South Country HEALTH ALLIANCE

AbilityCare (HMO D-SNP)

Buug-gacmeedka Xubinta

Janaayo 1 - Diseembar 31, 2025

Caymiskaaga caafimaadka ee Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka (Medical Assistance), adeegyada iyo taageerooyinka muddada dheer, iyo caymiska daawooyinka ee aad ku helayso AbilityCare.

Haddii aad qabto su'aalo, fadlan wac Adeegyada Xubinta AbilityCare.

Khadka Wicitaan ee Bilaashka ah: **1-866-567-7242**, isticmaalayaasha TTY waa ineey wacaan **1-800-627-3529** ma **711**.

Saacadaha shaqada waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo, Isniinta - Jimcaha *(Abriil - Sebtembar)*; 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo, 7 maalmood usbuucii *(Oktoobar - Maarso)*.Wicitaanka waa lacag la'aan.

Wixii macaluumaad dheeraad ah, booqo www.mnscha.org.

H5703_6985_C

Ansixinta OMB 0938-1444 (Dhacaya: Juun 30, 2026)

1-866-567-7242, TTY 1-800-627-3529 or 711

Attention. If you need free help interpreting this document, call the above number.

ያስተውሉ፡ ካለምንም ክፍያ ይህንን ዶኩመንት የሚተረጉምሎ አስተርጓሚ ከፈለጉ ከላይ ወደተጻፈው የስልክ ቁጥር ይደውሉ።

ملاحظة: إذا أردت مساعدة مجانية لترجمة هذه الوثيقة، اتصل على الرقم أعلاه.

သတိ။ ဤစာရွက်စာတမ်းအားအခမဲ့ဘာသာပြန်ပေးခြင်း အကူအညီလိုအပ်ပါက၊ အထက်ပါဖုန်းနံပါတ်ကိုခေါ်ဆိုပါ။

កំណត់សំគាល់ ។ បើអ្នកត្រូវការជំនួយក្នុងការបកប្រែឯកសារនេះដោយឥតគិតថ្លៃ សូមហៅទូរស័ព្ទតាមលេខខាងលើ ។

請注意，如果您需要免費協助傳譯這份文件，請撥打上面的電話號碼。

Attention. Si vous avez besoin d'une aide gratuite pour interpréter le présent document, veuillez appeler au numéro ci-dessus.

Thov ua twb zoo nyeem. Yog hais tias koj xav tau kev pab txhais lus rau tsab ntaub ntawv no pub dawb, ces hu rau tus najnpawb xov tooj saum toj no.

ပာ်သူဉ်ပာ်သးဘဉ်တက့ၢ်. ဖဲနမ့ၢ်လိဉ်ဘဉ်တၢ်မၤစၢၤကလီလၢတၢ်ကကျိးထံဝဲဒဉ်လံာ် တီလံာ်မီတခါအံၤန့ဉ်,ကိးဘဉ် လီတဲစိနီၢ်ဂံၢ်လၢထးအံၤန့ဉ်တက့ၢ်.

알려드립니다. 이 문서에 대한 이해를 돕기 위해 무료로 제공되는 도움을 받으시려면 위의 전화번호로 연락하십시오.

ໂປຣດຊາບ. ຖ້າຫາກ ທ່ານຕ້ອງການການຊ່ວຍເຫຼືອໃນການແປເອກະສານນີ້ຟຣີ, ຈົ່ງໂທຣໄປທີ່ໝາຍເລກຂ້າງເທິງນີ້.

Hubachiisa. Dokumentiin kun tola akka siif hiikamu gargaarsa hoo feete, lakkoobsa gubbatti kenname bilbili.

Внимание: если вам нужна бесплатная помощь в устном переводе данного документа, позвоните по указанному выше телефону.

Digniin. Haddii aad u baahantahay caawimaad lacag-la'aan ah ee tarjumaadda (afcelinta) qoraalkan, lambarka kore wac.

Atención. Si desea recibir asistencia gratuita para interpretar este documento, llame al número indicado arriba.

Chú ý. Nếu quý vị cần được giúp đỡ dịch tài liệu này miễn phí, xin gọi số bên trên.

Form Approved
OMB# 0938-1421

Multi-Language Insert

Multi-language Interpreter Services

English: We have free interpreter services to answer any questions you may have about our health or drug plan. To get an interpreter, just call us at 1-866-567-7242. Someone who speaks English/Language can help you. This is a free service.

Spanish: Tenemos servicios de intérprete sin costo alguno para responder cualquier pregunta que pueda tener sobre nuestro plan de salud o medicamentos. Para hablar con un intérprete, por favor llame al 1-866-567-7242. Alguien que hable español le podrá ayudar. Este es un servicio gratuito.

Chinese Mandarin: 我们提供免费的翻译服务，帮助您解答关于健康或药物保险的任何疑 问。如果您需要此翻译服务，请致电 1-866-567-7242。我们的中文工作人员很乐意帮助您。 这是一项免费服务。

Chinese Cantonese: 您對我們的健康或藥物保險可能存有疑問，為此我們提供免費的翻譯 服務。如需翻譯服務，請致電 1-866-567-7242。我們講中文的人員將樂意為您提供幫助。這 是一項免費服務。

Tagalog: Mayroon kaming libreng serbisyo sa pagsasaling-wika upang masagot ang anumang mga katanungan ninyo hinggil sa aming planong pangkalusugan o panggamot. Upang makakuha ng tagasaling-wika, tawagan lamang kami sa 1-866-567-7242. Maaari kayong tulungan ng isang nakakapagsalita ng Tagalog. Ito ay libreng serbisyo.

French: Nous proposons des services gratuits d'interprétation pour répondre à toutes vos questions relatives à notre régime de santé ou d'assurance-médicaments. Pour accéder au service d'interprétation, il vous suffit de nous appeler au 1-866-567-7242. Un interlocuteur parlant Français pourra vous aider. Ce service est gratuit.

Vietnamese: Chúng tôi có dịch vụ thông dịch miễn phí để trả lời các câu hỏi về chương sức khỏe và chương trình thuốc men. Nếu quí vị cần thông dịch viên xin gọi 1-866-567-7242 sẽ có nhân viên nói tiếng Việt giúp đỡ quí vị. Đây là dịch vụ miễn phí .

German: Unser kostenloser Dolmetscherservice beantwortet Ihren Fragen zu unserem Gesundheits- und Arzneimittelplan. Unsere Dolmetscher erreichen Sie unter 1-866-567-7242. Man wird Ihnen dort auf Deutsch weiterhelfen. Dieser Service ist kostenlos.

Korean: 당사는 의료 보험 또는 약품 보험에 관한 질문에 답해 드리고자 무료 통역 서비스를 제공하고 있습니다. 통역 서비스를 이용하려면 전화 1-866-567-7242 번으로 문의해 주십시오. 한국어를 하는 담당자가 도와 드릴 것입니다. 이 서비스는 무료로 운영됩니다.

Russian: Если у вас возникнут вопросы относительно страхового или медикаментного плана, вы можете воспользоваться нашими бесплатными услугами переводчиков. Чтобы воспользоваться услугами переводчика, позвоните нам по телефону 1-866-567-7242. Вам окажет помощь сотрудник, который говорит по-русски. Данная услуга бесплатная.

Arabic: إننا نقدم خدمات المترجم الفوري المجانية للإجابة عن أي أسئلة تتعلق بالصحة أو جدول الأدوية لدينا. للحصول على مترجم فوري، ليس عليك سوى الاتصال بنا على 1-866-567-7242 سيقوم شخص ما يتحدث العربية بمساعدتك. هذه خدمة مجانية.

Hindi: हमारे स्वास्थ्य या दवा की योजना के बारे में आपके किसी भी प्रश्न के जवाब देने के लिए हमारे पास मुफ्त दुभाषिया सेवाएँ उपलब्ध हैं. एक दुभाषिया प्राप्त करने के लिए, बस हमें 1-866-567-7242 पर फोन करें. कोई व्यक्ति जो हिन्दी बोलता है आपकी मदद कर सकता है. यह एक मुफ्त सेवा है.

Italian: È disponibile un servizio di interpretariato gratuito per rispondere a eventuali domande sul nostro piano sanitario e farmaceutico. Per un interprete, contattare il numero 1-866-567-7242. Un nostro incaricato che parla Italianovi fornirà l'assistenza necessaria. È un servizio gratuito.

Portuguese: Dispomos de serviços de interpretação gratuitos para responder a qualquer questão que tenha acerca do nosso plano de saúde ou de medicação. Para obter um intérprete, contacte-nos através do número 1-866-567-7242. Irá encontrar alguém que fale o idioma Português para o ajudar. Este serviço é gratuito.

French Creole: Nou genyen sèvis entèprèt gratis pou reponn tout kesyon ou ta genyen konsènan plan medikal oswa dwòg nou an. Pou jwenn yon entèprèt, jis rele nou nan 1-866-567-7242. Yon moun ki pale Kreyòl kapab ede w. Sa a se yon sèvis ki gratis.

Polish: Umożliwiamy bezpłatne skorzystanie z usług tłumacza ustnego, który pomoże w uzyskaniu odpowiedzi na temat planu zdrowotnego lub dawkowania leków. Aby skorzystać z pomocy tłumacza znającego język polski, należy zadzwonić pod numer 1-866-567-7242. Ta usługa jest bezpłatna.

Japanese: 当社の健康 健康保険と薬品 処方薬プランに関するご質問にお答えするために、無料の通訳サービスがありますございます。通訳をご用命になるには、1-866-567-7242 にお電話ください。日本語を話す人 者 が支援いたします。これは無料のサー ビスです。

Ogaysiiska Xuquuqda Madaniga ah

Takoorku waxa uu ku lid yahay sharciga. South Country Health Alliance (South Country) wax kuma takoorto qaabka ku salaysan waxyaabaha soo socda:

- isirka
- midab
- asalka qaranka
- caqiidada
- diinta
- qaabka galmada
- heerka caawimada dad waynaha
- da'da:
- naafanimada (ay ku jirto liidashada jidhka ama maskaxda)
- Jinsiga (ay ku jirto faalooyinka laga bixiyo jinsiga qofka iyo aqoonsiga sinjiga)
- xaalada guurka
- rumaynta siyaasadeed
- xaalada caafimaadka
- heerka caafimaadka
- helida adeegyada daryeelka caafimaadka
- waayo aragnimada sheegashada
- taariikhda caafimaadka
- macluumaadka hide sidaha

Waxaad xaq u leedahay inaad soo xarayso cabashada takoorka haddii aad rumaysan tahay inay kuula dhaqmay qaab takoor ah South Country. Waxaad soo xarayn kartaa cabasho oo waxaad waydiisan kartaa caawimada soo xaraynta cabashada qof ahaan ama boostada, telefoonka, fagaska, ama iimaylka xaga:

Civil Rights Coordinator
South Country Health Alliance
6380 West Frontage Road, Medford, MN 55049
Wicitaan bilaasha ah 866-567-7242 TTY: 800-627-3529 or 711 Fagas: 507-444-7774
iimaylka: grievances-appeals@mnscha.org

Kaalmada Caawinta ah iyo Adeegyada: South Country waxay bixisaa kaalmada caawinta iyo adeegyada, sida turjumaano takahasus leh ama macluumaadka qaabab la heli karo, bilaash ah iyo wakhti habboon si loo xaqiijiyo fursada loo siman yahay si looga qayb galo barnaamijyadayada daryeelka caafimaadka. **La xidhiidh** Xubinta Adeega members@mnscha.org ama soo wac 866-567-7242, TTY 800-627-3529 ama 711.

Adeegyada Caawimada Luqaddda: South Country waxay bixisaa dhokumenti turjumaan oo turjumaada luqadda lagu hadlo, oo bilaash ah iyo wakhti ku haboon, marka adeegyada caawimada luqadda ay lama huraan u yihiin si loo xaqiijiyo dadka kuhadlo Ingiriisiga xadidan inay si macno buuxda leh u heli karaan macluumaadkayaga iyo adeegyada. **La xidhiidh** Xubinta Adeega members@mnscha.org ama soo wac 866-567-7242, TTY 800-627-3529 ama 711.

Cabashooyinka Xuquuqda Madaniga ah

Waxaad xaq u leedahay inaad soo xarayso cabashada takoorka haddii aad rumaysan tahay inay kuula dhaqmay qaab takoor ah South Country. Waxaad la xidhiidhi kartaa sidoo kale mid kasta oo ka mid ah wakaaladaha soo socda si toos ah si aad u soo xarayso cabashada takoorka.

Waaxda Caafimaadka Iyo Adeegyada Aadamaha Maraykanka ee Xuquuqda Aadamaha (U.S. Department of Health and Human Services Office of Civil Rights) (OCR)

Waxaad xaq u leedahay inaad soo xarayso cabashada OCR, wakaalada federaalka, haddii aad rumaysan tahay in lagu takooray sababtoo ah wax ka mid ah waxa soo socda:

- isirka
- midab
- asalka qaranka
- da'da:
- naafanimadooda
- sinjiga
- diinta (xaaladaha qaarkood)

Ula xidhiidh **OCR**si toos ah si aad u soo xarayso cabasho.:

Office for Civil Rights, U.S. Department of Health and Human Services
Midwest Region
233 N. Michigan Avenue, Suite 240 Chicago, IL 60601
Xarunta Jawaabta Macmiilka 800-368-1019, TTY: 800-537-7697
Iimaylka: ocrmail@hhs.gov

Waaxda Xuquuqaha Aadamaha ah (Minnesota Department of Human Rights) (MDHR)
Gudaha Minnesota, waxaad xaq u leedahay inaad soo xarayso cabashada MDHR, haddii lagu takooray sababtoo ah wax ka mid ah waxa soo socda:

- isirka
- midab
- asalka qaranka
- diinta
- caqiidada
- sinjiga
- qaabka galmada
- xaalada guurka
- heerka caawimada dad waynaha
- naafanimadooda

Ula xidhiidh **MDHR**si toos ah si aad u soo xarayso cabasho.:

Minnesota Department of Human Rights
540 Fairview Avenue North, Suite 201, St. Paul, MN 55104
651-539-1100 (codka), 800-657-3704 (wicitaanak bilaashka ah), 711 ama 800-627-3529 (MN Relay), 651-296-9042 (fagaska), Info.MDHR@state.mn.us (iimaylka)

Waaxda Minnesota ee Adeegyada Aadamaha Minnesota (DHS)
Waxaad xaq u leedahay inaad soo xarayso cabashada DHS, haddii aad rumaysan tahay in lagu takooray barnaamijyadayada daryeelka caafimaadka sababtoo ah wax ka mid ah waxa soo socda:

- isirka
- midab
- asalka qaranka
- diinta (xaaladaha qaarkood)
- da'da:
- naafanimada (ay ku jirto liidashada jidhka ama maskaxda)
- Jinsiga (ay ku jirto faalooyinka laga bixiyo jinsiga qofka iyo aqoonsiga sinjiga)

Cabashooyinka waa inay qornaadaan oo lagu soo xareeyo gudaha 180 maalmood laga bilaabo taariikhda aad ogaatay takoorka la tuhunsan yahay. Cabashada waa inay ka koobnaataa magacaaga iyo cinwaanka oo faahfaahi takoorka aad ka cabanayso. Dib ayaanu u eegi doonaa oo waxaanu kugu wargelin doonaa wax ku saabsan haddii aanu oggolaanay inaanu baadho. Haddii aanu oggolaano, waanu baadhi doonaa cabashada.

DHS ayaa qoraal ahaan kugu wargelin doono natiijada baadhitaanka. Waxaad leedahay xaqa aad ku qaadato rafcaanka haddii aad khilaafto go'aanka. Si rafcaan aad u qaadato waa inaad codsi qoran u soo dirtaa inaad hesho dib u eegida DHS natiijada baadhitaanka. Soo koob oo sheeg sababta aad u diiday go'aanka. Ku dar macluumaad dheeraad ah oo aad u malaynayso inay muhiim tahay.

Haddii aad cabasho usoo xarayso qaabkan, dadka u shaqeeya wakaalada ee lagu magacaabay cabashada kaama aar goosan karaan. Tan macnaheedu waxa weeye kuma ciqaabi karaan adiga qaabnaba inaad soo xaraysay cabasho awgeed. Ku soo xaraynta cabashada qaabkan kaama joojiso adiga raadinta tallaabooyinka kale ee sharci ama maamul.

Ula xidhiidh **DHS**si toos ah si aad u soo gudbiso cabashada takroorka:

Civil Rights Coordinator
Minnesota Department of Human Services
Equal Opportunity and Access Division
P.O. Box 64997
St. Paul, MN 55164-0997
651-431-3040(cod) ama isticmaal adeega xidhiidhka dadka maqalka ka naafada ah

Hindida Maraykanka ah waxay sii wadi karaan ama bilaabi karaan isticmaalka adeegyada Qabiilka iyo rugaha Caafimaadka Hindida(IHS). Uma baahnaan doono oggolaanshe hore ama kuma soo rogno shuruudo adiga si aad uga hesho adeegyada rugahan. Dadka waayeelka ah ee 65 sanadood iyo ka wayn kuwan waxaa ku jira adeegyada ka Dhaafida Waayeelka ee lagu helo qabiilka. Haddii dhakhtarka ama adeeg bixiyaha kale ee qabiilka ama rugta IHS uu kuu gudbiyo adeeg bixiye ku jira shabakadaada, kaavama baahnaan doono adiga inaad aragto adeeg bixiya daryeelka koowaad ka hor gudbinta.

BOGGAAN
SI ULA KAC AH
AYAA LOOGA TAGAY

Buug-gacmeedka Xubinta Hordhac

Buug-gacmedkan Xubinta, oo sidoo kale loo yaqaano *Caddaynta Caymiska,* wuxu kuu sheegayaa caymiska aad ku helayso qorshaheena illaa 31 Diseembar, 2025. Wuxu sharraxayaa adeegyada daryeelka caafimaadka, adeegyada caafimaadka hab-dhaqanka (caafimaadka maskaxda iyo xanuunada isticmaalka maandooriyayaasha), caymiska daawooyinka dhakhtarku qoro, iyo adeeegyada iyo taageerooyinka muddada dheer hadba sidii loogu baahdo. Erayada muhiimka ah iyo qeexitaankoodu waxay u soo baxayaan siday u kala horreeyeen alifbeetada **Cutubka 12** ee *Buug-gacmeedka Xubinka*.

Kani waa dukumiinti sharci ah oo muhiim ah. Dhigo oo ku hay meel xafidan.

Marka *Buug-gacmeedkan Xubinta* uu yiraahdo "annaga," "-keena," ama "-ayaga," ama "qorshaheena", waxaa loola jeedaa AbilityCare.

Waxaad heli doontaa dukumeentigan oo u qoran qaabab kale sida, isagoo far waawayn ku daabacan, farta indhoolaha ku qoran, iyo/ama cod ah marka aad Adeegyada Xubinta ka wacdo lambarka ku qoran xagga hoose ee boggan. Wicitaanka waa lacag la'aan.

Si aad u samayso ama aad u bedesho codsiga joogtada ee aad ku helayso dukumeentigan, hadda iyo mustaqbalka, oo ku qoran luuqad aan Ingiriisi ahayn ama isagoo qaab kale u qoran, Adeegyada Xubinta ka wac lambarka ku qoran xagga hoose ee boggan.

Jadwalka Tusmooyinka

***Buug-gacmeedka Xubinka* Hordhaca** **1**

Afeef **2**

Cutubka 1: Bilaabista ka xubin ahaan **3**

Cutubka 2: Lambaro taleefan iyo kayd khayraad oo muhiim ah **11**

Cutubka 3: U isticmaalista qorshaheena caymiska daryeelka caafimaadkaaga iyo adeegyada la caymiyay **23**

Cutubka 4: Jaantuska Dheefaha **35**

Cutubka 5: Helitaanka daawooyinkaaga bukaan-socodka ee laguu qoro **75**

Cutubka 6: Waxa aad ka bixinayso daawooyinka laguu qoro ee Medicare iyo Medical Assistance **89**

Cutubka 7: Inaad naga codsato bixinta biil ku saabsan adeegyada ama dawooyinka la caymiyay **95**

Cutubka 8: Xuquuqdaada iyo waajibaadkaaga **101**

Cutubka 9: Waxa aad sameynayso haddii aad dhibaato la kulanto, ama cabasho qabto (go'aamada caymiska, racfaanada, cabashooyinka) **109**

Cutubka 10: Joojinta xubinnimadaada qorshaheenna **139**

Cutubka 11: Ogeysiisyada Sharciga **145**

Cutubka 12: Qeexitaanada kelmadaha muhiimka ah **147**

Afeef

- AbilityCare waa qorshe caafimaad oo qandaraas kula jira barnaamijka Medicare iyo Barnaamijka Minnesota Medical Assistance si dheefo loo siiyo dadka ka diiwaangashan labada barnaamij. Diiwaangelinta AbilityCare waxay ku xirantahay dib u cusbooneysiinta qandaraaska.

- Caymiska hoos yimaada AbilityCare waa caymis u qalma caymiska caafimaadka ee loo yaqaan "caymiska ugu yar ee muhiimka ah." Waxay qancinaysaa Ilaalinta Bukaanka iyo Sharciga Daryeelka La Awoodi Karo (ACA) ee looga baahan yahay mas'uuliyadda la wadaago. Booqo websaydka Adeegga Dakhliga Gudaha (Internal Revenue Service, IRS) ee ku jira barta www.irs.gov/Affordable-Care-Act/Individuals-and-Families si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan shuruudaha mas'uuliyadda la wadaago.

Cutubka 1: Bilaabista ka xubin ahaan

Hordhac

Cutubkan waxa ku jira macluumaad ku saabsan AbilityCare, qorshe caymis caafimaad oo daboolayo dhammaan adeegyadaada Medicare iyo Medical Assistance, iyo xubinimadaada. Wuxu sidoo kale kuu sheegayaa waxa aad filanayso iyo macluumaadka kale ee aad naga heli doonto. Erayada muhiimka ah iyo qeexitaankoodu waxay u soo muuqan doonaan siday ugu kala horreeyeen alifbeetada cutubka u dambeeya ee *Buug-gacmeedka Xubinka*.

Jadwalka Tusmooyinka

Hordhac **3**

A. Ku soo dhawoow qorshaheena **4**

B. Macluumaad ku saabsan Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka **4**

B1. Medicare 4

B2. Kaalmada Caafimaadka 4

C. Faa'iidooyinka qorshahan **4**

D. Aagga adeega ee qorshaheena **5**

E. Maxaa kaa dhigaya mid u qalma xubin qorshaha ka tirsan **5**

F. Waxa aad filanayso marka ugu horraysa ee aad ku soo biirto qorshaha caafimaadka **6**

G. Kooxdaada daryeelka iyo qorshahaaga daryeelka **6**

G1. Kooxda daryeelka 6

G2. Qorshaha daryeelka 6

H. Kharashkaaga billaha ah ee AbilityCare **6**

I. Buug-gacmeedkaaga *Xubinta* ***6***

J. Macluumaadka kale ee muhiimka ah ee aad naga helayso **7**

J1. Kaarkaaga Aqoonsiga Xubinta 7

J2. ***Tusaha Bixiyaha iyo Farmashiyaha*** ***7***

J3. ***Liiska Daawooyinka La Caymiyay*** ***8***

J4. Sharraxaadda ***Dheefaha*** ***8***

K. Ka dhigida xogtaada xubinimo mid cusub **9**

K1. Asturnaanta macluumaadka caafimaadka ee shaqsiga ah (PHI) 9

A. Ku soo dhawoow qorshaheena

AbilityCare waa Qorshaha Baahiyaha Gaarka ah ee Medicare Advantage. Qorshaheenu wuxu adeegyada Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka (Medical Assistance) siiya dadka u qalma labada barnaamijba. Qorshaheena waxa ku jira dhakhaatiir, isbitaallo, farmeesiyo, bixiyayaasha adeegyada iyo taageerooyinka muddada dheer, bixiyayaasha adeegyada caafimaadka hab-dhaqanka, iyo bixiyayaal kale. Waxa aanu sidoo kale leenahay isku-duwayaal daryeel iyo kooxo daryeel kuwaas oo kaa caawinaya maamulista adeegyadaada iyo bixiyayaashaada. Dhammaantood way wada shaqeeyaan si ay kuu siiyaan daryeelka aad u baahan tahay.

B. Macluumaad ku saabsan Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka

B1. Medicare

Medicare waa barnaamijka caymiska caafimaadka dowladda federaalku ugu talagashay:

- dadka jira da'da 65 sannadood ama ka wayn,
- dadka ka yar 65 sannadood ee qaba naafonimo cayiman, **iyo**
- dadka ku jira heerka ugu dambeeya ee kelyo xanuunka (kelyuhu fadhiisteen).

B2. Kaalmada Caafimaadka

Kaalmada Caafimaadka waa magaca barnaamijka Medicaid ee Minnesota. Kaalmada Caafimaadka waxa maamula gobolka waxana kharashkiisa bixiya dowladda goboleedka iyo dowladda federaalka. Kaalmada Caafimaadka wuxu dadka dakhligooda iyo ilahooda dhaqaale kooban yihiin ka caawiyaa bixinta Adeegyada iyo Taageerooyinka Muddada Dheer (LTSS) iyo kharashaadka caafimaadka. Wuxu daboolaa adeegyada iyo daawooyinka dheeraadka ah ee aanay daboolin Medicare.

Gobol kasta wuxu go'aamiyaa:

- waxa loo xisaabinayo dakhli ama il dhaqaale ahaan,
- cidda u qalmaysa,
- adeegyada la daboolayo ama la cayminayo, **iyo**
- qiimayaasha adeegyada.

Goboladu way go'aansan karaan siday u maamulayaan barnaamijyadooda, illaa intay u hogaansamayaan shuruucda federaalka.

Medicare iyo gobolka Minnesota ayaa ansixiyay qorshaheena. Adeegyada Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka waxaad ka heli karaysaa qorshaheena illaa iyo inta aanu:

- dooranayno bixinta qorshaha, **iyo**
- Medicare iyo gobolka Minnesota noo ogol yihiin inaanu sii wadno bixinta qorshahan.

Xitaa haddii qorshaheenu shaqada joojiyo mustaqbalka, u qalmistaada adeegyada Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka wax saameyn ahi ma soo gaadhayso.

C. Faa'iidooyinka qorshahan

Waxa aad hadda dhammaan adeegyada Medicare iyo Medical Assistance, oo ay ku jiraan daawooyinka laguu qoro, ka heli doontaa qorshaheena. **Kharash dheeraad ah kama bixin doontid ku biirista qorshahan caymiska caafimaadka.**

Waxa aanu kaalmo ka geysanaa sidii dheefahaaga Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka si fiican ugu wada shaqeyn lahaayeen ee ay qaab sidan ka fiican leh kuugu shaqeyn lahayeen. Faa'iidooyinka qaarkood waxa ka mid ah:

- Waad nagala shaqeyn kartaa baahiyahaaga daryeelka caafimaadka **intooda** badan.
- Waxa aad leedahay koox daryeel oo aad caawimo ka geysatay diyaarintooda. Kooxdaada daryeelka waxa ku jiri kara adiga, daryeel-bixiyahaaga, dhakhaatiir, kalkaalisooyin, la taliyayaal, ama xirfadlayaal caafimaad oo kale.

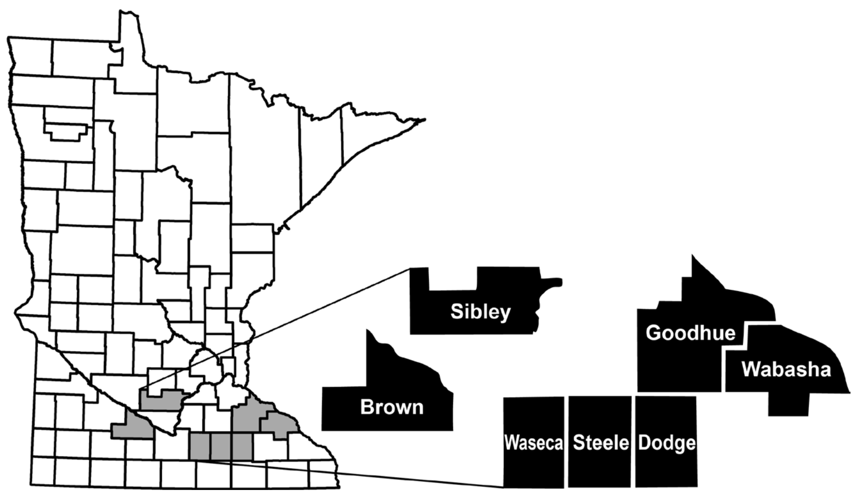
- Waxaad heli kartaa isku-duwe daryeel. Kani waa qof la shaqeyn doona adiga, qorshaheena, iyo kooxdaada daryeelka si uu uga caawiyo sameynta qoshe daryeel.
- Waxaad u awood u leedahay inaad jihayso oo hagto daryeelkaaga adigoo caawimo ka helaya kooxdaada daryeelka iyo isku-duwahaaga daryeelka.
- Kooxdaada daryeelka iyo isku-duwahaaga daryeelka waxay kaala shaqeynayaan si ay u dejiyaan qorshe daryeel loogu talagalay inuu daboolo **baahiyahaaga** caafimaadka. Kooxda daryeelku waxay caawisaa isku-duwida adeegyada aad u baahan tahay. Tusaale ahaan, tani waxay ka dhigan tahay inay kooxdaada daryeelku hubiso in:
  - » Dhakhtarkaagu ogyahay dhammaan daawooyinka aad qaadato si ay u hubin karaan inaad qaadanayso daawooyinkii saxda ahaa oo u yareeyaan wixii astaamo xun ah ee laga yaabo inaad kala kulanto daawooyinka.
  - » Natiijooyinka baadhitaanadaada waxa sida ku habboon loola wadaagi doonaa dhammaan dhakhaatiirtaada iyo bixiyayaasha kale.

D. Aagga adeega ee qorshaheena

Aagga adeegeena waxa ka mid ah degemooyinka Minnesota: Brown, Dodge, Goodhue, Sibley, Steele, Wabasha iyo Waseca.

Keliya dadka ku nool aagga adeegeena ayaa ku soo biiri kara qorshaheena.

Kuma sii jiri kartid qorshaheena haddii aad guurto oo ka baxdo aagga adeegeena. Tixraac **Cutubka 8, Qaybta I,** ee *Buug-gacmeedkan Xubinta* wixii macluumaad dheeraad ah ee ku saabsan saameynta ka guurista aagga adeegeena.



