MedStar Family Choice

DISTRICT OF COLUMBIA

ተመዝጋቢ መጽሔት

በጋ 2023

በዚህ እትም

መልዕክት ከ ዶ/ር ቱ 2

ስለ ዲሲ የጤና መድህን ሽፋን አስፈላጊ ዜናዎች 3

የMedStar የኮሎምቢያ ዲስትሪክት የቤተሰብ ምርጫ የፌስቡክ ቡድንን ይቀላቀሉ! 4

ትምህርቶቻችን እና ዝግጅቶቻችን ላይ እንዲገኙ ተጋብዘዋል 5

የተገዢነት መሰረት 6

ሁሉንም ሰው እንደተገናኘ መቆየት ይገባዋል! 8

ወደ ትምህርት ቤት ለመመለስ እናግዝዎታለን! ... 9

ወደ ትምህርት ቤት የመመለስ ክትባቶች ያስፈልጋሉ እንዲሁም ነጻ ናቸው! 11

EPSDT ምንድን ነው እና ለምን ያስፈልጋል? 11

የአጠቃቀም አስተዳደር (UM) ምንድን ነው? 12

ለሁሉም ተመዝጋቢዎች መጓጓዣ ይቀርባል። 13

ወደ ጥርስ ሃኪም የሚደረግ ጉዞ እንደ ትምህርት ቤት አቅርቦቶች አስፈላጊ ነው 14

DHCF Department of Health Care Finance

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

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

MFCDC 072023

መልዕክት ከ ዶ/ር ቱ

ለኛ እቅድ አዲስ ለሆናችሁ፣ ወደ MedStar የኮሎምቢያ ዲስትሪክት የቤተሰብ ምርጫ (MFC-DC) እንኳን ደህና መጡ! እርስዎ እና ሌሎች ሁሉም ተመዝጋቢዎቻችን እኛ ጋ ስላላችሁ ደስተኛ ነን። በበጋው ሞቃታማ ቀናት ሲደሰቱ እባክዎ የሚከተሉትን ያስታውሱ፦

- Medicaid፣ Alliance ወይም የስደተኛ ልጆች ፕሮግራም ያላቸው ሁሉም የዲሲ ነዋሪዎች ሽፋናቸውን ማደስ መጀመር አለባቸው። ምን ማድረግ እንዳለብዎት ለማወቅ እባክዎ የሚቀጥለውን ጽሁፍ ያንብቡ።
- እባክዎ የበጋን የሚያስደስት ጊዜ በፍጥነት ሊያቆም ከሚያስችለው፣ የጸሃይ ቃጠሎ፣ የሙቀት ስትሮክ፣ የትኋን ንክሻ እና የምግብ መመረዝ ይጠንቀቁ።
- የበጋ ንፋሶች ሲቀንሱ፣ ወደ ትምህርት ቤት የመመለስ ዝግጅት ይጀምራል። በዚህ እትም ውስጥ ለአዲሱ የትምህርት አመት መጀመሪያ ለመዘጋጀት የሚረዱዎት ብዙ ጽሁፎች አሉ።

ቡድናችን ለጥያቄዎችዎ መልስ ለመስጠት፣ በቀጠሮዎችዎ እርስዎን ለመርዳት እና የእርስዎን የጤና እንክብካቤ ፍላጎቶች ለመደገፍ ሁልጊዜ እዚህ አለ። በማንኛውም መልኩ ልንረዳዎ የምንችል ከሆነ፣ እባክዎ የተመዝጋቢ አገልግሎቶች ጋር በ **888-404-3549** ይደውሉ፣ ወይም እኛን በ MedStarFamilyChoiceDC.com ይጎብኙን።

ከአክብሮት ጋር፣

ሬይመንድ ቱ፣ M.D.፣ M.S.፣ F.A.C.R.
ዋና የህክምና ሀላፊ፣ MedStar Family Choice District of Columbia

