የ Amerigroup District of Columbia, Inc.
አገልግሎትን ማስጀመር

Amerigroup

An Anthem Company

ይህን መረጃ በስፓኒሽኛ ቋንቋ ማግኘት የሚፈልጉ ከሆኑ እባክዎ ለእኛ
በስልክ ቁጥር 1-800-600-4441 (TTY 711) ይደውሉልን።

DC-MEM-0038-17 AMHARIC

ሁሉንም የተበታተኑ ነገሮች አንድ ላይ እንዲያሰባስቧቸው እርስዎን ማገዝ

ወደ Amerigroup District of Columbia, Inc. እንኳን በደህና መጡ!

እርስዎ የእኛ አባል በመሆንዎ ደስተኛ ነን።

የጤና ክብካቤ አስቸጋሪ ሊሆን ስለሚችል አስፈላጊውን በማድረግ ጤናዎን እንዲጠብቁ ለማድረግ ከጎንዎት ነን። የጤና ክብካቤ እና አገልግሎቶችን እርስዎ ማግኘት እንዲችሉ እርስዎን ለማገዝ ከእርስዎ እና ከእርስዎ PCP ጋር አብረን እንሠራለን። ይህን ፈጣን የማስጀመሪያ መምሪያን እና የእርስዎን የአባልነት መረጃ መጽሐፍ ከጥቅማ ጥቅሞችዎ ማግኘት የሚገባዎትን ሁሉ እንዲያገኙ ይጠቀሙባቸው።

ይዘቶች

የእርስዎን የመድን ዕቅድ ማስጀመር 3

የእርስዎ የጤና እንክብካቤ 6

የእርስዎ ዶክተር እና እርስዎ 8

በዶክተር ሲታዩ እንዴት ራስዎን ማዘጋጀት እንደሚችሉ 9

በእርስዎ የሐኪም ቀጠሮ ላይ ምን ያጋጥመኛል ብለው መጠበቅ እንደሚችሉ 9

የጤና ክብካቤን ማግኘት 10

በእርግዝናዎ ጊዜ እና ከእርግዝናዎ በኋላ የጤና ክብካቤን ማግኘት 12

የእርስዎ የ **Amerigroup** ጥቅማጥቅሞች 13

የእርስዎን መድኃኒቶች ማግኘት 14

የእርስዎን ጥቅማ ጥቅሞች እንዴት እንደገና ማሳደስ እንደሚችሉ 15

የእርስዎ የ **Amerigroup** ግብዓቶች 16

የአባል መብቶች እና ግዴታዎች 16

በስህተት ክፍያ እንድፈጽም ከተጠየቅኩስ? 17

ጥያቄ ወይም አቤቱታ ካለኝስ? 17

የእርስዎን የመድን ዕቅድ ማስጀመር

በፖስታው ውስጥ የእርስዎን የአባል መታወቂያ ካርድ ይፈልጉ

የእርስዎን የ Amerigroup መታወቂያ ካርድ ከእርስዎ የአዲስ አባል ጥቅል በተለየ በሌላ ፖስታ ይደርስዎታል። የእርስዎ መታወቂያ ካርድ የእርስዎ ጥቅማ ጥቅሞች ከመቼ ጊዜ እንደሚጀምሩ ይነግርዎታል። የእርስዎ ተቀዳሚ እንክብካቤ ሰጪ (PCP) ስምም በዚህ ካርድ ላይ በተጨምሪ ይገኛል። የእርስዎን የ PCP ስም እባክዎ ያረጋግጡ። ትክክለኛ ካልሆነ፣ እባክዎ ይደውሉልን።

የእርስዎን PCP መቀየር ይፈልጋሉ?

ከእኛ የመድን ዕቅድ ጋር አብረው ከሚሠሩ መጠነ ሰፊ የዶክተሮች ቡድን መካከል መምረጥ ይችላሉ። የእርስዎን PCP መሥመር ላይ (ኦንላይን) ለመቀየር:-

- ወደ www.myamerigroup.com/DC ይሂዱ
- በእርስዎ አቅራቢያ የሚገኙ፣ የእርስዎን ቋንቋ የሚናገሩ እና የእርስዎ ልዩ ፍላጎቶች የሚያሟሉ በዕቅዱ ውስጥ ያሉ PCPዎችን ለመፈለግ የእኛን ዶክተር አግኝ መሣሪያ ይጠቀሙ።
- ወደ የእርስዎ መለያ (አካውንት) ተመዝግበው ይግቡ
  - **የእኔ መለያ** የሚለው ላይ ጠቅ ያድርጉ
  - ለውጦችን ለማድረግ **የእርስዎን ተቀዳሚ እንክብካቤ ሰጪ (PCP) ይለውጡ** የሚለውን ጠቅ ያድርጉ

የእርስዎን PCP መቀየር ላይ ይፈልጋሉ? በ 1-800-600-4441 (TTY 711) ላይ ይደውሉልን። የእርስዎን መታወቂያ ካርድ በ10 የሥራ ቀናት እንዲያገኙ እናደርግዎታለን።

የእርስዎን ተቀዳሚ የጥርስ ሕክምና አገልግሎት አቅራቢ መቀየር ይፈልጋሉ?