E. Maxaa kaa dhigaya mid u qalma xubin qorshaha ka tirsan

Qorshaheena xaq baad u leedahay inta aad:

- ku nooshahay aagga adeegeena (dadka xabsiyada ku jira looma tixgeliyo inay ku nool yihiin aagga adeega xitaa haddii ay aagga si toos ah ugu sugan yihiin), ***iyo***
- haysato Medicare Qaybta A iyo Medicare Qaybta B labadaba, ***iyo***
- tahay muwaadin Maraykan ah ama qof sifo sharci ah u deggan waddanka United States, ***iyo***
- hadda u qalanto Kaalmada Caafimaadka, ***iyo***
- jirto da'da 18-46, ***iyo***
- haysaato shahaado caddeneyso inaad naafo tahay oo ay soo caddeyeen Maamulka Soshal Sekuritiga ama Kooxda Gobolka ee Dib u Eegida Caafimaadka (State Medical Review Team, SMRT)

Haddii aad u qalmitaanka lumiso laakiin aad filayso inaad dib u heli doontid muddo 90 maalmood ah weli xaq baad u leedahay qorshaheena.

Soo wac Adeegyada Xubnaha wixii macluumaad dheeraad ah.

F. Waxa aad filanayso marka ugu horraysa ee aad ku soo biirto qorshaha caafimaadka

Marka ugu horraysa ee aad ku soo biirto qorshaheena, waxaad mari doontaa qiimaynta khatarta caafimaadka (HRA) muddo 60 maalmood gudahood ah ka hor ama ka dib taariikhda diiwaangelintaadu dhaqangasho.

Waa in aanu kuu buuxino HRA. HRA-gani wuxu aasaas u noqonayaa diyaarinta qorshaha daryeelkaaga. HRA-ga waxa ku jira su'aalo lagu aqoonsanayo baahiyahaaga caafimaadka, hab-dhaqanka iyo shaqo.

Waanu kula soo xidhiidhi doonaa si aad u buuxiso HRA-ga. Waxa aanu HRA-ga kaaga buuxin karnaa booqasho toos ah, wicitaan taleefan, ama boosto ahaan.

Macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan HRA-gan ayaanu kuu soo diri doonaa.

G. Kooxdaada daryeelka iyo qorshahaaga daryeelka

G1. Kooxda daryeelka

Kooxda daryeelku waxay kaa caawin kartaa joogtaynta helista daryeelka aad u baahan tahay. Kooxda daryeelka waxa ku jiri kara dhakhtarkaaga, isku-duwaha daryeelka, ama qofkale oo caafimaadka ka shaqeeyaa oo aad xulato.

Isku-duwaha daryeelka waa qof loo tababaray inuu kaa caawiyo helitaanka daryeelka aad u baahan tahay. Isku-duwe daryeel ayaad helaysaa marka aad iska diiwaangeilso qorshaheena. Qofkani wuxu sidoo kale kugu xiri doonaa khayraadka bulsho ee kale ee laga yaabo in aanu qorshaheenu bixin wuxuna kooxda daryeelkaaga kala shaqayn doona isku-duwista daryeelkaaga. Wixii macluumaad dheeraada ah ee ku saabsan isku-duwaha daryeelkaaaga ama kooxda daryeelkaaga, naga soo wac lambarka ku yaalla xagga hoose ee bogga.

G2. Qorshaha daryeelka

Kooxda daryeelkaaga waxay kaala shaqaynaysa sameynta qorshe daryeel. Qorshaha daryeelku wuxu adiga iyo dhakhaatiirtaadaba u sheegayaa adeegyada aad u baahan tahay iyo sida aad u helayso. Waxa ku jira adeegyadaada caafimaadka, fayoqabaka hab-dhaqanka, iyo LTSS.

Qorshaha daryeelkaaga waxa ku jira:

- yoolashaada daryeelka caafimaadka, **iyo**
- jadawalka waqti ee aad ku helayso adeegyada aad u baahan tahay.

Kooxda daryeelkaagu way kula kulmi doonaan HRA-gaaga ka dib. Waxay ku waydiin doonaan adeegyada aad u baahan tahay. Waxay sidoo kale kaaga sheekayn doonaan adeegyada laga yaabo inaad ku fekerayso inaad hesho. Qorshaha daryeelkaaga waxa la sameenayaa iyadoo lagu salaynayo baahiyahaaga iyo yoolashaada. Kooxda daryeelkaagu waxay kaala shaqeyn doonaan cusbooneysiinta qorshaha daryeelkaaga ugu yaraan hal mar sannadkii.

H. Kharashkaaga billaha ah ee AbilityCare

Qorshaheenu ma leh wax khidmad caymis ah.

I. Buug-gacmeedkaaga *Xubinta*

Buug-gacmeedkaaga Xubinta wuxu qayb ka yahay qandaraaska aan kugula jirno. Taasi waxay ka dhigan tahay in nalaga rabo inaanu raacno dhammaan shuruucda ku qoran dukumeentigan. Haddii aad u malaynayso inaanu sameynay wax ka hor imanaya shuruucdan, waxa laga yaabaa inaad racfaan ka qaadankarto go'aankeenna. Wixii macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan racfaanadda, ka eeg **Cutubka 9**, **Qaybta E2**, ee *Buug-gacmeedkan Xubinta wixii* macluumaad dheeraad ah ee ku saabsan racfaan-qaadashada ama wac 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227).

Waxa kale oo aad *Buug-gacmeedka Xubinta* ka dalban kartaa adigoo Adeegyada Xubinta ka wacaya lambarada ku qoran xagga hoose ee bogga. Waxaad sidoo kale tixraaci kartaa *Buug-gacmeedka Xubinta* ee ku jira websaydkeena cinwaankiisa websaydku ku qoran yahay xagga hoose ee bogga.

Heshiisku wuxu dhaqangal yahay bilaha aad ka diiwaangashan tahay qorshaheena inta u dhexaysa Jannaayo 1, 2025 iyo Diiseembar 31, 2025.

J. Macluumaadka kale ee muhiimka ah ee aad naga helayso

Macluumaadka kale ee muhiimka ah ee aanu ku siinaynayno waxa ka mid ah Kaarkaaga Aqoonsiga Xubinimada, macluumaad ku saabsan sida aa ku helayso *Tusaha Bixiyaha iyo Farmashiyaha* iyo macluumaad ku saabsan sida aad ku helayso *Liiska Daawooyinka La Caymiyay,* oo sidoo kale loo yaqaano *Liiska Daawooyinka.*

J1. Kaarkaaga Aqoonsiga Xubinta

Qorshaheena markaad ku jirto, waxaad yeelanaysaa hal kaar oo loogu talagalay adeegyada Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka, oo ay ku jiraan LTSS, adeegyo caafimaadka hab-dhaqanka oo cayiman, iyo daawooyinka laguu qoro. Waa muhiim inaad soo bandhigto kaarkan markaad qaadanayso adeegyo ama daawooyin.
Waa kan tusaalaha ama muunadda Kaarka Aqoonsiga Xubinta:

Haddii Kaarkaaga Aqoonsiga Xubinimada waxyeeloobo, lumo, ama la xado, isla markiiba Adeegyada Xubinta ka wac lambarka xagga hoose ee boggan ku qoran. Waxaan kuu soo diri doonaa kaar cusub.

Illaa inta aad xubin ka tahay qorshaheena, uma baahan doontid inaad isticmaasho kaarkaaga cas, caddaanka ah, iyo buluugga ah ee Medicare iyo kaarkaaga Kaalmada Caafimaadka si aad u hesho adeegayda badankooda. Kaararkan meel xafidan ku rido, waxa dhici karta inaad waqti dambe u baahato. Haddii aad soo bandhigto kaarkaaga Medicare beddelka Kaarkaaga Aqoonsiga Xubinta, bixiyuhu wuxu biilka ku dallaci doonaa Medicare beddelka qorshaheena, oo waxa laga yaabaa inaad hesho biil lagugu soo dallaco. Tixraac **Cutubka 7** ee *Buug-gacmeedkan Xubinta* si aad u ogaato waxa aad sameynayso haddii biil ka hesho bixiye.

Wixii dheefo ah ee ay daboolaan cid ka baxsan qorshaheena waxa alga yaabaa inaad u isticaasho kaarkaaga Kaalmada Caafimaadka. Tixraac **Cutubka 4, Qaybta E**.

J2. *Tusaha Bixiyaha iyo Farmashiyaha*

Tusaha *Bixiyaha iyo Farmashiyaha* waxa ku taxan liiska bixiyayaasha iyo farmashiyada ku jira shabakadda qorshaheena. Inta aad xubin ka tahay qorshaheena, waa inaad isticmaashaa bixiyayaasha shabakadda si aad u hesho adeegyada la caymiyay.

Waxa aad *Tusaha Bixiyaha iyo Farmashiyaha* (isagoo qaab elegtarooni ah ama warqad ku daabacan) ku heli kartaa inaad Adeegyada Xubinta ka wacd lambarada ku qoran xagga hoose ee bogga. Markaad Tusaha Bixiyaha iyo Farmashiyaha oo warqad ku daabacan codsato waxa boostada laguugu soo diri doonaa saddex maalmo shaqo gudahood. Waxa aad *Tusaha Bixiyaha iyo Farmashiyaha* ka tixraaci kartaa cinwaanka websaydka ee ku yaalla xagga hoose ee bogga.

Adeegyada Xubinta iyo websaydka labaduba macluumaad cusub ayay kaa siin karaan isbeddelada ku yimi shabakadeena bixiyayaasha iyo farmeesiyada. Sidoo kale bixiyayaasha waxaad ku raadin kartaa adigoo adeegsanaya Qalabka Raadinta ee Bixiyaha ee ku jira websaydka.

Haddii AbilityCare kugu cusub tahay, waxaad isticmaali kartaa dhakhaatiirta aad hadda isticmaasho muddo 120 maalmood ah sababao cayiman dartood. Wixii macluumaad dheeraada ah, tixraac **Cutubka 3, Qaybta B**.

120 maalmood ka dib, waxaad u baahan doontaa inaad isticmaasho bixiyayaasha kale ee shabakadda ku jira. Bixiye shabakadeed waa bixiye la shaqeeya qorshaheena caafimaadka. Wixii macluumaad dheeraada ah ee ku saabsan helitaanka daryeelka, tixraac **Cutubka 3, Qaybta B**.

Qeexitaanka bixiyayaasha shabakadda

- Bixiyayaasheena shabakadda waxa ka mid ah:
  - dhakhaatiir, kalkaalisooyin, iyo xirfadlayaasha caafimaad ee kale ee aad isticmaalo karto ka xubin qorshaheena ka tirsan ahaan;
  - xarumaha caafimaadka, xarumaha xannaanaynta, iyo goobaha kale ee adeeegyo ku bixiya qorshaheena; **iyo**
  - LTSS, adeegyada caafimaadka hab-dhaqanka, wakaalaha caafimaadka guriga, iibiyayaasha qalabka caafimaadka waara (DME), iyo ciddii kale ee bixisa adeegyada iyo alaabooyinka aad ku hesho Medicare ama Kaalmada Caafimaadka.

Bixiyayaasha shabakada waxay aqbaleen inay lacagbixinta qorshaha ee adeegyada caymisku daboolo u aqbalaan lacagbixin buuxda.

Qeexitaanka farmashiyayaasha shabakadda

- Farmeesiyada shabakada waa farmeesiyo aqbalay inay xubnaha qorshaheena siiyaan daawooyinka loo soo qoray. Isticmaal *Tusaha Bixiyaha iyo Farmashiyaha* si aad u hesho farmashiyaha shabakadda ka tirsan ee aad rabto inaad isticmaasho.
- Marka laga reebo xaaladaha degdega ah, *waa inaad* daawooyinka laguu qoray ka soo qaadato farmeesiyada shabakadda ka tirsan haddii aad rabto inuu qorshaheenu kaa caawiyo bixinta lacagta daawada.

Wixii macluumaad dheeraad ah, Adeegyada Xubinta ka wac lambarada ku qoran xagga hoose ee bogga. Adeegyada Xubinta iyo websaydkeena labaduba macluumaad cusub ayay kaa siin karaan isbeddelada ku yimi shabakadeena bixiyayaasha iyo farmeesiyada.

J3. *Liiska Daawooyinka La Caymiyay*

Qorshuhu wuxu leeyahay *Liis Daawooyin La Caymiyay* ah. Waxa aanu u soo gaabinaa "Liiska Daawooyinka". Wuxu kuu sheegaya daawooyinka laguu qoro ee qorshuhu daboolayo.

Liiska Daawooyinku wuxu sdioo kale kuu sheegayaa wixii shuruuc ama xaddidaado ah ee daawooyinka saaran, sida xaddidaada saaran xaddiga daawada ee aad heli karto. Tixraac **Cutubka 5**, **Qaybta C**, ee *Buug-gacmeedkan Xubinta wixii* macluumaad dheeraad ah.

Sannad kasta, waxa aanu kuu soo diraynaa macluumaad ku saabsan sida aad u helayso Liiska Daawooyinka, laakiin isbeddelada qaarkood ayaa dhici doona inta sannadka lagu jiro. Si aad u hesho macluumaadkii ugu dambeeyay ee daawooyinka caymisku daboolayo, wac Adeegyada Xubinta ama websaydkeena booqo adigoo isticmaalaya cinwaanka ku qoran xagga hoose ee bogga.

J4. Sharraxaadda *Dheefaha*

Marka aad isticmaasho dheefahaaga daawooyinka laguu qoro ee Medicare Qaybta D, waxa aanu kuu soo diri doonaa warbixin la soo koobay oo kaa caawin doonta fahamka iyo la socoshada lacagbixinaha daawooyinka laguu qoray ee Medicare Qaybta D. Warbixintan la soo koobay waxa loo yaqaana *Sharraxaadda Dheefaha* (EOB).

EOB wuxu kuu sheegayaa wadarta qaddarka aad adigu, ama cid ku metalaysa, ku kharash gareeyeen daawooyinka laguu qoray ee Medicare Qaybta D iyo waddarta qaddarka aanu ka bixinay daawo kasta oo laguu qoray ee Medicare Qaybta D intii lagu jiray bisha. EOB-gani ma aha biil. EOB waxa ku jira macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan daawooyinka aad qaadato sida korodhka qiimaha iyo daawooyinka kale ee kharash-wadaagoodu hooseeyo ee la heli karo. Cidda daawada kuu soo qortay ayaad kala hadli kartaa daawooyinkaas kale ee qiimahoodu hooseeyo. **Cutubka 6, Qaybta A,** ee *Buug-gacmeedkan Xubinta* ayaa macluumaad dheeraad ah ka bixinaya EOB-ga iyo siduu kaaga caawinayo la socoshada caymiska daawooyinkaaga.

Sidoo kale waad dalban kartaa inaad hesho EOB. Si aad nuqul u hesho, fadlan Adeegyada Xubinta kala xidhiidh lambarada ku qoran xagga hoose ee bogga.

K. Ka dhigida xogtaada xubinimo mid cusub

Xogtaada xubinimo waxa aad ugu dhigi kartaa mid cusub adigoo naguu soo wargeliya marka maclumaadkaagu isbeddelo.

Macluumaadkan waxa aanu ugu baahanahay si aanu u hubino in aanu kaa hayno diiwaan xogeed sax ah. Bixiyayaasha iyo farmashiyada shabakadeena ayaa sidoo kale u baahan macluumaad sax ah oo kugu saabsan. **Waxay diiwaanka xogta xubinimo u adeegsadaan inay ku ogaadaan adeegyada iyo daawooyinka aad hesho iyo qiimaha ay kugu joogaan**.

Islamarkiiba noo sheeg waxyaabahan soo socda:

- isbeddelada ku yimaadda magacaaga, cinwaankaaga, ama lambarka taleefankaaga;
- isbeddelada ku yimaadda caymisyada caafimaad ee kale, sida caymiska shaqaaleysiiyahaaga, shaqaaleysiiyahaaga lamaanahaaga ama shaqaaleysiiyaha saaxiib-guriyeedkaaga, ama magdhowga shaqaalaha;
- wixii qaamo lagugu leeyahay ah, sida qaamaha ka dhasha shilalka baabuurta;
- in lagu dhigay xarun xannaanayneed ama isbitaal;
- daryeel aad ka heshay isbitaal ama qolka gurmadka degdega ah;
- isbeddelada ku yimaadda daryeel-bixiyahaaga (ama cid kasta oo kaa masuul ah); **iyo**
- haddii aad ka qaybqaadatay daraasad cilmibaaris caafimaad. (**FIIRO GAAR AH**: Waxa lagaa rabaa inaad noo soo sheegto daraasadda cilmibaarista caafimaadka ee aad ku jirto ama ka qayb noqonayso, laakiin waanu kugu dhiirigelinaynaa inaad ka qaybqaadato.)

Haddii wax macluumaad ahi isbeddelaan, Adeegyada Xubinta ka soo wac lambarka ku qoran xagga hoose ee bogga.

Intaas waxa dheer, wac shaqaalaha degmadaada si aad uga warbixiso isbeddeladaan:

- Isbeddelada magaca ama cinwaanka
- Haddii lagu geeyo guriga xannaanaynta
- Xubin qoyska ku soo biirta ama ka baxda
- Kaarka aqoonsiga Minnesota Health Care Program oo kaa lumay ama la xaday
- Caymis cusub - taariikhda bilawga iyo dhammaadka
- Shaqo cusub ama isbeddel dakhliga ku yimi

K1. Asturnaanta macluumaadka caafimaadka ee shaqsiga ah (PHI)

Macluumaadka ku jira diiwaankaaga xubinimo waxa ku jiri macluumaad caafimaad oo shaqsi ah (PHI). Sharciyada federaalka iyo kuwa gobolku waxay nagu waajibinayaan inaanu PHI-gaaga ka dhigno mid sir ah oo xafidan. Waa aanu ilaalinaa PHI-gaaga. Wixii faahfaahin dheeraada ah ee ku saabsan sida aanu u ilaalino PHI-gaaga, tixraac **Cutubka 8, Qaybta C** ee *Buug-gacmeedkan Xubinta*.

BOGGAAN
SI ULA KAC AH
AYAA LOOGA TAGAY

Cutubka 2: Lambaro taleefan iyo kayd khayraad oo muhiim ah

Hordhac

Cutubkani wuxu ku siinayaa macluumaadka xiriirka ee ilaha khayraadka muhiimka ah ee kaa caawin kara inaad ka jawaabto su'aalaha ku saabsan qorshaheena iyo dheefahaaga daryeelka caafimaadka. Sidoo kale waxa aad cutubkan u isticmaali kartaa inaad ku hesho macluumaad ku saabsan sida aad ula xidhiidhayso isku-duwaha daryeelkaaga iyo dadka kale ee adiga ku metelaya. Erayada muhiimka ah iyo qeexitaankoodu waxay u soo muuqan doonaan siday ugu kala horreeyeen alifbeetada cutubka u dambeeya ee *Buug-gacmeedka Xubinka*.

Jadwalka Tusmooyinka

A. Adeegyada Xubninta....12
B. Adeegyada Cafimaadka Ilkaha....14
C. Isku-duwaha Daryeelkaaga....14
D. Khadka talobixinta kalkaalisada ee 24-ka saac....15
E. Khadka Khalkhalka Caafimaadka Maskaxda ee Minnesota....16
F. Senior LinkAge Line®....16
G. Ururka Horumarinta Tayada (QIO)....17
H. Medicare....18
I. Kaalmada Caafimaadka....18
J. Dhexdhexaadiyaha Barnaamijka Daryeelka Caafimaadka Dadwaynaha ee Maaraysan....19
K. Xafiiska Dhexdhexaadiyaha ee loogu talagaly Daryeelka Muddada Dheer (OOLTC)....19
L. Barnaamijyada Dadka Ka Caawiya Bixinta Kharashka Daawooyinka Loo Qoro....20
L1. Caawimo Dheeraad ah....20
L2. Barnaamijka Kaalmada Daawada Aydhiska (ADAP)....20
M. Sooshal Sekuuritiga....21
N. Guddida Hawlgabka Waddada-tareenka (RRB)....21
O. Caymis kooxeedka ama caymiska kale oo uu bixiyo shaqaaleysiiye....22
P. Khayraado Kale....22
Disability Hub MN™....22

A. Adeegyada Xubnaha

WAC	1-866-567-7242 Wicitaankan waa lacag la'aan. Saacadaha shaqada waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo, Isniinta - Jimcaha *(Abriil - Sebtembar)*; 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo, 7 maalmood usbuucii *(Oktoobar - Maarso)*. Dadka aan ku hadlin luuqadda Ingiriisida waxa aanu u haynaa adeeg turjumaan oo bilaash ah.
TTY	711 ama isticmaal adeegyada gudbinta ee aad doorbidayso. Wicitaankan waa lacag la'aan. AMA 1-800-627-3529. Lambarkan waxa loogu talagalay dadka qaba dhibaato dhanka maqalka ama hadalka ah. Waa inaad haysato taleefan leh qalab gaar ah si aad u wacdo. Saacadaha shaqada waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo, Isniinta - Jimcaha (Abriil - Sebtembar); 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo, 7 maalmood usbuucii (Oktoobar - Maarso).
FAAKIS	1-507-431-6328
WARQAD UGU DIR	South Country Health Alliance Og: Adeegyada Xubnaha 6380 West Frontage Road Medford, MN 55049 ***Warqadda aad noo soo dirayso waa inay ku saabsanaato Go'aamada Caymiska Daawooyinka laguu qoro ee Qaybta D oo keliya*** South Country Health Alliance Fiiro gaar ah: Oggolaansho Hore 200 Stevens Drive, 4th Floor Philadelphia, PA 19113 ***Warqadda aad noo soo dirayso waa inay ku saabsanaato Racfaanada Daawooyinka lagu qoro ee Qaybta D oo keliya*** South Country Health Alliance Fiiro gaar ah: Rafcaan 200 Stevens Drive, 4th Floor Philadelphia, PA 19113 ***Warqadda aad noo soo dirayso waa inay ku saabsanaato Codsiyada Lacagbixinta Daawooyinka lagu qoro ee Qaybta D oo keliya*** South Country Health Alliance Fiiro gaar ah: Lacagcelinta Tooska ah ee Xubinta 200 Stevens Drive, 4th Floor Philadelphia, PA 19113
IIMAYLKA	members@mnscha.org
WEBSAYDKA	www.mnscha.org

La Xidhiidh Adeegyada Xubinta si lagaaga caawiyo:

- Su'aalaha ku saabsan qorshaha
- Su'aalaha ku saabsan sheegashooyinka ama biilasha
- Go'aamada caymiska ee ku saabsan daryeelka caafimaadkaaga
  - Go'aanka caymiska ee ku saabsan daryeelka caafimaadkaaga waa go'aan ku saabsan:
    - » dheefahaaga ama adeegyada la daboolay **ama**
    - » qaddarka aanu ka bixino adeegyadaada cafimaadka.

Haddii aad su'aalo qabtid, fadlan ka wac Adeegyada Xubinka ee AbilityCare lanbarka 1-866-567-7242, isticmaalayaasha TTY waxeey wici karaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha shaqada waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo, Isniinta - Jimcaha *(Abriil - Sebtembar);* 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo, 7 maalmood usbuucii *(Oktoobar - Maarso)* Wicitaanka waa bilaash. **Wixii macaluumaad dheeraad ah**, booqo www.mnscha.org.

- Na soo wac haddii aad qabto su'aalo ku saabsan go'aan caymis oo khuseeya daryeelka caafimaadkaaga.
- Si aad wax badan uga barato go'aamada caymiska, eeg **Cutubka 9, Qaybta E** ee *Buug-gacmeedkan Xubinta.*

- Racfaan ka qaado daryeelka caafimaadkaaga
  - *Racfaanku* waa hab rasmi ah oo aad nooga dalban karto in aanu dib u eegno go'aan ka qaadanay daboolista caymiskaaga oo aad nagaga dalbanayso inaanu beddelno go'aanka haddii aad aaminsan tahay inaanu khaldanay ama aadan ku raacsanayn go'aan.
  - Si aad wax badan uga ogaato nidaamka racfaan qaadashada, tixraac **Cutubka 9, Qaybta E** ee *Buug-gacmeedkan Xubinta* ama la xiriir Adeegyada Xubinta.
- Cabashooyinka ku saabsan daryeelka caafimaadkaaga
  - Cabasho ayaad naga soo gudbin kartaa annaga iyo adeegbixiye kasta oo kale (oo ay ku jiraan bixiyayaasha shabakadda ka baxsan). Bixiye shabakadeed waa bixiye la shaqeeya qorshaheena. Waxaad sidoo kale cabasho ku saabsan tayada daryeelka aad heshay u gudbin kartaa annaga ama Ururka Horumarinta Tayada (QIO) (tixraac **Qaybta G** ee hoose).
  - Si aad noogu sharraxdo cabashadaada waxaad naga soo wici kartaa lambarka 1-866-567-7242. TTY 1-800-633-3529 ama 711.
  - Haddii cabashadaadu ku saabsan go'aanka daboolista ee daryeel caafimaad oo aad heshay, racfaan ayaad qaadan kartaa (tixraac qaybta sare).
  - Waxaad cabasho ku saabsan qorshaheena u diri kartaa Medicare. Waxaad isticmaali kartaa foomka onlaynka ah ee ku jira www.medicare.gov/MedicareComplaintForm/home.aspx, ama waxaad wici kartaal 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227) si aad caawimo u dalbato.
  - Si aad wax badan uga barato nidaamka cabashada ee daryeelka caafimaadka, tixraac **Cutubka 9**, **Qaybta K**, ee *Buug-gacmeedkan Xubinta.*
- Go'aamada caymiska ee ku saabsan daawooyinkaaga
  - Go'aanka caymiska ee ku saabsan daawooyinkaagu waa go'aan ku saabsan:
    - » dheefahaaga ama daawooyinka la daboolay **ama**
    - » qaddarka aanu ka bixino daawooyinkaaga.
  - Kani wuxu ku saabsan yahay daawooyinka Medicare Qaybta D, daawooyinka laguu qoro ee Kaalmada Caafimaadka, iyo daawooyinka lagu gato rijeeto la'aan (OTC) ee Kaalmada Caafimaadka.
  - Si aad wax badan uga barato go'aamada daawooyinka laguu qoro, tixraac **Cutubka 9, Qaybta G**, ee *Buug-gacmeedkan Xubinta.*
- Racfaanada ku saabsan daawooyinkaaga
  - Racfaanku waa qaab aad nooga dalbanayso go'aan daboolitaan caymis oo aan qaadanay.
  - Wixii macluumaad dheeraad ah ee ku saabsan racfaanka daawooyinka laguu qoro, tixraac **Cutubka 9, Qaybta G**, ee *Buug-gacmeedkan Xubinta*.
- Cabashooyinka ku saabsan daawooyinkaaga
  - Waxaad cabasho ka soo gudbin kartaa annaga ama farmeesi kasta. Tan waxa ka mid ah cabasho ku saabsan daawooyinka laguu qoro.
  - Haddii cabashadaadu ku saabsan go'aanka daboolista ee daawooyinka laguu qoray, racfaan ayaad qaadan kartaa. (Tixraac qaybta sare.)
  - Waxaad cabasho ku saabsan qorshaheena toos ugu diri kartaa Medicare. Waxaad isticmaali kartaa foomka onlaynka ah ee ku jira www.medicare.gov/MedicareComplaintForm/home.aspx, ama waxaad wici kartaal 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227) si aad caawimo u dalbato.
  - Wixii macluumaad dheeraad ah ee ku saabsan cabashooyinka daawooyinka laguu qoro, tixraac **Cutubka 9, Qaybta G**, ee *Buug-gacmeedkan Xubinta*.

- Lacagbixinta daryeel caafimaad ama daawo aad horay u bixisay.
  - Ma oggolaanayno bixiyeyaasha AbilityCare inay kuugu soo diraan biil adeegyada. Waxaan bixiyeyaashayada si toos ah ugu bixinnaa lacagtooda, waxaanan kaa ilaalinnaa kharash walba oo suurtagal ah. Waxa laga soo reebay haddii aad bixinayso kharashka daawooyinka Medicare Qaybta D ee laguu qoray. Haddii aad lacag ka bixisay adeeg aad u malaynayso inaanu daboolayno, Adeegyada Xubinta kala xiriir lambarka ku yaal hoosta boggan.
  - Wixii macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan codsashada lacagcelinta, ama bixinta biil aad heshay, ka eeg **Cutubka 7, Qaybta A,** ee *Buug-gacmeedkan Xubinta*.
  - Haddii aad naga codsato inaanu kaa bixino biil oo aanu diidno qayb ka mid ah codsigaaga, racfaan ayaad ka qaadan kartaa go'aan. Tixraac **Cutubka 9, Qaybta E ee** *Buug-gacmeedkan Xubinta.*

B. Adeegyada Cafimaadka Ilkaha

WAC	Daryeelka Macmiilka ee Delta Dental: 1-866-398-9419 Wicitaankani waa bilaash. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo ilaa 5 galabnimo, Isniinta – Jimcaha Dadka aan ku hadlin luuqadda Ingiriisida waxa aanu u haynaa adeeg turjumaan oo bilaash ah.
TTY	711 ama isticmaal adeegyada gudbinta ee aad doorbidayso. Wicitaankan waa lacag la'aan. Saacadaha Adeegga waa 8 subaxnimo ilaa 5 galabnimo, Isniinta – Jimcaha

La Xidhiidh Adeegyada Caafimaadka Ilkaha

- Si aad u hesho dhakhtarka ilkaha
- Haddii qabto su'aalo ku saabsan sheegashooyinka caafimaadka ilkaha
- Aad u baahan tahay in lagaa caawiyo qabsashada ballan

C. Isku-duwaha Daryeelkaaga

Xubnaheenu waxay leeyihiin isku-duwe daryeel oo diyaar u ah inuu kaa caawiyo isku-duwidda adeegyada loo baahan yahay. Isku-duwista daryeelka waxa ku siinaya shaqaalaha bulshada iyo kalkaalisooyinka degmadaada maxaliga ah. Adeegyada Xubinta ka wac lambarka hoose si lagaaga caawiyo la xiriirista isku-duwaha daryeelka ee degmadaada.