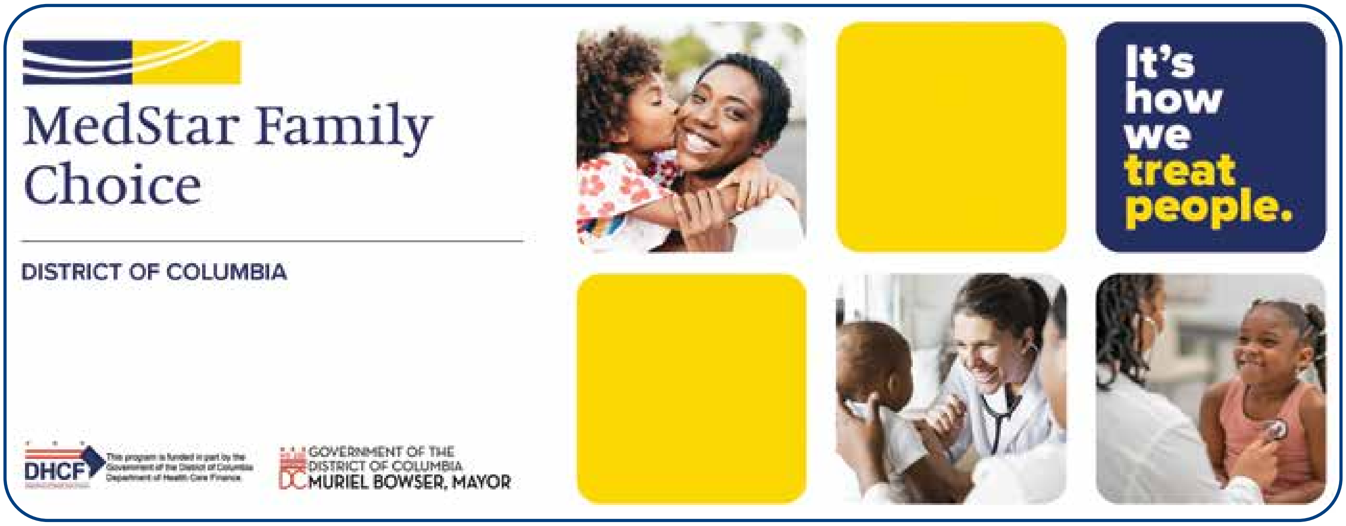
ስለ ዲሲ የጤና መድህን ሽፋን አስፈላጊ ዜናዎች

በ2023 በMedicaid የጤና መድንዎ አስፈላጊ ለውጦች እየተከሰቱ ነው። በውጤቱም፣ በብዙ አመታት ውስጥ ለመጀመሪያ ጊዜ ለራስዎ እና ለቤተሰብዎ ሽፋን ማደስ ይኖርብዎታል። አስፈላጊ መረጃ እንዳገኙ እና ሁሉንም ወሳኝ ቀነ ገደቦች እንዳሟሉ ለማረጋገጥ፣ ዛሬውኑ አንድ ደቂቃ ወስደው የእውቂያ መረጃዎን ያዘምኑ። ለማደስ ጊዜው ሲደርስ፣ የጤና እንክብካቤ የፋይናንስ መምሪያ ቅጾቹን ወደ አዲሱ አድራሻዎ ይልካል።

በCOVID-19 ወረርሺኝ ጊዜ ቤት ቀይረዋል? ያሳውቁን! ስልክ ቁጥርዎን ቀይረዋል? ያሳውቁን! የፈለጉት አዲስ ስራ ሊኖርዎ ይችላል — ያንንም ያሳውቁን! የከተማውን የጥቅማጥሞች ፖርታል፣ በተንቀሳቃሽ ስልክዎ፣ ላፕቶፕዎ፣ ዲስክቶፕ ኮምፒተርዎ ወይም ታብሌትዎ ላይ ሁሉንም እነዚህን ዝማኔዎች በ districtdirect.dc.gov መፈጸም ይችላሉ።

ያስታውሱ፣ ፖርታሉን ለማግኘት መጀመሪያ መለያ መፍጠር አለብዎት። ተንቀሳቃሽ መሳሪያ እየተጠቀሙ ከሆነ፣ የ District Direct ቀጥታ የተንቀሳቃሽ ስልክ መተግበሪያን ከ Google Play ወይም Apple App Store ማውረድ ይችላሉ። የትኛውንም አይነ ቅርጸት ቢወስኑ፣ ዋናው ነገር አሁን እርምጃ መውሰድ ነው! ተጨማሪ እርዳታ ከፈለጉ፣ ለህዝብ ጥቅማጥቅሞች የጥሪ ማዕከል በ**202-727-5355** በ7:30 a.m. እና 4:45 p.m. ባለው ጊዜ መካከል መደወል ይችላሉ

የMedStar የኮሎምቢያ ዲስትሪክት የቤተሰብ ምርጫ የፌስቡክ ቡድንን ይቀላቀሉ!



መረጃ እንዲኖርዎ እንዲያውቁ ለማገዝ እና ስለ ጤና እቅድዎ የሚማሩበት እና መረጃ የሚጋሩበት ቦታ ለመስጠት፣ የፌስቡክ ማህበረሰብ ቡድን ፈጥረናል።

ይህ የፌስቡክ ቡድን ስለሚከተሉት ልጥፎች ይገልጻል፦
የጤና እቅድ ዝማኔዎች
የማህበረሰብ ዝግጅቶች እና ትምህርታዊ ፕሮግራሞች
የጤና እንክብካቤ ማበረታቻዎች (ነጻ የስጦታ ካርዶች!)
የተመዝጋቢ ጥቅማጥቅሞች እና የጤና አገልግሎቶች
የመድሃኒት ቤት ዝማኔዎች
የጤና ጠቃሚ ምክሮች እና ሌሎችም!

