረጉ በፊት የጽሁፍ ፈቃድዎን ይጠይቃል። ይህንን ፈቃድ በማንኛውም ጊዜ በጽሁፍ መሰረዝ ይችላሉ። Trillium OHP ቀደም ሲል በእርስዎ ፈቃድ የተደረጉ ማናቸውንም አጠቃቀሞችን ወይም ይፋ ማድረጎችን መመለስ አይችልም።

ሌሎች ህጎች PHIን ይከላከላሉ
ብዙ የTrillium ፕሮግራሞች ስለእርስዎ መረጃ አጠቃቀም እና ይፋ ማድረግ ሌሎች ህጎች አሏቸው። ለምሳሌ፣ Trillium የኬሚካል ጥገኝነት ህክምና መዝገቦችዎን እንዲጠቀም እና እንዲያጋራ የጽሁፍ ፈቃድ መስጠት አለብዎት።

የእኔ PHI ግላዊነት መብቶች ምንድን ናቸው?
Trillium ስለእርስዎ የሚይዘውን የጤና መረጃ በተመለከተ የሚከተሉት መብቶች አሉዎት።

የሕክምና መዝገቦችዎን የማየት እና ቅጂ የማግኘት መብት
በአብዛኛዎቹ ጉዳዮች፣ የህክምና መዝገቦችዎን የማየት ወይም ቅጂ የማግኘት መብት አልዎት። ጥያቄውን በጽሁፍ ማቅረብ አለብዎት። የመዝገቦችዎን ቅጂ ለማዘጋጀት ለሚያወጡት ወጪ ክፍያ ሊጠየቁ ይችላሉ። የመዝገቦችዎን ቅጂዎች ማግኘት ከፈለጉ፣ ለTrillium ይደውሉ።

የእርስዎን መዝገቦች እርማት ወይም ዝማኔ የመጠየቅ መብት
ስህተት አለ ብለው ካሰቡ Trilliumን መዝገብዎን እንዲቀይር ወይም የጎደለውን መረጃ እንዲጨምር መጠየቅ ይችላሉ። ጥያቄውን በጽሁፍ ማቅረብ እና ለጥያቄዎ ምክንያት ማቅረብ አለብዎት።

የይፋ ማድረጎች ዝርዝሮችን የማግኘት መብት
ባለፉት ስድስት ዓመታት ውስጥ መዝገቦችዎ የተሰጣቸውን ሰዎች ዝርዝር ለማግኘት Trilliumን የመጠየቅ መብት አልዎት። ጥያቄውን በጽሁፍ ማቅረብ አለብዎት። ይህ ዝርዝር መረጃው ለህክምና፣ ለክፍያ ወይም ለጤና እንክብካቤ አሰራሮች የተጋራበትን ጊዜዎች አያካትትም። ዝርዝሩ በቀጥታ ለእርስዎ ወይም ለቤተሰብዎ የተሰጠ መረጃን ወይም ከእርስዎ ፈቃድ ጋር የተላከ መረጃን አያካትትም።

የPHI አጠቃቀሞች ወይም ይፋ የማድረግ ገደቦች የመጠየቅ መብት
የእርስዎ PHI እንዴት ጥቅም ላይ እንደሚውል ወይም እንደሚጋራ እንድንገድብ የመጠየቅ መብት አልዎት። ጥያቄውን በጽሁፍ ማቅረብ እና ለTrillium ምን አይነት መረጃ መገደብ እንደሚፈልጉ

እና ገደቦቹ ለማን እንዲተገበሩ እንደሚፈልጉ መንገር አለብዎት። እገዳው(ዎቹ) እንዲነሳ(ሱ) በጽሁፍ ወይም በቃል መጠየቅ ይችላሉ።

ፈቃድ የመሻር መብት
መረጃዎን ለመጠቀም ወይም ለማጋራት ፈቃድ እንዲፈርሙ ከተጠየቁ፣ ፈቃዱን በማንኛውም ጊዜ መሰረዝ ይችላሉ። ጥያቄውን በጽሁፍ ማቅረብ አለብዎት። ይህ አስቀድሞ የተጋራውን መረጃ አያካትትም።