WAC	1-866-567-7242 Wicitaankan waa lacag la'aan. Saacadaha shaqada waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo, Isniinta - Jimcaha *(Abriil - Sebtembar)*; 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo, 7 maalmood usbuucii *(Oktoobar - Maarso)*. Dadka aan ku hadlin luuqadda Ingiriisida waxa aanu u haynaa adeeg turjumaan oo bilaash ah.
TTY	711 ama isticmaal adeegyada gudbinta ee aad doorbidayso. Wicitaankan waa lacag la'aan. AMA 1-800-627-3529. Lambarkan waxa loogu talagalay dadka qaba dhibaato dhanka maqalka ama hadalka ah. Waa inaad haysato taleefan leh qalab gaar ah si aad u wacdo. Saacadaha shaqada waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo, Isniinta - Jimcaha *(Abriil - Sebtembar)*; 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo, 7 maalmood usbuucii *(Oktoobar - Maarso)*.
WARQAD UGU DIR	South Country Health Alliance Og: Adeegyada Xubnaha 6380 West Frontage Road Medford, MN 55049

La xidhiidh isku-duwaha daryeelka si lagaaga caawiyo:

- su'aalaha ku saabsan daryeelka caafimaadkaaga
- su'aalaha ku saabsan helista adeegyada caafimaadka hab-dhaqanka (caafimaadka maskaxda iyo cudurada ka dhasha isticmaalka maandooriyayaasha)
- su'aalaha ku saabsan gaadiidka
- Adeegyada iyo taageerada muddada-dheer (long-term services and supports, LTSS)
    - Waa inaad martaa Talobixinta Daryeelka Muddada-Dheer (Long-term Care Consultation, LTCC) oo lagu ogaado inaad u qalanto inaad hesho adeegyo ama taageero dheeraad ah. Waxaad codsan kartaa in qiimayntaan laguugu sameeyo gurigaaga, aqalkaaga, ama xarunta aad ku nooshahay, ama meel kale oo la isku waafaqay.

D. Khadka talobixinta kalkaalisada ee 24-ka saac

Khadka talobixinta kalkaalisada ayaa ku caawin kara markaad u baahan tahay talo caafimaad. Adeegan ama khayraadkan waa u bilaash xubnaha AbilityCare. Adeegan waxtarka leh waxaa ka shaqeeya kalkaaliyayaal khibrad leh oo diiwaangashan oo ka jawaabi kara su'aalahaaga caafimaadka. Waxay kaa caawin karaan inaad go'aan ka gaarto waxaad sameyn laheyd markaad jirran tahay ama dhaawacan tahay, waxaana la heli karaa 24-ka saacadood ee maalintii, 7-da maalmood ee todobaadka. Waxaad sidoo kale geli kartaa onlaynka www.mnscha.org.

WAC	Soo wac lambarka ku yaal gadaasha kaarkaaga aqoonsiga. Wicitaanka waa lacag la'aan. Wicitaannada waxaa laga jawaabaa 24 saac maalintii, 7 maalmood todobaadkii. Dadka aan ku hadlin luuqadda Ingiriisida waxa aanu u haynaa adeeg turjumaan oo bilaash ah.
TTY	711 ama isticmaal adeegyada gudbinta ee aad doorbidayso. Wicitaankan waa lacag la'aan. AMA 1-800-627-3529. Lambarkan waxa loogu talagalay dadka qaba dhibaato dhanka maqalka ama hadalka ah. Waa inaad haysato taleefan leh qalab gaar ah si aad u wacdo Wicitaannada waxaa laga jawaabaa 24 saac maalintii, 7 maalmood todobaadkii.

La xidhiidh khadka talo-bixinta kalkaalisada

- haddaad hayso su'aalo ku saabsan caafimaadkaaga ama ikhtiyaaradaada daawaynaha daryeelka caafimaadka
- si lagaaga caawiyo fahmitaanka waxa astaamahaagu ka dhigan yihiin
- si lagaaga caawiyo go'aansashada haddii aad u tegi lahayd dhakhtar

E. Khadka Khalkhalka Caafimaadka Maskaxda ee Minnesota

WAC	Wac lambarka u qoran degmada aad ku nooshahay. Wicitaanka waa lacag la'aan. Wicitaannada waxaa laga jawaabaa 24 saac maalintii, 7 maalmood todobaadkii. Dadka aan ku hadlin luuqadda Ingiriisida waxa aanu u haynaa adeeg turjumaan oo bilaash ah.
	Brown 1-877-399-3040 Dodge 1-844-274-7472 Goodhue 1-844-274-7472 Sibley 1-877-399-3040 Steele 1-844-274-7472 Wabasha 1-844-274-7472 Waseca 1-844-274-7472
TTY	711 ama isticmaal adeegyada gudbinta ee aad doorbidayso. Wicitaankan waa lacag la'aan. AMA 1-800-627-3529. Lambarkan waxa loogu talagalay dadka qaba dhibaato dhanka maqalka ama hadalka ah. Waa inaad haysato taleefan leh qalab gaar ah si aad u wacdo Wicitaannada waxaa laga jawaabaa 24 saac maalintii, 7 maalmood todobaadkii.

La xidhiidh Khadka Khalkhalka Caafimaadka Maskaxda ee Minnesota si lagaaga caawiyo

- su'aalaha ku saabsan caafimaadkaaga ama ikhtiyaaradaada daawaynaha daryeelka caafimaadka
- ballan ka qabsashada adeegyadeena caafimaadka maskaxda
- turjumaanada loogu talagalay macaamiisha aan ku hadlin luuqadda Ingiriisida ee u baahan adeegyada caafimaadka maskaxda
- su'aalaha ku saabsan adeegyada xanuunka isticmaalka khaldan ee maandooriyaha

F. Senior LinkAge Line®

Barnaamijka Kaalmada Caymiska Caafimaadka Gobolka (SHIP) wuxu talobixin caymis caafimaad oo bilaash ah siiyaa dadka haysta Medicare. Gudaha Minnesota, SHIP waxaa loo yaqaan Senior LinkAge Line®.

Senior LinkAge Line® wax xiriir ah lama laha wax shirkad caymis ah ama qorshe caafimaad ah.

WAC	1-800-333-2433 Wicitaanku waa bilaash. Isniin – Jimce, 8:00 subaxnimo 4:30 galabnimo.
TTY	Adeega Gudbinta Minnesota (Minnesota Relay Service) ka wac 711 ama isticmaal adeega gudbinta ee aad doorbidayso. Wicitaanka waa lacag la'aan
WARQAD UGU DIR	Golaha Duqayda Minnesota PO Box 64976 St. Paul, MN 55164-0976
IIMAYLKA	Senior.linkage@state.mn.us
WEBSAYDKA	www.mn.gov/senior-linkage-line

La xidhiidh Senior LinkAge Line® si lagaaga caawiyo:

- su'aalaha ku saabsan Medicare
- La taliyayaashaSenior LinkAge Line® wuxu kaaga jawaabi karaa su'aalahaaga ku saabsan u beddelashada qorshe cusub wuxuna kaa caawinayaa:
  - fahmitaanka xuquuqahaaga,
  - fahmitaanka ikhtiyaarada qorshahaaga,

- inaad cabasho ka gudbiso daryeelka caafimaadkaaga ama daawaynta, **iyo**
- xallinta dhibaaatooyinka biilashadada.

G. Ururka Horumarinta Tayada (QIO)

Gobolkeenu wuxu leeyahay urur la dhaho Livanta. Kuwani waa koox dhaqaatiir iyo xirfadlayaal kale oo caafimaad ah kuwaas oo horumarinta tayada ka caawiya dadka haysta Medicare. Livanta wax xidhiidh ah lama laha qorshaheena.

WAC	1-888-524-9900 Isniin ilaa Jimce, 9:00 subaxnimo 5:00 galabnimo. Fasaxa todobaadka iyo Fasaxyada, 10:00 subaxnimo - 4:00 galabnimo farriin-cajaladeed ayaa diyaar ah 24-ka saacadoodba
TTY	1-888-985-8775 Lambarkan waxa loogu talagalay dadka qaba dhibaatooyin dhanka maqalka ama hadalka ah. Waa inaad haysato taleefan leh qalab gaar ah si aad u wacdo. Ama 711 ama isticmaal adeegyada gudbinta ee aad doorbidayso. Wicitaanadan waa bilaash.
WARQAD UGU DIR	Livanta LLC, Barnaamijka BFCC-QIO 10820 Guilford Road, Suite 202 Annapolis Junction, MD 20701
WEBSAYDKA	www.livantaqio.com

La xidhiidh Livanta si lagaaga caawiyo:

- su'aalaha ku saabsan xuquuqahaaga daryeelka caafimaadka
- cabasho ka soo gudbinta daryeelka aad heshay haddii aad:
  - dhibaatoo kala kulanto tayada daryeelka,
  - u malaynayso in isbitaal jiifintaadu dhowaan dhammaanayso, ama
  - aad u malaynayso in adeegyadaada daryeelka caafimaadka guriga, xaruntaada xannaanaynta kalkaalisada xiradda leh, ama xarunta baxnaaninta isku-dhafan ee bukaansocodka (CORF) dhowaan dhammaanayaan.

H. Medicare

Medicare-ka waa barnaamijka caymiska caafimaadka federaalka ee loogu talagalay dadka da'doodu tahay 65 ama ka wayn, dadka qaar ka yar 65 ee naafada ah, iyo dadka qaba Cudurka Kelyaha ee Heerka-Dhammaadka (kalyaha oo hawlgabka joogtada ah ee u baahan sifeynta ama kelyaha u baahan beddelka).

Wakaalada federaalka ee masuulka ka ah Medicare waa Xarumaha Medicare & Adeegyada Medicaid, ama CMS.

WAC	1-800-MEDICARE (1-800-633-4227) Wicitaanada lambarkani waa bilaash, 24-ka saacadood ee maalintii, 7-da beri ee todobaadkii.
TTY	1-877-486-2048 Wicitaankan waa bilaash. Lambarkan waxa loogu talagalay dadka qaba dhibaato dhanka maqalka ama hadalka ah. Waa inaad haysato taleefan leh qalab gaar ah si aad u wacdo.
WEBSAYDKA	www.medicare.gov Kani waa bogga rasmiga ah ee dawladda ee loogu talagalay Medicare. Waxay ku siinaysaa macluumaad cusub oo ku saabsan Medicare-ka iyo arrimaha Medicare-ka ee hadda jira. Waxaa kale oo ku jira macluumaad ku saabsan isbitaalada, xarumaha dadka lagu xanaaneeyo, dhakhaatiirta, wakaaladaha caafimaadka guriga, iyo xarumaha sifaynta kelyaha, xarumaha baxnaaninta bukaan-jiifka, iyo goobaha lagu hayo dadka ku jira xaaladda dhimashada. Waxa ku jira websaydyo iyo lambaro taleefan oo waxtar leh. Waxa sidoo kale ku jira dukumeentiyo aad toos uga soo daabacan karto kombiyuutarkaaga. Haddii aadan haysan kombiyuutar, maktabadda xaafaddaada ama xarunta duqayda ayaa laga yaabaa inay kaa caawiso inaad booqato bogga intarneedka adigoo isticmaalaya kombayuutarkooda. Ama, waxaad Medicare ka wici kartaa lambarka kor ku qoran oo aad ayaga u sheegi kartaa macluumaadka aad raadineyso. Macluumaadka iyagaa kaaga heli doona websaydka oo macluumaadka kula fiirin doona.

I. Kaalmada Caafimaadka

Kaalmada Caafimaadka wuxu kaalmeeyaa kharashaadka adeegyada iyo taageerooyinka caafimaadka ee muddada dheer loogu talagalay dadka dakhligooda iyo ilahooda dhaqaale xaddidan yihiin.

Waxa aad ka diiwaangashan tahay Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka. Haddii aad qabto su'aalo ku saabsan caawimada aad ka helayso Kaalmada Caafimaadka, wac Waaxda Adeegyada Aadamaha ee Minnesota.

WAC	Waaxda Adeegyada Aadamaha ee Minnesota Taageerada Macmiilka Daryeelka Caafimaadka (HCCS) 1-651-297-3862 (Twin Cities Metro area) Ama 1-800-657-3672 (Aagga ka baxsan Twin Cities Metro area) Wicitaanka waa bilaash. Isniin ilaa Jimce, 8:00 subaxnimo 4:30 galabnimo.
TTY	711 ama isticmaal adeegyada gudbinta ee aad doorbidayso. Wicitaanadan waa bilaash.
WARQAD UGU DIR	Waaxda Adeegyada Aadanaha ee Minnesota 444 Lafayette Road North St. Paul, MN 55155
IIMAYLKA	DHS.info@state.mn.us
WEBSAYDKA	www.mn.gov/dhs/people-we-serve/adults/health-care/health-care-programs/programs-and-services/medical-assistance.jsp

J. Dhexdhexaadiyaha Barnaamijka Daryeelka Caafimaadka Dadwaynaha ee Maaraysan

Dhexdhexaadiyaha Barnaamijyada Daryeelka Caafimaadka Dadwaynaha ee Maaraysan wuxu u shaqeeya inuu kuu doodo oo ku metelo. Waxay ka jawaabi karaan su'aalaha haddii aad qabto dhibaato ama cabasho waxayna kaa caawin karaan inaad fahamto waxaad samaynayso. Dhexdhexaadiyaha Barnaamijyada Daryeelka Caafimaadka Dadwaynaha ee Maaraysan wuxu sidoo kale kaa caawinayaa dhibaatooyinka dhanka adeega iyo biilasha. Wax xiriir ah lama laha qorshaheena ama wax shirkad caymis ah ama qorshe caymis caafimaad ah. Adeegyadoodu waa bilaash.

WAC	1-651-431-2660 (Twin Cities Metro area) Ama 1-800-657-3729 (Aagga ka baxsan Twin Cities Metro area) Wicitaanku waa bilaash. Isniin ilaa Jimce, 8:00 subaxnimo 4:30 galabnimo.
TTY	1-800-627-3529 Lambarkan waxa loogu talagalay dadka qaba dhibaato dhanka maqalka ama hadalka ah. Waa inaad haysato taleefan leh qalab gaar ah si aad u wacdo. Ama 711 ama isticmaal adeegyada gudbinta ee aad doorbidayso. Wicitaanadan waa bilaash.
WARQAD UGU DIR	Waaxda Adeegyada Aadhanha ee MN Dhexdhexaadiyaha Barnaamijyada Daryeelka Caafimaadka Dadwaynaha ee Maaraysan P.O. Box 64249 St. Paul, MN 55164-0249
IIMAYLKA	dhsombudsperson@state.mn.us
WEBSAYDKA	www.mn.gov/dhs/managedcareombudsman

K. Xafiiska ee Dhexdhexaadiyaha Daryeelka Muddada Dheer (Office of Ombudsman for Long Term Care, OOLTC)

OOLTC waxay dadka ka caawiyaan helista macluumaadka guryaha dadka lagu xannaaneeyo iyo xallinta dhibaatooyinka ka dhex taagan guryaha xannaanaynta iyo dadka deggan ama qoysaskooda.

OOLTC wax xiriir ah lama laha qorshaheena ama wax shirkad caymis ah ama qorshe caymis caafimaad ah.

WAC	1-651-431-2555 (Aagga Twin Cities Metro area) Ama 1-800-657-3591 (Aagga ka baxsan Twin Cities Metro Area) Wicitaanku waa bilaash. Isniin ilaa Jimce, 8:00 subaxnimo 4:30 galabnimo.
TTY	1-800-627-3529 Lambarkan waxa loogu talagalay dadka qaba dhibaato dhanka maqalka ama hadalka ah. Waa inaad haysato taleefan leh qalab gaar ah si aad u wacdo. Ama 711 ama isticmaal adeegyada gudbinta ee aad doorbidayso. Wicitaanadan waa bilaash.
WARQAD UGU DIR	Xafiiska Minnesota ee Dhexdhexaadiyaha Daryeelka Muddada Dheer PO Box 64971 St. Paul, MN 55164-0971
IIMAYLKA	mba.ooltc@state.mn.us
WEBSAYDKA	www.mn.gov/ooltc

L. Barnaamijyada Dadka Ka Caawiya Bixinta Kharashka Daawooyinka Loo Qoro

Websaydka Medicare.gov (www.medicare.gov/drug-coverage-part-d/costs-for-medicare-drug-coverage/costs-in-the-coverage-gap/5-ways-to-get-help-with-prescription-costs) ayaa ku siinaya macluumaad ku saabsan sida aad u dhimayso kharashaadka daawooyinka laguu qoro. Dadka dakhligoodu hooseeyo, waxa sidoo kale jira barnaamijyo kale oo caawinaya, sida ku lagu xusay dhanka hoose.

L1. Caawimo Dheeraad ah

Maadaama aad u qalanto Kaalmada Caafimaadka, waxaad xaq u leedahay inaad "Caawimo Dheeraad ah" ka hesho Medicare si ugu bixiso kharashaadka daawooyinka laguu qoro ee qorshaha. Uma baahnid inaad wax tallaabo ah qaadid si aad u heshid "Caawimadan Dheeraadka ah."

WAC	1-800-MEDICARE (1-800-633-4227) Wicitaanada lambarkani waa bilaash, 24-ka saacadood ee maalintii, 7-da beri ee todobaadkii.
TTY	1-877-486-2048 Wicitaankan waa bilaash. Lambarkan waxa loogu talagalay dadka qaba dhibaato dhanka maqalka ama hadalka ah. Waa inaad haysato taleefan leh qalab gaar ah si aad u wacdo.
WEBSAYDKA	www.medicare.gov

L2. Barnaamijka Kaalmada Daawada Aydhiska (ADAP)

ADAP waxay dadka u qalma ADAP ee la nool cudurka Aydhiska/HIV-ga ka caawiyaan helista daawooyinka naf-badbaadinta ah ee aydhiska. Daawooyinka dhakhtarku qoro Qaybta D Medicare ee sidoo kale ku jira liiska daawooyinka ADAP waxay sidoo kale u qalmaan kaalmada kharash-wadaaga daawooyinka dhakhtarku qoro. Wixii macluumaad ah, Waaxda Adeegyada Aadamaha ee Minnesota ka wac lambarka 651-431-2414 ama 800-657-3761, (TTY 711).

Fiiro gaar ah: Si ay ugu qalmaano barnaamijka ADAP ee ka howgala gobolkaaga, shakhsiyaadku waa inay buuxiyaan shuruudo cayiman, oo ay ku jirto caddaynta inay deggan yihiin gobolka oo qabaan cudurka HIV, dakhligoodu hooseeyo marka loo fiirsho qeexitaanka gobolka, ay bilaa caymis yihiin/caymiskoodu kala dhiman yahay. Haddii aad isku beddelato qorsheyaasha, fadlan soo ogeysii shaqaalahaaga diiwaangelinta ADAP ee maxalliga ah si aad u sii hesho kaalmada macluumaadka dhanka shuruudaha u qalmitaanka, daawooyinka caymisku daboolayo, ama sida aad isu qorayso barnaamijka, fadlan wac lambarka Waaxda Adeegyada Aadamaha Minnesota ee 651-431-2414 ama 800-657-3761, (TTY 711).

M. Sooshal Sekuuritiga

Sooshal Sekuuritiga wuxu go'aamiyaa u qalmitaanka oo wuxu qabtaa hawlaha diiwaangelinta Medicare. Muwadiniinta Maraykanka ah iyo dadka degenaansho sharciyo oo abadi ah haysta ee jira 65 sannadood ama ka wayn, ama dadka naafada ah ama dadka ku jira Xaaladda Kama Dambaysta ah ee Cudurka Kelyaha (ESRD) ee buuxiya shuruudo cayiman, ayaa xaq u leh Medicare. Haddii aad horey u heli jirtay lacagta kaalmada Sooshal Sekuuritiga, qoritaankaaga Medicare waa otomaatig. Haddii aad qaadan lacagta kaalmada Sooshal Sekuuritiga, waa inaad isqorto Medicare. Si aad u codsato Medicare, waxaad soo wici kartaa Sooshal Sekuuritiga ama waxaad soo booqan kartaa xafiiska Sooshal Sekuuritiga.

Haddii aad guurto ama aad beddesho cinwaankaaga boostada, waa muhiim inaad la xidhiidho Sooshal Sekuuritiga si aad ugu wargeliso.

WAC	1-800-772-1213 Wicitaanada nambarkan waa bilaash. Waxa la heli karaa 8:00 subanimo to 7:00 fiidnimo, Isniin ilaa Jimce. Waxaad isticmaali kartaa adeegyadooda taleefanka otomaatiga ah si aad u hesho macluumaadka ku duuban oo uga qabsato hawlaha qaar 24-ka saacadood ee maalintii.
TTY	1-800-325-0778 Lambarkan waxa loogu talagalay dadka qaba dhibaato dhanka maqalka ama hadalka ah. Waa inaad haysato taleefan leh qalab gaar ah si aad u wacdo.
WEBSAYDKA	www.ssa.gov

N. Guddida Hawlgabka Waddada-tareenka (RRB)

RRB waa wakaalad Federaal oo madaxbannaan taas oo maamusha barnaamijyada dheefaha isku-dhafan ee loogu talagalay shaqaalaha waddada tareenka ee waddanka iyo qoysaskooda. Haddii aad Medicare ka dhex hesho RRB, waa muhiim inaad ogeysiiso haddii aad guurto ama beddesho cinwaankaaga boostada. Haddii aad qabto wax su'aalo oo la xidhiidha dheefaha aad ka hesho RRB, la xidhiidh wakaaladda.

WAC	1-877-772-5772 Wicitaanada nambarkan waa bilaash. Haddii taabato "0," waxaad la hadli kartaa wakiilka RRB ▪ laga bilaabo 9:00 subaxnimo ilaa 3:30 galabnimo, Isniin, Talaado, Khamiis, iyo Jimce iyo ▪ laga bilaabo 9:00 subaxnimo illaa duhurka Arbacada. Haddii aad taabato "1," waxaad heli kartaa Khadka-Kaalmada RRB ee otomaatiga ah iyo macluumaadka ku duuban 24-ka saacadood ee maalintii, oo ay ku jiraan fasaxa todobaadlaha ah iyo fasaxyada kale.
TTY	1-312-751-4701 Lambarkan waxa loogu talagalay dadka qaba dhibaato dhanka maqalka ama hadalka ah. Waa inaad haysato taleefan leh qalab gaar ah si aad u wacdo. Wicitaanada nambarkan *maaha* bilaash.
WEBSAYDKA	www.rrb.gov

O. Caymis kooxeedka ama caymis kale oo uu bixiyo shaqaaleysiiye

Haddii adiga (ama lamaanahaaga ama saaxiibtaa/saaxiibkaa) aad ka heshaan dheefo shaqaaleysiiyahaaga (shaqaaleysiiyaha lamanahaaga ama saaxiibkaa/saaxiibtaa) ama kooxda dadka hawlgabka ah iyadoo qayb ka ah qorshahan, waxaad wici kartaa shaqaaleysiiyahaaga/maamulaha dheefaha iskaashata ama Adeegyada Xubinta haddii aad qabto wax su'aalo ah. Waxaad waydiin kartaa dheefaha shaqaalaysiiyahaaga (ama shaqaaleysiiyaha lamaanahaaga ama saaxiibkaa/saaxiibtaa), dheefaha caafimaadka ee hawlgabka, khidmadaha caymiska ee joogtada ah, ama muddada is-diiwaangelinta. Waxaad sidoo kale wici kartaa 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227; TTY: 1-877-486-2048) wixii su'aalo ah ee la xiriira caymiska Medicare ee aad qorshahan ku leedahay.

Haddii aad haysato caymis kale oo daawooyina laguu qoray ah oo aad ka hesho shaqaaleysiiyahaaga (ama shaqaaleysiiyaha lamaanahaaga ama saaxiibtaa/saaxiibkaa) ama kooxda dadka hawlgabka ah, fadlan la xidhiidh **maamulaha dheefaha ee kooxdaas.** Maamulaha dheefaha wuxu kaa caawin karaa go'aaminta sida caymiskaaga daawooyinka laguu qoro ee hadda ula shaqeynayo qorshaheena.

P. Khayraado Kale

Disability Hub MN™

Waa shabakad kheyraad gobolka oo dhan ah oo bilaash ah oo kaa caawinaysa xallinta dhibaatooyinka, fahamka qaababka nidaamka oo aad ku qorshaynayso mustaqbalkaaga. Kooxdani waxay taqaan hababka loo galo loogana baxo khayraadka bulshada iyo barnaamijyada dowladda, waxayna khibrad sannado ah u leedahay ka caawinta dadka siday isu qaadsiin lahaayeen.

WAC	1-866-333-2466 Wicitaanada nambarkan waa bilaash. Isniin ilaa Jimce laga bilaabo 8:30 subaxnimo illaa 5:00
TTY	Adeega Gudbinta Minnesota (Minnesota Relay Service) ka wac 711 ama isticmaal adeega gudbinta ee aad doorbidayso. Wicitaanka waa lacag la'aan
WEBSAYDKA	www.disabilityhubmn.org

Cutubka 3: U isticmaalista qorshaheena caymiska daryeelka caafimaadkaaga iyo adeegyada la caymiyay

Hordhac

Cutubkan waxa ku jira shuruudo iyo shuruuc khaas ah oo aad u baahan tahay inaad ogaato si aad daryeelka caafimaadka iyo adeegyada la caymiyay ugu hesho qorshaheena. Sidoo kale wuxu kuu sheegayaa xog ku saabsan isku-duwaha daryeelkaaga, sida aad daryeel uga helayso daryeel-bixiyayaasha kala duwan iyo xaaladaha gaar ah markay jiraan (sidaad uga helayso bixiyayaasha shabakadda ka baxsan), waxa aad sameynayso marka biilka adeegyo aanu daboolno toos laguugu soo dallaco, iyo shuruucda lahaanshaha Qalabka Caafimaadka ee Waara (DME). Erayada muhiimka ah iyo qeexitaankoodu waxay u soo muuqan doonaan siday ugu kala horreeyeen alifbeetada cutubka u dambeeya ee *Buug-gacmeedka Xubinka*.

Jadwalka Tusmooyinka

A. Macluumaad ku saabsan adeegyada iyo bixiyayaasha 25

B. Shuruucda adeegyo ku helista caymiska qorshaheena 25

C. Isku-duwaha daryeelkaaga 26

C1. Waa maxay isku-duwaha daryeelku 26

C2. Sida aad ula xidhiidhi karto isku-duwaha daryeelkaaga 26

C3. Sida aad u beddeli karayso isku-duwaha daryeelkaaga 26

D. Daryeelka laga helo bixiyayaasha....26

D1. Daryeelka laga helo rugta daryeelka caafimaadka aasaasiga ah (PCC).... 26

D2. Daryeelka laga helo takhasuslayaasha iyo bixiyayaasha kale ee shabakadda ku jira 27

D3. Marka bixiye ka baxo qorshaheena 27

D4. Bixiyayaasha shabakadda ka baxsan 28

E. Adeegyada iyo taageerada muddada-dheer (LTSS)....28

F. Adeegyada caafimaadka hab-dhaqanka (caafimaadka maskaxda iyo cudurada ka dhasha isticmaalka maandooriyayaasha)....29

G. Adeegyada gaadiidka....29

H. Adeegyada la caymiyay ee xilliyada xaaladaha degdega ah ee caafimaad jiraan, marka degdeg loogu baahan yahay, iyo xilliyada masiibo jirto....29

H1. Daryeelka xilliyada xaaladaha degdega ah ee caafimaad jiraan.... 29

H2. Daryeelka degdegga loogu baahan yahay 30

H3. Daryeelka xilliyada musiibada ay jirto 31

I. Waxa aad sameynayso haddii toos laguugu soo dallaco biilka adeeg qorshaheenu daboolo....31

I1. Waxa aad sameynayso haddii qorshaheenu aanu daboolin adeegyada.... 31

J. Daboolista adeegyada daryeelka caafimaadka ee lagu dhex qaato xarrun daraasad cilmibaaris caafimaad 31

J1. Qeexitaanka daraasadda cilmibaarista caafimaadka 31
J2. Bixinta lacagaha adeegyada markaad ku jirto daraasad cilmibaaris caafimaad .. 32
J3. Macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan daraasad cilmibaaris caafimaad........ 32

K. Sida adeegyadaada daryeelka caafimaadka loogu dhex daboolayo goob diimeed daryeel caafimaad bixisa oo aan ahayn hay'ad caafimaad.............32

K1. Qeexitaanka goob diimeed daryeel caafimaad bixisa oo aan ahayn hay'ad caafimaad 32
K2. Daryeelka laga helo goob diimeed daryeel caafimaad bixisa oo aan ahayn hay'ad caafimaad 33

L. Qalabka Caafimaadka ee Waara (Durable medical equipment, DME)..................33

L1. DME-ga ka xubin qorshaheena ka tirsan ahaan 33
L2. Lahaanshaha DME haddii aad u bedelato Medicare Asalka ah.......................... 33
L3. Dheefaha qalabka ogsajiinta ka xubin qorshaheena ka tirsan ahaan................. 34
L4. Qalabka ogsajiinta marka aad u beddelato Medicare Asalka ah ama qorshe kale oo Medicare Advantage (MA) ah 34

A. Macluumaad ku saabsan adeegyada iyo bixiyayaasha

Adeegyada waa daryeelka caafimaadka, adeegyada iyo taageerada muddada-dheer (LTSS), sahayda, daawooyinka dhakhtarku qoro iyo kuwa bilaa rijeeto lagu gato, adeegyada caafimaadka hab-dhaqanka, qalab, iyo adeegyo kale. **Adeegyada la caymiyay** waa mid kasta oo ka mid ah adeegyadan qorshaheenu kharashkooda bixiyo. Daryeelka caafimaadka, caafimaadka hab-dhaqanka, iyo LTSS ee la caymiyay waxay ku qoran yihiin **Cutubka 4** ee *Buug-gacmeedkan Xubinta*. Adeegyadaada la caymiyay ee loogu talagalay daawooyinka laguu qoro iyo kuwa bilaa rijeetada ah waxay ku qoran yihiin **Cutubka 5** ee *Buug-gacmeedkan Xubinta*.

Bixiyayaashu waa dhakhaatiirta, kalkaalisooyinka, iyo dadka kale ee ku siiya adeegyo iyo daryeel. Bixiyayaasha waxa sidoo kale ku jira isbitaalada, wakaaladaha caafimaadka ku bixiya guryaha, rugaha caafimaadka, iyo goobaha kale ee ku siiya adeegyo daryeel caafimaad, adeegyada caafimaadka hab-dhaqanka, qalabka caafimaadka, iyo LTSS khaas ah.

Bixiyayaasha shabakaddu waa bixiyayaasha la shaqeeya qorshaheena caafimaadka. Bixiyayaashani waxay ogolaadeen inay lacagta aanu bixino u aqbalaan lacag-bixin buuxda ahaan. Bixiyayaasha shabakaddu toos ayay noogu soo dallacaan biilka daryeelka ay ku siiyaan. Markaad isticmaasho bixiye shabakadeed, caadi ahaan waxba kama bixinaysid adeegyada la daboolay.

B. Shuruucda adeegyo ku helista caymiska qorshaheena

Qorshaheena waxa uu dabolayaa dhammaan adeegyada ay daboolaan Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka. Tan waxa ku jira adeegyadaada caafimaadka, caafimaadka hab-dhaqanka, iyo LTSS.