በ facebook.com/groups/3345653428815826/ ላይ ውይይቱን ይቀላቀሉ ወይም የQR ኮድን ይቃኙ።

ትምህርቶቻችን እና ዝግጅቶቻችን ላይ እንዲገኙ ተጋብዘዋል

MedStar የኮሎምቢያ ዲስትሪክት የቤተሰብ ምርጫ ወርሃዊ ምናባዊ ትምህርቶችን እና በአካል የሚገኙባቸውን ዝግጅቶች ለእርስዎ እና ለቤተሰብዎ ያቀርባል።

ታዋቂ ከሆኑት ትምህርታዊ ፕሮግራሞቻችን መካከል አንዱ የስኳር በሽታ እና እርስዎ የምግብ አሰራር እና በደንብ የመመገብ ፕሮግራም ነው። በአመት ሶስት ጊዜ ይካሄዳል እንዲሁም የሚከተሉትን ያቀርባል፦

- ፈቃድ ባላቸው አስተማሪዎች የአመጋገብ ትምህርት
- የስኳር በሽታን ለመቆጣጠር ጤናማ አመጋገብን ለማበረታታት ጤናማ ምክሮችን እና መርጃዎችን
- ፈቃድ ባላቸው የስነ ምግብ ባለሙያዎች ጤናማ እና ጣፋጭ የምግብ ዝርዝሮች የቀጥታ ስርጭት፣ ምናባዊ የምግብ አሰራር ማሳያ
- ለምናባዊ የምግብ አሰራር ትምህርት ትኩስ ምርት
- የተሳትፎ የምስክር ወረቀት

አንድ ተመዝጋቢ ስለ ፕሮግራሙ የተናገረው ይህ ነበር፣ *"በክፍል ውስጥ የተዘጋ የልብ ቧንቧ ህመም የነበረብኝ እኔ ነኝ! ለስኳር ህመም ትምህርቶቹ በጣም አመሰግናለሁ! በጣም ጥሩ ነበሩ! አንድ ጊዜ ስለነሱ ካወቅኩኝ በኋላ፣ ምርቃታችንን ጨምሮ በእያንዳንዳቸው ተገኝቼ ተደስቼባቸዋለሁ! ከሳምንት ወደ ሳምንት ሁሉንም ነገር በአንድ ላይ ለመሰብሰብ ለምታደርጉት ጥረት ሁላችንም አመሰግናለሁ!"*

ስለ ቀጣዩ የስኳር ህመም እና እርስዎ የምግብ አሰራር እና በደንብ የመመገብ ፕሮግራማችን እና ስለ ሌሎች ትምህርታዊ ክፍሎቻችን እና ዝግጅቶቻችን መረጃ ለማግኘት፣ እባክዎ በድረገጻችን ላይ የሚገኘውን የዝግጅቶች እና የስርጭት ፕሮግራሞችን በ **MedStarFamilyChoiceDC.com/Enrollees/Events-and-Outreach-Programs** ይጎብኙ።

የተገዢነት መሰረት

እርስዎ ላይ ተጽዕኖ ሊያሳድሩ የሚችሉ የ Medicaid የማጭበርበር ምልክቶች

አንዳንድ የMedicaid የማጭበርበር አይነቶች ለመለየት አስቸጋሪ ናቸው። የሚፈልጉትን ካወቁ ሌሎች አይነቶችን ለማወቅ ቀላል ናቸው። የMedicaid ማጭበርበር የተለመዱ ምልክቶች የሚከተሉትን ያካትታሉ፦

- በተለምዶ በMedicaid ለሚሸፍኑ አገልግሎቶች ከአቅራቢው የክፍያ ደረሰኝ መቀበል።
- ለተጨማሪ፣ አላስፈላጊ የህክምና ሂደቶች፣ ምርመራዎች ወይም መድሃኒቶች ከአቅራቢዎች ቅናሾችን መቀበል።
- የጥቅማጥቅሞች መታወቂያ ካርድዎን ለመበደር ከአንድ ሰው ጥያቄ መቀበል።
- የጥቅማጥቅሞች መታወቂያ ካርድዎን ያለቦታው ማስቀመጥ፣ ሌላ ሰው እንዲጠቀምበት ተጋላጭ ያደርግዎታል።
- ቀጠሮዎን ለማረጋገጥ ካላገኟቸው የጤና እንክብካቤ አቅራቢዎች ጥሪዎችን፣ ኢሜይሎችን ወይም ሌሎች ግንኙነቶችን መቀበል።
- የእርስዎ የህክምና መሳሪያ ለመወሰድ ዝግጁ መሆኑን ለማሳወቅ እርስዎ ካላገኟቸው የህክምና አቅራቢዎች ጥሪዎችን፣ ኢሜይሎችን ወይም ሌሎች ግንኙነቶችን መቀበል።

- በፋይልዎ ውስጥ እውነት ያልሆነ የህክምና ታሪክ ማስረጃ። ይህ ምናልባት አንድ ሃኪም ፈጽሞ ያልተመረመሩበትን በሽታ ወይም አጋጥሞዎት የማያውቁትን ጉዳት ሲጠይቅዎ ሊደረስበት ይችላል። ይህ ምናልባት አንድ ሰው የእርስዎን ጥቅማጥቅሞች ለማግኘት ወይም ለመጠቀም እንደ እርስዎ እያስመሰለ መሆኑን የሚያሳይ ምልክት ሊሆን ይችላል።