ከእርስዎ ጋር እንዴት እንደምንገናኝ የመምረጥ መብት
Trillium በተወሰነ መንገድ ወይም በተወሰነ ቦታ መረጃን እንዲያጋራዎ የመጠየቅ መብት አለዎት። ለምሳሌ፣ Trillium ከቤት አድራሻዎ ይልቅ ወደ የስራ አድራሻዎ መረጃ እንዲልክ መጠየቅ ይችላሉ። ይህንን ጥያቄ በጽሁፍ ማቅረብ አለብዎት። የጥያቄዎን ምክንያት ማብራራት የለብዎትም።

ቅሬታ የማቅረብ መብት
Trillium ስለእርስዎ መረጃ እንዴት እንደተጠቀመ ወይም እንዳጋራ ካልተስማማዎት ቅሬታ የማቅረብ መብት አልዎት።

የዚህን ማሳወቂያ የወረቀት ቅጂ የማግኘት መብት
በማንኛውም ጊዜ የመብትዎን የወረቀት ቅጂ የመጠየቅ መብት አልዎት።

የተጠራጠርኩትን ማጭበርበር፣ ብክነት ወይም አላግባብ መጠቀምን እንዴት ሪፖርት አደርጋለሁ?

የክልል የውሸት የይገባኛል ጥያቄ ህግ እና የፌደራል የውሸት የይገባኛል ጥያቄ ህግን ጨምሮ በእነዚህ ሳይገደብ ሁሉንም የሚተገበሩ ህጎችን በማክበር ማጭበርበርን፣ ብክነትን እና አላግባብ መጠቀምን ለመከላከል ቆርጠን ተነስተናል።

የአቅራቢ የማጭበርበር ምሳሌዎች የሚከተሉትን ያካትታሉ፦

- ላልተሰጡ አገልግሎቶች አቅራቢዎች ክፍያ ማስከፈል ወይም ለአባላቱ ላልቀረቡ እቃዎች ክፍያ ማስከፈል

የአቅራቢ የብክነት ምሳሌዎች የሚከተሉትን ያካትታሉ፦

- አላስፈላጊ የሆኑ ምርመራዎችን የሚያዝዙ አቅራቢዎች
- አንድን የተወሰነ ህመም ለማከም ከሚያስፈልገው በላይ ብዙ መድሃኒቶችን ማዘዝ

የአቅራቢ የአላግባብ መጠቀም ምሳሌዎች የሚከተሉትን ያካትታሉ፦

- ፋርማሲዎች ብራንድ ያልሆኑ ግን ተመሳሳይ ጥቅም የሚሰጡ መድሃኒቶች እያሉ ሳያውቁት ለብራንድ መድኃኒቶች (ውድ የሆኑ) ሂሳብ ሲያስከፍሉ
- አቅራቢዎች ሳያውቁት ለአላስፈላጊ የሕክምና አገልግሎቶች ክፍያ ሲያስከፍሉ

የአባላት የማጭበርበር ምሳሌዎች የሚከተሉትን ያካትታሉ፦

- አገልግሎቶችን ወይም የህክምና እቃዎችን ለመቀበል አባል ያልሆነ ሰው የአባል መታወቂያ ካርዱን እንዲጠቀም ሲፈቅዱ

የአባላት የብክነት ምሳሌዎች የሚከተሉትን ያካትታሉ፦

- በፋርማሲ ውስጥ የመድሃኒት ማዘዣዎችን አለመውሰድ

የአባላት የአላግባብ መጠቀም ምሳሌዎች የሚከተሉትን ያካትታሉ፦

- አላስፈላጊ የሕክምና አገልግሎቶችን ማግኘት

የእርስዎን የጤና እንክብካቤ ያለ አግባብ ማግኘት

አባል እንደመሆንዎ ማጭበርበርን፣ ብክነትን እና አላግባብ መጠቀምን ማንነትዎን ሳይገልጡ የመጠቆም እና በሚመለከተው የጠቋሚ ህግ መሰረት ራስዎን የመጠበቅ መብት አልዎት። Trillium የተጠረጠሩ የማጭበርበር፣ የብክነት ወይም አላግባብ የመጠቀም ሪፖርቶችን ለሚመለከተው ኤጀንሲ ይልካል። ስለ ማጭበርበር ወይም አላግባብ መጠቀም ለመንገር የስልክ መስመር አለ።

