



## Diiradda la saarayo: Daryeelka caafimaadka oo ka socda daryeel bixiyahaaga aasaasiga ah

Daryeel bixiyahaaga aasaasiga ahi, oo inta badan loo yaqaano PCP, waa qofka sida fiican u yaqaana caafimaadkaaga. Daryeel bixiyahaaga aasaasiga ah (PCP) wuxuu noqon karaa dhakhtar, kalkaaliso sare, ama kalkaaliyaha dhakhtarta. Haddii loo baahdo, PCP aad leedahay wuxuu kuu gudbin karaa qof takhasus u leh kansarka, uurka, daaweynta jirka iyo kuwo kale oo badan. Adeegyadani oo dhan waxaa caymiskooda daboolaa CareOregon. **Dhammaan baahidaada daryeelka caafimaad kala xiriir Dhakhtarkaaga PCP.**



### Xiriir la sameyso PCP aad leedahay.

Xubin ka tirsan CareOregon ahaan, waxaa si toos ah laguugu qoondeeyay PCP, waxaanad magacooda iyo lambarkooda ka heli doontaa kaarkaaga Aqoonsiga Xubinimo. Laakiin sidoo kale muhiim ayay u tahay PCP aad leedahay in uu ku barto. Isla marka aad hesho kaarkaaga Aqoonsiga Xubinimo, ballan la sameyso PCP lagu qoondeeyay — taasi oo loogu talagalay baaritaan joogto ah, xataa haddii aadan jiranyahay.

### Halkani waxaa ku qoran waxa xiriirka adag ee lala leeyahay PCP aad leedahay u eg yahay:



Waxaad aragtaa PCP aad leedahay wixii la xiriira baaritaannada joogtada ah iyo baaritaannada caafimaadka.



Waxaad heshaa daryeel loogu talagalay dhibaatooyinka caafimaad ee yaryar sida hargabka, flu, qandhada, xanuunka joogtada ah, iwm.



Wuxuu kaa caawin karaa ka hortagga dhibaatooyinka iyaga oo la soconaya caafimaadkaaga, iyo helista dhibaato jirta marka ay soo baxdo.



PCP aad leedahay ayaa inta badan ku arka, si uu si wanaagsan kuugu garto! Wuxuu:

- Xanuunka jira u ogaan karaa si fiican maxaa yeelay wuu fahamsan yahay caafimaadkaaga.
- Dib u eegi karaa daawooyinkaaga si uu xaqiijiyo in ay waqtiga la socdaan.
- Go'aansan karaa haddii aad u baahan tahay dad takhasus leh.
- Talo kaa siin karaa sidii aad u fiicnaan lahayd.
- Xaqiijin karaa in aad hesho waxa aad u baahan tahay si aad ugu sugnaato caafimaad.

### PCP, daryeelka degdega ah ama qolka gargaarka degdega ah?



Waxaad aadaa PCP aad leedahay kaasi oo loogu talagalay...

- ▶ Baaritaannada:
- ▶ Tijaabooyinka iyo baaritaanka caafimaad.
- ▶ Jirada fudud (hargab, flu, calool-istaaga, xasaasiyad/aleerjig murgacashada, iwm.)
- ▶ Daryeelka saacadaha dambe: waxaa dhici karta in ay haystaan qof diyaar u ah in shaqada loogu waco 'on call' ama waxaa la sameysan karaan ballan dhakhso ah.



Waxaad aadaa daryeelka degdega ah haddii...

- ▶ Aad u baahan tahay daryeel dhakhso ah oo PCP aad leedahay kuu sheego in aad aado daryeelka degdega ah ama uusan ku arki karin.
- ▶ Aanan lagu qoondeyn PCP.



Waxaad aadaa Qolka Gargaarka Degdega ah kaasi oo loogu talagalay...