Qorshaheenu sida guud wuxu bixin doonaa kharashka adeegyada daryeelka caafimaadka, adeegyada caafimaadka hab-dhaqanka, iyo LTSS ee aad hesho marka aad raacdo shuruucdeena. Si uu u caymiyo qorshaheenu:

- Daryeelka aad helayso waa inuu noqdo **dheef qorsheed**. Tan waxa looga jeeda waxa aanu ku soo darnay Jaantuska Dheefaheena ee ku qoran **Cutubka 4** ee *Buug-gacmeedkan Xubinta*.
- Daryeelka caafimaad ahaan lagama maarmaanka ah ayaa ku habboon xaaladdaada. Kan waxa ku jira daryeelka la xidhiidha xaalad caafimaad jidheed ama maskaxeed. Waxaa ku jira nooca iyo heerka adeegyada. Waxaa ku jira tirada daawooyinka. Waxaa kale oo ku jira halka aad ka hesho adeegyada iyo inta ay sii socon doonaan. Adeegyada caafimaad ahaan lagama maarmaanka ah waa inay:
  - inay yihiin adeegyo bixiyayaasha kale aad caadiyan dalban lahaayeen.
  - kaa caawin inaad si fiican u fiicnaato ama u joogtid sida aad tahay.
  - inay kaa caawiyaan joojinta ka sii daritaanka xaaladdaada.
  - inay ka hortagaan oo helaan dhibaatooyinka caafimaadka.
- **Waa inaad daryeelkaaga caafimaadka ka heshaa bixiyeyaasha shabakadda.** Caadiyan, ma dabooli doono daryeelka laga heli bixiye aan la shaqayn qorshaheena caymiska caafimaadka. Tan waxa loola jeedaa in lagaa rabo inaad iska bixiso kharashka adeegyada aad heshay oo isku dhan. Halkan waxa ku qoran qaar ka mid ah xaaladaha aanu sharcigani ku dabbaqmaynin:
  - Waanu daboolnaa daryeelka xaaladaha degdega ah ama daryeelka degdegga loogu baahan yahay ee laga helo bixiye shabakadda ka baxsan (wixii macluumaad dheeraad ah ka eeg **Qaybta H** ee cutubkan)
  - Haddii aad u baahan tahay daryeel qorshaheenu daboolo oo bixiyayaasha shabakaddu ku siin kari waayaan, waxaad daryeelka ka heli kartaa bixiye shabakadda ka baxsan. Waxa laga yaabaa in lagaaga baahdo oggolaansho hore ka hor inta aadan daryeelka ka helin bixiyaha shabakadda ka baxsan. Xaaladdan, daryeelka waxa aanu u dabooli doonaa sidii inaad ka heshay bixiye shabakadda ka tirsan oo kale.
  - Waxa aanu daboolnaa adeegyada kelyo-sifaynta marka aad ka baxsan tahay aagga adeega ee qorshaheena muddo gaaban ama marka bixiyahaagu aanu si ku-meelgaar ah u hayn adeega ama aan la heli karayn. Waxaad adeegyadan ka heli kartaa xarun kelyo-sifayn oo Medicare ansixisay.
  - Marka ugu horreysa ee aad ku soo biirto qorshaha, waxaad sii isticmaali kartaa bixiyayaashii aad isticmaali jirtay muddo illaa 120 maalmood ah sababahan soo socda markay jiraan:
    - » Xaalad aad u daran
    - » Jirro maskaxeed ama jireed oo nafta halis gelinaysa

» Naafanimada xagga jirka ama garaadka ah oo lagu qeexay in uu yahay awood la'aanta si ay u galaan hal ama in kabadan oo hawlo waaweyn oo nolosha ah. Tani waxay khusaysaa naafanimada jirta ama la filaayo inay socoto ugu yaraan hal sano, ama ay u badan tahay inay keento dhimasho.
» Xaalad naafonimo keenaysa ama mid daba-dheeraata taas oo ku jirta marxalad daran
» Marka aad helayso adeegyo daryeel caafimaad oo dhaqan ahaan habboon (adeegyada gaadiidka kuma jiraan) oo qorshuhu aanu lahayn bixiye shabakadeed khibrad gaar ah u leh bixinta adeegyadan daryeelka caafimaadka ee dhaqan ahaan habboon.
» Marka aadan ku hadlin luuqadda Ingiriisida oo qorshahana aanu ku jirin bixiye shabakadeed oo kula xidhiidhi kara, si toos ah ama isagoo adeegsanaya turjumaan.

Haddii dhakhtarkaagu kuu caddeeyo inaad haysato nolol la filaayo oo ah 180 maalmood ama ka yar, waxaa laga yaabaa inaad sii wadato isticmaalka adeegyada inta noloshaada ka hadhay bixiye aan ka mid ahayn shabakadeena.

Reebitaan ayaa loo sameeyay qorshaynta qoyska, taas oo ah adeeg si furan loo helo oo aanu daboolno annagoo u marayna Kaalmada Caafimaadka. Shuruucda federaalka iyo kuwa gobolka ayaa kuu ogol inaad doorato bixiye kasta, xitaa haddii aanay ku jirin shabakadeena, si aad u hesho adeegyada qorshaynta qoyska. Tan waxa loola jeedaa dhakhtar, rug caafimaad, isbitaal, farmeesi, ama xafiis qorshayn qoys oo kasta. Wixii macluumaad dheeraad ah tixraac qaybta “Adeegyada Qorshaynta Qoyska” ee Jaantuska Dheefaha ee ku qoran **Cutubka 4**.

C. Isku-duwaha daryeelkaaga

C1. Waa maxay isku-duwaha daryeelku

Isku-duwaha daryeelku waa qof kula kulmi doona oo kaala hadli doona baahiyahaaga iyo waxyaabaha aad rabto. Waxay kaa caawin doonaan diyaarinta iyo isku duwista taageerooyinka iyo adeegyada lagu xusay qorshahaaga daryeelka. Ilaha deegaan ahaan, iskuduwaha daryeelkaagu wuxu kaa caawin karaa inaad aqoonsato oo aad hesho adeegyada loo baahan yahay si aad u caafimaad qabto. Waxay kaa caawin karaan inaad samaysato ballamo iyo inaad iskudubarido adeegyada isbitaal dhigista ka dib.

Isku-duwista daryeelka waxa xubnaha AbilityCare siinaya shaqaalaha bulshada iyo kalkaalisooyinka degmadaada maxalliga ah.

C2. Sida aad ula xidhiidhi karto isku-duwaha daryeelkaaga

Warqadda *Hordhaca ah ee Isku-duwista Daryeelka* ee ka socota isu-duwaha daryeelkaaga ayay ku jiri doonaan lambarka taleefanka iyo cinwaanka isu-duwaha daryeelkaaga. Haddii aad waydo meesha aad dhigtay macluumaadka xiriirka ee isu-duwaha daryeelkaaga, soo wac Adeegyada Xubinta si aad u hesho macluumaadkaas.

C3. Sida aad u beddeli karayso isku-duwaha daryeelkaaga

Haddii aad doonayso inaad beddesho isku-duwaha daryeelkaaga, wac Adeegyada Xubinta oo iyaga ayaa ka shaqeyn doona wax ka qabashada codsigaaga.

D. Daryeelka laga helo bixiyayaasha

D1. Daryeelka laga helo rugta daryeelka caafimaadka aasaasiga ah (primary care clinic, PCC)

Waxaad dooran kartaa rugta daryeelka caafimaadka aasaasiga ah (PCC) si ay uu kuu siiso oo kuu maarayso daryeelkaaga.

Qeexitaanka “PCC” iyo waxa PCC ay kuu qabanayso

Rugta daryeelka caafimaadka aasaasiga ah (PCC) waa meesha ugu horraysa ee aad caadiyan daryeelka u raadsato, waxayna ku siin kartaa adeegyada daryeelka caafimaadka intooda badan. Ka xubin naga tirsan ahaan, waxaad dooran doontaa PCC ama mid ayaa laguu asteyn doonaa haddii aadan mid dooran xilliga is-diiwaangelinta. Isticmaalka PCC waxay daryeel bixiyayaashaada u sahashaa inay adiga iyo qoyskaaga bartaan, iyo inaad adigu iyaga barato.

Rugaha daryeelka caafimaadka aasaasiga ahi waxay leeyihiin xirfadlayaal caafimaad oo bixiya daryeelka aasaasiga ah. Tusaaleyaashooda waxa ka mid ah Dhakhaatiirta Cudurada Guud, Dhakhaatiirta Cudurada Uur-ku-jirta, Dhakhaatiirta Qoyska, Dhakhaatiirta Carruurta iyo Dhakhaatiirta Xanuunada Taranka Haweenka.

Haddii aad u malaynayso inaad u baahan tahay inaad isticmaasho bixiye kale ama takhasusle, PCC-gaaga ayaa kaa caawin kara gaarista go'aankaas oo xitaa talobixino ku siin kara. In kastoo aadan u baahnayn gudbin si aad u isticmaasho bixiye ka tirsan shabakadeena, la tashiga PCC-gaagu wuxu kaa caawin karaa helista adeegyada aad u baahan tahay wuxuuna iyaga ka caawin doonaa inay ka warqabaan daryeelka aad hesho.

Xulashada PCC-gaaga

Marka aad xubin ka noqoto qorshaheena, waa inaad bixiye shabakadeed ka xulataa *Tusahayaga Bixiyaha iyo Farmashiyaha* sii uu kuugu noqdo rugtaada daryeelka caafimaadka aasaasiga ah (PCC). PCC-gaagu waa bixiye buuxinaya shuruudaha gobolka waxana uu u tababaran yahay inuu ku siiyo daryeelka caafimaadka ee aasaasiga ah.

Hadii laguu asteeyo PCC waajib kuguma aha inaad isticmaasho PCC-gaas, waxaad adeegsan kartaa PCC kale laakiin waa inuu ka tirsanaadaa shabakaddayada.

Haddii aad PCC ka waydo aagaaga, ama aad qabto su'aalo, soo wac Adeegyada Xubinta.

Ikhtiyaarka aad ku beddelayso PCC-gaaga

PCC-gaaga sababta aad doonto ayaad u beddeli kartaa, markasta. Sidoo kale, waxa suurtogal ah in PCC-gaagu ka baxo shabakadda qorshaheena. Haddii PCC-gaagu ka baxo shabakadeena, waxa aanu kaa caawin karnaa sida aad PCC cusub uga dhex heli lahayd shabakadeena.

D2. Daryeelka laga helo takhasuslayaasha iyo bixiyayaasha kale ee shabakadda ku jira

Takhasusle waa dhakhtar bixiya daryeel caafimaad oo loogu talagay cudur khaas ama xubin gaar ah oo jirka ka mid ah. Waxaa jira noocyo badan oo takhasuslayaal ah, sida:

- *Dhakhaatiirta kansarka* waxay daryeelaan bukaanada qaba kansarka.
- *Dhakhaatiirta wadnaha* waxay daryeelaan bukaanada qaba dhibaatooyin dhanka wadnaha ah.
- *Dhakhaatiirta lafaha* waxay daryeelaan bukaanada qaba cudurada lafaha, kalagoysyada, ama murqaha.

Uma baahnid gudbin si aad u isticmaasho takhasusle ku jira shabakadda qorshaha, hase ahaatee, waxa lagugula talinaya inaad la xiriiro bixiyaha daryeelkaaga caafimaadka aasaasiga ah (PCP) oo u sheegto marka aad isticmaalayso bixiye shabakadeed oo kale.

Haddii aanaan awoodin inaan kuu helno bixiye shabakad qorshe oo kuu qalma, waa inaan ku siinaa oggolaansho hore si aad u isticmaasho takhasusle u aqoon leh marka ay jiraan midkasta oo ka mid ah shuruudahan soo socda:

- xaalad caafimaad darro oo joogto ah (socota)
- jirro maskaxeed ama jireed oo nafta halis gelinaysa;
- xanuunka sii xumaanaayo ama naafonimo;
- xaalad kasta ama cudur kasta oo halis ah ama adag oo u baahan inuu daaweeyo qof takhasus u leh.

Haddii aadan naga helin annaga oggolaansho hore marka loo baahdo, biilka waxaa laga yaabaa inaan la bixin. Wixii macluumaad dheeraad ah, Adeegyada Xubinta ka wac lambarada ku qoran xagga hoose ee boggan.

D3. Marka bixiye ka baxo qorshaheena

Bixiye shabakadeed isticmaasho ayaa ka bixi kara qorshaheena. Haddii mid ka mid ah bixiyayaashaadu ka baxo qorshaheena, waxaad leedahay xuquuqo iyo ilaalino cayiman oo hoos lagu soo koobay:

- Xitaa haddii bixiyayaasha shabakadeenu isbeddelaan inta lagu guda jiro sannadka, waa inaad si aan kala go' lahayn u hesho bixiyayaal kuu qalma.'
- Waanu kugu soo wargelin doonaa in bixiyahaagi ka baxayo qorshaheena si aad waqti ugu hesho xulashada bixiye cusub.
  - Haddii bixiyahaaga daryeelka aasaasiga ah ama caafimaadka hab-dhaqanka ka baxo qorshaheena, waanu ku soo wargelin doonaa haddii aad bixiyahaas la kulantay saddexdii sannadood ee ugu dambeeyay.
  - Haddii mid kasta oo kale oo ka mid ah bixiyayaashaada uu ka baxo qorshaheena, waxa aanu ku soo wargelin doonaa haddii bixiyahaas laguu asteeyay, aad waqti xaadirkan daryeel ka hesho, ama aad la kulantay saddexdii bilood ee dambeeyay.
- Waxa aanu kaa caawin doonaa xulashada bixiye kale oo shabakadda ka tirsan oo sii wadi doona maaraynta baahiyahaaga daryeelka caafimaadka.

- Haddii uu bixiyahaaga hadda uu waqti xaadirkan kuu wado daawayn ama teraabiyo, waxaad xaq u leedahay inaad na waydiiso, oo waxaanu kaala shaqeyn doonaa si aanu hubino in daawaynta caafimaad ahaan daruuriga ah ee aad qaadanayso sii socoto.
- Waxa aanu ku siin doonaa macluumaad ku saabsan xilliyada is-diiwaangelinta ee kala duwan ee aad heli karto iyo ikhtiyaarada aad haysato si aad qorsheyaasha isugu beddelato.
- Haddii aanu kuu heli kari wayno takhasusle shabakadda ka tirsan oo ku qalma oo aad heli karto, waa inaanu kuu diyaarino takhasusle shabakadda ka baxsan si uu kuu siiyo daryeelka inta bixiye ama dheef shabakadda ka tirsani aanay diyaar ahayn ama aan si ku filan u daboolayn baahiyahaaga caafimaad. Waxaad u baahan doontaa oggolaansho hore.
- Hadii aad u malaynayso inaanan bixiyihii hore ku beddelin bixiye u dhigma ama aanan si fiican u maaraynayn daryeelkaaga, waxaad xaq u leedahay inaad cabasho dhanka tayada daryeelka ah u gudbiso QIO, tabasho dhanka tayada daryeelka ah, ama labadaba. Tixraac **Cutubka 9** wixii macluumaad dheeraada ah.

Haddii aad ogaato in mid ka mid ah bixiyayaashaadu uu ka baxayo qorshaheena, nala soo xidhiidh. Waxaanu kaa caawin karnaa helitaanka bixiye cusub iyo maareynta daryeelkaaga. Wixii caawimaad ah, Adeegyada Xubinta ka soo wac lambarka ku qoran xagga hoose ee bogga.

D4. Bixiyayaasha shabakadda ka baxsan

Xaaladaha qaarkood, daryeelka aad ka hesho bixiye shabakadda ka baxsan (bixiye aan ka qayb ahayn shabakadda qorshaha) caymisku ma dabooli doono. Haddii aad u baahan tahay adeeg la caymiyay oo aadan ka heli karayn bixiye shabakaddeena ka tirsan, waa inaad naga heshaa oggolaansho hore oo aad ku isticmaalayso bixiye ka baxsan shabakadda. Dhakhtarkaaga iyo/ama wakiilka idman ayaa tan kaa caawin kara. Soo wac Adeegyada Xubnaha wixii macluumaad dheeraad ah.

Haddii aad isticmaasho bixiye shabakadda ka baxsan, bixiyuhu waa inuu u qalmaa inuu ka qaybqaato Medicare iyo/ama Kaalmada Caafimaadka.

- Lacag ma siin karno bixiye aan u qalmin inuu ka qaybqaato Medicare iyo/ama Kaalmada Caafimaadka.
- Haddii aad u tagto bixiye aan u qalmin inuu ka qaybqaato Medicare, waa inaad bixiso kharashka adeegyada oo isku dhan.
- Bixiyayaashu waa inay kuu sheegaan haddii aanay u qalmin ka qaybgalka Medicare.

E. Adeegyada iyo taageerada muddada-dheer (long-term services and supports, LTSS)

Ka xubin AbilityCare ahaan, waxa laga yaabaa inaad awoodo inaad hesho adeegyada iyo taageerada muddada-dheer (LTSS), sida adeegyada uu bixiyo barnaamijka Dhaafitaanak Waayeelka (EW). Adeegyada iyo taageerada muddada-dheer waa caawinaad loogu talagalay dadka u baahan gargaar si ay u qabtaan hawlaha maalinlaha ah sida qubaysashada, labisashada, samaynta cuntada iyo, qaadashada daawada. Adeegyadan intooda bada waxa lagu bixiyaa goob u qalanta oo aad dooranayso oo gurigaaga ama xaafadaada ah. Kala hadal isku-duwaha daryeelkaaga helitaanka adeegyadan.

- Waa inaad martaa Talobixinta Daryeelka Muddada-Dheer (Long-term Care Consultation, LTCC) oo lagu ogaado inaad u qalanto inaad hesho adeegyo ama taageero dheeraad ah. Waxaad codsan kartaa in qiimayntan laguugu sameeyo gurigaaga, aqalkaaga, ama xarunta aad ku nooshahay.
- Haddii aad wacdo si aad u codsato booqasho, isku-duwaha daryeelkaaga ayaa kula kulmi doona adiga iyo qoyskaaga si uu ugala hadlo baahiyahaaga daryeelka.
- Isku-duwaha daryeelkaaga ayaa ku siin doona macluumaadka ku saabsan adeegyada bulshada, kaa caawin doona inaad hesho adeegyo aad ku joogto gurigaaga ama xaafadaada oo kaa caawin doona inaad hesho adeegyo aad uga guurto guriga xannaanaaynta ama xarun kale.

Haddii aad u baahan tahay adeegyada qorshaynta kala guurka iyo iskuduwida si ay kaaga caawiyaan inaad u soo guurto goob xaafadda ah, waxaa laga yaabaa inaad u qalanto inaad hesho adeegyada U Guurida Guriga ee Minnesota (MHM). Adeegyada MHM waa ay ka duwan yihiin adeegyada EW, laakiin waa inaad u qalantaa EW.

Wac Adeegyada Xubinta si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan sida loo helo adeegyadan.

F. Adeegyada caafimaadka hab-dhaqanka (caafimaadka maskaxda iyo cudurada ka dhasha isticmaalka maandooriyayaasha)

Haddii aad qabto xaalad ama dhibaato caafimaad oo u baahan adeegyada caafimaadka hab-dhaqanka la xidhiidh Adeegyada Xubinta ama isu-duwaha daryeelkaaga. Waxay kaa caawin karaan helista daryeelka kugu habboon, waxayna kuu sheegi doonaan haddii adeegu u baahan yahay oggolaansho hore (oggolaansho la helo ka hor intaan adeega la helin).

G. Adeegyada gaadiidka

Haddii aad u baahan tahay gaadiid-raaca aad ku aadeyso ugana imaaneyso goobaha adeegyada caafimaadka ee aanu daboolno, la xidhiidh xiriiriyaha daryeelkaaga ama Adeegyada Xubinta kala xidhiidh lambarka ku qoran hoosta boggan. Waxa aanu ku siin doonaa gaadiidka ugu habboon ee kharash ahaana ugu wax ku oolsan. Waajib naguma aha inaanu ku siino gaadiid ku geynaya rugtaada daryeelka aasaasiga ah haddii ay gurigaaga u jirto masaafo ka badan 30 mayl ama haddii aad doorato bixiye takhasusle ah oo gurigaaga u jira wax ka badan 60 mayl. Wac Adeegyada xubinta haddii aad lahayn rug daryeel caafimaad aasaasi ah oo gurigaaga u jirta 30 mayl iyo/ama haddii ay wax ka badan 60 mayl u jirto bixiyahaaga takhasuslaha ah.

Haddii aad u qalanto, waxaad isticmaali kartaa adeegyada gaadiidka caafimaadka ee aan degdega ahayn:

- Adeegyada Gaadiidka Bilaa Taageerada ah – Sidoo kale loo yaqaano gaadiidka caadiga ah waxay isugu jriaan darawallo, basas, tagsiyo, iyo gaadiidley kale oo caadi ah.
- Adeegyada Gaadiidka Taageerada leh – Waxa loogu talagaaly dadka jirka ama maskaxda ka naafada ah ee aan awoodin inay si badbaado leh u adeegsadaan adeegyada gaadiidka bilaa taageerada ah. Darawalku si toos ah ayuu xubnaha uga taageeraa soo fuulista iyo ka degista gaariga, iyo sidoo kale tegista iyo ka imaanshaha ballantooda. Gaadiidka taageerada wata waxa la socda adeegyo caawiya socodka, kursi-curyaan, iyo kuwa iskala-bixineed.

H. Adeegyada la caymiyay ee xilliyada xaaladaha degdega ah ee caafimaad jiraan, marka degdeg loogu baahan yahay, iyo xilliyada masiibo jirto

H1. Daryeelka xilliyada xaaladaha degdega ah ee caafimaad jiraan

Xaalad caafimaad oo degdeg ah waa xaalad caafimaad oo wadata astaamo daran sida xanuun daran ama dhaawac khatar ah. Xaaladda khatarnimadeedu waxay gaadhsiisan tahay heer, haddii aan si degdeg ah wax looga qaban, aad adiga ama qof kale oo kasta oo aqoon dhexdhexaada oo caafimaad leh uu filan karo inay ka dhalanayso:

- khatar wayn oo soo foodsaaraysa caafimaadkaaga ama caafimaadka ilmahaaga uurka ku jira; **ama**
- khatar way oo soo gaadhaysa shaqada jirka; **ama**
- khatar hawlgab oo ku imanaysa xubin jirka ah ama qayb ka mid ah xubinta, **ama**
- Haddii laga hadlayo haweenay uur leh oo fooshii hayso, marka:
  - Aanu jirin waqti ku filan oo si badbaado leh laguugu wareejiyo isbitaal kale ka hor dhalmada.
  - U wareejinta isbitaal kale dhalinayso khatar soo foodsaaraysa caafimaaka iyo badqabka naftaada ama ta ilmahaaga uurka ku jira.

Haddii aad la kulanto xaalad caafimaad oo degdeg ah:

- **Kaalmo u raadso sida ugu dhakhsaha badan ee suurtagalka ah.** Wac 911 ama isticmaal qolka gargaarka degdega ah ama isbitaalka kuugu dhow. U yeedho amabalaas haddii aad u baahato. **Uma baahnid** inaad oggolaansho ka hesho ama uu ku soo gudbiyo PCP-gaagu. Uma baahnid inaad isticmaasho bixiye shabakadeed. Waxa laga yaabaa inaad hesho daryeel caafimaad oo degdeg ah mar kasta oo aad u baahato, meel kasta oo U.S. ah ama dhulalkiisa adigoo ka helaya bixiye kasta oo haysta shati gobol oo ku habboon.
- **Sida ugu dhakhsaha badan ee suurtagalka ah xaaladaada caafimaadka degdega ah ugu soo sheeg qorshaheena.** Waanu ka soo wardooni doonaa daryeelka caafimaadka degdega ah ee aad heshay. Adiga ama qof kale waa inay na soo wacaan si ay noogu soo sheegaan daryeelka caafimaadka degdega ah ee aad heshay, caadiyan 48 saacadood gudahood. Hase ahaatee, ma bixin doontid kharashka daryeelka caafimaadka degdegga ah haddii aad la soo daahdo inaad noo soo sheegto. Adeegyada Xubinta ka wac lambarka ku qoran xagga hoose ee boggan ama gadaasha Kaarkaaga Aqoonsiga Xubinimada.

Adeegyada la caymiyo ee xaaladaha caafimaadka ee degdega ah

Haddii aad u baahato amablaas si ay kuu geyso qolka gurmadka degdeg ah, qorshaheena ayaa daboolaya taas. Waxa aanu sidoo kale daboolnaa adeegyada caafimaadka ee la helo xilliyada xaaladaha caafimaadka ee degdega ah. Si aad wax badan uga ogaato, tixraac Jaantuska Dheefaha ee ku qoran **Cutubka 4** ee *Buug-gacmeedkan Xubinta*. **Qorshaheenu ma daboolo daryeelka caafimaadka degdega ah ee aad ka hesho meel ka baxsan waddanka United States iyo dhulalkiisa.**

Bixiyayaasha ku siinaya daryeelka caafimaadka degdega ah ayaa go'aamiya marka xaaladaadu degenaato ee xaaladda caafimaadka degdega ahi dhammaanayso. Daawaynta ayay kuu sii wadi doonaan oo waad nala soo xidhiidhi doontaa si ay qorshayso haddii aad u baahanto daryeel ka wardoonis illaa inta aad ka roonaanayso.

Qorshaheena ayaa dabooli doona daryeelka xiga ka xaaladda degdega ah. Haddii aad daryeelkaaga caafimaadka degdega ah ka hesho bixiyayaasha shabakadda ka baxsan, waxa aanu isku dayi doonaa in bixiyayaasha shabakadda ka tirsan ula wareegaan daryeelkaaga sida ugu dhakhsaha badan ee suurtagalka ah.

Helitaanka daryeel caafimaad oo degdeg ah iyadoo xaaladdaadu aanay ahayn mid degdeg ah

Mararka qaarkood way adkaan kartaa inaad garato inaad ku jirto xaalad caafimaad ama hab-dhaqan oo degdeg ah. Waxa laga yaabaa inaad raadsato daryeel caafimaad oo degdeg ah oo dhakhtarku ku dhaho dhab ahaantii xaaladaadu maaha mid degdeg ah. Illaa inta aadan si macquul ah u aaminsan tahay in caafimaadkaagu khatar wayn ku jiro, waanu dabooli doonaa daryeelkaaga.

Ka dib marka dhakhtarku dhaho xaaladaadu maaha mid degdeg ah, waxa aanu dabooli doona daryeelkaaga intaas ka dheeriga ah keliya haddii:

- Aad isticmaasho bixiye shabakadda ka tirsan, **ama**
- Daryeelka dheeraadka ah ee aad heshay loo tixgelin karo inuu yahay "daryeelka degdegga loogu baahan yahay" oo aad raacdo shuruucda lagu helo. Ka eeg qaybta soo socoto.

H2. daryeelka degdegga loogu baahan yahay

Daryeelka degdegga loogu baahan yahay waa daryeelka aad hesho adigoo ku jira xaalad aan degdeg ahayn laakiin aad daryeelka islamarkaaba u baahan tahay. Tusaale ahaa, waxa laga yaaboo in xaalad caafimaad oo aad horay u qabtay kugu soo kacdo ama inaad la kulanto xanuun ama dhaawac aan la filayn.

daryeelka degdegga loogu baahan yahay ee aagga adeega qorshaheena

Xaaladaha badankooda, waxa aanu daboolnaa daryeelka degdegga loogu baahan yahay haddii:

- Aad daryeelkan ka hesho bixiye shabakadda ka tirsan; ***ama***
- Aad raacdo shuruucda lagu qeexay cutubkan.

Haddii aanay suurtogal ahayn ama macquul ahayn in la helo bixiye shabakadda ku jira, marka la eego waqtiga aad haysato, goobta ama xaaladda aad ku jirto, waanu daboolna daryeelka degdegga loogu baahan yahay ee aad ka hesho bixiye shabakadda ka baxsan.

Daryeelka degdegga loogu baahan yahay waxaad ka heli kartaa xarumaha daryeelka degdega ah/xaaladaha daran. (Waxa mararka qaarkood loogu waca *xarumaha bixiya adeega isla maalinta ah.*)

- Xarumaha daryeelka degdega ah/xaaladaha daran ee ku jira shabakadda qorshaheena waxa lagu muujiyay qaybta Raadinta Bixiyaha waxana lagu qoray *Tusaha Bixiyaha iyo Farmashiyaha*. Raadinta Bixiyaha iyo tusaha waxa laga heli karaa websaydka ku jira barta **www.mnscha.org**.

Waxaa kale oo aad adeega talobixinta kalkaalisada ee 24-saac ah ka wici kartaa lambarka wicitaanka bilaashka ah ee ku yaalla dhabarka dambe ee kaarkaaga Aqoonsiga. Waxay diyaar yihiin 7 beri ee todobaadkii, 24-ka saacadood ee maalintii, si ay kaaga caawiyaan nooca daryeelka ee aad u baahan tahay.

Daryeelka degdegga loogu baahan yahay ee ka baxsan aagga adeega qorshaheena

Marka aad ka baxsan tahay aagga adeega qorshaheena, ma awoodi doontid inaad daryeel ka hesho bixiye shabakadeed. Xaaladaas oo kale, qorshaheena ayaa daboolaya daryeelka degdegga loogu baahan yahay ee aad ka hesho bixiye kasta oo kale.

Qorshaheenu ma daboolo daryeelka degdegga loogu baahan yahay ee aad ka hesho meel ka baxsan waddanka United States iyo dhulalkiisa.

H3. Daryeelka xilliyada musiibada ay jirto

Haddii badhasaabka gobolkaaga, Xoghayaha Caafimaadka iyo Adeegyada Aadamaha ee U.S., ama madaxwaynaha Waddanka United States ku dhawaaqo in masiibo ama xaalad degdeg ah ka jirto aagga aad ku nooshahay, waxa weli xaq u leedahay inaad daryeel ka hesho qorshaheena.

Soo booqo websaydkeena wixii macluumaad dheeraad ah ee ku saabsan sida aad u helayso daryeelka aad u baahan tahay xilliyada masiibo lagu dhawaaqay jirto: **www.mnscha.org** > Programs (Barnaamijyada)> Medicare Programs (Barnaamijyada Medicare) > AbilityCare > Getting Care During a Disaster (Helitaanka Daryeelka Xilliyada Musiibada ay Jirto).

Xilliyada ay jirto masiibo lagu dhawaaqay, haddii aadan isticmaali karayn bixiye shabakadeed, waxaad daryeelka oo aan wax kharash ah kugu joogin ka heli kartaa bixiyayaasha shabakadda ka baxsan. Haddii aadan isticmaali karayn farmeesi shabakadda ku jirta xilliyada masiibo lagu dhawaaqay jirto, waxaad daawooyinka laguu qoray ka soo qaadan kartaa farmeesi shabakadda ka baxsan. Fadlan tixraac **Cutubka 5 ee** *Buug-gacmeedkaaga Xubinta* wixii macluumaad dheeraada ah.