ስህተቶች፣ ማጭበርበር፣ ብክነት ወይም አላግባብ መጠቀም እንደተከናወነ ካሰቡ በተቻለዎት ፍጥነት ሪፖርት ያድርጉ! ለእኛ መንገር ሌሎች አባላትን ተጠቂ ከመሆን ለማቆም ይረዳል። ለእኛ መንገር የጤና እንክብካቤ ጥቅማ ጥቅሞችዎን ለማዳንም ይረዳል። ስለ ጥቅማ ጥቅሞች ማብራሪያዎ መረጃ ላይ ጥርጣሬ ካልዎት ወይም ስህተቶች፣ ማጭበርበር፣ ብክነት ወይም አላግባብ መጠቀም እንዳለ ካመኑ እባክዎን ያግኙን።

በስልክ

ምስጢራዊነቱ የተጠበቀ ማጭበርበር፣ ብክነት እና የአላግባብ መጠቀም ከክፍያ ነፃ የስልክ መስመር 1-866-685-8664

የአባል አገልግሎቶች

ከክፍያ-ነፃ 1-877-600-5472 TTY 711

በአካል

13221 SW 68th Pkwy #200, Tigard, OR 97223

በፖስታ

Trillium Community Health Plan, P.O. Box 11740 Eugene, Oregon 97440-3940

ማጭበርበር፣ ብክነት እና የአላግባብ መጠቀም ብለው ያመኑበትን ነገር ለሚከተለው ሪፖርት ማድረግ ይችላሉ፦

የኢንስፔክተር ጀነራል ቢሮ

ከክፍያ ነፃ 1-800-HHS-TIPS ወይም 1-800-447-8477፣ TTY 1-800-377-4950

በአቅራቢ የተፈፀመን ማጭበርበር ወይም የአላግባብ መጠቀምን የት ሪፖርት እንደሚደረግ

Medicaid Fraud Control Unit (MFCU) Oregon Department of Justice

100 SW Market Street, Portland, OR 97201

ስልክ ቁጥር፦ 971-673-1880፣ ፋክስ፦ 971-673-1890

OHA Program Integrity Audit Unit

3406 Cherry Ave. NE, Salem, OR 97303-4924

ፋክስ፦ 503-378-2577፣ የስልክ መስመር፦ 1-888-FRAUD01 (888-372-8301)

ድኅረ ገፅ፦ https://www.oregon.gov/oha/FOD/PIAU/Pages/Index.aspx

በአባል የተፈፀመን ማጭበርበር ወይም የአላግባብ መጠቀምን የት ሪፖርት እንደሚደረግ

DHS/OHA Fraud Investigation

PO Box 14150, Salem, OR 97309

የስልክ መስመር፦ 1-888-FRAUD01 (888-372-8301)፣ ፋክስ፦ 503-373-1525 Attn: Hotline

ድኅረ ገፅ፦ https://www.oregon.gov/dhs/ABUSE/Pages/fraud-reporting.aspx

እምባ ጠባቂ

እምባ ጠባቂ በሕዝብ እና በኤጀንሲዎች መካከል የማያዳላ አማላጅ ሆኖ የሚሰራ የሕዝብ ባለሥልጣን ነው።

በኦሪገን ያለውን እምባ ጠባቂ በሚከተለው ማግኘት ይችላሉ፦

500 Summer St NE Salem, Oregon 97301
ፋክስ 503-947-2341

ወደ 1-877-642-0450 (TTY 711) ከክፍያ ነፃ በመደወል የOHA እምባ ጠባቂን ለእርዳታ መጠየቅ ይችላሉ።

የእርስዎን ዲጂታል የጤና መዝገቦች ለማስተዳደር አዳዲስ አማራጮች

በጁላይ 1፣ 2021 አብሮ የመስራት እና የታካሚ ተደራሽነት ደንብ (CMS 915 F) የተባለ አዲስ የፌደራል ህግ አባላት የጤና መዝገቦቻቸውን በጣም በሚፈልጉበት ጊዜ በቀላሉ እንዲያገኙ አድርጓል። አሁን ጤናዎን በተሻለ ሁኔታ እንዲያስተዳድሩ እና ለእርስዎ ክፍት የሆኑ ምንጮችን እንዲያውቁ የሚያስችልዎትን የጤና መዝገቦችዎን በሞባይል መሳሪያዎ ላይ ሙሉ በሙሉ ማግኘት ይችላሉ።