የMedicaid ማጭበርበር ሰለባ እንደነበሩ ወይም ሊሆኑ እንደሚችሉ ከተጠረጠሩ፣ ጥርጣሬዎችን በተቻለ ፍጥነት ለMedicaid ሰራተኛዎ ወይም ለጉዳይ አስተዳዳሪዎ ማሳወቅ አስፈላጊ ነው። እንዲቀጥል ከተፈቀደ፣ በመለያዎ ላይ የሚደረግ ማጭበርበር ጥቅማጥቅሞችን ሊያስለቅቅ፣ ገንዘብ ሊያስወጣዎት እና እንደ ጥቅማጥቅሞች መጥፋት ያሉ ቅጣቶችን ሊያስከትልብዎት ይችላል።

የMedicaid ማጭበርበር ሪፖርት የሚደረግባቸው መንገዶች

የMedStar የጤና አንድነት የስልክ መስመር በ **877-811-3411**
የMedStar የጤና የኮርፖሬሽን የንግድ አንድነት ቢሮ (OCBI) በኢሜይል በ **Compliance@medstar.net** ወይም በስልክ በ**410-772-6606**
ለተገዢነት ሪፖርት ለማድረግ የMedStar ጤና ድር ጣቢያ **Compliance-Helpline.com/medstar.jsp**
የዲሲ የጤና እንክብካቤ የፋይናንስ ማጭበርበር የስልክ መስመር በ**877-632-2873**፣ **DHCF.DC.gov/page/reporting-fraud-waste-and-abuse-01** ይጎብኙ፣ ወይም ወደሚከተለው ደብዳቤ ይላኩ፦
Department of Health Care Finance
Division of Program Integrity
441 Fourth Street, NW
Washington, DC 20001

እንዲሁም ማጭበርበርን ወይም አጠራጣሪ እንቅስቃሴን ለግዛትዎ የሰብዐዊ አገልግሎቶች ባለስልጣን ወይም በአገር አቀፍ ደረጃ ለመርማሪ ጄነራል ቢሮ በመስመር ላይ በ OIG.HHS.gov/Fraud/ ሪፖርት ማድረግ ይችላሉ።

ሁሉንም ሰው እንደተገናኘ መቆየት ይገባዋል!

MedStar የኮሎምቢያ ዲስትሪክት የቤተሰብ ምርጫ ብቁ ለሆኑ ተመዝጋቢዎች፣ ስማርት ስልክ እና ያለ ምንም ወጪ ያልተገደበ አገልግሎት ለማቅረብ ከSafeLink Wireless® ጋር በመስራቱ ኩራት ይሰማዋል። ያልተገደበ ንግግር፣ ያልተገደበ የጽሁፍ መልዕክት እና ያልተገደበ የውሂብ አገልግሎት ያለው ስልክ ከፈለጉ፣ SafeLink Wireless ሊረዳዎ ይችላል። SafeLink Wireless በLifeline የሚደገፍ አገልግሎት ሲሆን፣ የመንግስት የጥቅማጥቅም ፕሮግራም ነው። ተመጣጣኝ የግንኙነት ፕሮግራም (ACP) በፌደራል የግንኙነቶች ኮሚሽን የሚተዳደር የፌደራል መንግስት የጥቅማጥቅም ፕሮግራም ነው። ሁለቱም እዚህ ያሉት በአሜሪካ ውስጥ ያሉ ቤተሰቦች የግንኙነት መዳረሻ እንዳላቸው ለማረጋገጥ ነው። እንዲሁም SafeLink Wireless የእርስዎን ስልክ ያቆዩ (Keep Your Own Phone) እቅድ አለው።

የበለጠ ለማወቅ እና ለፍላጎቶችዎ በተሻለ መልኩ የሚስማማውን አቅርቦት ለማመልከት SafeLink.com/en/ACP15ን ይጎብኙ ወይም ወደ 800-SafeLink ይደውሉ። በአሁን ጊዜ በLifeline ብቻ ፕሮግራም ውስጥ ከተመዘገቡ፣ ወደ SafeLink Wireless መለያዎ ይሂዱ እና የACP ጥቅማጥቅሞችን ለማግኘት አማራጩን ይምረጡ፣ ይህ በጣም ወቅታዊ የሆነውን እና የተሻሻለውን ቅናሽ እንደሚያገኙ ያረጋግጣል።

ወደ ትምህርት ቤት ለመመለስ እናግዝዎታለን!

በድጋሚ ያ ጊዜ ነው እና በ2023-2024 የትምህርት ዘመን ወደ ትምህርት ቤት የመመለስ እንቅስቃሴዎች እና መርጃዎች እንዲጀምሩ ለማገዝ እዚህ አለን። በየአመቱ የዲሲ የህዝብ ትምህርት ቤቶች (DCPS) ሁሉም ለትምህርት የደረሱ ልጆች ትምህርት ከመጀመሩ በፊት የእነርሱን ሃኪም እንዲጎበኙ ይጠይቃሉ። ወላጆች ማድረግ ያለባቸው አስፈላጊ ነገሮች እነዚህ ናቸው፦