ከእኛ የመድን ዕቅድ ጋር አብረው ከሚሠሩ መጠነ ሰፊ የጥርስ ሐኪሞች ቡድን መካከል መምረጥ ይችላሉ። የእርስዎን ተቀዳሚ የጥርስ ሐኪም (PDP) መሥመር ላይ (ኦንላይን) ለመቀየር፦

- መሥመር ላይ DentaQuest ን በ www.dentaquest.com ላይ ይጎብኙ እና፦
  - አባላት ላይ ጠቅ ያድርጉ።
  - ዲስትሪክት ኦፍ ኮሎምቢያ ላይ ጠቅ ያድርጉ።
  - የአባል ገጽ ላይ ጠቅ ያድርጉ እና የአባል የኢሜይል ቅጽ የሚለውን ይምረጡ።
  - በቅጹ አናት ላይ ያሉትን ሁሉንም መስኮች ይሙሉዋቸው።
  - አዲሱን PDP በግርጌ ላይ ባለው መልእክት ሣጥን ውስጥ ይዘርዝሩ።
  - አስረክብ የሚለውን ጠቅ ያድርጉ።
  - የእርስዎ PDP ስለ መቀየሩ ማረጋገጫ በ 24 ሰዓታት ውስጥ ያገኛሉ።

የእርስዎን የ Amerigroup መታወቂያ ካርድ ከእርስዎ ጋር ይያዙት

የአገልግሎት ሰጪን ቢሮ በሚጎበኙበት ጊዜ፣ መታወቂያ ካርድዎትን እንዲያሳዩ ይጠየቃሉ። እንደ በዶክተር መታየቶች፣ የሐኪም መድኃኒት ማዘዣዎች፣ የጥርስ እንክብካቤ፣ ወይም አስቸኳይ ወይም ድንገተኛ የሕክምና እንክብካቤ የመሳሰሉ ሁሉንም የእርስዎን የ Amerigroup አገልግሎቶች ለማግኘት ይጠቀሙበታል።

መታወቂያ ካርድዎ ከጠፋብዎት፣ ለእኛ ይደውሉልን ወይም ሌላ አንድ ራስዎ ማተም እንዲችሉ ወደ www.myamerigroup.com/DC ይሂዱ።

የእርስዎን መታወቂያ ካርድ አላገኙም?

በፖስታ ካልተላከልዎት ወይም እንደ Amerigroup አባልነትዎ ከመጀመሪያው ቀን በፊት ካልደረስዎት ለእኛ በስልክ ቁጥር 1-800-600-4441 (TTY 711) ከሰኞ እስከ ዐርብ ከጠዋቱ 8 a.m. እስከ 6 p.m. ምሥራቃዊ ሰዓት አቆጣጠር ይደውሉልን።

ደኅንነቱ አስተማማኝ ለሆነ የድር ጣቢያ ይመዝገቡ

ደኅንነቱ አስተማማኝ የሆነ መዳረሻን ለማግኘት ለመመዝገብ www.myamerigroup.com/DC ን ይጎብኙ። በእኛ ደኅንነቱ የተጠበቀ የአባል ጣቢያ ላይ መለያ (አካውንት) ሲፈጥሩ፣ ከጣቶችዎ ጫፍ ላይ በጣም አጋዥ የሆኑ መሣሪያዎችን ያገኛሉ።

- የእርስዎን ተቀዳሚ እንክብካቤ ሰጪ ዶክተር ይምረጡ ወይም ይለውጡ
- አድራሻዎን ወይም የስልክ ቁጥርዎን ወቅታዊ ማድረግ
- ደኅንነቱ የተጠበቀ መልእክት ለእኛ ይላኩልን
- ተመልሶ እንዲደወልልዎት ይጠይቁ
- የእርስዎን የጤና መመርመሪያ ማጣሪያዎችን ያጠናቁ፣ እና ተጨማሪ ነገሮች

ከእርስዎ PCP ጋር የመጀመሪያውን ቀጠሮ ያስይዙ

የእርስዎ PCP ለእርስዎ የጤና ክብካቤ ፍላጎቶች ቁልፍ ሰው ናቸው። ስለሚሰማዎት የጤና ሁኔታ ማናቸውም ጥያቄዎች ካልዎት ለእርስዎ PCP ይደውሉ ወይም ወደ እሳቸው ይሂዱ። እርስዎ ለመጀመሪያ ጊዜ ወደ Amerigroup ሲገቡ፣ ለራስዎ እና የ Amerigroup አባላት ለሆኑ የእርስዎ ቤተሰቦች የመጀመሪያውን ቀጠሮ ያስይዙ።

- በመጀመሪያዎቹ 90 ቀናት ውስጥ ስልክ ይደውሉ።
- የእርስዎ PCP ጤናማ እንደሆናችሁ እንድትቆዩ ማገዝ እንዲችሉ መደበኛ የጤናማነት ማረጋገጫ ጉብኝቶችን ቀጠሮ ያስይዙ።

የ Amerigroup Mobile መተግበሪያን ያውርዱ

ስለ Amerigroup Mobile ያውቁ ነበር? የ Amerigroup Mobile መተግበሪያውን ወደ የእርስዎ iPhone፣ iPad ወይም Android ጡባዊ (ታብሌት) ወይም ስማርት ስልክ ማውረድ ይችላሉ። ከ Amerigroup Mobile ጋር የሚከተሉትን ማድረግ ይችላሉ፡-