Astaamaha nafta halista galinaya, sida kuwani:

- ▶ Laab xanuun
- ▶ Adkaanshaha neefsashada
- ▶ Jug madaxa soo gaarta
- ▶ Dhibaato maskaxeed

## Faa'iidooyinkaaga caafimaadka waxaa bixiya CareOregon, qorshahaaga caafimaadka Medicaid. Halkan ka ogow waxyaabo badan oo nagu saabsan.

Marka ay dadku ka hadlaan Medicaid ka jirta Oregon, waxaa dhici karta in aad maqasho iyaga oo dhahaya magacyo iyo warqado badan oo kala duwan. Sababtu waa in ay jiraan ururo badan oo ku lug leh xaqijinta in aad hesho daryeelka aad u qalanto. Sidee baad macne ugu yeeli kartaa haba yaraatee?

## Waxay gacan ka geysataa in aad uga fikirto Medicaid ka jirta Oregon in ay tahay sida qaabka pyramid oo kale.

**Maamulka Caafimaadka Oregon (OHA)** ayaa gacanta ku haya barnaamijka Medicaid ee loogu talagalay gobolka Oregon oo dhan, kaasi oo loogu yeero Qorshaha Caafimaadka Oregon (OHP).



**Health Share of Oregon (HSO)** waa waxa loo yaqaano daryeelka ururadu iska kaashadeen (CCO). Health Share of Oregon waxay ka hoos shaqeysaa OHA si ay ugu adeegto xubnaha ka tirsan OHP ee ku nool degaanka saddexda-magaalo ka kooban.



**CareOregon** waa mid ka mid ah dhowr bixiyayaasha caafimaadka oo ku yaala degaanka saddexda-magaalo ka kooban oo Health Share CCO ka caawiya n ay bixiso daryeel. Waxaan sidoo kale gacan ka geysanaa faa'iidooyinka daryeelka caafimaad iyo adeegyada ee loogu talagalay xubnaheena.



**Daryeel bixiyahaaga aasaasiga ah (PCP)** wuxuu noqon karaa dhakhtar, kalkaaliso sare, kalkaaliyaha dhakhtarta ama daaweynta bedelka ah 'naturopath'. Waxay isku duwaan daryeelkaaga aad la leedahay CareOregon iyo xubnaha kale ee kooxda caafimaadka sida dhakhaatiirta ilkaha, bixiyayaasha daryeelka caafimaadka maskaxda, farmashiyayaasha iyo kuwo kale.



### CareOregon waxay bixisaa adeegyada kuwan oo kale ah ee loogu talagalay xubnaha Medicaid (OHP):

- ▶ Daryeelka caafimaadka jirka
- ▶ Daryeelka caafimaadka dhimirka
- ▶ Isticmaalka mukhaadaraadka
- ▶ Daryeelka ilkaha
- ▶ Medicare la sii marayo CareOregon Advantage
- ▶ Daryeelka bukaanka hospice ama daaweynta oo la adeegsanayo Bixiyayaasha Housecall

### Waxaad sidoo kale awoodi doontaa in aad isticmaasho adeegyo muhiim ah sida kuwani oo kale:

- ▶ Isku duwida daryeelka
- ▶ Farmashiyaha
- ▶ Daryeelka dhalashada ilmaha ka hor iyo daryeelka dhallaanka
- ▶ Kala doorashada gaadiidka
- ▶ Adeegyada turjumaada luqadda
- ▶ ER iyo daryeelka degdega ah

### Su'aalaha?

Ma jeclaan lahayd in aad waxyaabo badan ogaato? **Kooxdeena Adeega Macmiilka ee waxtarka iyo saaxiibtinimada leh ka wac 800-224-4840** ama fariin ammaan ah noogu soo dir [careoregon.org/portal](https://careoregon.org/portal)

Waxaad heli kartaa tani oo ku qoran luqaddo kale, far waaweyn, farta dadka indhaha aan qabin wax ku akhriyaan ee braille ama qaabka aad doorbidayso. Waxaad sidoo kale codsan kartaa turjubaan. Caawimaadani waa lacag la'aan ah. Wac 800-224-4840 ama TTY 711.