I. Waxa aad sameynayso haddii toos laguugu soo dallaco biilka adeeg qorshaheenu daboolo

Uma ogolaanayno bixiyayaasha AbilityCare inay biilka adeegyadan kugu soo dallacdaan. Waxaan bixiyeyaashayada si toos ah ugu bixinnaa lacagtooda, waxaanan kaa ilaalinnaa kharash walba oo suurtagal ah. Haddii bixiye kuu soo diro biil halkii uu u soo diri lahaa qorshaheena, waa inaad naga dalbato inaanu bixino biilka.

Adigu ma ahan inaad bixiso biilka naftaada. Haddii aad bixiso, waxa laga yaabaa inaanu kuu soo celin kari wayno lacagta aad bixisay.

Haddii aad bixiso kharashka adeegyada la caymiyay ama haddii aad hesho biilka adeegyo caafimaad oo caymisku daboolayo, tixraac **Cutubka 7, Qaybta B,** ee *Buug-gacmeedkan Xubinta* si aad u ogaato waxaad sameyn lahayd.

I1. Waxa aad sameynayso haddii qorshaheenu aanu daboolin adeegyada

Qorshaheena ayaa daboolaya dhammaan adeegyada:

- la go'aamiyay inay caafimaad ahaan lagama maarmaan yihiin, **iyo**
- ku qoran Jaantuska Dheefaha ee qorshaheen (tixraac **Cutubka 4** ee *Buug-gacmeedkan Xubinta)*, **iyo**
- marka aad raacdo shuruucda qorshaha.

Haddii aad hesho adeegyo aanu daboolayn caymiska qorshaheenu, **adiga ayaa bixinaya kharashka oo isku dhan**.

Haddii aad rabto inaad ogaato inaanu bixinayno wax adeegyo ama daryeel caafimaad ah, waxaad xaq u leedahay inaad na soo waydiiso. Sidoo kale waxaad u baahan tahay inaad tan qoraal ahaan noo soo waydiiso. Haddii aanu kuu sheegno inaanan bixinayn adeegyadaada, waxaad xaq u leedahay racfaan ka qaadato go'aankeena.

Cutubka 9, Qaybta E, ee *Buug-gacmeedkan Xubinta* ayaa sharraxaya waxa aad sameyn lahayd haddii aad rabto inaanu kaa caymino adeeg ama shay caafimaad. Wuxu sidoo kale kuu sheegayaa sida aad racfaan uga qaadanayso go'aankeena caymiska. Soo wac Adeegyada Xubinta si aad wax badan uga ogaato xuquuqahaaga racfaanka.

Adeegyada qaarkood illaa xad cayiman ayaanu kharashkooda bixinaa. Marka aad kormarto xadka cayiman, qiimaha adeega oo isku dhan ayaad bixin doontaa si aad u hesho adeega noocaas ah oo dheeraad ah. Tixraac **Cutubka 4** wixii xaddidaadyada dheefaha khaaska ah. Soo wac Adeegyada Xubinta si aad u ogaato waxa xaddidaadyada dheefaha yihiin iyo qaddarka aad ka isticmaashay dheefahaaga.

J. Daboolista adeegyada daryeelka caafimaadka ee lagu dhex qaato xarrun daraasad cilmibaaris caafimaad

J1. Qeexitaanka daraasadda cilmibaarista caafimaadka

Daraasad cilmibaaris caafimaad (sidoo kale loo yaqaano tijaabo caafimaad) waa hab dhakhaatiirtu ku tijaabiyaan noocyada cusub ee daryeelka caafimaad ama daawooyinka. Darasaad cilmibaaris caafimaad oo Medicare ansixisay waxay caadiyan codsataa in dad mutadawaciin ahi ka qaybqaataan daraasadda.

Marka Medicare ansixiso cilmibaaris aad rabto inaad ka qaybqaadato, oo aad xiiso u muujiso, qof ka shaqeeya daraasadda ayaa kula soo xidhiidhi doona. Qofkaasi wuxu kaaga warramaya cilmibaarista wuxuna eegayaa inaad u qalanto ka qaybgalkeeda. Waxaad ku jiri kartaa daraasadda ilaa inta aad buuxinayso shuruudaha loo baahan yahay. Waa inaad fahamto oo aqbasho waxa lagaa rabo inaad daraasadda ku dhex qabato.

Inta aad ku jirto daraasadda, waxa laga yaabaa inaad ka sii diiwaan-gashanaato qorshaheena. Qaabkaas, ayuu qorshaheenu u sii wadi doonaa inuu daboolo kharashka adeegyada iyo daryeelka aan la xidhiidhi daraasadda.

Haddii aad rabto inaad ka qaybqaadato daraasad caafimaad oo Medicare ansixisay, **uma baahnid** inaad noo soo sheegtid ama inaad oggolaansho naga heshid. Bixiyayaasha ku siinaya daryeel ka qayb ah daraasadda **lagama rabo** inay noqdaan bixiyayaal shabakadda ka tirsan. Fadlan xasuusnoow in dheefahan la daboolayo aanay ku jirin dheefaha qorshaheenu ka masuulka yihiin, ee ka qayb ah cilmibaaris caafimaad ama xog lagu qiimeynayo dheefta. Dheefahan waxa ka mid ah kuwa lagu cayimay go'aamada caymiska ee heer qaran ee u baahan caymis caddayn cilmibaariseed (NCDs-CED) iyo cilmibaarisyada baaritaanka qalabka (IDE) waxana laga yaabaa in lagu dabbaqo sharciga oggolaanshaha hore iyo shuruucda kale ee qorshaha.

Waanu kugu dhiirigelinaynaa inaad noo soo sheegto ka hor inta aadan ka qaybqaadan daraasad cilmibaaris caafimaad.

Haddii aad qorshaynayso inaad gasho daraasad cilmibaaris caafimaad, oo ay dadka diiwaangashan ka cayminayaan Medicare Asalka ah, waxa aanu adiga ama isu-duwaha daryeelkaaga ku dhiirigelinaynaa inaad la soo xiriirtaa Adeegyada Xubinta oo nagu soo wargeliso inaad daraasad caafimaad ka qaybqaadanayso.

J2. Bixinta lacagaha adeegyada markaad ku jirto daraasad cilmibaaris caafimaad

Haddii aad si mutadawacnimo ah uga qaybqaadato daraasad cilmibaaris caafimaad oo Medicare ansixisay, wax kharash ah kama bixin doontid adeegyada daraasadda lagu dhex daboolayo. Medicare ayaa bixin doontaa kharashaadka adeegyada cilmibaarista iyo sidoo kale kharashaadka joogtada ah ee la xiriira daryeelkaaga. Marka aad ku biirto daraasad cilmibaaris caafimaad oo Medicare ansixisay, waa laga daboolayaa adeegyada iyo alaabooyinka aad ku hesho daraasadda intooda badan. Tan waxaa ku jira:

- qolka iyo cuntada isbitaal dhigista ee Medicare bixin lahayd xitaa haddii aadan ku jirteen cilmibaarista.
- qalliin ama habraac kale oo caafimaad oo qayb ka ah daraasadda cilmibaarista.
- daawaynta wixii astaamo iyo dhibaatoo aan loo kasin ah ee ka dhasha daryeelka cusub ee aad heshay.

Haddii aad ka qaybqaadato daraasad **aanay** ansixin Medicare, adiga ayaa bixin doona kharash kasta oo aad ku gasho ka mid ahaanshaha daraasadda.

J3. Macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan daraasad cilmibaaris caafimaad

Waxaad macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan ku biiritaanka daraasadda cilmibaarista caafimaad ka heli kartaa adigoo akhrinaya maqaalka "Daraasadaha Cilmibaarista Medicare & Caafimaadka" ee ku jira Websaydka Medicare https://www.medicare.gov/sites/default/files/2019-09/02226-medicare-and-clinical-research-studies.pdf. Waxaad sidoo kale wici kartaa 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227), 24 saacadood ee maalintii, 7 maalmood ee todobaadkii. Isticmaalayaasha TTY waa inay wacaan 1-877-486-2048.

K. Sida adeegyadaada daryeelka caafimaadka loogu dhex daboolayo goob diimeed daryeel caafimaad bixisa oo aan ahayn hay'ad caafimaad

K1. Qeexitaanka goob diimeed daryeel caafimaad bixisa oo aan ahayn hay'ad caafimaad

Hay'ad diimeed daryeel caafimaad bixisa iyada oo aan ahay goob caafimaad waa goob bixis daryeel aad caadiyan ka heli lahayd isbitaal ama xarrun kalkaaliso xirfadleh. Haddii daryeel ku helista isbitaal ama xarun kalkaaliso xirfadleh ka soo horjeedo caqiidadaada diimeed, waanu dabooli doonaa daryeelka aad ku hesho goob diimeed daryeel caafimaad bixisa oo aan ahayn hay'ad caafimaad.

Dheeftan waxa loogu talagalay keliya adeegyada bukaan-jiifka Medicare Qaybta A (adeegyada daryeelka caafimaad ee aan caafimaad la xiriirin).

K2. Daryeelka laga helo goob diimeed daryeel caafimaad bixisa oo aan ahayn hay'ad caafimaad

Si aad u hesho daryeelka laga helo goob diimeed daryeel caafimaad bixisa oo aan ahayn hay'ad caafimaad, waa inaad saxiixdo dukumeenti sharci ah oo sheegaya inaad ka soo horjeedo helista daawayn caafimaad oo "aan ahayn mid-reebban."

- Daawaynta caafimaad ee "aan ahayn mid-reebban" waa daryeel kasta oo **ikhtiyaari ah ee aanu waajibinayn** wax sharci federaal, gobol ama maxalli ah.
- Daawaynta caafimaad ee "Reebban" waa daryeel kasta oo **aan ikhtiyaari ahayn ee uu waajibinayo** sharci federaal, gobol ama maxalli ah.

Si uu u caymiyo qorshaheenu, daryeelka aad ka hesho goob diimeed daryeel caafimaad bixisa oo aan ahayn hay'ad caafimaad waa inuu buuxiyo shuruudahan soo socda:

- Xarunta bixinaysa daryeelka waa inay Medicare xaqiijisay ama shahaado siisay.
- Adeegyada qorshahayagu caymisku daboolayo waxay ku kooban yihiin qaybaha daryeelka ee aan diinta la xiriirin.
- Haddii aad adeegyo ka hesho hay'addan oo aad lagugu dhex siiyo xarrun:
  - Waa inaad qabto xaalad caafimaad oo waajibinaysa inaad hesho adeegyo la caymiyay oo aad ku qaadan lahayd isbitaal bukaanjiif ama xarun kalkaaliso xirfad leh.
  - Waa inaad oggolaansho naga hesho ka hor inta aan lagu dhigin xarunta haddii kale kharashka dhigitaankaaga **lama** dabooli doono.

Xaddidaadaha caymiska Bukaan-jiifka Isbitaalka ee Medicare ayaa ku dabbaqmaya (fadlan tixraac Jaantuska Dheefaha ee ku qoran **Cutubka 4,** ee *Buug-gacmeedkan Xubinta)*.

L. Qalabka Caafimaadka ee Waara (Durable medical equipment, DME)

L1. DME-ga ka xubin qorshaheena ka tirsan ahaan

DME waxa ka mid ah agabyo gaar ah oo caafimaad ahaan lagama maarmaan ah oo uu dalbaday bixiye, sida kursi-curyaano, biraha curyaanka, furshaanta korontada ku shaqeeya, sahayda cudurka sonkorowga, sariiraha isbitaalka ee (IV), aaladaha codka sameeya, qalabka iyo agabka ogsajiinta, qalabka dawooyinka uumiga ka dhiga iyo qalabka caawiya socodka.

Had iyo jeer waad yeelan doontaa qalabyada qaar, sida xubnaha macmalka ah.

Qaybtan, waxa aynu kaga hadli doontaa DME-ga aad kiraysato. Xubin qorhsaheena ka tirsan ahaan, caadiyan **ma yeelan** doontid DME, si kasta oo ay u dheer tahay muddada aad kiraysatay.

Xaaladaha qaarkood, milkiyadda DME-ga adiga ayaanu kugu soo wareejin doonaa. Soo wac Adeegyada Xubinta si aad u ogaato shuruudaha ay tahay inaad buuxiso iyo waarqaha lagaa rabo inaad keento.

Xitaa haddii aad DME ku haysatay si waafaqsan Medicare illaa 12 bilood oo xidhiidh ah ka hor inta aadan ku soo biirin qorshaheena, **ma yeelan** doontid qalabka.

L2. Lahaanshaha DME haddii aad u bedelato Medicare Asalka ah

Barnaamijka Medicare Asalka ah, dadka kiraysta noocyo DME ah oo cayiman ayaa yeesha 13 bilood oo kiro ah ka dib. Qorshaha Medicare Advantage (MA), qorshaha ayaa sheega tirada bilaha ay tahay inuu qofku kiraysto noocyo khaas ah oo DME ah ka hor inta aanay yeelan.

Xasuusnoow: Waxaad qeexitaanada Qorsheyaasha Medicare Asalka ah iyo MA ka helaysaa **Cutubka 12**. Waxaad sidoo kale macluumaad dheeraad ah oo badan ka heli kartaa buug-gacmeedka *Medicare & Adiga 2025* Haddii aadan haysan koobiga buug-yarahaan, waxaad ka heli kartaa websaydka Medicare (www.medicare.gov/medicare-and-you) ama adigoo wacaya 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227), 24 saacadood maalintii, 7 maalmood ee todobaadkii. Isticmaalayaasha TTY waa inay wacaan 1-877-486-2048.

Waa inaad sameyso 13 lacagbixinood oo xidhiidh ah markaad ku jirto Medicare Asalka ah, ama waa inaad bixiso tirada lacagbixinta xidhiidhka ah ee uu dejiyo qorshaha MA, si aad u yeelato shayga DME haddii:

- aadan noqon milkiilaha DME-ga adigoo ku jira qorshaheena, **iyo**
- aad ka baxdo qorshaheena oo aad dheefahaaga Medicare ka hesho cid ka baxsan qorshaha caymiska caafimaadka ee barnaamijka Medicare Asalka ah ama MA.

Haddii lacagbixinaha shayga DME-ga sameyso adigoo ku jira qorshaha Medicare Asalka ah ama MA, **lacagta aad bixisay adigoo ku jira qorshaha Medicare Asalka ah ama MA laguma xisaabin doona lacagbixinaha aad u baahan tahay inaad sameyso ka dib marka aad ka baxdo qorshaheena.**

- Waa inaad sameyso 13 lacagbixinood oo cusub oo xidhiidh ah markaad ku jirto Medicare Asalka ah, ama tirada lacagbixinta xidhiidhka ah ee cusub ee uu dejiyo qorshaha MA, si aad u yeelato shayga DME.
- Ma jiraan wax ka dhaafitaan ah oo tan laga sameynayo marka aad ku laabato qorshaha Medicare Asalka ah ama MA.

L3. Dheefaha qalabka ogsajiinta ka xubin qorshaheena ka tirsan ahaan

Haddii aad xaq u leedahay qalab ogsajiin oo Medicare daboosho oo aad xubin ka tahay qorshaheena, waxa aanu dabooli doonaa:

- qalabka ogsajiinta ee kirada ah
- keenista ogsajiinta iyo waxyaabaha ogsajiintu ku jirto
- tuubooyinka iyo qalabka dheeraadka ah ee la xidiidha ee loogu talagalay keenista ogsajiinta iyo waxyaabaha ogsajiintu ku jirto
- dayacitrka iyo dib u sameynta qalabka ogsajiinta

Qalabka ogsajiinta waa in la soo celiyo ka dib marka aanu caafimaad ahaan lagama maarmaan kuu ahayn ama markaad ka baxdo qorshaheen.

L4. Qalabka ogsajiinta marka aad u beddelato Medicare Asalka ah ama qorshe kale oo Medicare Advantage (MA) ah

Marka qalabku caafimaad ahaan daruuri kuu yahaay **ee aad ka baxdo qorshaheen una wareeg Medicare Asalka ah**, waxaad ka kiraysan doontaa iibiye muddo 36 bilood ah. Lacagtaada kirada ee billaha ayaa daboolaysa kharashka qalabka ogsajiinta iyo sahayda iyo adeegyada kor lagu taxay.

Haddii qalabka ogsajiintu caafimaad ahaan daruuri kuu yahay **ka dib markaad kiraysato muddo 36 bilood ah,** iibiyahaagu waa inuu bixiyo:

- qalabka ogsajiinta, sahayda, iyo adeegyada muddo 24 bilood oo dheraada ah
- qalabka ogsajiinta iyo sahayda muddo 5 sannadood ah haddii ay caafimaad ahaan lagama maarmaan tahay

Haddii qalabka ogsajiintu wali caafimaad ahaan lagama maarmaan yahay **muddada 5-ta sannadood ah ka dib**:

- Iibiyahaaga intaas ka dib lagama rabo inuu bixiyo, oo waxaad qalab beddelaad ah ka raadsan kartaa iibiye kasta oo kale.
- Muddo 5-sannadood oo cusub ayaa bilaabmaysa:
- Iibiye ayaad ka kiraysan doontaa muddo 36 bilood ah.
- Iibiyahaagu waa inuu ku siiyo qalabka ogsajiinta, sahayda, iyo adeegyada muddo 24 bilood oo dheraada ah.
- Wareeg cusub ayaa bilaabanaya 5-tii sannadoodba mar illaa inta qalabka ogsajiintu caafimaad ahaan lagama maarmaan yahay.

Marka qalabka ogsajiintu caafimaad ahaan lagama maarmaan yahay oo **aad ka baxdo qorshaheena una wareego qorshe kale oo MA ah**, qorshahu wuxu dabooli doonaa ugu yaraan inta Medicare Asalka ah daboosho. Waxaad qorshahaaga MA ee cusub ka dalban kartaa nooca qalabka iyo sahayda ogsajiinta ee ay daboolaan iyo waxa kharashka aad bixinayso noqon doono.

Cutubka 4: Jaantuska Faa'iidooyinka

Hordhac

Cutubkani wuxu kuu sheegayaa adeegyada qorshaheena caymisku daboolo iyo wixii xaddidaadyo ama xannibaado ah ee saaran adeegyadaas. Wuxu sidoo kale kuu sheegaya dheefaha aanu qorshahani daboolayn.

Erayada muhiimka ah iyo qeexitaankoodu waxay u soo muuqan doonaan siday ugu kala horreeyeen alifbeetada cutubka u dambeeya ee *Buug-gacmeedka Xubinka*.

Jadwalka Tusmooyinka

A. Adeegyadaada la caymiyay 36

A1. Xilliyada lagu jiro xaaladaha degdega ah ee caafimaadka dadwaynaha 36

B. Sharciyada ka hortagaya inay bixiyayaashu kharash adeeg ku dallacaan 36

C. Ku saabsan Jaantuska Faa'iidooyinka ee qorshaheena 36

C1. Barnaamijka Qaataha Xaddidan 37

D. Jaantuska Faa'iidooyinka 38

E. Dheefaha lagu daboolo meel ka baxsan qorshaheena caymiska 72

E1. Daryeelka dadka dhulyaalka ah ee ku dhow inay dhintaan 72

E2. Adeegyada kale 73

F. Dheefaha aanay daboolin qorshahayaga, Medicare, ama Kaalmada Caafimaadka 73

A. Adeegyadaada la caymiyay

Cutubkani wuxu kuu sheegayaa adeegyada qorshaheena caymisku daboolayo. Waxaad sidoo kale ka baran kartaa adeegyada aan la daboolin. Macluumaadka ku saabsan dheefaha daawooyinka waxay ku qoran yihiin **Cutubka 5** ee *Buug-gacmeedkan Xubinta*.

Maadaama aad kaalmo ka hesho Kaalmada Caafimaadka, wax kharash ah kuma bixin doontid adeegyadaada la caymiyay illaa inta aad raacayso shuruucda qorshaheena caymiska. Tixraac **Cutubka 3, Qaybta B**, ee *Buug-gacmeedkan Xubinta* wixii tafaasiil ah ee ku saabsan shuruucda qorshaha caymiska.

Haddii aad u baahan tahay in lagaaa caawiyo fahamka adeegyada caymisku daboolayo, la xidhiidh xiriiriyaha daryeelkaaga ama Adeegyada Xubnaha kala xidhiidh lambarka ku qoran hoosta boggan.

A1. Xilliyada lagu jiro xaaladaha degdega ah ee caafimaadka dadwaynaha

Qorshaheenna wuxuu hirgeliyaa dhammaan isbeddelada daboolida iyo dabacsanaanta la oggol yahay ee lagu sameeyo xilli xaalad caafimaad oo degdeg ah lagu dhawaaqo (tusaale, faafida cudurka COVID-19) sida lagu faray Waaxda Adeegyada Aadanaha ee Minnesota iyo Xarunta Medicare & Medicaid (CMS) ilaa si cad loo sheego in laga reebay. Xubnuhu waxay booqan karaan dhs.state.mn.us ama CMS.gov si ay u helaan faahfaahinta dhammaan bayaannada xaaladaha degdegga ah ee caafimaadka dadweynaha sida COVID-19 ama kuwo kale.

Waxaan si faahfaahsan ugu sheegi doonaa boggayaga internetka www.mnscha.org wixii isbeddelo gaar ah ee daboolida ah ee u gaar ah qorshaheenna. Isbeddelada qorshaha waxa ay sii jiri doonaan inta lagu jiro xaaladda caafimaad ee degdegga ah ilaa si kale loo caddeeyo. Wixii macluumaad dheeraad ah, ka wac Adeegyada Xubinka nambarada ku qoran boggan hoose.

B. Sharciyada ka hortagaya inay bixiyayaashu kharash adeeg ku dallacaan

Uma oggolin bixiyeyaashayadu inay ku biil-gareeyaan adeegyada lagu dhex bixiyo gudaha shabakadda. Waxaan bixiyeyaashayada si toos ah ugu bixinnaa lacagtooda, waxaanan kaa ilaalinnaa kharash walba oo suurtagal ah. Tani waa sax xitaa haddii aan bixiyaha siinno lacag ka yar inta uu bixiyaha ku qiimeeyo adeega.

Aligaa waa inaadan ka helin bixiye biil ku saabsan adeegyada la daboolay. Haddii aad hesho, eeg **Cutubka 7, Qeybta A,** ee Buug-gacmeedkaaga Xubinta ama *wac* Adeegyada Xubnaha.

C. Ku saabsan Jaantuska Faa'iidooyinka ee qorshaheena

Jaantuska faa'iidooyinka wuxuu kuu sheegayaa adeegyada uu qorshaheenna daboolayo. Waxaa ku qoran adeegyada la daboolay oo si hab-raacin ah u qoran iyadoo la sharaxayo.

Waxaan daboolnaa adeegyada ku qoran Jaantuska Faa'iidooyinka marka shuruucda soo socda la raaco. Waxaad ka **bixi** doontaa wax kharash ah adeegyada ku qoran Jaantuska Faa'iidooyinka, haddii aad buuxiso shuruudaha daboolida ee hoos ku qoran.

- Waxaan bixinnaa adeegyada Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka ee la daboolay iyadoo la raacayo xeerarka uu dejiyay Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka.
- Adeegyada (oo ay ku jiraan daryeel caafimaad, caafimaadka dhaqanka iyo adeegyada isticmaalkooda daroogada, adeegyada muddada dheer iyo taageerada, sahayda, qalabka, iyo daawooyinka) waa inay noqdaan kuwo "caafimaad ahaan lama huraan ah". Caafimaad ahaan lama huraan ah: Tani waxay qeexaysaa adeegyada, sahayda, ama daawooyinka aad u baahan tahay si aad uga hortagto, u baadho, ama u daaweyso xaaladdaada caafimaad ama si aad u ilaaliso xaaladaada caafimaadka ee hadda. Tan waxaa ku jira daryeelka kaa ilaalinaya inaad isbitaal ama xarun kalkaalin aado. Waxa kale oo ay la macno tahay adeegyada, sahayda, ama dawooyinka buuxiya heerarka la aqbalay ee ku dhaqanka caafimaadka.
- Daryeelka caafimaad ahaan lagama maarmaanka ah ayaa ku habboon xaaladdaada. Tan waxa ku jira daryeelka la xidhiidha xaaladaha jidhka iyo caafimaadka dabeecadda (oo ay ku jiraan Caafimaadka Dhimirka iyo Dhibaatada Isticmaalka Maandooriyaha). Waxaa ku jira nooca iyo heerka adeegyada. Waxaa ku jira tirada daawooyinka. Waxaa kale oo ku jira halka aad ka hesho adeegyada iyo inta ay sii socon doonaan. Adeegyada caafimaad ahaan lagama maarmaanka ah waa inay:

  - inay noqdaan adeegyada, saadka iyo dawooyinka dhakhtarku qoro bixiyeyaasha kale ayaa badanaa dalban doona.
  - kaa caawin inaad si fiican u fiicnaato ama u joogtid sida aad tahay.
  - inay kaa caawiyaan joojinta ka sii daritaanka xaaladdaada.
  - inay ka hortagaan oo helaan dhibaatooyinka caafimaadka.
- Muddo bilow ah oo ah 90 maalmood ugu yaraan, qorshaha waa inuu siiyaa xubnaha cusub waqti beddelasho ah, inta lagu jiro muddadan qorshaha Medicare Advantage ma dalban karo oggolaansho hore oo ku saabsan daawayn kasta oo si firfircoon loo wado, xitaa haddii adeeggu uu ka bilaabmay bixiye ka baxsan shabakadda.
- Waxaad daryeelkaaga caafimaadka ka heleysaa bixiyeyaasha shabakadda. Bixiye shabakadeed waa bixiye nala shaqeeya. Xaaladaha badankooda, daryeelka aad ka hesho bixiye ka baxsan shabakadda lama dabooli doono ilaa ay xaalad degdeg ah tahay, daryeel aad si degdeg ah ugu baahan tahay, ama qorshahaaga ama bixiyaha shabakadda uu kuu sameeyo gudbin. **Cutubka 3, Qeybta D**, ee *Buug-gacmeedkan Xubinka* ayaa bixisa macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan isticmaalka bixiyeyaasha shabakadda iyo kuwa ka baxsan shabakadda.
- Haddii bixiyaha aad dooratid uusan ku jirin shabakadayada qorshaha, waa inaad doorataa bixiye shabakada qorshaha kale. Waxaa laga yaabaa inaad sii wadato isticmaalka adeegyada bixiyaha aan hadda ka mid ahayn shabakada qorshaheena ilaa 120 maalmood sababaha soo socda awgood:
  - Xaalad aad u daran.
  - Xanuunka maskaxda nafta halis gelisa ama jirada ka muuqata jirka qofka.
  - Naafanimada xagga jirka ama garaadka ah oo lagu qeexay in uu yahay awood la'aanta si ay u galaan hal ama in kabadan oo hawlo waaweyn oo nolosha ah. Tani waxay khusaysaa naafanimada jirta ama la filaayo inay socoto ugu yaraan hal sano, ama ay u badan tahay inay keento dhimasho.
  - Xaalada naafada ah ama daba-dheeraata taas oo ku jirta marxalad daran.
  - Haddii dhakhtarkaagu kuu caddeeyo inaad haysato nolol la filaayo oo ah 180 maalmood ama ka yar, waxaa laga yaabaa inaad sii wadato isticmaalka adeegyada inta noloshaada ka hadhay bixiye aan ka mid ahayn shabakadeena.
- Qaar ka mid ah adeegyada ku taxan Jaantuska Faa’iidooyinka waxaa la daboolaa oo keliya haddii dhakhtarkaaga ama bixiyaha kale ee shabakadda uu marka hore naga helo oggolaansho. Tan waxaa loo yaqaan oggolaanshaha hore (PA). Waxaan calaamadeynaa adeegyada la daboolayo ee u baahan PA Jaantuska Faa’iidooyinka annagoo isticmaaleyna xiddig (*). Haddii aan oggolaanno codsiga PA ee ku saabsan daawayn, oggolaanshuhu waa inuu shaqeeyaa inta ay macquul ahaan caafimaad ahaan loo baahan yahay si looga fogaado hakad ku yimaada daryeelka iyadoo loo eegayo shuruudaha daboolka, taariikhda caafimaadkaaga, iyo talooyinka bixiyaha daaweynta.
- Dhammaan adeegyada kahortagga waa bilaash. Waxaad arki doontaa tan oo calaamadeysan agagaarka 🍎 adeegyada kahortagga ee jaantuska faa'iidooyinka.

C1. Barnaamijka Qaataha Xaddidan

- Barnaamijka Qaataha Xaddidan wuxuu u yahay xubnaha si khaldan u adeegsaday adeegyada caafimaadka. Tan waxaa ka mid ah helitaanka adeegyo caafimaad oo xubnaha aysan u baahnayn, isticmaalka si ay ugu kacdo kharash ka badan inta loo baahnaa, ama qaab ay khatar ugu noqon karto caafimaadka xubinta. AbilityCare waxay ogeysiin doontaa xubnaha haddii lagu daro Barnaamijka Qaataha Xaddidan.
- Haddii aad ku jirto Barnaamijka Qaataha Xaddidan, waa inaad ka heshaa adeeg caafimaad hal bixiye daryeel aasaasiga ah ee loo qoondeeyey, hal rug caafimaad, hal isbitaal oo uu isticmaalo bixiyaha daryeelka aasaasiga ah, iyo hal farmashi. AbilityCare waxay sidoo kale magacaabi kartaa bixiyeyaasha kale ee daryeelka caafimaadka. Waxaa kale oo laga yaabaa in lagugu meeleeyo wakaalada caafimaadka guriga. Laguuma oggolaan doono inaad isticmaashid doorashada kaalmada daryeelka shakhsi ahaaneed, ikhtiyaarka isticmaalka dabacsan, ama adeegyada macaamiisha hagaayo. Lama isticmaali kartid moodeelka miisaaniyada ee Adeegyada iyo Taageerooyinka Mudnaan-siinta Bulshada (Community First Services and Supports, CFSS).