- የእርስዎን የአባል መታወቂያ ለእርስዎ ዶክተር፣ የመድኃኒት መደብር ወይም ሆስፒታል ማሳየት፣ በኢሜይል ወይም በፋክስ መላክ
- በእርስዎ ዕቅድ ውስጥ ያሉ ዶክተሮችን ማግኘት

ፈጣን ነው። ነጻ ነው። ከሁሉም በላይ፣ ደኅንነቱ አስተማማኝ ነው።
መተግበሪያውን ለማውረድ ወደ Apple iTunes መደብር ወይም Android Market ይሂዱ ወይም የእኛን የድር ጣቢያ www.myamerigroup.com/DC ይጎብኙ።

የእርስዎን ጥቅማ ጥቅሞች ያስጠብቁ

የእርስዎን ጥቅማ ጥቅሞች ለማስጠበቅ የሚከተሉትን ያስታውሱ፡-

- በጊዜው ያሳድሱ
- የእርስዎን አድራሻ ከሰብአዊ አገልግሎቶች መመሪያ ወቅቱን የጠበቀ አድርገው ያቆዩት

የእርስዎ የጤና እንክብካቤ

የጤና እንክብካቤ ቢያስፈልገኝ ምን ማድረግ እችላለሁ?

- ለእርስዎ PCP ይደውሉ — ይህ ለማናቸውም የሚያስፈልጉ የጤና ክብካቤዎች የመጀመሪያው ደረጃ ነው (ድንገተኛ ካልሆነ በቀር)። የእርስዎ PCP የእርስዎን ጥያቄዎች መልስ ይሰጥባቸዋል እና ምን ማድረግ እንዳለብዎት ዘዴ እንዲቀይሱ ያግዝዎታል።
- ወደ 24-hour Nurse HelpLine ይደውሉ— ለሕክምና ነክ ምክር ወይም በዶክተር 24/7 ለመታየት በበዓላት ቀን እንኳ ሳይቀር ከነርስ ጋር መነጋገር ከፈለጉ ወደ 1-800-600-4441 (TTY 711) ይደውሉ። ይህች ነርስ ቀጠሮ ማስያዝ ወይም ለአስቸኳይ እንክብካቤ መስጫ ማዕከል እንዲሄዱ ያዘጋጃሉ። በተጨማሪ ወደ ዶክተር ሊያገናኝዎት ይችላሉ።
- የአስቸኳይ ጤና ክብካቤ ማእከልን ይጎብኙ — ከታመሙ ወይም ጉዳት ከደረሰብዎት እና በ 48 ሰዓታት ውስጥ ሕክምና ካላገኙ ወደ ድንገተኛ አደጋ ደረጃ ሊቀየር የሚችል ከሆነ፣ በእኛ ዕቅድ ውስጥ ወዳለ የአስቸኳይ ጤና ክብካቤ ማእከል ይሂዱ። አንዳንድ አስቸኳይ እንክብካቤ የሚያስፈልጋቸው ፍላጎቶች ማስታወክ፣ ቀላል መቆረጦች ወይም ቃጠሎዎች፣ ወይም ዝቅተኛ ደረጃ ትኩሳትን ሊያካትቱ ይችላሉ።
- ወደ 911 ወይም ወደ ድንገተኛ ሕክምና መስጫ ክፍል (ER) ይሂዱ — በጣም በከባዱ ከታመሙ ወይም እስከ ሞት ወይም አካላዊ ጉዳት ሊያስከትል የሚችል የመቁሰል ጉዳት ከደረሰብዎት ወደ ER ይሂዱ ወይም ወደ 911 ይደውሉ። አንዳንድ የድንገተኛ አደጋ ሁኔታዎች ለመተንፈስ መቸገርን፣ የደረት ሕመም/ውጋትን፣ መጥፎ ቃጠሎ፣ ከቁጥጥር ውጭ የሆነ መድማት ወይም ሕሊናን መሳት ይገኙባቸዋል።

ቤት ከቀየርኩ ወይም የስልክ ቁጥሬን ከለወጥኩስ?

ወደዚህ መደወልዎን እርግጠኛ ይሁኑ፡-

- የእኛ የአባል አገልግሎቶች በስልክ ቁጥር 1-800-600-4441 (TTY 711)
- የእርስዎ PCP
- ለ District of Columbia (DC) Economic Security Administration (ESA) Change Center በስልክ ቁጥር 202-724-5505

አስፈላጊ የስልክ ቁጥሮች

የድንገተኛ ሕክምና፡- 911

24-hour Nurse HelpLine፡-

1-800-600-4441 24 ሰዓታት በቀን፣ 7 ቀናት በሳምንት፣ በበዓላት ቀን ሳይቀር፣ ከነርስ ጋር ለመነጋገር ወይም በዶክተር ለመታየት

የአባል አገልግሎቶች፡-

በስልክ ቁጥር 1-800-600-4441 (TTY 711) ከሰኞ እስከ ዐርብ ከጠዋቱ 8 a.m. እስከ 6 p.m. ስለ እርስዎ ጥቅማ ጥቅሞች ወይም PCP መልሶችን ለማግኘት ወይም መታወቂያ ካርድን ወይም የአገልግሎት አቅራቢ ማውጫን ለመጠየቅ