ያስቡ፦

- ጥሩ ስሜት ስለማይሰማዎት ወደ አዲስ ሐኪም ይሄዳሉ እና ሐኪሙ ባለፉት አምስት ዓመታት ውስጥ ያለውን የእርስዎን የጤና ታሪክ ማግኘት ይችላል።
- አቅራቢን ወይም ስፔሻሊስትን ለማግኘት ወቅታዊ የሆነ የአቅራቢ ማውጫን ይጠቀማሉ።
- ያ አቅራቢ ወይም ስፔሻሊስት እርስዎን ለመመርመር እና የተሻለውን እንክብካቤ እንዳገኙ ለማረጋገጥ የእርስዎን የጤና ታሪክ ሊጠቀም ይችላል።
- የይገባኛል ጥያቄ መከፈሉን፣ ውድቅ መደረጉን ወይም አሁንም በሂደት ላይ መሆኑን ለማየት ወደ ኮምፒውተርዎ ይሄዳሉ።
- ከፈለጉ፣ የጤና ዕቅዶችን ሲቀይሩ የጤና ታሪክዎን አብረው ይዘው ይሄዳሉ።*

**በ2022 አባላት የጤና ዕቅዶችን ሲቀይሩ የጤና መዝገቦቻቸውን አብረው ይዘው እንዲሄዱ መጠየቅ መጀመር ይችላሉ።*

አዲሱ ህግ በሚከተሉት ላይ መረጃ ለማግኘት ቀላል ያደርገዋል፦**

- የይገባኛል ጥያቄዎች (የተከፈለ እና ውድቅ የተደረገ)
- የክሊኒካዊ መረጃዎ የተወሰኑ ክፍሎች
- የፋርማሲ የመድሃኒት ሽፋን
- የጤና እንክብካቤ አቅራቢዎች

***ከጃኑዋሪ 1፣ 2016 በኋላ ለአገልግሎት ቀናት መረጃ ማግኘት ይችላሉ።*

ለበለጠ መረጃ፣ የመስመር ላይ አባል መለያዎን ይጎብኙ።

መታወቅ ያለባቸው ቃላት

ድርጊት/እርምጃ፡- (1) የአገልግሎቱን ዓይነት ወይም ደረጃ ጨምሮ የተጠየቀውን አገልግሎት መከልከል ወይም የተወሰነ ፈቃድ ማግኘት፤ (2) ከዚህ ቀደም የተፈቀደ አገልግሎት መቀነስ፣ መታገድ ወይም መቋረጥ፤ (3) ለአንድ አገልግሎት የሚሰጠውን ክፍያ በሙሉ ወይም በከፊል መከልከል፤ (4) በክልሉ እንደተገለጸው አገልግሎቶችን በወቅቱ አለመስጠት፤ (5) በ438.408(b) በተደነገገው የጊዜ ገደብ መሰረት የCCO ስራ መስራት አለመቻል፤ ወይም፣ (6) አንድ CCO ብቻ ላለው የገጠር ነዋሪ፣ የኦሪገን የጤና ዕቅድ ተመዝጋቢ ከግንኙነት መረቡ ውጭ አገልግሎቶችን ለማግኘት በ438.52(b)(ii) መሰረት መብቱን ለመጠቀም ያቀረበውን ጥያቄ ውድቅ ማድረግ።

አጣዳፊ ሆስፒታል ተኝቶ የሚታከም ታካሚ የአእምሮ ህክምና፡- በሆስፒታል ውስጥ የሚደረግልዎት እንክብካቤ። የዚህ አይነት እንክብካቤ መጽደቅ አለበት።

የቅድሚያ መመሪያ፡- በህይወት መጨረሻ ላይ የሚደረግ ህክምናን በተመለከተ ምኞቶችዎን እንዲገልጹ የሚያስችልዎ ሰነድ።

ይግባኝ፡- ዶክተርዎ ስላዘዙት ትዕዛዝ ባለመስማማትዎ ውሳኔን ለማስቀየር ዕቅዱን ሲጠይቁ ዕቅዱ ውሳኔውን ለምን መለወጥ እንዳለበት የሚገልጽ ደብዳቤ መጻፍ ወይም ቅጽ መሙላት ይችላሉ። ይህ ይግባኝ መሙላት ይባላል።