- Waxa lagugu xaddidi doonaa bixiyeyaashan loo qoondeeyay daryeelka caafimaadka ugu yaraan 24 bilood ee u-qalmitaanka Minnesota Health Care Program (MHCP). Dhammaan gudbinta khubarada waa inay ka yimaadaan bixiyahaaga daryeelka aasaasiga ah oo lagu soo gudbiyaa Barnaamijka Qaataha Xaddidan ee AbilityCare. Qaatayaasha la xaddiday waxaa laga yaabaa in aysan jeebkooda ka bixin si ay u isticmaalaan bixiye aan la magacaabin kaas oo la mid ah bixiyayaasha mid ka mid ah bixiyayaasha loo qoondeeyay.
- Meelaynta barnaamijka way kula jiri doontaa haddii aad beddesho qorshayaasha caafimaadka. Meelaynta barnaamijka sidoo kale way kula jiri doontaa haddii aad u bedesho adeegga ujrada-bixinta ee MHCP. Ma lumin doontid u-qalmitaanka MHCP sababtoo ah meelaynta barnaamijka awgeed.
- Dhamaadka 24-ta bilood, isticmaalkaaga adeegyada daryeelka caafimaadka dib ayaa loo eegi doonaa. Haddii aad weli si qaldan u isticmaashay adeegyada caafimaadka, waxaa lagu meelayn doonaa barnaamijka 36 bilood oo dheeraad ah oo aad xaq u leedahay.
- Waxaad xaq u leedahay inaad rafcaan ka qaadato meelaynta Barnaamijka Qaataha Xaddidan. Waa inaad ku xeraysataa racfaan 60 maalmood gudahooda laga bilaabo taariikhda ogeysiiska naga imaaday. Waa inaad rafcaan ku qaadato 30 maalmood gudahood si aad uga hortagto xaddidaadda in la fuliyo inta lagu jiro racfaankaaga. Waxaad codsan kartaa Racfaan Goboleed (Dhegeysi Cadaalad ah oo lala yeesho gobolka) ka dib marka aad hesho go'aanka annaga ah oo sheegaya inaan dhaqan gelinno xaddidaadda. Tixraac **Cutubka 9** wixii macluumaad dheeraad ah.
- Barnaamijka Qaataha Xaddidan ma khuseeyo adeegyada Medicare ee la daboolay. Haddii aad isticmaasho dawooyinka opioid-ka oo aad ka hesho dhowr dhakhtar ama farmashiye, waxaa laga yaabaa inaan la xiriirno dhakhaatiirtaada si loo hubiyo in isticmaalkaagu yahay mid ku habboon oo caafimaad ahaan lama huraan ah. Annagoo la shaqeynayna dhakhaatiirtaada, haddii aan go'aansanno in isticmaalkaaga dawooyinka opioid-ka ama benzodiazepine uusan ammaan ahayn, waxaa laga yaabaa inaan xaddidno sida aad ku heli karto dawooyinkaas. Tixraac **Cutubka 5, Qaybta G3**, wixii macluumaad dheeraad ah.

D. Jaantuska Faa'iidooyinka

Adeegyada uu qorshaheenna daboolo ** waxay tilmaamayaan inay suurtogal tahay in loo baahdo oggolaansho hore*	Waxyaabaha aad tahay inaad bixiso
Baadhitaanka murqaha oo ballaadhan Waxaan daboolnaa hal mar oo ultrasound ah oo loogu talagalay dadka halis ugu jira xaaladdan. Qorshaha wuxuu daboolaa kaliya baaritaankan haddii aad leedahay waxyaabo halis u ah oo gaar ah, haddii aadna heshid warqad loo gudbiyey dhakhtarkaaga, kaaliyaha dhakhtarka, kalkaaliso tababaran, ama takhasusle caafimaad oo kale. Waxaan sidoo kale dabooli karnaa baaritaanno dheeraad ah haddii caafimaad ahaan loo arko inay lama huraan tahay.	$0
Toobinta Adeegyada toobinta waa la daboolaa haddii uu bixiyo toobiye shati haysta ama dhakhtar kale oo shati ka haysta Minnesota leh tababar iyo aqoonsi dhanka toobinta. Waxaan daboolnaa ilaa 12 booqasho oo toobinta ah 90 maalmood gudaheed haddii aad qabto xanuunka joogtada ah ee dhabarka hoose, oo lagu qeexay: ▪ inuu socday 12 toddobaad ama ka badan; ▪ inuu yahay xanuun aan gaar ahayn (oo aan la xiriirin sabab cudur guud ah sida kansar faafa, caabuq, ama cudur infekshan); ▪ inuusan la xiriirin qalliinka; **iyo** ▪ inuusan la xiriirin uur. Waxaa intaa dheer, waxaan daboolnaa sideed kalfadhi oo dheeraad ah oo toobinta ah haddii aad muujiso horumar. Sanad walba, waxaad heli kartaa ugu badnaan 20 daaweyn toobineed oo loogu talagalay xanuunka joogtada ah ee dhabarka hoose. ***Dheeftan waxaa lagu sii sharxi doonaa bogga xiga.***	$0

	Adeegyada uu qorshaheenna daboolo * *waxay tilmaamayaan inay suurtogal tahay in loo baahdo oggolaansho hore*	**Waxyaabaha aad tahay inaad bixiso**
	Toobinta *(sii socoto)* Daaweynta toobinta waa in la joojiyaa haddii aad iska sii xumaato ama haddii aan wax horumar ah laga gaarin xaaladdaada. Waxaa intaa dheer, waxaan daboolnaa ilaa 20 cutub oo adeegyada toobinta ah sanad kasta oggolaansho la’aan. Weydiiso oggolaansho hore haddii cutubyo dheeraad ah loo baahan yahay. Adeegyada toobinta waxaa lagu caymiyaa kuwa soo socda: ▪ xanuun ba'an iyo mid joogto ah ▪ niyad jabka ▪ walaac ▪ waalida ▪ cilada ka soo kabashada ka dib dhacdada argagax leh. ▪ hurdo la'aan ▪ joojinta sigaar cabbida ▪ cillad lugaha aan degganayn ▪ xanuunka caadada ▪ afka oo qalala (af qalalan) oo la xidhiidha kuwaan soo socda: » Xanuunka af khalalka » daaweynta shucaaca ▪ lalabo iyo matag la xiriira arrimaha soo socda: » hababka qalliinka kadib » uurka » daryeelka kansarka	$0
	Baaritaanka iyo talobixinta isticmaalka qaldan ee aalkolada Waxaan daboolnaa hal baaritaan oo loogu talagalay dadka waaweyn ee isticmaala aalkolo si qaldan laakiin aan aalkolo-maandooriye ka noqonin. Tan waxaa ku jira haweenka uurka leh. Haddii natiijadu noqoto inaad isticmaasho aalkolo si qaldan, waxaad heli kartaa ilaa afar kalfadhi oo kooban oo fool-ka-fool ah sanad kasta, (haddii aad awooddo oo aad feejigan tahay inta lagu guda jiro kalfadhiyada) iyadoo lala shaqeynayo bixiye caafimaad aasaasi ah (PCP) ama dhakhtar kale oo xarun daryeel aasaasi ah ku sugan (Tixraac qaybta “Adeegyada isticmaalka qaldan ee maandooriyaha ee bukaan-socodka” ee jaantuskan wixii dheeraad ah oo ku saabsan dheefaha la daboolay).	$0
	Adeegyada ambalaaska Adeegyada ambalaaska ee la daboolo, ha ahaadeen xaalad degdeg ah ama mid aan degdeg ahayn, waxaa ku jira ambalaaska dhulka iyo hawada (diyaarad iyo diyaaradda qumaatiga u kaca). Ambalaasku wuxuu kuu qaadi doonaa meesha kuugu dhow ee ku siin karta daryeel. Xaaladdaadu waa inay noqotaa mid halis ku filan oo haddii siyaabo kale loo tago meel daryeel lagaa siiyo ay khatar gelin karto caafimaadkaaga ama noloshaada. Adeegyada ambalaaska ee xaaladaha kale ee (aan degdegga ahayn) waa in lagu oggolaadaa marka hore annaga. Xaaladaha aan degdegga ahayn, waxaan dabooli karnaa adeegyada ambalaaska haddii aan la arko inay caafimaad ahaan loo baahan yahay. Xaaladdaadu waa inay noqotaa mid halis ku filan oo haddii siyaabo kale loo tago meel daryeel lagaa siiyo ay khatar gelin karto noloshaada ama caafimaadkaaga.	$0

Adeegyada uu qorshaheenna daboolo * *waxay tilmaamayaan inay suurtogal tahay in loo baahdo oggolaansho hore*	**Waxyaabaha aad tahay inaad bixiso**
Booqashada fayoobi-qabida ee sanadlaha ah Waxaad samaysan kartaa hubinta caafimaadka sanadle ah Tani waa in la sameeyo ama la cusboonaysiiyo qorshe kahortag ah oo ku salaysan arrimahaaga khatarta hadda. Waxaan daboolnaa hal jeer 12 bilood kasta. **Fiiro gaar ah:** Booqashadaada fayoobi-qabida ee sanadlaha ah ee ugu horreeysa ma dhici karto 12 bilood gudahood booqashadaada **Ku soo Dhaweynta** Medicare. Si kastaba ha ahaatee, uma baahnid inaad booqatay **Soo Dhaweynta Medicare** si aad u hesho booqashooyinka fayoobi-qabida ee sanadlaha ah ka dib marka aad Medicare Qaybta B haysato muddo 12 bilood ah.	$0
Cabirka culeeska lafaha Waxaan daboolnaa habraacyo gaar ah oo loogu talagalay xubnaha u qalma (sida caadiga ah, qof khatar ugu jira luminta cufka lafaha ama khatar ugu jira osteoporosis). Habraacyadani waxay aqoonsadaan cufka lafaha, helaan luminta lafaha, ama hubiyaan tayada lafaha. Waxaan daboolnaa adeegyadan hal mar 24 bilood kasta, ama in ka badan haddii caafimaad ahaan loo baahan yahay. Waxaan sidoo kale daboolnaa qiimeynta iyo faallooyinka dhakhtarka ee natiijooyinka.	$0
Baaritaanka kansarka naasaha (raajo-saarista xubnaha naasaha) Waxaan daboolnaa adeegyada soo socda: ▪ Hal baaritaan xasuus ah oo u dhexeeya da'da 35 ilaa 39 sano. ▪ Hal baaritaan naasaha ah sanad kasta 12 bilood kasta. ▪ Baaritaanada naasaha ee caafimaadka ah hal mar 24 bilood kasta.	$0
Adeegyada baxnaaninta wadnaha Waxaan daboolnaa adeegyada baxnaaninta wadnaha sida jimicsiga, waxbarashada, iyo talo bixinta. Xubnuhu waa inay buuxiyaan xaalado gaar ah oo ay haystaan warqad dhakhtar. Waxaan sidoo kale daboolnaa barnaamijyada baxnaaninta wadnaha oo xooggan, kuwaas oo aad uga xoog badan barnaamijyada caadiga ah ee baxnaaninta wadnaha.	$0
Booqashada dhimista khatarta cudurrada wadnaha (therapy for heart disease, daaweynta cudurka wadnaha) Waxaan daboolnaa hal booqasho sanadkii, ama in ka badan haddii caafimaad ahaan loo baahan yahay, iyadoo lala shaqeynayo bixiyahaaga daryeelka aasaasiga ah (PCP) si loo yareeyo khatarta cudurka wadnaha. Inta lagu jiro booqashada, dhakhtarkaagu wuxuu samayn karaa: ▪ ka wada hadal isticmaalka aspirin-ka, ▪ hubi cadaadiska dhiiggaaga, **iyo/ama** ▪ ku siin talooyin si loo hubiyo inaad si wanaagsan u cunayso.	$0
Tijaabooyinka cudurrada wadnaha Waxaan daboolnaa baaritaanka dhiigga si loo hubiyo cudurrada wadnaha hal mar shan sano kasta (60 bilood). Baaritaankan dhiiggu wuxuu kaloo hubiyaa cilladaha ku salaysan khatarta sare ee cudurka wadnaha.	$0

Adeegyada uu qorshaheenna daboolo * *waxay tilmaamayaan inay suurtogal tahay in loo baahdo oggolaansho hore*	Waxyaabaha aad tahay inaad bixiso

Isku-duwidda daryeelka
Waxaa laguu qoondeyn doonaa iskuduwe daryeelka kaa caawin doona inaad xiriiriso adeegyada iyo agabka aad u baahan tahay si aad u hesho daryeelka ugu wanaagsan ee suurtogalka ah. Iskuduwayaasha daryeelka ayaa sidoo kale kaa caawin kara inaad wax badan ka ogaato caafimaadkaaga, xaalad kasta oo caafimaad oo aad qabto, waxayna kaa caawin karaan inaad raacdo qorshahaaga daryeelka. Iskuduwayaasha daryeelka iyo shaqaalaha Adeegyada Xubinta AbilityCare ayaa diyaar u ah inay ka jawaabaan su'aalaha ku saabsan AbilityCare iyo barnaamijka SNBC.
Ugu horrayn, iskuduwaha daryeelkaaga ayaa isku dayi doona inuu kula soo xiriiro taleefoon ahaan si uu isu baro oo uga hadlo isku-duwidda daryeelka iyo sida ugu wanaagsan ee looga bixi karo adeegga. Markaad sii wadato wada shaqaynta, waxaa laga yaabaa inaad la xidhiidho taleefoon ahaan, shakhsi ahaan, ama siyaabo kale oo kaa caawin doona inaad sida ugu badan uga hesho isku-duwidda daryeelka. Si wada jir ah ayaad ula iman doontaan qorshe kaa caawinaya isku-duwidda daryeelka shaqada ee adiga kuu shaqeeya. Kooxaha isku-duwidda daryeelka waxay ku dhow yihiin degmadaada iyo beeshaada. Ilaha sida deegaanka ahaan, iskuduwaha daryeelkaaga ayaa kaa caawin kara inaad aqoonsato oo aad hesho adeegyada loo baahan yahay si aad u ahaato qof caafimaad qaba. Haddii aad qabtid su’aalo ama aad caawimaad u baahan tahay si aad ula xiriirto iskuduwayaasha daryeelkaaga, wac Adeegyada Xubinta lambarka ku taxan boggan hoose.
Isku-duwidda daryeelka mar walba waa kuu diyaar. Waxaad joojin kartaa adeegan wakhti kasta adiga oo u sheega iskuduwayaashaaga daryeelka ama la xiriira AbilityCare. Haddii aad rabto inaad beddesho iskuduwahaaga daryeelka, wac Adeegyada Xubinta lambarka taleefoonka ku taxan boggan hoose.
Adeegyada la Caymiyay:
▪ Qiimayn lagu ogaanayo sida iskuduwaha daryeelkaagu uu kaaga caawin karo daryeelka caafimaadka, guriyeynta, haqab-beelka cuntada, iyo baahiyaha kale.
▪ Caawimada jadwalka, iskudubaridka, iyo helitaanka qiimaynta ama baaritaanada iyo adeegyada daryeelka caafimaadka sida ilkaha, caafimaadka dabeecadda, dhaqancelinta, iyo daryeelka aasaasiga ah.
▪ Abuuritaanka iyo cusboonaysiinta qorshahaaga daryeelka, oo ku salaysan baahiyahaaga gaarka ah, iyo la shaqaynta dadka aad doorato.
▪ Oggolaanshahaaga, iskuduwayaasha daryeelka ee AbilityCare waxay la xiriiri karaan wakaaladaha iyo dadka kaa caawin kara daboolista baahiyahaaga.
  » La shaqee si wada jir ah adiga iyo kuwa kale ee aad doorato marka aad wax ka bedesho baahiyahaaga daryeelka caafimaadka ama marka lagu dhigo isbitaalka.
  » Lagaa caawinaa sidii aad u heli lahayd agabyada aad u baahan tahay ee ku yaalla bulshadaada.
  » Si wada jir ah ula shaqee maamulayaasha kiisaska dheefta Home and Community Based Services (Adeegyada Ku saleysan Guriga iyo Bulshada) ama maamulayaasha kale ee kiisaska.
▪ Ka qayb qaadashadaada, iskuduwayaasha daryeelka AbilityCare waxay sidoo kale sameeyaan kuwa soo socda:
  » Lagaa caawinaa inaad degsato yoolalka caafimaadkaaga iyo faayoqabkaaga oo kula shaqeyso si aad u gaarto ayaga
  » Si joogto ah kula xidhiidh ama kula kulan si aad ugala hadasho caafimaadkaaga iyo faayoqabkaaga
  » Waxaan ku xasuusinaynaa marka aad u baahan tahay adeegyo ka hortag ah, baaritaanno, ama ballamaha kaas oo qayb ka ah qorshahaaga daryeelka
	$0

<table>
<tr><th colspan="2">Adeegyada uu qorshaheenna daboolo   * waxay tilmaamayaan inay suurtogal tahay in loo baahdo oggolaansho hore</th><th>Waxyaabaha aad tahay inaad bixiso</th></tr>
<tr><td>🍎</td><td>Baaritaanka kansarkan afka ilma-galeenka iyo ilmo-galeenka
Waxaan daboolnaa adeegyada soo socda:
▪ loogu talagalay dhammaan dumarka: Baaritaanada ka buraash gareynta unugyada korka afka ilmo-galeenka dumarka iyo baaritaanka miskaha hal mar 24 bilood kasta.
▪ dumarka ku jira khatarta sare ee kansarka ilmo-galeenka: hal baaritaanka buraash gareynta unugyada korka afka ilmo-galeenka dumarka (Pab) 12 kii bilood ee kasta.
▪ dumarka lagu sameeyay baaritaanka Pap oo aan caadi ahayn saddexdii sano ee la soo dhaafay oo ku jira da'da dhalmada: hal baaritaanka buraash gareynta unugyada korka afka ilmo-galeenka dumarka (Pab) 12 kii bilood ee kasta.</td><td>$0</td></tr>
<tr><td></td><td>Baaritaannada carruurta iyo dhallinta (Child and Teen Checkups, C&TC)
Booqashooyinkani waxay siiyaan carruurta, dhallinyarada, iyo dadka da'yarta ah daryeel kahortag ah oo ku habboon da'dooda, caafimaadka ilkaha, caafimaadka dhimirka, horumarka, iyo haddii loo baahdo, adeegyo khaas ah.
Iyadoo ku xiran tahay da'da, booqashooyinkaan waxaa ka mid noqon kara:
▪ cabbirada koritaanka
▪ waxbarashada caafimaadka
▪ taariikhda caafimaadka oo ay ku jirto nafaqada
▪ baaritaanka koriinka
▪ baarista caafimaadka shucuureed bulsho ama maskaxeed
▪ baaritaanka jirka madax-ilaa-lugo
▪ tallaalada.
▪ baaritaanada shaybaarka
▪ baaritaanada aragga
▪ baaritaanada maqalka
▪ caafimaadka dibnaha, oo ay ku jiraan codsiga varnish fluoride
C&TC Barnaamij daryeel caafimaad oo gaar ah oo ah booqashooyinka wanaagsan ee carruurta ee xubnaha ka yar 21 jir.
Booqasho kasta waxaa laga yaabaa inay ku jiraan wakhti gaar ah oo lala yeesho bixiyaha daryeelka caafimaadka. Tani waxay siinaysaa wakhti dhalinyarada si gaar ah ay su'aalo u waydiiyaan oo ay u bartaan inay maareeyaan caafimaadkooda.
Xubnaha ka yar 21 sano waa inay la xiriiraan rugtooda caafimaadka ee aasaasiga ah si ay u sameystaan ballamaha baaritaannada caafimaadka iyo kahortagga ee C&TC.</td><td>$0</td></tr>
<tr><td></td><td>Adeegyada jimicsiga lafaha
Waxaan daboolnaa adeegyada soo socda:
▪ toosinta laf dhabarta si loo hagaajiyo qalooca.
▪ hal qiimayn ama baarista sanad kasta ah
▪ habaynta gacanta (toosinta) laf dhabarta si loo daweeyo isdhexgalka laf dhabarta – ilaa 24 daaweyn sanad kasta, oo ku xaddidan lix daaweyn bishii. (Daaweynta ka badan 24 sanad dugsiyeedkii ama lix bishii waxay u baahan yihiin oggolaansho hore.)
▪ raajooyinka marka loo baahdo si loo taageero ogaanshaha isdhexgalka laf dhabarta
Fiiro gaar ah: Qorshaheenna ma daboolo toosinno kale, fiitamiinno, sahay caafimaad, daawaynno, ama qalabka daaweynta lafaha.</td><td>$0</td></tr>
</table>

Adeegyada uu qorshaheenna daboolo * *waxay tilmaamayaan inay suurtogal tahay in loo baahdo oggolaansho hore*	**Waxyaabaha aad tahay inaad bixiso**
Baarista kansarka mindhicirka Waxaan daboolnaa adeegyada soo socda: ▪ Baaritaanka mindhicirka: Looma laha xaddidaad da' hoose ama sare ah oo waa la daboolaa hal mar 120 bilood kasta (10 sano) bukaannada aan ku jirin khatarta sare, ama 48 bilood kadib baaritaanka hore ee qeybta hoose ee mindhicirka oo dabacsan ee bukaannada aan khatarta sare ugu jirin kansarka mindhicirka. Waxaa sidoo kale daboolan hal mar 24 bilood kasta bukaannada khatarta sare ku jira kadib baaritaanka kombiyuutar ku eegida mindhicirka qeybta hoose ama baaritaanka ku eegida raajito mindhicirka. ▪ Baaritaanka kombiyuutar ku eegida mindhicirka qeybta hoose ee dabacsan oo loogu talagalay bukaannada 45 sano iyo ka weyn. Hal mar 120 bilood kasta bukaannada aan ku jirin khatarta sare kadib marka uu bukaanku helo baaritaanka mindhicirka oo dhan. Hal mar 48 bilood kasta bukaannada khatarta sare ku jira laga bilaabo baaritaankii dabacsanaa ee ugu danbeeyay ee ahaa baaritaanka kombiyuutar ku eegida mindhicirka qeybta hoose ama baaritaanka ku eegida raajito mindhicirka. ▪ Baaritaanka dhiigga ku dhex qarsama saxarada oo loogu talagalay bukaannada 45 sano iyo ka weyn. Hal mar 12 bilood kasta. ▪ DNA-ga saxarada ee aad loo bartilmaameedsado oo loogu talagalay bukaannada 45 ilaa 85 sano ee aan buuxin shuruudaha khatarta sare. Hal mar 3 sano kasta. ▪ Baaritaannada dhiigga ee walaxda Biomarker oo loogu talagalay bukaannada 45 ilaa 85 sano ee aan buuxin shuruudaha khatarta sare. Hal mar 3 sano kasta. ▪ Baaritaanka ku eegida raajito mindhicirka: Xulasho kale oo beddel u ah baaritaanka kombiyuutar ku eegida mindhicirka qeybta hoose oo loogu talagalay bukaannada ku jira khatarta sare, 24 bilood kadib baaritaankii hore ee baaritaanka ku eegida raajito mindhicirka ama baaritaanka kombiyuutar ku eegida mindhicirka qeybta hoose. ▪ Baaritaanka ku eegida raajito mindhicirka: Xulasho kale oo beddel u ah baaritaanka qeybta hoose ee mindhicirka ee dabacsan oo loogu talagalay bukaannada aan ku jirin khatarta sare oo jira 45 sano ama ka weyn. Hal mar ugu yaraan 48 bilood kadib baaritaankii hore ee baaritaanka ku eegida raajito mindhicirka ama baaritaanka qeybta hoose ee mindhicirka oo dabacsan. Baaritaannada kansarka mindhicirka waxaa ku jira dabaraaca baaritaanka mindhicirka weyn kadib natiijo togan oo ka soo baxda baaritaanka kansarka mindhicirka oo aan duulimaad ahayn oo Medicare daboolay.	$0
Barnaamijka Caafimaadka Hooyada ee DelfinaCare (DelfinaCare Maternal Health Program) Barnaamijka caafimaadka hooyada ee DelfinaCare ee South Country waa barnaamij waxbarasho oo ikhtiyaar ah oo taageeraya baahiyaha kala duwan ee xubnaha uurka leh laga bilaabo saddex-biloodkooda kowaad ee uurka ilaa 12 bilood dhalmada ka dib. Xubnuhu waxay heli karaan macluumaadka waxbarashada iyo taageerada shakhsi ahaaneed iyagoo isticmaalaya abka maaraynta daryeelka dhamaystiran ee qalabka gacanta sida taleefanka gacanta ama tablet-ka. Barnaamijkan doorashadu waxay ku kabaysaa daryeelka caadiga ah ee qof ahaaneed oo leh hagayaal (Doulas) iyo bixiyeyaasha takhasuska uurka leh sida caafimaadka dhimirka iyo dhakhaatiirta cuntada ee diiwaangashan. Wixii macluumaad dheeraad ah la xidhiidh Adeegyada Xubinta ama hay'adda caafimaadka dadweynaha ee degaankaaga.	$0

	Adeegyada uu qorshaheenna daboolo * *waxay tilmaamayaan inay suurtogal tahay in loo baahdo oggolaansho hore*	Waxyaabaha aad tahay inaad bixiso

	Adeegyada cafimaadka ilkaha
	Adeegyada cafimaadka ilkaha, oo ay ku jiraan nadiifinta, buuxinta, iyo ilkaha macmalka ah, ayaa laga heli karaa Medical Assistance Dental Program (Barnaamijka Kaalmada Caafimaadka ee Ilkaha).
	Adeegyada la Caymiyay:
	Adeegyada cudur-ogaanshaha:
	▪ baarista dhamaystiran (hal mar shantii sanaba) (lama samayn karo isla taariikhda qiimaynta muddada ama xaddidan).
	▪ qiimaynta muddada (laba jeer sannad dugsiyeedkiiba) (lama samayn karo isla taariikhda qiimaynta xaddidan ama dhammaystiran).
	▪ baaritaannada xaddidan ee lagu diiradda saarayo dhibaatooyinka (lama samayn karo isla taariikhda baaritaanka muddada ama dhammaystiran, ama nadiifinta ilkaha)
	▪ qiimaynta faahfaahsan oo afka ah (lama samayn karo taariikh la mid ah sida deyrinta afka buuxa)
	▪ qiimaynta faahfaahsan ee agagaarka ilkaha (lama samayn karo isla taariikhda nadiifinta afka buuxa).
	▪ qalabka ilkaha lagu baaro oo loogu talagalay adeegyada ogaanshaha
	▪ adeegyada sawir-qaadista, oo ku xaddidan:
	  » Raajada ilkaha hal mar sannadkii
	  » Raajooyin hal ilig ah oo lagu ogaanayo dhibaatooyinka (afar mar taariikh kasta oo adeeg ah)
	  » Sawirka guud ee afka (hal mar shantii sanaba ama haddii caafimaad ahaan loo baahan yahay; hal mar labadii sanaba xaaladaha xaddidan; ama la qorsheeyay xarun bukaan-socod ah ama Ambulatory Surgery Center. (ASC))
	  » Raajada afka buuxda (hal mar shantii sanoba mar)
	Adeegyada ka hortagga:
	▪ nadaafada ilkaha (ilaa afar jeer sannadkiiba haddii caafimaad ahaan loo baahado)
	▪ fluoride varnish (hal mar lix biloodba) (lama samayn karo isla taariikhda daawaynta degdegga ah ee xanuunka ilkaha).
	▪ xidhitaannada (hal shantii sanaba hal goos oo joogtada ah)
	▪ daawaynta daloolka ilkaha (hal mar iligtiiba lixdii biloodba)
	▪ tilmaamaha nadaafadda afka (hal mar sannadkii)
	Adeegyada soo celinta ilkaha:
	▪ buuxinta ilkaha (hal mar 90 maalmood kasta ilig kasta)
	▪ buuxinada suuxinta si xanuunka loo yareeyo (lama samayn karo isla taariikhda daawaynta degdega ah ee adeega xanuunka ilkaha)
	▪ taajyada shakhsi ahaaneed (waa inay ka samaysnaadaan birta aan daxalka lahayn ama resin-ka la diyaariyay). Waxay daboolaan hal taaj oo dhoobo ah oo shaybaar sameeyay sannad kasta.
	Kanaalada xididda ilkaha (hal mar ilig kasta nolosha oo dhan).
	Qaliinka afka*
	Daaweynta Ilkaha (Orthodontics) (kaliya marka caafimaad ahaan loo baahdo xaalado xaddidan).
	Dheeftan waxaa lagu sii sharxi doonaa bogga xiga.
		$0

	Adeegyada uu qorshaheenna daboolo ***** *waxay tilmaamayaan inay suurtogal tahay in loo baahdo oggolaansho hore*	**Waxyaabaha aad tahay inaad bixiso**
	Adeegyada cafimaadka ilkaha ***(sii socoto)*** Daaweynta agagaarka ilkaha: ▪ ka saarida guud ee huurada iyo daamurka (af-ka-baxa oo dhan) (shantii sanaba hal mar) (lama samayn karo isla taariikhda adeegga nadiifinta ilkaha, baaritaan dhamaystiran, qiimaynta afka ama adeega qiimaynta daaweynta iligta) ▪ cabirida iyo xoqida xididka (hal mar laba sanaba meel walba oo afka ka mid ah) (lama samayn karo isla maalinta nadiifinta ilkaha ama nadiifinta afka oo buuxa). » habraacyada dabagalka (dayactirka xilliyeedka) (91 maalmood kasta laba sano) Ilko Bedelista: ▪ qalabka l aga saari karo (ilko macmal ah ama qayb ahaan ah) (hal qalab 3 sanaba mar ilig kasta). ▪ hagaajinta, wax ka beddelka, dayactirka, iyo dib u dejinta qalabka la saari karo (wax ka beddelka ilaa shan ilig 180 maalmood kasta) ▪ bedelida qalabyada lumay, la xaday, ama burburay oo aan la hagaajin karin xaaladaha qaarkooda* ▪ beddelka qalabka qayb ahaan haddii qaybta hadda jirta aan la beddeli karin si loo caymiyo baahiyaha ilkaha* ▪ kabista unugyada ilkaha gudaha ah ▪ rakibyada iyo dayactirka Adeegyada guud ee cafimaadka ilkaha ee dheeraadka ah: ▪ daawaynta degdega ah oo loogu talagalay xanuunka ilkaha (hal mar maalintiiba) ▪ suuxdinta guud, suuxdin qoto dheer ▪ daryeelka fidsan xarunta/guriga wac goobaha hay'adaha qaarkood oo ay ku jiraan: guryaha daryeelka hoyga, Machadyada Cudurrada Dhimirka (IMDs), Xarumaha Daryeelka Dhexe ee loogu talagalay Dadka qaba Naafada Horumaraysa (ICF/DDs), Isbitaalada, Xulashooyinka Daawaynta La Ballaariyay ee Minnesota (METO), xarumaha kalkaalinta, dugsiyada ama barnaamijka Head Start, xarumaha kalkaalinta xirfadda leh, iyo sariiraha beddelka (sariirta xarunta kalkaalinta ee isbitaalka) (lama samayn karo isla taariikhda adeega tilmaamaha nadaafadda afka). ▪ maaraynta habdhaqanka marka loo baahdo si loo hubiyo in adeega ilkuha la caymiyay si sax ah oo badbaado leh loo fuliyay ▪ daawooyinka (kaliya marka caafimaad ahaan lagama maarmaanka u tahay xaalado aad u xaddidan) ▪ gaaska aan guban ▪ isla-taariikhda hagaajinta ilkaha (hal mar maalintiiba) ▪ suuxdinta afka ama faleebada IV **Fiirooyinka Gaarka ah:** Haddii aad doorato inaad ka hesho Dheefo ilkaha Xarunta Caafimaadka ee Aqoonta Dawlada Dhexe (FQHC) ama rug caafimaad oo dowladeed, waxaad heli doontaa isla dheefo hoos yimaada ee Kaalmada Caafimaadka. Haddii aad ku cusub tahay qorshaheenna oo aad horey u bilowday qorshe daawaynta adeegga ilkaha, nala soo xiriir si aan daryeelka ugu habboonaynno. ***Dheeftan waxaa lagu sii sharxi doonaa bogga xiga.***	$0