የእኔ አካባቢ መድኃኒት መደብር

ለታዘዙ መድሃኒቶች

የእኔ ተቀዳሚ እንክብካቤ ሰጪ (PCP)፡-

ለቀጠሮዎች፣ ለሪፈራሎች እና ፈቃድ መስጫዎች

ሌሎች አስፈላጊ ስልክ ቁጥሮች፥

የእርስዎ ዶክተር እና እርስዎ

የእርስዎ ዶክተር ለእርስዎ የሚከተሉት ለመሳሰሉ የጤና ክብካቤ ፍላጎቶች ቁልፍ ሰው ናቸው፡-

- እንደ የጤናማነት ጉብኝቶች የመሳሰሉ ሁሉንም የመከላከያ የጤና እንክብካቤዎችን እርስዎ ማግኘትዎን ለማረጋገጥ
- ሲታመሙ ወይም ሲጎዱ እርስዎን ማከም
- የሚያስፈልግዎትን መድኃኒቶች ለእርስዎ ማዘዝ
- ራጂዎችን፣ የላብራቶሪ ምርመራዎችን ወይም ሌሎች የሕክምና አገልግሎቶችን ፈቃድ መስጠት

እያንዳንዳችን ዕድሜያችን ምንም ይሁን ምን በዶክተር ዝምብሎ መታየት እንዳለብን ያውቃሉ?

- አዲስ የተወለዱ ሕጻናት ዶክተራቸውን ቢያንስ ሰባት ጊዜ በመጀመሪያዎቹ ሁለት ዓመታት መታየት አለባቸው። የመጀመሪያው የደህና-ሕፃን ጉብኝት የሚጀመረው ሆስፒታል ውስጥ ልጁ እንደተወለደ ነው። ለሚቀጥሉት ስድስት ጉብኝቶች ልጅዎን ወደ የእነርሱ PCP ለአስፈላጊ ክትባቶች ይዘው መሄድ አለብዎት። ከ2 ዓመት ዕድሜ በኋላ፣ የእርስዎ ልጅ ቢያንስ ለምርመራ የደህና ሕፃን ጉብኝት ቢያንስ አንድ ጊዜ በዓመት ማድረግ አለበት።
- እንደ አዋቂ ሰው መጠን፣ ለምርመራ ዶክተርዎን በዓመት አንድ ጊዜ ማየት ጥሩ ነው — ምንም እንኳን የሕመም ስሜት ባይሰማዎትም። እንዲያስታውሱ እርስዎን ለማገዝ፣ በልደት ቀንዎ የሚውልበት ወር በየዓመቱ የምርመራ ጉብኝትዎን ቀጠሮ ያስይዙ።

በዶክተር ሲታዩ እንዴት ራስዎን ማዘጋጀት እንደሚችሉ

በዶክተር ለመታየት ሲሄዱ አስቀድሞ መዘጋጀትና ዕቅድ ማውጣት ጥሩ ዘዴ ነው። ምን መነጋገር እንደሚፈልጉ ይወስኑ። ማናቸውንም እርስዎ ያልዎትን ጥያቄዎች ወይም የሚያሳስቡ ነገሮች በወረቀት ይጻፉ እና የሚከተለውን ይዘው ይምጡ፦

- የእርስዎን Amerigroup መታወቂያ ካርድ
- እየወሰዱ ያሉዋቸው ማናቸውም መድኃኒቶች

በእርስዎ የሐኪም ቀጠሮ ላይ ምን ያጋጥመኛል ብለው መጠበቅ እንደሚችሉ

የእርስዎን PCP መደበኛ ምርመራዎች አክብሮ መገኘት ጤናማ ሆነው እንዲኖሩ ሊያግዝ ይችላል። በጉብኝትዎ ወቅት፣ የእርስዎ PCP የሚከተሉትን ያደርጋሉ፦

- ስለ የእርስዎ ያለፈ የጤና ታሪክ እና የቤተሰብዎ የጤና ታሪክ ከእርስዎ ጋር መነጋገር
- የእርስዎን አጠቃላይ የክብደት ሁኔታ ትክክለኛነት፣ ዕይታ፣ ጆሮ፣ የደም ግፊት፣ ነርቮች እና ተጨማሪ ነገሮችን ለመመርመር አካላዊ ምርመራ ያደርግልዎታል
- አሁን እየወሰዱ ያሉዋቸውን መድኃኒቶች መገምገም እና በትክክል እየወሰዱዋቸው እንደሆነ ማረጋገጥ
- እንደ ማጨስ፣ ደኅንነትን መጠበቅ እና ተጨማሪ ነገሮችን የመሳሰሉ ስለ የእርስዎ ዕለታዊ ልማዶች ጥያቄዎችን መጠየቅ

የጤና ክብካቤ ማግኘት

አስቸኳይ ሕክምና እና ከሥራ ሰዓታት ውጭ ክብካቤ ማግኘት

አስቸኳይ ሕክምና ሕይወትን ስጋት ላይ ለማይጥል፣ ድንገተኛ በሽታ፣ የመቁሰል አደጋ ወይም ድንገተኛ ላልሆነ ችግር የሚያገኙት የሕክምና እንክብካቤ ቢሆንም በቶሎ መታከም የሚያስፈልግ የሕክምና ሁኔታ ነው። የእርስዎ የጤና ሁኔታ አስቸኳይ ከሆነ እና በ 24 ሰዓታት ውስጥ የሕክምና እርዳታ የሚያስፈልግዎት ከሆነ ወደ የእርስዎ PCP ይደውሉ።