ቀጠሮ፡- ከአገልግሎት አቅራቢ ጋር የተደረገ ጉብኝት።

የባህርይ ጤና፡- የአእምሮ ጤና እና የቁስ አጠቃቀም መዛባት ሕክምናን ያካትታል

የእንክብካቤ እቅድ፡- በእንክብካቤ አስተዳደር፣ እንክብካቤ ማስተባበሪያ ወይም ፅኑ እንክብካቤ ማስተባበሪያ አገልግሎቶች ውስጥ ላሉ አባላት እቅድ። የእንክብካቤ እቅዱ የሙሉ ሰው እንክብካቤን ይደግፋል። የአባላቱን ግላዊ ግቦች፣ ጤና እና ደህንነት ለማሳካት የሚያስፈልጉትን ድጋፎች፣ ውጤቶች፣ እንቅስቃሴዎች እና ግብዓቶችን ይዘረዝራል። እቅዱ ተባባሪ፣ የተቀናጀ እና በስነ ምግባር ላይ ያተኮረ ነው። ጥሩ የጤና እና የደህንነት ውጤቶችን ለማግኘት የህክምና፣ ማህበራዊ፣ ባህላዊ፣ ልማታዊ፣ ባህርያዊ፣ ትምህርታዊ፣ መንፈሳዊ እና የገንዘብ ፍላጎቶችን ሊመለከት ይችላል

የጉዳይ አስተዳደር፡- ከሌሎች ኤጀንሲዎች ውጤታማ እንክብካቤ እንዲያገኙ የሚያግዙዎ አገልግሎቶች።

CHOICE ፕሮግራም፡- የCHOICE ፕሮግራም የአእምሮ ህመም ያለባቸው ጎልማሶች በአካባቢያዊ ተጠያቂነት እና እንክብካቤ ትብብር፣ በማህበረሰብ ላይ የተመሰረቱ አገልግሎቶች እና የሽግግር ድጋፎች ላይ በመሳተፍ በትንሹ ገዳቢ ሁኔታዎች እንዲኖሩ ይደግፋል።

ማማከር፡- በእርስዎ እንክብካቤ ውስጥ ከተሳተፈ ከአንድ አገልግሎት አቅራቢ የተሰጠ ምክር።

የተቀናጀ እንክብካቤ ድርጅት (CCO)፡- CCO የሰዎችን፣ ቤተሰቦችን እና ማህበረሰቡን ጤና ለመደገፍ ሁሉንም አይነት የጤና እንክብካቤ አቅራቢዎችን ያቀፈ ማህበረሰብ ተኮር ድርጅት ነው።

በራስ የሚከፈል / ኮፔይ፡- ለእያንዳንዱ የጤና አገልግሎት አንድ ሰው ከኪሱ አውጥቶ መክፈል ያለበት የገንዘብ መጠን። የኦሪገን የጤና ዕቅድ አባላት በራስ የሚከፈል ክፍያ የላቸውም። የግል የጤና መድኅን እና Medicare አንዳንድ ጊዜ በራስ የሚከፈል ክፍያ አላቸው።

የሚበረክቱ የሕክምና መሣሪያዎች (DME)፡- እንደ ዊልቼር፣ መራመጃዎች እና የሆስፒታል አልጋዎች ያሉ ነገሮች። ለረጅም ጊዜ ስለሚቆዩ ይበረክታሉ። እንደ የህክምና ቁሳቁሶች ወዲያው የሚጣሉ አይደሉም።

የድንገተኛ ህክምና ሁኔታ፡- ወዲያውኑ እንክብካቤ የሚያስፈልገው ሕመም ወይም ጉዳት። ይህ የማይቆም ደም መፍሰስ፣ ከባድ ህመም ወይም የአጥንት ስብራት ሊሆን ይችላል። አንዳንድ የሰውነትዎ ክፍሎች በትክክል መሥራት እንዲያቆሙ የሚያደርግ ነገር ሊሆን ይችላል። ድንገተኛ የአእምሮ ጤና ሁኔታ ከቁጥጥር ውጭ የሆነ ስሜት መሰማት ወይም እራስዎን ወይም ሌላ ሰውን የመጉዳት ስሜት ይሰማዎታል።

የአደጋ ጊዜ ትራንስፖርት (መጓጓዣ)፡- የሕክምና አገልግሎት ለማግኘት አምቡላንስ ወይም የሕይወት በረራ መጠቀም። የድንገተኛ ህክምና ቴክኒሺያኖች (EMT) በጉዞ ወይም በበረራ ወቅት እንክብካቤ ይሰጣሉ።

ER እና ED፡- የድንገተኛ ክፍል እና የድንገተኛ አደጋ መምሪያ፣ በሆስፒታል ውስጥ ለህክምና ወይም ለአእምሮ ጤና ድንገተኛ አደጋ እንክብካቤ የሚያገኙበት ቦታ።