- በበልግ 2023 ትምህርት ከመጀመሩ በፊት የልጅዎን የልጅ ጉብኝት፣ የጥርስ ህክምና ምርመራ እና የተመከሩ ክትባቶች እንዲጠናቀቁ ያድርጉ።
- በጤና አቅራቢው የሚሞሉ ለልጅዎ/ልጆችዎ ቀጠሮ ምርመራዎች የዩኒቨርሳል የጤና ሰርትፍኬት ቅጽ እና የአፍ ጤና ግምገማ ቅጹን ይውሰዱ።
- ልጅዎ/ልጆችዎ ትምህርት ቤት እንዲገቡ፣ ለ DCPS የተሟላ የዩኒቨርሳል የጤና ሰርትፍኬት ከክትባት መረጃ ቅጽ እና የቃል ጤና ግምገማ ቅጽ ጋር ያቅርቡ።

ተረድተንዎታል. . .ልጅዎ ጤነኛ እና ለመማር ዝግጁ እንዲሆን የልጅ ምርመራ፣ የጥርስ ህክምና ጉብኝት፣ እና ክትባቶች ቀጠሮ ለማስያዝ ልናግዝዎት እንችላለን። እንዲሁም አስፈላጊ ከሆነ በመጓጓዣ መርሃግብር መርዳት እንችላለን። ትምህርት ቤቶች እና የአትሌቲክስ ፕሮግራሞች የቡድን ስፖርቶችን ለመጫወት የአካል፣ የክትባት እና የደም ምርመራዎችን ሊጠይቁ ይችላሉ። MedStar Family Choice District of Columbia (MFC-DC) ለሁሉም ልጆች፣ አመታዊ እንቅስቃሴን እና የስፖርታዊ እንቅስቅሴን ጊዜያዊ እና ተስማሚ የሆኑ የአካል እንቅስቃሴዎችን ይደግፋል። በ DC Health እና የጤና እንክብካቤ ፋይናንስ መምሪያ ለተቀመጡት መመሪያዎች የሚገዙ ሁሉንም ተመዝጋቢዎች እንደግፋለን።

አንድ ጊዜ ልጅዎ/ልጆችዎ ደህና ልጃቸውን ወይም የጥርስ ህክምናን ሲያጠናቅቁ፣ ከ$25 እስከ $50 የሚደርስ የስጦታ ካርድ ሊያገኙ ይችላሉ። እንዲሁም ልጆችን በትምህርት ቤት አቅርቦቶች የተሞላ ቦርሳ እና ሌሎችንም እናዘጋጃለን! ቦርሳውን በቀረበው ቦታ፣ በተመደበው የማህበረሰብ ቦታዎች ላይ መውሰድ ይቻላል ወይም በፖስታ ይላክልዎታል። ለሚመጡ ወደ ትምህርት ቤት መመለስ ዝግጅቶች ድህረ ገጻችንን በMedStarFamilyChoiceDC.com/enrollees/events-and-outreach-programs ይመልከቱ።

ጥያቄዎች ካሉዎት፣ እባክዎ በ**202-363-4348** ወይም **855-798-4244** (ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች 1ን ከዚያም ለስርጭት ተወካይ 2ን ይምረጡ። TTY ተጠቃሚዎች በ 7-1-1) ይደውሉ። እንዲሁም መረጃ በድረገጻችን ላይ በMedStarFamilyChoiceDC.com/enrollees/events-and-outreach-programs ላይ ሊገኝ ይችላል ወይም አስፈላጊ የሆኑ ቅጾችን ለማግኘት DCHealth.DC.gov/Service/Immunization-Formsን መጎብኘት ይችላሉ።

ወደ ትምህርት ቤት የመመለስ ክትባቶች ያስፈልጋሉ እንዲሁም ነጻ ናቸው!

ሁሉም የዲሲ ተማሪዎች በትምህርት ቤታቸው ፋይል ላይ ወቅታዊ የሆነ የክትባት ማረጋገጫ ሊኖራቸው ይገባል። ቤተሰቦች ክትባቶችን የሚያገኙበት ከሁሉ የተሻለው ቦታ በዋና የህክምና አቅራቢያቸው በኩል ነው። እንዲሁም DC Health እና አጋሮቹ በመላው ዲስትሪክት ነጻ የክትባት እድሎችን እየሰጡ ነው። የበለጠ ለማወቅ DCHealth.DC.gov/page/immunizationsን ይጎብኙ። በትምህርት ቤት አስፈላጊ ለሆኑ ክትባቶች ዛሬውኑ ቀጠሮ ይያዙ!

EPSDT ምንድን ነው እና ለምን ያስፈልጋል?