<table>
<tr><th colspan="2">Adeegyada uu qorshaheenna daboolo   * waxay tilmaamayaan inay suurtogal tahay in loo baahdo oggolaansho hore</th><th>Waxyaabaha aad tahay inaad bixiso</th></tr>
<tr><td></td><td>Adeegyada cafimaadka ilkaha (sii socoto)
Haddii aad bilowdo adeegyada ilko toosinta, uma baahnid inaad dhammaystirto qorshaha daawaynta si aan u bixino lacag bixiyaha adeega la qabtay.
Waxaan daboolnaa adeegyada cafimaadka ilkaha qaarkood marka adeeggaas uu yahay qayb muhiim ah oo ka mid ah daawaynta xaaladda caafimaad ee asaasiga ah ee qaataha. Tusaalayaal waxaa ka mid noqon kara dib-u-dhiska daanka kadib jab ama dhaawac, siibashada ilkaha ee loogu talagalay diyaarinta daawaynta shucaaca kansarka ku lug leh daanka, ama baaritaannada afka ee ka horreeya beeritaanka kelyaha.</td><td>$0</td></tr>
<tr><td>🍎</td><td>Baaritaanka niyad-jabka
Waxaan daboolnaa hal baaritaan niyad-jab sanadkii. Baaritaanka waa in lagu sameeyaa xarun daryeelka aasaasiga ah oo awood u leh inay bixiso daawaynta dabagalka ah iyo/ama gudbinta loo baahan yahay.
Waxaan sidoo kale dabooli karnaa baaritaanno dheeraad ah haddii caafimaad ahaan loo arko inay lama huraan tahay.</td><td>$0</td></tr>
<tr><td>🍎</td><td>Baaritaanka Macaanka
Waxaan daboolnaa baaritaankan (oo ay ku jiraan baaritaanka sokorta dhiigga ee aan waxba la cunin) haddii aad leedahay waxyaabaha soo socda ee khatarta ah:
cadaadis dhiig oo sarreeya (hypertension).
taariikh hore oo ku saabsan kolestarool ama triglyceride aan caadi ahayn (dyslipidemia).
cayilka
taariikh hore oo ku saabsan sokor dhiig oo sarreeya (glucose)
Baaritaannada sidoo kale waa la dabooli karaa xaaladaha kale qaarkood, sida haddii aad cayilan tahay oo aad leedahay taariikh qoys oo ah macaanka.
Waxaad u qalmi kartaa laba baaritaan oo macaanka ah sannadkii, 12 bilood gudahood laga bilaabo taariikhda baaritaankaaga ugu dambeeyay ee macaanka.
Waxaan sidoo kale dabooli karnaa baaritaanno dheeraad ah haddii caafimaad ahaan loo arko inay lama huraan tahay.</td><td>$0</td></tr>
<tr><td>🍎</td><td>Tababarka is-maamulka macaanka, adeegyada, iyo sahayda
Waxaan daboolnaa adeegyada soo socda dhammaan dadka macaanka qaba (haddii ay isticmaalaan insulin ama aysan isticmaalin):
sahayda lagu kormeero sokorta dhiiggaaga, oo ay ku jiraan kuwa soo socda:
qalabka lagu kormeero sokorta dhiigga
xargaha baaritaanka sokorta dhiigga
qalabka loo isticmaalo daloolinta iyo qalabka daloolinta.
xalka xakamaynta sokorta si loo hubiyo saxnaanta xargaha baaritaanka iyo qalabka kormeerka
Dadka macaanka qaba oo leh cudur halis ah oo lugta macaanka ah, qorshaha wuxuu daboolayaa waxyaabaha soo socda:
hal lammaane oo ah kabo daweyn gaar ah oo loogu talagalay (oo ay ku jiraan kabaha gudaha) iyo laba lammaane oo kabaha gudaha ah oo dheeraad ah sanad dugsiyeed kasta, ama
Dheeftan waxaa lagu sii sharxi doonaa bogga xiga.</td><td>$0</td></tr>
</table>

<table>
<tr><th colspan="2">Adeegyada uu qorshaheenna daboolo   * waxay tilmaamayaan inay suurtogal tahay in loo baahdo oggolaansho hore</th><th>Waxyaabaha aad tahay inaad bixiso</th></tr>
<tr><td></td><td>Tababarka is-maamulka macaanka, adeegyada, iyo sahayda (sii socoto)
» Ama hal lammaane oo ah kabo qoto dheer ah oo ay ku jiraan habeynta iyo saddex lammaane oo kabaha gudaha ah sanadkii (marka laga reebo kabaha gudaha ee aan habeysnayn ee kabahaas la socda).
▪ Xaaladaha qaarkood, waxaan daboolnaa tababar kaa caawinaya inaad maamusho macaankaaga. Si aad wax badan u ogaato, la xiriir Adeegyada Xubnaha.
Si aad u hesho liiska summadaha iyo soo-saareyaasha sahayda macaanka ee aan daboolno, kala xiriir Adeegyada Xubnaha lambarka ku qoran boggan hoose. Liiska ugu dambeeyay ee summadaha, soo-saareyaasha, iyo sahayda waxaa sidoo kale laga heli karaa boggayaga internetka ee <u>www.mnscha.org</u>.</td><td>$0</td></tr>
<tr><td></td><td>Qalabka caafimaadka waara (DME) iyo sahayda la xiriirta*
Tixraac Qaybta 12 ee Buuggan Xubinta si aad u hesho qeexida “Qalabka Caafimaadka Waara (DME).”
Waxaan daboolnaa walxaha soo socda:
▪ kursiyada curyaanka
▪ ulaha socodka
▪ nidaamyada furaashka ee korontada ku shaqeeya
▪ sahayda macaanka (si sahayda macaanka loo daboolo, tixraac qaybta “Tababarka is-maamulka macaanka” ee jaantuskan faa’idada).
▪ sariiraha isbitaalka oo bixiye amray in guriga loo isticmaalo
▪ bambada faleebada gudaha xididka (IV) iyo tiirkeeda
▪ qalabka soo saarista codadka hadalka
▪ qalabka ogsijiinka iyo sahayda
▪ qalabka neefsashada
▪ biraha labada dhinac la qabsado ee socodka
▪ ul afka qaloocan leh ama qaab afar gees leh iyo sahay beddel ah
▪ qalabka soo jiidashada xangullaha (ee albaabka lagu rakibo)
▪ aaladda kicinta lafaha
▪ qalabka daryeelka ee keli dhaqida
Waxaan sidoo kale daboolnaa alaabooyinka soo socda, oo ay ku jiraan:
▪ dayactirka qalabka ee caafimaadka
▪ batariyada qalabka caafimaadka
▪ aaladaha nadiifinta hawada-mareenka
▪ qalabka caafimaad ee lagama maarmaanka ah si aad u daryeesho jirradaada, dhaawacaaga, ama naafadaada
▪ alaabta loo isticmaalo kaadi-ceshan la’aanta
▪ alaabta nafaqada/mariinka, marka shuruudo gaar ah la buuxiyo
▪ alaabta qorsheynta qoyska (Tixraac qaybta “Adeegyada Qorsheynta Qoyska” ee jaantuskan wixii macluumaad dheeraad ah)
▪ aaladaha isgaadhsiinta ee kordhiya, oo ay ku jiraan kaniiniyada elektarooniga ah
▪ aaladaha lagu ogaado suuxdinta
Dheeftan waxaa lagu sii sharxi doonaa bogga xiga.</td><td>$0</td></tr>
</table>

Adeegyada uu qorshaheenna daboolo * *waxay tilmaamayaan inay suurtogal tahay in loo baahdo oggolaansho hore*	Waxyaabaha aad tahay inaad bixiso
Qalabka caafimaadka waara (DME) iyo sahayda la xiriirta* *(sii socoto)* Alaabooyinka kale ayaa sidoo kale laga yaabaa in la daboolo. Waxaan daboolnaa dhammaan qalabka caafimaadka waara (DME) ee caafimaad ahaan lagama maarmaanka ah ee Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka caadi ahaan bixiyaan. Haddii bixiyahaaga qalabka deegaankaaga aanu sidin sumadda ama nooca gaarka ah, waad weydiisan kartaa haddii ay si gaar ah kuu dalban karaan.	$0
Adeegyada Farogelinta Koriinka iyo Hab-dhaqanka hore ee Degdegga ah (EIDBI) (loogu talagalay xubnaha ka yar 21 sano)* Ujeedada dheefta EIDBI waa in la bixiyo caafimaad ahaan lagama maarmaanka u ah, hore iyo ka-hortagga degdega ah ee dadka qaba xanuunka Ootiisamka Koriinka Saameeya (ASD) iyo xaaladaha la xidhiidha. Qoysasku waxay wax badan ka baran karaan EIDBI 101 iyagoo qaadanaya tababarka khadka Qosaska wax badan ayay ka baran karaan cudurka ootiisamka, sidoo kale ilaha iyo taageerada, adiga oo booqanaya Minnesota Autism Resource Portal(https://mn.gov/autism/). Dheefta waxaa sidoo kale loogu talagalay in: ▪ Wax lagu baro, lagu tababaro oo lagu taageero waalidiinta iyo qoysaska ▪ Lagu horumariyo madax-bannaanida dadka iyo ka-qaybgalka qoyska, dugsiga iyo nolosha bulshada **Hagaajinta natiijooyinka muddada dheer iyo tayada nolosha dadka iyo qoysaskooda.** Adeegyada EIDBI waxaa bixiya bixiyeyaasha EIDBI ee ka diiwaan gashan kuwaas oo khibrad u leh hababka la ansixiyay oo ay ka mid yihiin: ▪ Falanqaynta Dhaqanka La Adeegsaday (ABA). ▪ Habka Korriinka Shakhsiyeed ee Xiriirka-ku-saleysan (DIR/qaabka Floortime). ▪ Qaabka Bilowga Hore ee Denver (ESDM) ▪ Mashruuca PLAY ▪ Faragelinta Horumarinta Xiriirka (RDI). ▪ Is-dhexgalka Hore ee Bulshada (ESI). (https://www.dhs.state.mn.us/EIDBI-TreatmentModalities) **Adeegyada la Caymiyay:** ▪ Qiimaynta Anshaxa Badan ee Dhammaystiran (CMDE) kaas oo loo baahan yahay si loo go'aamiyo u-qalmitaanka iyo baahida caafimaad ee adeegyada EIDBI. (https://www.dhs.state.mn.us/CMDE) ▪ Horumarinta Qorshaha Daawaynta Qofka (ITP) (Magaca) » Kormeerida Horumarka iyo Horusocodka ITP (www.dhs.state.mn.us/ITP) ▪ Faragelinta Tooska ah: Shakhsi, Koox iyo/ama xoojin sare (https://www.dhs.state.mn.us/EIDBI-DirectIntervention) ▪ Indhaindheynta iyo Tilmaamida Farogelinta (www.dhs.state.mn.us/EIDBI-ObservationandDirection) ▪ Tababarka iyo La-talinta Qoyska/Daryeel Bixiyaha: Shakhsi iyo/ama Koox (www.dhs.state.mn.us/EIDBI-CaregiverTrainingandCounseling) ***Dheeftan waxaa lagu sii sharxi doonaa bogga xiga***	$0

	Adeegyada uu qorshaheenna daboolo * *waxay tilmaamayaan inay suurtogal tahay in loo baahdo oggolaansho hore*	**Waxyaabaha aad tahay inaad bixiso**
	Adeegyada Farogelinta Koriinka iyo Hab-dhaqanka hore ee Degdegga ah (EIDBI) ***(sii socoto)*** ▪ Shirka Daryeelka Isku-dubbaridan (https://www.dhs.state.mn.us/main/idcplg?IdcService=GET_DYNAMIC_CONVERSION&RevisionSelectionMethod=LatestReleased&dDocName=dhs16_195209) ▪ Waqtiga safarka	$0
	Daryeelka degdega ah Daryeelka degdegga ah wuxuu ka dhigan yahay adeegyada: ▪ waxaa bixiya adeeg-bixiye loo tababaray bixinta adeegyada gurmadka degdegga ah, ***iyo*** ▪ loo baahan yahay si loo daaweeyo xaalad caafimaad oo degdeg ah. Xaalad caafimaad oo degdeg ah waa xaalad caafimaad oo wadata xanuun daran ama dhaawac khatar ah. Xaaladda khatarnimadeedu waxay gaadhsiisan tahay heer, haddii aan si degdeg ah wax looga qaban, qof kasta oo aqoon dhexdhexaada oo caafimaad leh uu filan karo inay ka dhalanayso: ▪ khatar wayn oo soo foodsaaraysa caafimaadkaaga ama caafimaadka ilmahaaga uurka ku jira; ***ama*** ▪ khatar way oo soo gaadhaysa shaqada jirka; ***ama*** ▪ khatar hawlgab oo ku imanaysa xubin jirka ah ama qayb ka mid ah xubinta. ▪ Haddii laga hadlayo haweenay uur leh oo fooshii hayso, marka: » Aanu jirin waqti ku filan oo si badbaado leh laguugu wareejiyo isbitaal kale ka hor dhalmada. » U wareejinta isbitaal kale dhalinayso khatar soo foodsaaraysa caafimaaka iyo badqabka naftaada ama ta ilmahaaga uurka ku jira. Caymiskan wuxuu keliya ka shaqeeyaa gudaha Maraykanka iyo dhulalka hoos yimaada. **FIRO GAAR AH*:** Haddii aad hesho daryeel degdeg ah isbitaal ka baxsan shabakadda oo aad u baahan tahay daryeel bukaan-jiif kadib marka xaaladdaada degdegga ah la dejiyo, waa inaad ku noqotaa isbitaal ku jira shabakadda si caymiskaagu uu u sii daboolo daryeelkaaga. Waxaad sii joogi kartaa isbitaalka ka baxsan shabakadda daryeelkaaga bukaan-jiif haddii oo keliya qorshaha uu oggolaado joogitaankaaga.	$0 *Tixraac qoraalka* **FIRO GAAR AH*** *ku xusan gudaha saafka dheefta*
	Adeegyada qorshaynta qoyska Sharcigu wuxuu ku siyaa fursad aad ku doorato bixiye kasta – ha noqdo bixiye ku jira shabakadda ama mid ka baxsan shabakadda – si loo bixiyo adeegyo gaar ah oo ku saabsan qorshaynta qoyska. Kuwaani waxaa lagu magacaabaa adeegyada gelitaanka furan. Tan macneheedu waa dhakhtar kasta, rug caafimaad, isbitaal, farmashi ama xafiiska qorshaynta qoyska. Waxaan daboolnaa adeegyada soo socda: ▪ baaritaanka qorshaynta qoyska iyo daawaynta caafimaadka – adeeg gelitaan furan ▪ shaybaarka iyo baaritaannada ogaanshaha ee qorshaynta qoyska – adeegga gelitaanka furan ▪ hababka qorshaynta qoyska (IUC/IUD, dhejiska, irbadda, kiniinada ka hortagga uurka, dhejiska, ama giraanta) ▪ qalabka qorshaynta qoyska oo leh warqad dhakhtar (tusaale: cinjir, isbuunyo, xumbo, filim, xabad, koofiyad) – adeegga gelitaanka furan ***Dheeftan waxaa lagu sii sharxi doonaa bogga xiga***	

Adeegyada uu qorshaheenna daboolo	* *waxay tilmaamayaan inay suurtogal tahay in loo baahdo oggolaansho hore*	Waxyaabaha aad tahay inaad bixiso
	Adeegyada qorshaynta qoyska ***(sii socoto)*** ▪ la-talinta iyo ogaanshaha dhalmo la'aanta, oo ay ku jiraan adeegyada la xidhiidha ▪ la-talinta iyo baaritaanka cudurrada galmada lagu kala qaado (STIs) ▪ la-talinta iyo baaritaanka HIV iyo AIDS iyo xaaladaha kale ee la xidhiidha HIV. ▪ Ka hortagga joogtada ah (Waa inaad buuxisaa da'da 21 ama ka weyn si aad u doorato habkan qorshaynta qoyska. Waa inaad saxiixdaa foomka ogolaanshaha qalliin ee federaalka ugu yaraan 30 maalmood, laakiin aan ka badnayn 180 maalmood kahor taariikhda qalliinka.) ▪ la-talinta hidde-raaca Waxaan sidoo kale daboolnaa adeegyo kale oo qorshaynta qoyska ah. Si kastaba ha ahaatee, waa inaad u gudbataa bixiye ku jira shabakadda qorshaha si loo bixiyo adeegyada soo socda: ▪ daaweynta xaaladaha caafimaadka ee dhalmo la'aanta (Adeeggan kuma jiraan habab macmal ah oo lagu uur yeesho.) ▪ daawaynta AIDS-ka iyo xaaladaha kale ee HIV-ga la xidhiidha ▪ baaritaanka hidde-raaca	$0
🍎	**Barnaamijyada waxbarashada caafimaadka iyo fayo-qabka** Waxaan bixinaa kuwa soo socda ee ah Barnaamijyada Waxbarashada Caafimaadka iyo Fayo-qabka: ▪ **Is xilsaar! Abaalmarino** - Waxaa jira kaarar hadyad ah oo lagu heli karo marka la helo daryeel caafimaad ka hortag ah sida booqashada ilkaha, baaritaanka mammogram-ka, baaritaanka kansarka mindhicirka, iyo in ka badan. Wac adeegyada xubnaha ama booqo degelkeena wixii faahfaahin dheeraad ah. ▪ **Firfircoonaw! Barnaamijka Jimicsiga** - Xubnuhu waxay heli karaan ilaa $40 laga dhimay khidmadaha xubinnimada naadiga caafimaadka bishii. ▪ **Qiimo dhimista waxbarashada bulshada** - South Country waxay dabooli doontaa ilaa $15 oo ka mid ah kharashka diiwaangelinta fasallo badan oo waxbarashada bulshada ah (ilaa 5 fasal sanadkii). Soo wac barnaamijka Waxbarashada Bulshada ee deegaankaaga ama Adeegyada Xubinka si aad u hesho macluumaad dheeraad ah. ▪ **Barnaamijka Hagaajinta Daryeelka Xanuunka Raaga** - Xubnuhu waxay heli karaan agab waxbarasho oo ku salaysan xaaladooda iyo taageero si ay ula socdaan qorshahooda daryeelka ee xanuunka wadnaha, neefta iyo sonkorowga. ▪ **Ka caawinta joojinta sigaarka** - Xubnuhu waxay heli karaan caawimaad telefoon iyo mid internet ah oo lacag la'aan ah. Waxaad wici kartaa Barnaamijka EX lanbarka 1-833-EXCOACH (1-833-392-6224), isticmaalayaasha TTY-na waca 711. ▪ **Khadka kalkaaliso ee 24-saac** - Adeeggan waxtarka leh waxaa ka shaqeeya kalkaaliyeyaal khibrad leh oo diiwaangashan si ay uga jawaabaan su'aalahaaga caafimaad. Waxay kaa caawin karaan inaad go'aan ka gaarto waxaad sameyn laheyd markaad jiran tahay ama dhaawacan tahay; waxaana la heli karaa 24 saacadood maalintii, 7 maalmood toddobaadkii. Wac lambarka khadka kalkaalisada ee ku yaal dhabarka Kaarkaaga Aqoonsiga Xubinta ama wixii faahfaahin dheeraad ah, booqo www.mnscha.org ama wac Adeegyada Xubnaha. ▪ **Nidaamka Jawaabta Degdegga ah ee Shakhsi ahaaneed (PERS)** - Xubnaha hadda jira waxay heli karaan Nidaamka Jawaabta Degdegga ah ee Shakhsi ahaaneed haddii aan si kale loo daboolin Dheefo kale sida barnaamijyada loo oggolaaday. PERS waa nidaam digniin caafimaad oo loogu talagalay taageeridda nolol madax-bannaan.	$0

Adeegyada uu qorshaheenna daboolo * *waxay tilmaamayaan inay suurtogal tahay in loo baahdo oggolaansho hore*	Waxyaabaha aad tahay inaad bixiso
Adeegyada caafimaadka* Qorshaha waxa uu bixin doonaa kharashyada adeegyada soo socda: ▪ Adeegyada Kalkaalisada Caafimaadka Sare: adeegyada ay bixiso kalkaalisada dhaqtarka, kalkaalisada suuxdinta, kalkaalisada umulisada, ama kalkaalisada takhasuska leh ▪ Daawaynta xasaasiyadda iyo baaritaanka xasaasiyadda ▪ Habdhaqanka caafimaadka guriga: isku-duwidda adeegyada caafimaadka habdhaqanka iyo jirka. ▪ Cayminista tijaabada caafimaad » daryeelka joogtada ah waa: 1) lagu bixiyo qayb ka mid ah daawaynta nidaamka tijaabada caafimaadka; 2) waa caadi, dhaqan ahaan oo ku habboon xaaladaada; iyo 3) sida caadiga ah waxaa lagu bixiyay meel ka baxsan tijaabada caafimaadka. » Tan waxaa ku jira adeegyada iyo alaabta loo baahan yahay si loo daweeyo saamaynta iyo dhibaatooyinka daawaynta habraaca. Wixii macluumaad dheeraada ah, ka eeg **Cutubka 3.** ▪ Iskuduwidda daryeelka shaqaalaha caafimaadka bulshada iyo adeegyada waxbarashada bukaanka ▪ Adeegyada Farsamo-yaqaanka Xaaladaha Degdegga ah ee Caafimaadka Bulshada (CMET). » booqashooyinka usaarista guriga ee isbitaalka ka dib/xanaanada ka dib ee uu amray bixiyaha daryeelka caafimaadkaaga » Booqashooyinka qiimeynta badbaadada oo uu amray bixiyahaaga daryeelka aasaasiga ah ▪ Dhakhaatiirta Bulshada: Adeegyada qaarkood oo ay bixiyaan dhaqtarka bulshada. adeegyadu waa inay ahaadaan qayb ka mid ah qorshaha daryeelka ee bixiyaha daryeelka caafimaadkaaga. Adeegyada waxaa ka mid noqon kara: » qiimaynta caafimaadka » la socodka iyo waxbarashada cudurada raaga » ka caawinta daawooyinka » tallaalista iyo tallaalada » ururinta muunada shaybaarka » daryeelka daba-galka ah ka dib markii lagugu daweeyey isbitaalka » hababka kale ee caafimaad ee yaryar ▪ Adeegyada daryeelka neefta ee la xoojiyey (xubnaha xaqa u leh ee da'doodu ka yar tahay 21 jir kuwaas oo laga helay cudurka neefta oo liidata, marka shuruudo gaar ah la buuxiyo) ▪ Booqashada guriga si loo go'aamiyo haddii ay jiraan wax-kiciya neefta guriga xubinta. Booqashada waxaa bixiya khabiir caafimaad deegaan oo diiwaangashan, ku takhasusay guryaha caafimaadka qaba, iyo qiimeeyaha khatarta curiyada macdan ah. Hay'adda caafimaadka dadweynaha ee deegaanka ayaa kaa caawin karta inaad hesho mid ka mid ah xirfadlayaashan daryeelka caafimaadka si ay kuu caawiyaan ama waxaad la xiriiri kartaa Adeegyada Xubinta ▪ Isuduwidda Adeegga Bulshada Ku-saleysan ee Cisbitaalka-Gaaritaanka (IRSC): iskuduwidda adeegyada lagu beegsanayo dhimista qolka gargaarka degdegga ah ee isbitaalka (ER) isticmaalka xaaladaha qaarkood. Adeegani wuxuu wax ka qabtaa caafimaadka, bulshada, dhaqaalaha, iyo baahiyaha kale ee xubnaha si loo yareeyo isticmaalka ER iyo adeegyada kale ee daryeelka caafimaadka. ***Dheeftan waxaa lagu sii sharxi doonaa bogga xiga***	$0

Adeegyada uu qorshaheenna daboolo	* *waxay tilmaamayaan inay suurtogal tahay in loo baahdo oggolaansho hore*	Waxyaabaha aad tahay inaad bixiso
	Adeegyada Caafimaadka* ***(sii socoto)*** ▪ Adeegyada kalkaalisada caafimaadka dad weynaha ee shahaadeysan ama kalkaalisada diiwaangashan ee ka shaqaynaysa rugta caafimaadka dadweynaha ee hoos timaada qayb dawladeed ▪ Kormeerka khadka: isticmaalka qalab gaar ah si xogta caafimaadka looga diro meel fog, sida guriga xubinta, loona geeyo bixiyeyaasha daryeelka. Bixiyeyaashu waxay isticmaalaan telemonitoring si ay u caawiyaan maareynta daryeel caafimaad oo adag iyada oo aan loo baahnayn in xubin uu booqdo rug caafimaad ama isbitaal. ▪ Maareynta daryeelka qaaxada iyo kormeerka tooska ah ee qaadashada daawada	$0
	Adeegyada maqalka Waxaan daboolnaa baaritaannada maqalka iyo isku dheelitirka oo uu sameeyo bixiyahaaga. Baaritaannadani waxay kuu sheegayaan haddii aad u baahan tahay daawayn caafimaad. Waxay hoos yimaadaan daryeelka bukaan-socodka marka aad ka hesho dhakhtar, maqalka yaqaan, ama bixiye u qalma. Waxaan daboolnaa alaabooyin iyo adeegyo dheeraad ah, oo ay ku jiraan: ▪ Batariyada iyo gargaarka maqalka* ▪ Dayactirka iyo beddelka* qalabka gargaarka maqalka xirashada iyo jeexjeexa caadiga ah awgeed, oo leh xadidaadyo	$0
🍎	**baaritaanka HIV** Waxaan daboolnaa hal baaritaan HIV sanadkii 12 bilood kasta dadka soo socda: ▪ Kuwo codsada baaritaanka HIV, **ama** ▪ Kuwo ku jira khatarta kordhinta cudurka HIV. Dumarka uurka leh, waxaan daboolnaa ilaa saddex baaritaan HIV inta lagu jiro uurka. Dheefaha dheeraadka ah ayaa laga yaabaa in nalaga daboolo.	$0
	Macluumaadka guriga iyo adeegyada ku saleysan bulshada Isku-duwahaaga daryeelka SNBC ayaa ku siin doona macluumaad ku saabsan adeegyada bulshada. Shaqaale ka socda degmada ayaa kaa caawin doona inaad hesho adeegyo aad ku sii joogto gurigaaga ama bulshadaada, oo kaa caawin doona inaad hesho adeegyo aad uga guurto guriga kalkaalinta ama xarun kale. Macluumaadkan waxaa laguugu soo diri karaa boostada, telefoonka, ama si toos ah. Haddii aad doorato booqasho, waxaad xaq u leedahay inay joogaan saaxiibbada ama xubnaha qoyskaaga. Waxaad magacaabi kartaa wakiil si uu kaaga caawiyo inaad go'aamo samayso. Adiga ayaa go'aansan kara waxa baahiyadaada ay yihiin iyo meesha aad rabto inaad ku noolaato. Waxaad waydiisan kartaa adeegyada oo loogu talagalay oo sida ugu wanaagsan u dabooli kara baahiyahaaga. Waxaad samayn kartaa go'aannada ugu dambeeya oo ku saabsan qorshahaaga adeegyada iyo caawinta. Waxaad dooran kartaa cidda aad rabto inay bixiso adeegyada iyo taageerada bixiyeyaasha laga heli karo shabakadda qorshaheenna. Booqashada ka dib, iskuduwaha daryeelkaaga SNBC ayaa kuu soo diri doona warqad ku talinaysa adeegyada sida ugu fiican u daboolaysa baahiyahaaga. Waxaa laguu soo diri doona koobiga adeega ama qorshaha daryeelka ee aad gacan ka gaysatay isku geynteeda. Haddii aad hadda ku jirto Helitaanka Bulshada ee Iskudarka Naafada ah (CADI), Daryeelka Beddelka Bulshada (CAC), Dhaawaca Maskaxda (BI), ama ka dhaafidda Naafada Korriinka (DD), shaqaalaha maamulka kiisaska degmadaada ayaa isku dubbaridi doona adeegyada hay’adda daryeelka caafimaadka gurigaaga oo ay la shaqaynayaan isku duwaha daryeelka SNBC. ***Dheeftan waxaa lagu sii sharxi doonaa bogga xiga***	$0

Haddii aad su'aalo qabtid, fadlan ka wac Adeegyada Xubinka ee AbilityCare lanbarka 1-866-567-7242, isticmaalayaasha TTY waxeey wici karaan 1-800-627-3529 ama 711. Saacadaha shaqada waa 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo, Isniinta - Jimcaha *(Abriil - Sebtembar);* 8 subaxnimo illaa 8 fiidnimo, 7 maalmood usbuucii *(Oktoobar - Maarso)* Wicitaanka waa bilaash. **Wixii macaluumaad dheeraad ah**, booqo www.mnscha.org.