በሳምንት ለሰባት ቀናት፣ በቀን ለ 24 ሰዓታት፣ በበዓላት እንኳ ሳይወር ከነርስ ጋር ይነጋገሩ።

የእርስዎን PCP ማግኘት ካልቻሉ ወደ 24-hour Nurse HelpLine በስልክ ቁጥር 1-800-600-4441 (TTY 711) ይደውሉ። ነርስዋ በሚከተለው መልኩ ታግዝዎታለች፡-

- ከሥራ ሰዓት ውጭ ወይም በሳምንቱ መጨረሻ ቅዳሜና እሁድ ዶክተር ማግኘት
- ክፍት የሆነ የአስቸኳይ ሕክምና ማእከልን ወይም ያለ ቀጠሮ የሚኬድበትን ክሊኒክ ማግኘት
- ለእርስዎ ሕክምና ነክ ጥያቄዎች ወይም አሳሳቢ ነገሮች መልሶችን ማግኘት

የድንገተኛ አደጋ ሕክምና

ድንገተኛ አደጋ ያልታሰበ ወይም ያልተጠበቀ ሕመም፣ ከባድ ስቃይ፣ አደጋ ወይም ወዲያውኑ ሕክምና ካልተደረገበት በአካል ላይ ከባድ ጉዳት ሊያደርስ የሚችል ወይም ሞትን ሊያስከትል የሚችል ጉዳት ነው። ሕይወትን ስጋት ላይ ሊጥል የሚችል ወይም ከባድ የአካል ጉዳትን ሊያስከትል የሚችል እንደሆነና ችግሩ በጣም ከባድ እንደሆነ አድረገው ካሰቡ ወደ 911 ይደውሉ ወይም በአቅራቢያ ወደ የሚገኝ የድንገተኛ አደጋ ሕክምና መስጫ ክፍል (ER) ይሂዱ።

ድንገተኛ ሁኔታ ውስጥ መሆንዎትን እርግጠኛ መሆን ካልቻሉ ወደ የእኛ 24-hour Nurse HelpLine በስልክ ቁጥር 1-800-600-4441 (TTY 711) ይደውሉ።

የድንገተኛ ጊዜ ሕክምና ርዳታ ያስፈልገዋል?	
በሚከተለው ሁኔታ ወደ ER ይሂዱ . . .	በሚከተለው ሁኔታ ወደ አስቸኳይ ሕክምና ይሂዱ . . .
መተንፈስ ከተቸገሩ	ጉንፋን ወይም ኢንፍሉዌንዛ ከያዝዎት
ከፉኛ ደም እየፈሰስዎት ከሆነ	ከ 100.5 ዲግሪ ፋራናይት የሚበልጥ ትኩሳት ካልዎት
የደረት ሕመም/ውጋት ካልዎት	የጡንቻ ሕመም ካልዎት

ድንገተኛ አደጋ ካልሆነ ወደ ER ለምን መሄድ እንደ የሌለብዎት ምክንያቶች፡-

- የጥበቃ ጊዜው በጣም ረዥም ሊሆን ይችላል
- ER የእርስዎ የሕክምና ሪኮርዶች የሉትም
- ER ዶክተሮች የእርስዎን PCP ያክል እርስዎን አያውቅዎትም

ልክ በ ER ወይም በአስቸኳይ ሕክምና ማእከል ከታዩ በኋላ በአፋጣኝ ወደ የእርስዎ PCP ይደውሉ። የእርስዎ PCP በሚያስፈልግዎት የክትትል ሕክምና ክብካቤ ላይ ሊያግዝዎት ይችላሉ።

ከእንግዲህ ቀጠሮዎች አያምልጥዎት።

በእኛ በኩል የትራንስፖርት አገልግሎት ያግኙ።

በሕክምና ለሚያስፈልጉ የሐኪም ቀጠሮዎች እና ሕክምናዎች ድንገተኛ ያልሆነ ወይም መደበኛ ጉዞ አገልግሎትን እንሰጣለን።

ለትራንስፖርት አገልግሎት ቀጠሮ ያስይዙ

በነጻ የስልክ መሥመር ወደ Medical Transportation Management (MTM) 1-888-828-1081 (TTY 711) በመደወል።

በእርግዝናዎ ጊዜ እና ከእርግዝናዎ በኋላ የጤና ክብካቤን ማግኘት

ነፍሰጡር ነኝ ብለው ካሰቡ ምን ማድረግ አለብዎት

ወዲያውኑ ለእርስዎ PCP ወይም የፅንስ/የማህፀን ሐኪም (OB/GYN) ይደውሉ። እንዲህ ዓይነቱ የሕክምና እንክብካቤ ቅድመ ወሊድ ክብካቤ ይባላል እና ጤናማ ሕፃን እንዲወልዱ ሊያግዝዎት ይችላል።

ልጅ ከወለዱ በኋላ ምን ማድረግ አለብዎት

ገና ልጅ መውለድዎት ከሆነ ድኅረ ወሊድ ምርመር በእርስዎ PCP ወይም OB/GYN በኩል እንዲደረግልዎት ቀጠሮ ያስይዙ። ደህና የሆኑ እና እየተሻልዎት ያለ ሆኖ ሊሰማዎት ይችላል ነገር ግን ከወሊድ በኋላ ሰውነት ሙሉ በሙሉ እስኪጠገን ድረስ ቢያንስ ስድስት ሳምንታት ያስፈልጉታል።