MedStar የኮሎምቢያ ዲስትሪክት የቤተሰብ ምርጫ (MFC-DC) ልጅዎ የEPSDT የጤና እንክብካቤ ፍላጎቱን እና መስፈርቶችን እንዲያሟላ በየአመቱ ሃኪሙን እንዲጎበኝ ይፈልጋል። EPSDT ማለት የህጻናት ቀዳሚ እና ወቅታዊ ማጣሪያ፣ ምርመራ እና ህክምና ማለት ነው። የልጆችዎ የአመቱ የሀኪማቸው ጉብኝት ላይ፣ ሁሉም የልጅዎ የጤና እንክብካቤ ፍላጎቶች እና መስፈርቶች እንደተሟሉ ያረጋግጣሉ። ለምሳሌ፣ ሀኪምዎ ልጅችዎ በሁሉም አስፈላጊ ክትባቶች በቅርብ እየተከታተሉ መሆናቸውን ያረጋግጣል። እድሜያቸው ከሁለት እና ከዚያ በታች የሆኑ ልጆች ለሊድ የደም ምርመራ እንዲያደርጉ እንደሚጠየቁ ማወቅ አስፈላጊ ነው። እንደዚሁም ሁሉም ህፃናት እና ታዳጊ ወጣቶች የደም ማነስ በሽታን (ጤናማ የደም ሴሎች ማጣት) ለመመርመር የኮሌስትሮል መጠናቸውን ከደም ምርመራ ጋር መለካት አስፈላጊ ነው። የሚመከር የልጅ እና የታዳጊዎች የክትባት መርሃግብርን ለማየት፣ U.Sን ይጎብኙ። የጤና መምሪያ እአ ሰብዐዊ የአገልግሎቶች ማዕከል ለበሽታ መቆጣጠሪያ እና መከላከያ (CDC) ድህረ ገጽ በCDC.gov/vaccines/schedules/downloads/child/0-18yrs-child-combined-schedule.pdf

የአጠቃቀም አስተዳደር (UM) ምንድን ነው?

ተመዝጋቢዎች የሚፈለገውን የጤና እንክብካቤ አገልግሎቶች ማግኘታቸውን ለማረጋገጥ፣ MedStar የኮሎምቢያ ዲስትሪክት የቤተሰብ ምርጫ (MFC-DC) የመገልገያ ግምገማ የሚባል መሰረታዊ ሂደትን ይከተላል። ሂደቱ የሚጀምረው የተመዝጋቢው ሃኪም (ሃኪም፣ ተለማማጅ ነርስ፣ ወይም የህክምና አቅራቢ) ለህክምና አገልግሎቶች ለማግኘት ጥያቄን ወደ MFC-DC የአጠቃቀም አስተዳደር (UM) መምሪያ ሲልክ፣ ብዙ በፋክስ፣ ክሊኒካዊ ሰራተኞቻችን እንደ InterQual፣ ASAM እና የMedicaid ውል ያሉ መመሪያዎችን በመከተል ሁሉንም ጥያቄዎች ይገመግማሉ እንዲሁም በህክምና አስፈላጊነት ላይ በመመስረት ውሳኔዎችን ያደርጋሉ።
ከላይ ከተጠቀሱት መመሪያዎች ውስጥ የትኛውንም የማያሟሉ የተመዝጋቢ ፍላጎቶች የመጨረሻ ውሳኔ ለመወሰን ከህክምና ዳይሬክተሮቻችን በአንዱ ይገመግማሉ። የ UM ውሳኔዎች መሠረት የሚያደርጉት አገልግሎቱ ለህክምና አስፈላጊ መሆኑን እና ሽፋን ያለው ጥቅማጥቅም መሆኑን በማየት ብቻ ነው። የኛ የUM ሰራተኞች፣ አቅራቢዎች፣ ወይም ከኛ ጋር ውል ያለው ማንኛውም ሰው ሽፋን እና እንክብካቤ በመከልከላቸው ምክንያት የሚያገኙት የገንዘብ ሽልማት (ክፍያ) የለም። በተጨማሪ፣ ያነሰ የአገልግሎቶች አጠቃቀምን በማበረታታቸው ምክንያት እነሱ ምንም የገንዘብ ሽልማት (ክፍያ) አያገኙም።

ጥያቄዎች ሙሉ እንደሆኑ የሚቆጠሩት ለ MFC-DC ሁሉም አስፈላጊ የህክምና መረጃ ሲደርሰው ነው።

- ለህክምና ጥያቄዎች፣ ጥያቄው እንደደረሰን በ24 ሰዓታት ውስጥ ውሳኔ እንወስናለን፣ ወይም ተጨማሪ የህክምና መረጃ እንጠይቃለን።
- ለአስቸኳይ ጥያቄዎች፣ የመጨረሻው ውሳኔ ጥያቄውን ከደረሰ ጀምሮ ከ72 ሰአታት በላይ አይፈጅም።
- ለመደበኛ ወይም ለእለት ከእለት እንቅስቃሴ ጥያቄዎች፣ የህክምና መረጃ ቢደርስም ባይደርስም የመጨረሻ ውሳኔ ከ14 ቀናት በላይ አይወስድም።

MFC-DC ጥያቄውን ውድቅ ካደረገ፣ ተመዝጋቢው እና ባለሙያው የክልከላ ደብዳቤ ቅጂ ይደርሳቸዋል። አስፈላጊ ከሆነ፣ ደብዳቤው ውሳኔው ላይ እንዴት ይግባኝ መጠየቅ እንደሚቻል ዝርዝር መመሪያዎችን ይሰጣል።