የድንገተኛ ጊዜ አገልግሎቶች፡- ድንገተኛ ከባድ የሕክምና ወይም የአእምሮ ጤና ሁኔታዎችን የሚያሻሽል ወይም የሚያረጋጋ እንክብካቤ።

ያልተካተቱ አገልግሎቶች፡- የጤና እቅድ የማይከፍልባቸው ነገሮች። መልክዎን ለማሻሻል የሚጠቀሟቸው እንደ የመዋቢያ ቀዶ ጥገና ያሉ አገልግሎቶች እና በራሳቸው የሚድኑ እንደ ጉንፋን ያሉ ነገሮች ብዙውን ጊዜ አይካተቱም።

ቅሬታ፦ ስለ አንድ እቅድ፣ አቅራቢ ወይም ክሊኒክ የሚቀርብ ቅሬታ። ህጉ ለእያንዳንዱ ቅሬታ CCOዎች ምላሽ መስጠት አለባቸው ይላል።

የማገገሚያ አገልግሎቶች እና መሳሪያዎች፦ ለዕለት ተዕለት ኑሮዎ ተግባርዎን እንዲቀጥሉ እና ክህሎቶችን እንዲያቆዩ፣ እንዲማሩ ወይም እንዲያሻሽሉ የሚያግዙዎት የጤና አጠባበቅ አገልግሎቶች።

የጤና መድህን/ኢንሹራንስ፦ ለጤና እንክብካቤ የሚከፍል ፕሮግራም። ለፕሮግራሙ ከተመዘገቡ በኋላ፣ አንድ ኩባንያ ወይም የመንግስት ኤጀንሲ ለተሸፈነ የጤና አገልግሎት ይከፍላል። አንዳንድ የኢንሹራንስ ፕሮግራሞች ፕሪሚየም ተብለው ሲጠሩ ወርሃዊ ክፍያዎችን ይጠይቃሉ።

የጤና ስጋት ግምገማ/የጤና ስጋት ማጣሪያ፦ የእርስዎን ልዩ የጤና እንክብካቤ ፍላጎቶች የበለጠ እንድናውቅ የሚረዱን የጥያቄዎች ዝርዝር።

የቤት ውስጥ የጤና እንክብካቤ፦ ከቀዶ ጥገና፣ ከህመም ወይም ከጉዳት በኋላ በተሻለ ሁኔታ እንዲኖሩ የሚረዱዎት በቤት ውስጥ የሚያገኟቸው አገልግሎቶች። ከእነዚህ አገልግሎቶች መካከል አንዳንዶቹ በመድሃኒት፣ በምግብ እና በመታጠብ ዙሪያ የሚሰጡ እገዛ ናቸው።

የሆስፒስ አገልግሎቶች፦ በመሞት ላይ ያለውን ሰው እና ቤተሰቡን የማጽናናት አገልግሎቶች። ሆስፒስ ተለዋዋጭ ነው እና የህመም ህክምናን፣ የምክር አገልግሎትን እና የእረፍት ጊዜ እንክብካቤን ሊያካትት ይችላል።

የሆስፒታል ውስጥ ተኝቶ የሚታከም ታካሚ እና የተመላላሽ ታካሚ እንክብካቤ፦ ሆስፒታል ተኝቶ የሚታከም ታካሚ እንክብካቤ ታካሚው ሆስፒታል ሲተኛ እና ቢያንስ 3 ሌሊት ሲቆይ ነው። የተመላላሽ ታካሚ እንክብካቤ በሆስፒታል ውስጥ የሚያገኙት ቀዶ ጥገና ወይም ህክምና እና ከዚያ በኋላ ሆስፒታሉን ለቀው ሲሄዱ ነው።

ፅኑ እንክብካቤ ማስተባበሪያ (ICC)፦ የከፍተኛ ደረጃየእንክብካቤ ማስተባበሪያ አገልግሎቶች። ICC ውስብስብ የሕክምና ሁኔታዎችን እና ፍላጎቶችን ይደግፋል። እርዳታ የሚፈልግ ማንኛውም አባል እራሱን ሊያመለክት ይችላል። የጉዳይ አስተዳዳሪ ያገኝዎታል።

የመጀመሪያ ስጋት ማጣሪያ፦ ልንረዳዎ የምንችልበት ነገር ካለ ለመለየት የሚረዳን አጭር የማጣሪያ ቅጽ።

የአስተርጓሚ አገልግሎቶች፦ ከአቅራቢያቸው ጋር ተመሳሳይ ቋንቋ ለማይናገሩ ወይም የመስማት ችግር ላለባቸው ሰዎች የቋንቋ ወይም የምልክት አስተርጓሚ።