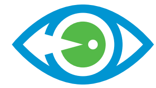
- ልጅ ከወለዱ በኋላ የእርስዎን የድኅረ ወሊድ ምርመራ ከ21 እስከ 56 ቀናት ባለው ጊዜ ውስጥ ቀጠሮ ያስይዙ።
- የወለዱት በሲ-ሴክሽን (ኦፐሬሽን) ከሆነ የእርስዎ ዶክተር ከድኅረ ቀዶ ጥገናው በኋላ ባሉት ከአንድ እስከ ሁለት ሳምንት ጊዜያት ውስጥ እርስዎን ለማየት ጥያቄ ሊጠይቅዎት ይችሉ ይሆናል፤ ይህ ግን የድኅረ ወሊድ ምርመራው አካል አይደለም።

የእርስዎ የAmerigroup ጥቅማጥቅሞች

ከ Amerigroup ጋር ሁሉንም የእርስዎን መደበኛ DC Healthy Families፣ DC Healthcare Alliance እና Immigrant Children's Program ጥቅማ ጥቅሞችን እንዲሁም በተጨማሪ ለጤናማ አኗኗር የሚያግዙ አገልግሎቶችን ያገኛሉ። ይህ በሙሉ እርስዎን የሚያስከፍልዎት ነገር የለውም!

- ነጻ የ Boys & Girls Club አባልነቶች ለዕድሜያቸው ከ 6-18 ለሆኑ ልጆች የ Greater Washington በ Boys & Girls Clubs (ለኮሎምቢያ ዲስትሪክት ብቻ)
- GED መክፈያ ደረሰኞች ለሁሉም ብቁ የሆኑ አባላት ዕድሜያቸው 18 እና ከዚያ በላይ የሆኑ
- ነጻ የሜትሮ ካርዶች – በየዓመቱ እስከ $25
- ከነጻ ውሂብ፣ ንግግር፣ ጽሑፍ ጋር ሞባይል ስልኮች እንዲሁም ያልተገደቡ ጥሪዎች ወደ አባል አገልግሎቶች
- Lamaze ወይም የወሊድ ትምህርቶች፣ የአካል ብቃት እንቅስቃሴ ማድረጊያ ማእከላት፣ የሥራ ቅጥር ቃለመጠይቆች እና ተጨማሪ ነገሮችን ጨምሮ ወደ ማኅበረሰብ አገልግሎቶች መጓጓዣን ማቅረብ
- $15 በየሦስት ወሩ ያለሐኪም ትዕዛዝ የሚሰጡ መድኃኒቶች
- ቀን እና ሌሊት በ LiveHealth Online በኩል ከዶክተሮች ጋር መወያየት
- myStrength — የሥነ አእምሮ ጤና እና የጤና አኗኗር መተግበሪያ
- Amerigroup Community Resource Link – በዚፕ ኮድ ተጠቅመው ነጻ እና ዋጋቸው ዝቅተኛ የሆኑ የማኅበረሰብ አገልግሎቶችን ይፈልጉ
- እና ተጨማሪ

የእርስዎ የጥርስ እና የዓይን ጥቅማ ጥቅሞች



የእርስዎ የጥርስ ሕክምና ጥቅማ ጥቅሞች በ DentaQuest የሚተዳደሩ ናቸው። የእርስዎ የጥርስ ሕክምና ጥቅማ ጥቅሞች በ Av.sis.+ የሚተዳደሩ ናቸው። ስለ የእርስዎ የጥርስ እና የዓይን ጥቅማ ጥቅሞች ጥያቄዎች ካልዎት ወደዚህ ይደውሉ፡-

- DentaQuest በስልክ ቁጥር 1-844-876-7918 (TTY 711)
- ወደ Av.sis አባል አገልግሎቶች በስልክ ቁጥር 1-833-554-1012 (TTY 711) ይደውሉ

+For DC Healthy Families እና Immigrant Children's Program አባላት

የእርስዎን መድኃኒቶች ማግኘት

በእርስዎ ዕቅድ ውስጥ ካሉ የመድሃኒት መደብሮች የታዘዘ መድሃኒት ሲያልቅብዎት ጭማሪ መውሰድ ይችላሉ። በእርስዎ የመድን ዕቅድ ውስጥ ያለን መድኃኒት መደብር ለማግኘት፡-

- www.myamerigroup.com/DC ን ይጎብኙ ወይም
- ወደ አባል አገልግሎቶች በስልክ ቁጥር 1-800-600-4441 (TTY 711) ይደውሉ

አንድ የመድኃኒት መደብር በእርስዎ የመድን ዕቅድ ውስጥ መኖሩን የማያውቁ ከሆኑ የመድኃኒት ባለሙያውን በተጨማሪ መጠየቅ ይችላሉ።

የእርስዎን በሐኪም የታዘዘ መድኃኒት ሲወስዱ የእርስዎን የ Amerigroup መታወቂያ ካርድ ማሳየትዎን አይዘንጉ።

የእርስዎ PCP ብዙውን ጊዜ ተደጋግመው የሚታዘዙ መድሃኒቶች ዝርዝር አለው። ይህ ዝርዝር የሚታዘዙ መድሃኒቶችን እና አንዳንድ በቀጥታ ከመድሃኒት መደብር ያለ ሐኪም ትዕዛዝ ሊወሰዱ የሚችሉ መድሃኒቶችን ያካትታል።