ለሁሉም ተመዝጋቢዎች መጓጓዣ ይቀርባል።

እኛ በ Access2Care አማካኝነት ለሁለቱም ለ DC Healthy Families እና DC Healthcare Alliance እቅዶች የትራንስፖርት አገልግሎቶች እንሰጣለን። ይህ አገልግሎት ለተመዝጋቢዎቻችን ምንም ወጪ የለውም። COVID-19 ክትባቶችን ጨምሮ ለህክምና ቀጠሮ መጓጓዣ ከፈለጉ፣ 24/7 ወደ **866-201-9974** በመደወል ቀጠሮ መያዝ ይቻላል። የትራንስፖርት ቀጠሮ ማስያዝ ያለብዎ ከመደበኛው ቀጠሮ ቢያንስ ሶስት የሥራ ቀናት በፊት ነው። አስቸኳይ ጉብኝቶች ወይም የልጅ የመጀመሪያ እና ወቅታዊ ማጣሪያ፣ምርመራ እና የህክምና (EPSDT) ጉብኝቶች ቀን ቢያንስ ከአንድ የስራ ቀን በፊት ቀጠሮ መያዝ አለበት።

ወደ ጥርስ ሃኪም የሚደረግ ጉዞ እንድ ትምህርት ቤት አቅርቦቶች አስፈላጊ ነው

ወደ ትምህርት ቤት መመለስ የጥርስ ህክምና አጋራችን ከሆነው Avēsis ጋር የምርመራ ጊዜ ነው። ልጆቻችሁ ሊያጋጥሟቸው የሚገቡት ብቸኛ ልምምዶች በነጭ ሰሌዳው ላይ መሆን አለባቸው።

የጥርስ ህክምና ጉብኝቶች ከፈገግታዎች እኩል ይሆናል

ለወጣቶች፣ ወደ ጥርስ ሃኪም የሚደረግ ጉዞ ደስተኛ ፈገግታን ያሳያል። ምርመራዎች ከመጀመራቸው በፊት መቦርቦርን ሊይዙ ይችላሉ። እና የጥርስ መበስበስን መከላከል ይችላሉ። የልጅዎ ጉብኝት ከምርመራ ጋር ጽዳት እና bite-wings የሚባሉትን ራጆች ያካትታል። መበስበስን ለመከላከል የፍሎራይድ ህክምናዎች እና ማሸጊያዎችም ሊመከሩ ይችላሉ። (ስለተሸፈኑ ጥቅማጥቅሞች የጥርስ ሃኪምዎን ይጠይቁ።)

እንደ 1-2-3 ቀላል

ጥሩ የአፍ ጤንነት መኖር ቀላል ነው። እነዚህን ሶስት ነገሮች ብቻ አስታውሱ፦

1. የጥርስ ሃኪሙን በየጊዜው ይጎብኙ።
2. በቀን ሁለት ጊዜ ይቦርሹ እና በቀን አንድ ጊዜ አንድ ጊዜ በክር ያጽዱ።
3. ጤናማ ምግቦችን ይመገቡ።

የምሳ እቃቸውን ማሸግ

እነዚህ ምግቦች ይዞ ለመሄድ ጥሩ ናቸው። ABCዎችን ይምረጡ — ፖም፣ እንጆሪ፣ ሴለሪ — እና ሌላ የሚቆረጠሙ ፍራፍሬዎችን እና አትክልቶችን ይምረጡ። በዲፕ፣ በቼዳር አይብ፣ በክሬም አይብ፣ በሁመስ እና እርጎ ጥሩ ናቸው። ስኳር እና ስታርች (ዳቦዎች፣ ዳቦ፣ ቂጣ በቅቤ) ያላቸውን ምግቦችን ይገድቡ። እነዚህ የባክቴሪያ እድገትን ያበረታታሉ።[1]

በቤት ስራ መርዳት

የልጅዎ ወደ ጥርስ ሃኪም የሚያደርገው ጉብኝት ጤናማ ፈገግታን ለመጠበቅ አንዱ አካል ብቻ ነው። የቤት ስራም አለ! ነገር ግን ጥሩ የሆነው ዜና በየቀኑ አምስት ደቂቃ ብቻ ይፈጃል፦ በቀን ሁለት ጊዜ ለሁለት ደቂቃዎች መቦረሽ እና ለአንድ ደቂቃ ያህል በክር ማጽዳት። ልጆች ምንም እንኳን ከመቦረሽዎ በፊት ጥሩ ቢሆንም ከማንኛውም ምግብ በኋላ በክር ማጽዳት ይችላሉ።

1 https://www.colgate.com/en-us/oral-health/basics/nutrition-and-oral-health/tasty-dental-care-for-kids-seven-healthy-snacks-for-healthy-teeth-1013፣ ኖቬምበር 2019 ተገኝቷል።

የተወያየው ማስረጃ ለአጠቃላይ መረጃ አላማዎች ብቻ የታሰበ ሲሆን እንደ የህክምና ምክር ሊተረጎም አይገባም። ምንም እንኳን መረጃው አስተማማኝ እንደሆኑ ከሚታመኑ ምንጮች ቢሰበሰቡም፣ እባክዎ የግለሰቡ ሁኔታዎች ሊለያዩ እንደሚችሉ ልብ ይበሉ። የአፍ ጤንነት በተመለከተ ውሳኔ ሲወስኑ ሁል ጊዜ ፈቃድ ያለው ባለሙያ ማማከር አለብዎት።