ፈቃድ ያለው የህክምና ባለሙያ፦ መድሃኒት ለማዘዝ ብቁ የሆነ ሰው።

ውስን አገልግሎቶች፦ በከፊል ብቻ የተሸፈኑ የአእምሮ ጤና አገልግሎቶች። አገልግሎቶቹ ውስን መሆናቸውን ካወቁ እና ለማንኛውም ብለው እንክብካቤውን ከተቀበሉ ለእነዚህ አገልግሎቶች መክፈል ሊኖርብዎ ይችላል። ይህ ስህተት የሆነውን ለማወቅ ከሚያስፈልገው በላይ የሆኑ አገልግሎቶችን ያካትታል።

በሕክምና አስፈላጊ፦ የጤና ሁኔታን ወይም ምልክቶቹን ለመከላከል፣ ለመመርመር ወይም ለማከም የሚያስፈልጉ አገልግሎቶች እና አቅርቦቶች። እንዲሁም በህክምና ባለሙያ እንደ መደበኛ ህክምና ተቀባይነት ያላቸው አገልግሎቶችን ሊያመለክት ይችላል።

የህክምና ጤና እቅድ፦ ከኦሪገን የጤና ባለስልጣን (OHA) ጋር ውል የሚፈፅም የጤና እቅድ። ይህ እቅድ የህክምና፣ የቀዶ ጥገና፣ የመከላከያ እና የኬሚካል ጥገኝነት አገልግሎቶችን ያቀርባል።

የመድሃኒት አስተዳደር፦ የመድሀኒትዎ ትዕዛዝ እና ክትትል፣ ነገር ግን የመድሃኒትዎን ወጪ አይሸፍኑም።

የአእምሮ ጤና መመሪያ፦ በአእምሮ ህመም ምክንያት በተከሰተ አቅም ማጣት (ጥሩ ውሳኔ ማድረግ ካልቻሉ) የሚያስፈልግዎትን ህክምና የሚገልጽ ሰነድ።

የግንኙነት መረብ፦ የተቀናጀ የእንክብካቤ ድርጅት (CCO) የተዋዋላቸው የህክምና፣ የአእምሮ ጤና፣ የጥርስ ህክምና፣ ፋርማሲ እና መሳሪያ አቅራቢዎች።

የግንኙነት መረብ አቅራቢ፦ በCCO የግንኙነት መረብ ውስጥ ያለ ማንኛውም አቅራቢ። አንድ አባል የግንኙነት መረብ አቅራቢዎችን ካገኘ፣ እቅዱ ክፍያውን ይከፍላል። አንዳንድ የግንኙነት መረብ ስፔሻሊስቶች አባላት ከመጀመሪያ እንክብካቤ አቅራቢ PCP (የመጀመሪያ እንክብካቤ አቅራቢ) የዝውውር ፈቃድ እንዲሰጣቸው ይፈልጋሉ።

የግንኙነት መረብ ውስጥ ያልሆነ አቅራቢ፦ ከCCO ጋር ውል ያልፈረመ አቅራቢ፣ የCCO ክፍያን ለአገልግሎታቸው ሙሉ ክፍያ አድርጎ ላይቀበል ይችላል።

እምባ ጠባቂ፦ የጤና እቅዱ አካል ያልሆነ፣ አባላት ቅሬታዎችን እንዲፈቱ የሚረዳ የማያዳላ ሰው።

ከግንኙነት መረብ ውጪ የሆነ አቅራቢ፦ ከCCO ጋር ውል ያልፈረመ አቅራቢ፣ የCCO ክፍያን ለአገልግሎታቸው ሙሉ ክፍያ አድርጎ ላይቀበል ይችላል።

አካላዊ ጤና፦ ከሰውነትዎ ጋር የተያያዘ ጤና።

የሐኪም አገልግሎቶች፦ ከዶክተር የሚያገኟቸው አገልግሎቶች።

እቅድ፦ የአባላቱን የጤና እንክብካቤ አገልግሎቶች የሚከፍል የሕክምና፣ የጥርስ ህክምና፣ የአእምሮ ጤና ድርጅት ወይም CCO።

ፕሪሚየም፦ ለኢንሹራንስ መመሪያ የሚከፈል መጠን።

ቅድመ ማጽደቅ (ቅድሚያ ፈቃድ ወይም PA)፦ እቅድዎ ለአንድ አገልግሎት እንደሚከፍል የሚገልጽ ሰነድ። አንዳንድ እቅዶች እና አገልግሎቶች አገልግሎቱን ከማግኘትዎ በፊት PA ይጠይቃሉ። ብዙውን ጊዜ ዶክተሮች ይህንን ያስፈፅማሉ።