ያለ ሐኪም ትዕዛዝ ለሚሰጡ መድኃኒቶች Amerigroup ተጨማሪ ጥቅማ ጥቅሞችን እንደሚሰጥ ይውቁ ኖሯል? እነዚህ መድኃኒቶች የጉንፋን ሽሮፕ፣ ibuprofen እና antacids ን ይጨምራሉ። በየሦስት ወሩ ዋጋቸው እስከ $15 እስከሚደርስ ድረስ እነዚህን መድኃኒቶች አንድ ጊዜ መውሰድ ይችላሉ። የእርስዎ PCP ለፋርማሲስቱ የሚሰጡትን የመድኃኒት ማዘዣ ይጽፍልዎታል።

የእርስዎን መድኃኒቶችን በተመለከተ የበለጠ ለመረዳት የእርስዎን የአባል መመሪያ አነስተኛ መጽሐፍ ይመልከቱ።

የእርስዎን ጥቅማ ጥቅሞች እንዴት እንደገና ማሳደስ እንደሚችሉ

የእርስዎን የጤና ጥቅማ ጥቅሞች ያስጠብቁ! እነዚህን ቀላል ቅደም ተከተሎች በመከተል በጊዜው ያሳድሱ፡-

የእርስዎን ፖስታ ይከታተሉ – ከ Department of Human Services, Economic Security Administration (ESA) የሚላክልዎትን የዕድሳት ማድረጊያ ቅጽ የእርስዎ ጥቅማ ጥቅም ከማለቁ በፊት በ 90 ቀናት ውስጥ ስለሚላክልዎት ይህንኑ ይጠባበቁ።

የዕድሳት ማድረጊያ ቅጹን ይሙሉት – መረጃውን በሙሉ ይሙሉት፤ በቅጹ ላይ መፈረምዎን እርግጠኛ ይሁኑ።

የዕድሳት ማድረጊያ ቅጹን በጊዜ ይመልሱት – በፖስታ ቤት፣ በስልክ፣ በፋክስ ይላኩ ወይም በአቅራቢያ ያለ የ ESA Service Center ይሂዱ።

ከ ESA የሚላኩትን ተጨማሪ እርምጃዎች ምን እንደሆኑ ይጠባበቁ – ተጨማሪ መረጃ ካስፈለገ፣ በመቀጠል ምን ማድረግ እንዳለብዎት የሚናገር ደብዳቤ ይደርስዎታል፤ ESA ሁሉም አስፈላጊ መረጃ ከደረሰው፣ የእርስዎ ጥቅማ ጥቅሞች እንደሚለወጡ የሚነገር ማስታወቂያ ይደርስዎታል።

ምንም ማድረግ እንዳለብዎት እርግጠኛ አይደሉም?

ለበለጠ መረጃ፣ ይህን ይጎብኙ፡-

- www.myamerigroup.com/DC
- በእርስዎ አቅራቢያ ያለ ESA Service Center

የእርስዎ የ Amerigroup ግብዓቶች

የአባል መብቶች እና ግዴታዎች

እንደ Amerigroup አባልነትዎ፣ በርካታ መብቶች እና ግዴታዎች አልዎት። የተወሰኑትን ዘርዝረናል፣ ነገር ግን ተጨማሪ ለማግኘት የአባል መረጃ መስጫ መጽሐፉን መመልከት ይችላሉ።

የሚከተሉት መብቶች አሉዎት፡-

- ለአስቸኳይ ሕክምና PCP ወይም ተጠባባቂ ሐኪምን በቀን 24 ሰዓታት፣ በዓመት 365 ቀናት ማግኘት
- ከእርስዎ PCP ጋር ስለየእርስዎ የሕክምና ሪኮርድ መነጋገር እና የሪኮርዱ አጭር ማጠቃለያ እንዲሰጥዎት መጠየቅ
- በአክብሮት እና በክብር መስተናገድ እና በጤና ክብካቤ ሰጪዎች፣ የእነርሱ ሠራተኞች እና በሁሉም የ Amerigroup ተባባሪዎች የእርስዎ የግል የጤና መረጃ በምሥጢር እንዲጠበቅ ማስደረግ

የሚከተሉት ግዴታዎች አሉብዎት፡-

- ሁሉንም የሕክምና ቀጠሮዎች ማክበር እና በሰዓቱ መገኘት፣ የሚዘገዩ ወይም የሚቀሩ ከሆነ ከቀጠሮው በፊት 24 ሰዓታት ቀደም ብለው ለእርስዎ ዶክተር በመደወል ማሳወቅ
- በመታወቂያዎ ላይ ያለውን መረጃ ማስተካከል በአፋጣኝ ወደ አባል አገልግሎቶች ይደውሉ እንዲሁም የእርስዎን PCP ለመቀየር ወደ www.myamerigroup.com/DC በመሄድ ይመዝገቡ
- የእርስዎን በሐኪም የሚታዘዙ መድኃኒቶችን በአፋጣኝ ያግኙ እና መድኃኒቶቹን ዶክተሩ ባዘዝዎት መሠረት ይውሰዱ

በስህተት ክፍያ እንድፈጽም ከተጠየቅኩስ?

እንደ Amerigroup አባልነትዎ፣ ከእርስዎ PCP ወይም ስፔሻሊስት በጭራሽ የክፍያ መጠየቂያ ደረሰኝ ሊደርስዎት አይገባም። ካጋጠምዎት፣ ወደ አባል አገልግሎቶች በስልክ ቁጥር 1-800-600-4441 (TTY 711) ይደውሉ።

ጥያቄ ወይም አቤቱታ ካለኝስ?