ጤናማ ልማዶች ቀደም ቢጀመሩ የተሻሉ ናቸው፣

ልጅዎን ለማነሳሳት ከተቸገሩ፣ እነዚህን ጠቃሚ ምክሮች ይሞክሩ፦

አብረው ይቦርሹ፣ የቤተሰብ ጉዳይ ከሆነ፣ ሁሉም ያሸንፋል።

ሽልማቶችን ይስጡ። ለእያንዳንዱ ቀን የጥርስ የቤት ስራ ሲጠናቀቅ የወርቅ ኮከብ በቀን መቁጠሪያ ላይ ያስቀምጡ።

እነሱ እንዲመርጡ ያድርጉ። የሚያምር በ ADA-ፈቃድ ያለው የጥርስ ብሩሽ የግል ሊያደርገው ይችላል

ጊዜ ይስጡት። የእሸዋ ሰአት ቆጣሪ፣ የስልክ መተግበሪያ ወይም ተወዳጅ የሁለት ደቂቃ ዘፈን ይጠቀሙ።

ቀላል ያድርጉት፣ በክር ጥርስን ማጽዳት ለትንንሽ ጣቶች ከባድ ሊሆን ይችላል። መርዳት ወይም በአስደሳች ቀለሞች ሊጣሉ የሚችሉ የክር ማጽጃዎችን ማግኘት ይችላሉ።በዚህ መንገድ፣ ልጆች በራሳቸው ማድረግ ይማራሉ፣

MedStar Family Choice District of Columbia ተግባራዊ የሚሆኑ የፌደራል ሲቪል መብቶች ህጎችን ያከብራል እና በዘር፣ በቀለም፣ በብሄር ማንነት፣ በአካል ጉዳት ወይም በጾታ መሰረት ላይ አድሎ አያደርግም።

እንግሊዝኛን የማይናገሩ/ወይም የማያነቡ ከሆነ፣ እባክዎ ወደ **888-404-3549** ከ 8:00 ጥዋት እስከ 5:30 ከሰዓት ይደውሉ። ተወካይ ይረዳዎታል።

Si no habla o lee inglés, llame al **888-404-3549** entre las 8:00 a.m. y las 5:30 p.m. Un representante se complacerá en asistirle.

Nếu bạn không nói và/hoặc đọc tiếng Anh, xin gọi **888-404-3549** từ 8 giờ 00 sáng đến 5 giờ 30 chiều. Sẽ có người đại diện giúp bạn.

'영어로 대화를 못하시거나 영어를 읽지 못하시는 경우, 오전 8시 00분에서 오후 5시 30분 사이에 888-404-3549번으로 전화해 주시기 바랍니다. 담당 직원이 도와드립니다.

Si vous ne parlez pas ou lisez l'anglais, s'il vous plaît appeller **888-404-3549** entre 8:00 du matin et 5:30 du soir. Un représentant vous aidera.

የእንግሊዝንኛ ቋንቋ መናገርና ማንበብ የማይችሉ ከሆነ ከጧቱ 8:00 ሰዓት እስከ ቀኑ 5:30 ባለው ጊዜ በስልክ ቁጥር **888-404 3549** በመደወል እርዳታ ማግኘት ይችላሉ።

'如果不能講和/或不能閱讀英語, 請在上午 8:00 到下午 5:30之間給 888-404-3549 打電話, 我 們會有代表幫助

MedStar Family Choice

DISTRICT OF COLUMBIA

3007 Tilden Street, NW, POD 3N
Washington, DC 20008

ተመዝጋቢ መጽሄት በጋ 2023

የተመዝጋቢ መጽሄት የ MedStar Family Choice ዲስትሪክት ኦፍ ኮሎምቢያ ህትመት ነው። እቅድዎ ላይ ወይም በዚህ መጽሄት ውስጥ ስላለው ማንኛውም ነገር ተጨማሪ መረጃ ለማግኘት፣ እባክዎ MedStarFamilyChoiceDC.com ይጎብኙ።

Leslie Lyles Smith, ዋና ዳይሬክተር፣ MedStar Family Choice District of Columbia
ሬይመንድ ቱ፣ MD፣ ዋና የህክምና ሀላፊ፣ MedStar Family Choice District of Columbia
ሊሳ ማክዶኖ፣ የግንኙነቶች ስራ አስኪያጅ፣ MedStar Family Choice District of Columbia

MedStar Family Choice

DISTRICT OF COLUMBIA

3007 Tilden Street, NW, POD 3N
Washington, DC 20008
202-363-4348 ወይም **855-798-4244** (በነጻ የስልክ መስመር)
MedStarFamilyChoice.com

ACCREDITED NCQA HEALTH PLAN ACCREDITED

ACCREDITED NCQA CASE MANAGEMENT 3 YEARS

ሰዎችን የምናስተናግድበት መንገድ ነው።