በሐኪም የታዘዙ መድኃኒቶች፦ ዶክተርዎ እንዲወስዱ የሚነግርዎት መድሃኒቶች።

በሐኪም የታዘዘ መድኃኒት ሽፋን፦ ለታዘዙ መድሃኒቶች እና ህክምናዎች ክፍያ የሚያግዝ የጤና መድኅን ወይም እቅድ

የመጀመሪያ ደረጃ እንክብካቤ አቅራቢ PCP (የመጀመሪያ እንክብካቤ አቅራቢ)፦ ይህ "PCP" ተብሎም የሚጠራው ጤናዎን የሚንከባከብ የህክምና ባለሙያ ነው። ብዙውን ጊዜ የጤና ጉዳዮች ሲያጋጥሙዎት ወይም እንክብካቤ ሲፈልጉ የሚደውሉላቸው የመጀመሪያው ሰው ናቸው። የእርስዎ PCP ሐኪም፣ ነርስ ሐኪም፣ የሐኪም ረዳት፣ ኦስቲዮፓት ወይም አንዳንድ ጊዜ ናቱሮፓት ሊሆን ይችላል።

የመጀመሪያ ደረጃ እንክብካቤ ሐኪም፦ የመጀመሪያ ደረጃ እንክብካቤ ሐኪም ወይም PCP ያልታወቀ የጤና ችግር ላለበት ሰው የመጀመሪያውን ግንኙነት የሚያደርግ እና ለተለያዩ ለጤና ሁኔታዎች ቀጣይነት ያለው እንክብካቤ የሚሰጥ ሐኪም/የህክምና ዶክተር ነው።

የመጀመሪያ ደረጃ የጥርስ ሐኪም፦ ጥርስዎን እና ድድዎን የሚንከባከብ ብዙውን ጊዜ ወደ እርሱ የሚሄዱት የጥርስ ሀኪም ነው።

አቅራቢ፦ የጤና እንክብካቤ አገልግሎት የሚሰጥ ማንኛውም ሰው ወይም ኤጀንሲ።

የማገገሚያ አገልግሎቶች፦ አብዛኛውን ጊዜ ከቀዶ ጥገና፣ ጉዳት ወይም ቁስ አላግባብ መጠቀም በኋላ ጥንካሬን፣ ተግባርን ወይም ባህሪን ለማሻሻል የሚሰጡ ልዩ አገልግሎቶች።

እራስን ማዛወር/ሪፈራል፦ እንክብካቤ ለማግኘት ከመጀመሪያ ደረጃ ተንከባካቢ ሐኪምዎ ፈቃድ አያስፈልግዎትም ማለት ነው።

የሰለጠነ የነርሶች እንክብካቤ፦ ከቁስል እንክብካቤ፣ ቴራፒ ወይም መድሃኒት አወሳሰድ ጋር በተያያዘ የነርስ እርዳታ። በሆስፒታል፣ በቤት ነርሲንግ ወይም በራስዎ ቤት ለቤት ውስጥ የጤና እንክብካቤ የሰለጠነ የነርስ እንክብካቤን ማግኘት ይችላሉ።

ስፔሻሊስት፦ የተወሰነ የአካል ክፍልን ወይም የሕመም ዓይነትን ለመንከባከብ ልዩ ሥልጠና የወሰደ የሕክምና ባለሙያ።

የክልል ፍትሃዊ ችሎት፦ ጥቅማ ጥቅሞችን ለመከልከል፣ ለመቀነስ ወይም ለማስቆም በተደረገው ድርጊት ላይ የOHA ችሎት መሰማት። የOHA አባል ወይም የአባላት ተወካይ ችሎት እንዲሰማ ሊጠይቁ ይችላሉ።

አስቸኳይ እንክብካቤ፦ ጉዳቱ ወይም ህመሙ ወደ የከፋ ደረጃ እንዳይባባስ ወይም የሰውነትዎ ክፍል የሚሰጠውን ተግባር እንዳያጡ ከባድ ህመም ባጋጠምዎት በዚያው ቀን የሚያስፈልግዎት እንክብካቤ።

ማስታወሻዎች