ስለ የእርስዎ ጥቅማ ጥቅሞች ችግር ወይም አሳሳቢ ነገር ካሉዎት ወደ አባል አገልግሎቶች 1-800-600-4441 (TTY 711) ይደውሉ። አስቸኳይ የሕክምና ችግር ካለብዎት፣ በ24 ሰዓታት ውስጥ መፍትሄ ያገኛል። አስችኳይ ያልሆነ የሕክምና ችግር ካለብዎት፣ በአምስት ቀናት ውስጥ መፍትሄ ያገኛል። የሕክምና ችግር ካልሆነ፣ በ30 ቀናት ውስጥ መፍትሄ ያገኛል።

ስለ የእርስዎ Amerigroup ጥቅማ ጥቅሞች እንዲሁም እንዴት ሊያገኙዋቸው እንደሚችሉ የበለጠ ለመረዳት:-

- የቅርብ ጊዜውን የአባል አነስተኛ መጽሐፍ ወይም የአገልግሎት አቅራቢ ማውጫ መሥመር ላይ (ኦንላይን) ለማየት www.myamerigroup.com/DC ን ይጎብኙ
- ቅጂ ለእርስዎ በፖስታ ቤት በኩል እንዲላክልዎት ለማስደረግ በ 1-800-600-4441 (TTY 711) ይደውሉ

ጥያቄዎች?

ወደ እኛ መድረስ ቀላል ነው።

- ወደ የእርስዎ መለያ (አካውንት) www.myamerigroup.com/DC ላይ ተመዝግበው ይግቡ
  - ደኅንነቱ የተጠበቀ መልእክት ለእኛ ይላኩልን ወይም
  - ተመልሶ መደወያን ቀጠሮ ያስይዙ ወይም
- ወደ የአባል አገልግሎቶች ክፍል በስልክ ቁጥር 1-800-600-4441 (TTY 711) ከሰኞ እስከ ዓርብ ከጠዋቱ 8 a.m. እስከ ምሽቱ 6 p.m. ምሥራቃዊ የሰዓት አቆጣጠር ድረስ ይደውሉ።

በእያንዳንዱ የእርምጃ መውሰጃ መንገድ ላይ ለማገዝ ከጎንዎ አለንልዎት!

በእርስዎ የጤና ክብካቤ ላይ፣ ከእኛ ጋር በመነጋገር ላይ፣ ወይም እኛ የምንልክልዎትን ነገሮች በማንበብ ላይ እገዛ ያስፈልግዎታል? የእኛን የሚነበቡ ነገሮች በሌሎች ቋንቋዎች እና ቅርጸቶች በእርስዎ ላይ ምንም ወጪ ሳያስከትልብዎት እንሰጥዎታለን። በነጻ የስልክ መሥመር በስልክ ቁጥር 1-800-600-4441 (TTY 711) ይደውሉልን።

건강 관리에 도움이 필요하십니까? 아니면 저희와 연락하시거나, 보내드리는 자료를 읽는 데 도움이 필요하십니까? 자료를 다른 언어 및 형식으로 무료로 제공해드립니다. 저희에게 1-800-600-4441 (TTY 711) 번으로 연락해 주십시오.

您在醫療保健方面、與我們交流或閱讀我們寄送的材料時是否需要幫助？我們可為您免費提供其他語言和格式的材料。請撥打我們的免費電話 1-800-600-4441（聽障專線 711）

Avez-vous besoin d’aide pour vos soins de santé, pour parler avec nous ou pour lire ce que nous vous avons envoyé ? Nous pouvons vous fournir gratuitement nos documents dans d’autres langues et formats. Appelez notre numéro gratuit 1-800-600-4441 (TTY 711).

Quý vị có cần trợ giúp liên quan tới chăm sóc sức khỏe, nói chuyện với chúng tôi, hoặc đọc nội dung chúng tôi gửi cho quý vị không? Chúng tôi có cung cấp tài liệu bằng các ngôn ngữ và định dạng khác mà không tính phí cho quý vị. Hãy gọi chúng tôi theo số điện thoại miễn cước 1-800-600-4441 (TTY 711).

Amerigroup
An Anthem Company

የ Amerigroup ግብዓቶች

የአባል አገልግሎቶች/24-hour Nurse HelpLine
1-800-600-4441 TTY 711

የጥርስ ሕክምና - DentaQuest
1-844-876-7918 TTY 711

ትራንስፖርት አገልግሎት – MTM (Medical Transportation Management, Inc.)
1-888-828-1081 TTY 711

የዓይን ዕይታ – Avesis
1-833-554-1012 TTY 711

DHCE

WE ARE WASHINGTON DC
GOVERNMENT OF THE DISTRICT OF COLUMBIA
MURIEL BOWSER, MAYOR

This program is funded in part by the Government of the District of Columbia Department of Health Care Finance.

Do you need help with your health care, talking with us, or reading what we send you? We provide our materials in other languages and formats at no cost to you. Call us toll free at 1-800-600-4441 (TTY 711).

¿Necesita ayuda con el cuidado de la salud, para hablar con nosotros o para leer lo que le enviamos? Le ofrecemos nuestros materiales en otros idiomas y formatos sin costo alguno. Llame a nuestra línea gratuita al 1-800-600-4441 (TTY 711).