	Adeegyada uu qorshaheenna daboolo ** waxay tilmaamayaan inay suurtogal tahay in loo baahdo oggolaansho hore*	**Waxyaabaha aad tahay inaad bixiso**
	Macluumaadka guriga iyo adeegyada ku saleysan bulshada ***(sii socoto)*** Haddii aad u baahan tahay adeegyada qorshaynta iyo isku dubbaridka kala guurka si ay kaaga caawiyaan inaad u guurto bulshada, waxaa laga yaabaa inaad u qalanto inaad hesho Adeegyada Isuduwidda Dib-u-dejinta .	
	Cuntooyinka guriga la geeyo* Xubnaha AbilityCare waxay heli karaan ilaa laba cunto oo guriga lagu geeyo maalintii muddo 89 maalmood ah. Cuntooyinka waa in la codsadaa 7 maalmood gudahood ka dib markii xubinta laga soo saaro isbitaalka, oo ay ku jiraan joogitaanka xaaladaha la kormeero, sariiraha la guro, ama daryeelka soo kabashada xirfadda leh ee xarumaha kalkaalinta (marka laga reebo qalliinnada isla maalintaas la sameeyo). Cuntooyinkan waxaa heli kara kaliya xubnaha aan ku jirin barnaamijyada laga dhaafay ama adeegyadaas oo gaadhay xadka miisaaniyadooda. La hadal isku duwahaaga daryeelka si aad isu qorto.	$0
	Daryeelka caafimaadka ee hay'adda ee guriga lagu bixiyo Ka hor intaadan helin adeegyada caafimaadka guriga, dhakhtar waa inuu noo sheego inaad u baahan tahay, adeegyaduna waa inay ka yimaadaan hay’ad caafimaadka guriga ah. Waa inaad ku xaddidnaataa gurigaaga, taasoo macnaheedu tahay inaad guriga ka baxdo ay tahay dadaal weyn. Waxaan daboolnaa adeegyada soo socda, iyo qaar kale oo aan halkan lagu xusin: ▪ Kalkaalinta xirfadda leh ee waqti-go’an ama goosgooska ah iyo adeegyada kalkaalisada daryeelka guriga (si loo daboolo dheefta daryeelka caafimaadka guriga, adeegyadaada waa inay ka yar yihiin 8 saacadood maalintii iyo 35 saacadood toddobaadkii). ▪ daaweynta jireed, dabiibida hawlaha shaqada, iyo dabiibida hadalka. ▪ adeegyada bulshada iyo caafimaadka ▪ qalabka caafimaadka iyo sahayda ▪ daaweynta neefsashada ▪ kalkaalinta daryeelka guriga (HCN)	$0
	Daaweynta faleebada guriga* Qorshaheenna wuxuu daboolayaa daaweynta faleebada guriga, oo lagu qeexay daawooyinka ama walxaha noolaha ee xididka lagu duro ama maqaarka hoostiisa lagu mariyo oo guriga lagu bixiyo. Waxyaabaha soo socda ayaa loo baahan yahay in lagu fuliyo daaweynta faleebada guriga: ▪ daawada ama walaxda noolaha ah, sida antiviral ama immune globulin. ▪ qalabka, sida bamka faleebada; **iyo** ▪ sahayda, sida tubooyinka ama kaateterka. Qorshaheenna wuxuu daboolaa adeegyada faleebada guriga, oo ay ku jiraan laakiin aan ku xaddidnayn: ▪ adeegyada xirfadeed, oo ay ku jiraan adeegyada kalkaalisada, oo lagu bixiyo si waafaqsan qorshahaaga daryeelka; ▪ tababarka xubinta iyo waxbarashada aan hore loogu darin dheefta qalabka caafimaadka waara (DME). ▪ kormeerida iyadoo meel fog la joogo; **iyo** ▪ adeegyada kormeerka ee bixinta daaweynta faleebada guriga iyo daawooyinka faleebada guriga ee uu bixiyo alaab-qeybiye u qalma.	$0

Adeegyada uu qorshaheenna daboolo * *waxay tilmaamayaan inay suurtogal tahay in loo baahdo oggolaansho hore*		Waxyaabaha aad tahay inaad bixiso
	Daryeelka dadka dhulyaalka ah ee ku dhow inay dhintaan Waxaad xaq u leedahay inaad doorato guri ku daryeelka dadka waayeelka ah haddii bixiyahaaga iyo agaasimaha caafimaadka ee hospice ay go'aamiyaan inaad leedahay saadaasha cudur dabadheeraad ah. Tani waxay ka dhigan tahay inaad qabto cudur kugu sababaaya dhimasho dhaw, waxaana la filayaa inaad noolaato lix bilood ama ka yar. Waxaad heli kartaa daryeel kasta oo ka yimaada barnaamijka guri ku xanaaneynta waayeelada ee ay shahaadaysay Medicare. Qorshaheenna waa inuu kaa caawiyo inaad hesho barnaamijyada guri ku xanaaneynta waayeelada ee ay shahaadaysay Medicare ee ku yaalla aagga adeegga qorshaha. Dhakhtarkaaga hospice wuxuu noqon karaa bixiye shabakadda ku jira ama mid shabakadda ka baxsan. Adeegyada la Caymiyay waxaa ka mid ah: ▪ daawooyinka lagu daweeyo astaamaha iyo xanuunka ▪ daryeelka nasashada muddo gaaban ah ▪ daryeelka guriga **Adeegyada guri ku xanaaneynta waayeelada iyo adeegyada Medicare qaybta A ama qaybta B ee la xiriira saadaasha cudurkaaga dhimashada dhaw sababaya ayaa lagu biil-gareeyaa Medicare.** ▪ Tixraac **Qeybta E** ee cutubkan wixii macluumaad dheeraad ah. **Adeegyada ay qorshaheenna daboolo laakiin aan lagu daboolin Medicare Qaybta A ama Qaybta B:** ▪ Qorshaheenna wuxuu daboolaa adeegyada aan lagu daboolin Medicare qaybta A ama qaybta B. Waxaan daboolnaa adeegyadaas haddii ay la xiriiraan ama aysan la xiriirin saadaasha cudurkaaga dhimashada dhaw sababaya. Adeegyadan wax lacag ah kama bixin doontid. **Daawooyinka laga yaabo in lagu daboolo faa'idada Medicare Part D ee qorshaheenna:** Daawooyinka marna laguma dabooli karo isla waqti isku mid ah daryeelka guriga xanaanada lagu siiyo waayeelada iyo qorshaheenna. Wixii macluumaad dheeraad ah, fadlan tixraac **Cutubka 5, Qaybta F3**, ee *Buug-gacmeedkaaga Xubinta*. **Fiiro gaar ah:** Haddii aad u baahan tahay daryeel aan kan waayelada xanaanada guriga loogu siiyo ahayn, waa inaad la xiriirtaa isku duwahaaga daryeelka iyo/ama Adeegyada Xubnaha si loo habeeyo adeegyada. Daryeelka aan ahayn kan waayeelada xanaanada guriga loogu siiyo waa daryeel aan **ahayn** mid la xiriira saadaasha cudurkaaga dhimashada dhaw sababaya. Qorshaheenna wuxuu daboolaa adeegyada la-talinta xanaano ku siinta waayeelada guriga (hal mar oo kaliya) qof la bukoonaya xanuun dhimashada dhaw u sababaya oo aan dooran dheefta guri ku xanaaneynta waayeelada.	
	Adeegyada xasilinta guriyeynta* **Q**orshaheenu wuxuu bixin doonaa adeegyada soo socda xubnaha u qalma Adeegyada Xasilinta Guryeynta: ▪ adeegyada la talinta guryeynta si loo horumariyo qorshe qofka ku wajahan dadka aan lahayn adeegyada maaraynta kiiska Caawimaada Caafimaadka ▪ adeegyada guuritaanka guriyeynta si ay kaaga caawiyaan inaad qorsheysato, hesho, oo aad u guurto guri ***Dheeftan waxaa lagu sii sharxi doonaa bogga xiga***	$0

	Adeegyada uu qorshaheenna daboolo * *waxay tilmaamayaan inay suurtogal tahay in loo baahdo oggolaansho hore*	Waxyaabaha aad tahay inaad bixiso
	Adeegyada Xasilinta Guriyeynta* ***(sii socoto)*** ▪ kala-guurka guriyeynta - kharashyada guuritaanka (waxay ku xaddidan tahay $3000 sanadkiiba) » kaliya dadka ka tagaya oo hay’adda ay maalgeliso Kaalmada Caafimaadka ama goobaha ay xakameeyaan bixiyayaasha kuwaas oo u guuraya guryahooda » codsiyada, dhigaalka amniga, iyo kharashka sugida dukumiintiga ee looga baahan yahay in laga helo heshiiska kirada ee dabaq ama guriga » alaabta muhiimka ah ee guriga looga baahan yahay in lagu noolaado laguna isticmaalo guriga, oo ay ku jiraan alaabta guriga, dahaarka daaqadaha, alaabta lagu diyaarinaayo cuntada, iyo sariirta ama maryaha qubasyka » ujrada dejinta ama dhigaalka ujrada ama helitaanka adeegga, oo ay ku jiraan teleefoonka, korontada, kululaynta, iyo biyaha » adeegyada lagama maarmaanka u ah caafimaadka iyo badbaadada shakhsiga sida ka saarista cayayaanka iyo nadiifinta hal mar ka hor inta aan loo soo guurin » la qabsashada gelitaanka guriga ee lama huraanka ah ▪ adeegyada joogtada ah ee guriyeynta si ay kuugu caawiyaan ilaalinta guryaha ▪ gaadiidka si ay u helaan Adeegyada Xasilinta Guriyeynta (wareega 60 mayl gudahood) Waa in lagugu sameeyaa qiimaynta u-qalmitaanka Adeegyada Xasilinta Guriyeynta oo lagu ogaanaayo inaad u qalanto adeegyadaan. Haddii aad u baahan tahay Adeegyada Xasilinta Guriyeynta, waxaad waydiisan kartaa qiimayn ama waxaa ku taageeraya bixiyahaaga ama maamulaha kiiska. haddii aad leedahay maareeye kiis la beegsaday ama maamulaha kiis cafiska, maareeyaha kiiskaas ayaa kaa taageeri kara helitaanka adeegyada, ama waxaad si toos ah ula xiriiri kartaa bixiyaha Adeegyada Xasilinta Guriyeynta si uu kuu caawiyo. Shaqaalaha Waaxda Adeegyada Dadweynaha (DHS) waxay isticmaali doonaan natiijooyinka qiimaynta si ay u go'aamiyaan inaad buuxisay shuruudaha ku salaysan baahiyaha si aad u hesho adeeggaan. DHS waxay kuu soo diri doontaa warqad ogolaansho ama diidmo ah Adeegyada Xasilinta Guriyeynta. Haddii laguu oggolaado kharashyada guuritaanka, bixiyahaagu waa inuu noo soo diraa risiidhka kharash kasta oo guuritaan ah. Kala shaqee bixiyahaaga sida aad u heli lahayd dheeftaan.	$0
	Tallaalada Waxaan daboolnaa adeegyada soo socda: ▪ tallalka qumanka ▪ tallalka hargabka/flu-ga, hal mar xilli kasta oo hargab ah (guga iyo jiilaalka), iyo tallallo hargab dheeraad ah haddii caafimaad ahaan loo arko inay lama huraan tahay. ▪ tallalka cagaarshowga nooca B (hepatitis B) haddii aad ku jirto halista sare ama heerka dhexe ee qaadista cagaarshowga nooca B. ▪ tallalka COVID-19 ▪ tallallo kale haddii aad ku jirto halista, oo ay waafaqaan shuruudaha Medicare Qaybta B. qorshuhu wuxuu daboolayaa tallallo kale oo waafaqsan shuruudaha Medicare Qaybta D. Tixraac **Cutubka 6** ee *Buug-gacmeedka Xubinta* si aad wax badan u barato	$0

<table>
<tr><th>Adeegyada uu qorshaheenna daboolo   * waxay tilmaamayaan inay suurtogal tahay in loo baahdo oggolaansho hore</th><th>Waxyaabaha aad tahay inaad bixiso</th></tr>
<tr><td>

Daryeelka bukaan jiifka isbitaalka*

Waxay ku jirtaa daryeelka bukaanka ee daran, soo kabashada bukaanka ee isbitaalka, isbitaalada daryeelka muddada-dheer iyo noocyada kale ee adeegyada bukaanka-jiifka ee isbitaalka. Daryeelka bukaanka jiifka isbitaalka wuxuu bilaabmaa maalinta si rasmi ah laguugu soo diro isbitaalka iyadoo amar dhakhtar ku baxsan. Maalinta kaa horreysa bixitaankaaga waa maalintaada ugu dambeysa ee bukaanka-jiifka.

Waxaan daboolnaa adeegyada soo socda iyo adeegyada kale ee caafimaad ahaan lama huraanka ah oo aan halkan lagu xusin:

qolal wadaag ah (ama qol gaar ah haddii caafimaad ahaan loo baahan yahay)
cuntooyinka, oo ay ku jiraan kuwa cuntooyinka gaarka ah
adeegyada kalkaalisada joogtada ah
kharashaadka qaybaha daryeelka khaaska ah, sida qaybaha daryeelka degdega ah ama daryeelka wadnaha
daawooyinka iyo daawaynta
baaritaanada shaybaarka
raajooyinka iyo adeegyada kale ee fiidiyowga ah
sahayda qalliinka iyo caafimaadka ee loo baahan yahay.
alaabada sida kursiga curyaanka.
adeegyada qolka qalliinka iyo soo kabashada
daaweynta jirka, shaqada, iyo hadalka
adeegyada xanuunka isticmaalka maandooriyaha ee bukaanka jiifka ah
xaalado gaar ah, noocyada isugeynta soo socda: kornea, kelyaha, kelyaha/bankriyada, wadnaha, beerka, sambabada, wadnaha/sambabada, dhuuxa lafaha, unugyada asal ahaan ah, iyo mindhicirada ama xubnaha badan ee gudaha jirka. Isugeynta wadnaha waxaa sidoo kale ku jira qalabka kaalmada qayb dhuumeedka hoose ee wadnaha oo loo isticmaalo sidii xal ku meel gaar ah ama xal daawaynta u dambeysa ah.

Haddii aad u baahan tahay isugeyn, xarun Medicare ogolaatay oo ku takhasustay isugeynta ayaa dib u eegi doonta xaaladdaada waxayna go’aamin doontaa haddii aad tahay musharax isugeyn. Bixiyeyaasha adeegyada isugeynta waxay noqon karaan kuwo maxalli ah ama meel ka baxsan goobta adeegga. Haddii bixiyeyaasha maxalliga ah ee isugeynta ay diyaar u yihiin inay aqbalaan heerka Medicare, waxaad ka heli kartaa adeegyada isugeynta deegaanka ama goob ka baxsan qaabka daryeelka bulshadaada. Haddii qorshaheenna uu bixiyo adeegyada isugeynta goob ka baxsan qaabka daryeelka bulshada, oo aad dooratid inaad halkaas ka hesho isugeynta, waxaan kuu diyaarineynaa ama bixineynaa kharashyada hoyga iyo safarka adiga iyo qof kale.

dhiig, oo ay ku jiraan kaydinta iyo maamulidda
adeegyada dhakhtarka

Fiiro gaar ah: Si aad u noqoto bukaan-jiif, bixiyahaaga waa inuu qoro amar ku saabsan in si rasmi ah laguugu qoro bukaan-jiifka isbitaalka. Xataa haddii aad ku hoyato isbitaalka habeenkii, waxaa laga yaabaa weli inaad tahay “bukaan-socod.” Haddii aadan hubin inaad tahay bukaan-jiif ama bukaan-socod, waa inaad weydiisaa shaqaalaha isbitaalka.

Waxaad sidoo kale ka heli kartaa macluumaad dheeraad ah xaashida xaqiiqda Medicare oo la yiraahdo “Ma tahay Bukaan-Jiif Isbitaal mise Bukaan-Socod? Haddii aad leedahay Medicare – Weydii!” Xaashidan xaqiiqda ah waxaa laga heli karaa internetka https://es.medicare.gov/publications/11435-Medicare-Hospital-Benefits.pdf ama adigoo wacaya 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). Isticmaalayaasha TTY waca 1-877-486-2048. Waxaad wici kartaa nambaradan bilaashka ah, 24 saacadood maalintii, 7 maalmood todobaadkii.

</td><td>

$0

Waa inaad oggolaansho ka heshaa qorshaheenna si aad u hesho daryeelka bukaanka jiifka ah isbitaal ka baxsan shabakadda ka dib markii xaaladdaada degdegga ah la dejiyo.

</td></tr>
</table>

	Adeegyada uu qorshaheenna daboolo ** waxay tilmaamayaan inay suurtogal tahay in loo baahdo oggolaansho hore*	**Waxyaabaha aad tahay inaad bixiso**
	Adeegyada bukaanka-jiifka ah ee isbitaalka dhimirka Waxaan daboolnaa adeegyada daryeelka caafimaadka maskaxda ee u baahan in bukaanka isbitaal lagu hayo, oo ay ku jiraan joogitaanka muddada dheer ee isbitaalada bukaan-jiifka dhimirka.	$0
	Adeegyada turjubaanka Qorshaheenu waxa uu bixin doonaa kharashyada adeegyada soo socda: ▪ adeegyada turjubaanka luuqadda lagu hadlo ▪ adeegyada turjubaanka luuqadda dhagoolada	$0
	adeegyada iyo sahayda cudurrada kelyaha Waxaan daboolnaa adeegyada soo socda: ▪ Adeegyada waxbarashada cudurrada kelyaha si loo baro sida loo daryeelo kelyahaaga oo laguu caawiyo inaad gaarto go'aanno sax ah oo ku saabsan daryeelkaaga. Waa inaad qabtaa cudur kelyaha oo joogto ah marxaladda IV, dhakhtarkuna waa inuu kuu soo gudbiyaa. Waxaan daboolnaa ilaa lix kal-fadhi oo adeegyada waxbarashada cudurrada kelyaha ah. ▪ Daawaynta kelyo dhaqida ee bukaan-socodka, oo ay ku jiraan daawaynta kelyo dhaqida marka aad si ku meel gaar ah uga baxsan tahay goobta adeegga, sida lagu sharaxay **Cutubka 3, Qaybta B,** ee *Buug-gacmeedkaaga Xubinta*, ama marka bixiyahaaga adeegyadan uu si ku meel gaar ah uusan heli karin ama uu ku maqanyahay. ▪ Daawaynta kelyo dhaqida ee bukaanka-jiifka ah haddii laguugu soo diro si rasmi ah bukaan-jiif ahaan isbitaalka daryeel gaar ah. ▪ Tababarka is-dialysis, oo ay ku jiraan tababarka adiga iyo qof kasta oo kaa caawinaya daawaynta kelyo dhaqida ee ka dhaceyso gurigaaga. ▪ Qalabka iyo sahayda kelyo dhaqida ka dhaceysa guriga ▪ Adeegyada taageerada guriga ee qaarkood, sida booqashooyinka lagama maarmaanka ah ee shaqaalaha tababaran ee kelyo dhaqida si ay u hubiyaan dialysis-ka gurigaaga, inay ku caawiyaan xaaladaha degdegga ah, iyo inay hubiyaan qalabkaaga kelyo dhaqida iyo sahayda biyaha Faa’idada Medicare Qaybta B ee daawooyinka ayaa daboolaysa qaar ka mid ah daawooyinka loogu talagalay kelyo dhaqida. Wixii macluumaad ah, tixraac “Daawooyinka la qoro ee Medicare Qaybta B” ee jaantuskan.	$0
	Baaritaanka kansarka sambabada Qorshaheenna wuxuu daboolaa baaritaanka kansarka sambabada 12 kii biloodba hal mar haddii aad: ▪ da’da u dhaxaysa 50 ilaa 77, **iyo** ▪ aad hesho talo-bixin iyo kal-fadhi go'aan wadaag ah oo la dhakhtarkaaga ama bixiye kale oo u qalma, **iyo** ▪ aad cabtay ugu yaraan 1 xidhmo oo sigaar ah maalintii muddo 20 sano ah, oo aysan jirin calaamado **ama** astaamo kansarka sambabada ah, ama hadda aad cabtid sigaarka, ama aad joojisay 15 kii sano ee ugu dambeeyay. Kadib baaritaanka ugu horreeya, qorshaheenna wuxuu daboolayaa baaritaan kale oo sanad walba ah oo leh amar qoraal ah oo ka yimid dhakhtarkaaga ama bixiye kale oo u qalma.	$0
	Daawo Qorista La Daboolay ee Kaalmada Caafimaadka Waxaan daboolnaa qaar ka mid ah daawooyinka Kaalmada Caafimaadka ee aan lagu daboolin Medicare Qaybta B iyo Medicare Qaybta D. Kuwaas waxaa ku jira qaar ka mid ah alaabta aan warqadda lagu qorayn, qaar ka mid ah daawooyinka qufaca iyo hargabka ee la qoro, iyo qaar ka mid ah fiitamiinnada. ***Dheeftan waxaa lagu sii sharxi doonaa bogga xiga***	

	Adeegyada uu qorshaheenna daboolo ** waxay tilmaamayaan inay suurtogal tahay in loo baahdo oggolaansho hore*	**Waxyaabaha aad tahay inaad bixiso**
	Daawo Qorista La Daboolay ee Kaalmada Caafimaadka *(sii socoto)* Daawadu waa inay ku jirtaa liiska dawooyinka la caymiyay (formulary). Waxaanu caymini doonaa daawada aan rasmi ahayn haddii dhakhtarkaaga na tuso taas: ▪ in daawada caadiyan la daboolo ay kuu keentay fal-celin waxyeello leh; **ama** ▪ in loo malaynayo in daawada caadiyan la daboolo ay sababi doonto fal-celin waxyeello leh; **ama** ▪ in daawada uu kuu qoray dhakhtarkaaga ay adiga kugu waxtar badan tahay marka loo eego daawada caadiyan la daboolo. Daawadu waa inay ku jirtaa fasal dawooyin ah oo caymisan. Haddii shaqaalaha farmasigu ay kuu sheegaan in daawadu aanay cayminin oo ay ku weydiiyaan inaad lacag bixiso, weydii inay u wacaan dhakhtarkaaga. Dib makuugu soo celin karno haddii aad bixiso. Waxaa laga yaabaa inay jirto dawo kale oo shaqayn karta oo daboolan qorshaheenna. Haddii farmashiyuhu uu wici waayo dhakhtarkaaga, waad wici kartaa. Waxaad sidoo kale wici kartaa Adeegyada Xubnaha lambarka ku qoran boggan hoose.	$0
	Daaweynta nafaqada caafimaadka Faa'idadan waxaa loogu talagalay dadka qaba macaanka ama cudurrada kelyaha oo aan dialysis isticmaalayn. Waxa kale oo loogu talagalay ka dib marka laga soo guuro kelyaha iyadoo la raacayo amar dhakhtar. Waxaan daboolnaa saddex saacadood oo adeegyo la-talinta qof-ka-qof ah sanadkaaga ugu horreeya ee aad hesho adeegyada daaweynta nafaqada caafimaadka hoos yimaada Medicare. Waxaa laga yaabaa inaan ansixino adeegyo dheeraad ah haddii caafimaad ahaan loo arko inay lama huraan tahay. Waxaan daboolnaa laba saacadood oo adeegyo la-talinta qof-ka-qof ah sanad kasta wixii intaas ka dambeeya. Haddii xaaladdaada, daaweyntaada, ama ogaanshahaaga ay isbeddelaan, waxaa laga yaabaa inaad hesho saacado daaweyn oo dheeraad ah iyadoo la raacayo amar dhakhtar. Dhakhtar waa inuu kuu qoro adeegyadan oo cusboonaysiiyaa amarka sanad kasta haddii aad u baahan tahay daaweyn sanadka soo socda. Waxaa laga yaabaa inaan ansixino adeegyo dheeraad ah haddii caafimaad ahaan loo arko inay lama huraan tahay. Waxaan sidoo kale dabooli karnaa dheefo dheeraad ah haddii caafimaad ahaan loo arko inay lama huraan tahay.	$0
	Barnaamijka Kahortagga Sonkorowga ee Medicare (MDPP) Qorshahayagu wuxuu daboolaa adeegyada MDPP. MDPP waxaa loogu talagalay inuu kaa caawiyo kordhinta dabeecadaha caafimaadka leh. Waxay bixisaa tababar wax ku ool ah oo ku saabsan: ▪ isbeddelka muddada-dheer ee cuntada, **iyo** ▪ kordhinta dhaqdhaqaaqa jireed, **iyo** ▪ hababka lagu ilaalinayo miisaanka oo yaraada iyo qaab nololeedka caafimaadka leh.	$0
	Daawooyinka la qoro ee Medicare Qaybta B* Daawooyinkan waxaa daboolaya Medicare Qaybta B. Qorshahayagu wuxuu daboolaa daawooyinka soo socda: ▪ daawooyinka aanad badanaa is siin jirin oo la isku duro ama lagu shubo inta lagu jiro daryeelka dhakhtarka, isbitaalka qaybtiisa bukaan-socodka, ama xarumaha qalliinka bukaan-socodka. ***Dheeftan waxaa lagu sii sharxi doonaa bogga xiga***	

	Adeegyada uu qorshaheenna daboolo * *waxay tilmaamayaan inay suurtogal tahay in loo baahdo oggolaansho hore*	**Waxyaabaha aad tahay inaad bixiso**
	Daawooyinka la qoro ee Medicare Qaybta B* ***(sii socoto)*** ▪ insulinta lagu bixiyo qalabka caafimaadka waara (sida bamka insulinta ee caafimaad ahaan loo baahan yahay). ▪ daawooyinka kale ee aad isticmaasho adigoo adeegsanaya qalabka caafimaad ee waara (sida neefta-bixiyaha) oo qorshahayagu oggolaaday. ▪ daawada Alzheimer’s ee Leqembi (lecanemab guud ahaan) oo lagu siiyo irbado si toos ah xididka (IV) ▪ waxyaabaha xinjir-joojinta oo aad iskaa isku durto haddii aad qabto hemophilia. ▪ daawooyinka beddelka/ka hortagga difaaca jirka: Medicare waxay daboolaysaa daawaynta daawooyinka beddelka xubnaha haddii Medicare ay bixisay qalliinka beddelka xubnahaaga. Waa in aad haysataa Qaybta A xilliga lagu sameynayo qalliin beddelka xubinta, oo waana inaad haysataa Qaybta B xilliga aad helayso daawooyinka ka hortagga difaaca jirka. Medicare Qaybta D ayaa daboolaysa daawooyinka ka hortagga difaaca jirka haddii Qaybta B aysan daboolin. ▪ daawooyinka osteoporosis ee la duro. Waxaan daboolnaa daawooyinkan haddii aad ku xaddidan tahay gurigaaga, aad leedahay jab lafta ah oo dhakhtarku caddeeyo inuu la xiriiray osteoporosis-ka dib menopausal, iyo haddii aadan isku duri karin daawada. ▪ antigens-ka qaarkood: Medicare wuxuu daboolaa antigens-ka haddii dhakhtar diyaariyo, qof tababar fiican haysta (adiga oo bukaanka ah ayaaba noqon kara) uu bixiyo, iyadoo la raacayo kormeer ku habboon. ▪ daawooyinka afka lagaga qaato ee ka hortagga kansarka: Medicare wuxuu daboolaa qaar ka mid ah daawooyinka afka lagaga qaato ee kansarka haddii isla daawadaas lagu heli karo qaab la duro ama haddii daawadu tahay nooc afka lagaga qaato oo marka la qaato isu beddesha isla maaddada firfircoon ee lagu helay daawada la duro. Marka daawooyinka cusub ee kansarka ee afka lagaga qaato la helo, Qaybta B waxay u dabooli kartaa. Haddii Qaybta B aysan daboolin, Qaybta D ayaa daboolaysa ▪ daawooyinka afka lagaga qaato ee ka hortagga lalabada: Medicare wuxuu daboolaa daawooyinka afka lagaga qaato ee ka hortagga lalabada ee qayb ka ah daaweynta ka hortagga kansarka haddii lagu siiyo kahor, waqtiga, ama 48 saacadood gudahood kadib chemotherapy, ama loo isticmaalo si buuxda in lagu beddelo daawada lalabada ee faleebada ah ▪ daawooyinka qaarkood ee afka lagu qaato oo loogu talagalay Xanuunka Kelyaha ee Marxaladda Ugu Dambeysa (ESRD) haddii daawadaas isku mid ah ay jirto qaab la isku duro oo ay daboolayso dheefaha Qaybta B ee ESRD ▪ daawooyinka calcimimetic ee ku hoos jira nidaamka lacag-bixinta ESRD, oo ay ku jiraan daawada lagu shubo xididka (intravenous) ee Parsabiv, iyo daawada afka lagu qaato ee Sensipar ▪ daawooyinka qaarkood ee dialysis-ka guriga, oo ay ku jiraan heparin, antidote-ka heparin (marka caafimaad ahaan loo baahdo), iyo xanuun baabiiyaasha dusha ah ▪ daawooyinka kicinaya sameysanka dhiigga Medicare wuxuu daboolaa erythropoietin haddii laguugu duro haddii aad qabto ESRD ama aad u baahan tahay daawadan si loo daaweeyo dhiig-yaraanta la xiriirta xaaladaha kale (sida Epogen®, Procrit®, Retacrit®, ama Aranesp®) ▪ faleebo IV ah ee globulin-ka difaaca jirka ee loogu talagalay daaweynta cudurrada daciifinta difaaca jirka ee asalka ah ▪ nafaqada lagu qaato faleebo ama tubo (IV iyo tubo nafaqeeynta) ***Dheeftan waxaa lagu sii sharxi doonaa bogga xiga***	$0

	Adeegyada uu qorshaheenna daboolo * *waxay tilmaamayaan inay suurtogal tahay in loo baahdo oggolaansho hore*	**Waxyaabaha aad tahay inaad bixiso**
	Daawooyinka la qoro ee Medicare Qaybta B * *(sii socoto)* waxaan sidoo kale daboolnaa qaar ka mid ah tallaallada hoos yimaada Medicare Qaybta B iyo inta badan tallaallada dadka waaweyn hoos yimaada faa’idada Medicare Qaybta D ee daawooyinka la qoro. **Cutubka 5** ee *Buug-gacmeedkaaga Xubinka* wuxuu sharxayaa faa’idada daawooyinka bukaan-socodka. Waxay sharxeysaa xeerarka aad u baahan tahay inaad raacdo si daawooyinka laguu daboolo. **Cutubka 6** ee *Buug-gacmeedkaaga Xubinta* wuxuu sharxayaa waxa aad bixinaysid daawooyinka laguu qoro ee bukaan-socodka ah ee hoos yimaada qorshaheenna.	$0
	Adeegyada caafimaadka dhimirka* Tixraac qaybaha soo socda ee adeegyada caafimaadka dhimirka ee la caymiyay: ▪ baaritaanka niyad-jabka ▪ adeegyada bukaanka-jiifka ah ee isbitaalka dhimirka ▪ caafimaadka dhimirka ee bukaan-socodka ▪ adeegyada qayb-qaybta isbitaalka iyo adeegyada bukaan-socodka ee xoogga la saaray.	$0
	Daryeelka xarunta kalkaalinta Qiimaha Maalinlaha ee Kalkaaliyaha Guriga – Waxaan mas’uul ka nahay bixinta wadarta 100 maalmood ee qolka kalkaalinta iyo boodhka. Tan waxaa ku jira daryeelka gacan ku heynta/mas'uul ka noqoshada. Haddii aad u baahan tahay daryeelka guriga kalkaalinta oo sii socota oo ka badan 100 maalmood, Waaxda Adeegyada Dadweynaha ee Minnesota (DHS) ayaa si toos ah u bixin doonta daryeelkaaga. Haddii DHS ay hadda bixinayso kharashka daryeelkaaga guriga kalkaalinta, DHS, ma aha annagu, way sii wadi doontaa bixinta kharashka daryeelkaaga. Wixii faahfaahin dheeraad ah oo ku saabsan caymiska kale ee guriga kalkaalinta, fadlan tixraac qaybta “Daryeelka xarumaha kalkaalinta xirfadda leh” (SNF) ee jaantuskan. Xarun kalkaalinta (NF) waa goob bixisa daryeel dadka aan ku heli karin daryeel guriga, balse aan u baahnayn isbitaal. Adeegyada aan bixinno waxaa ka mid ah, laakiin aan ku xaddidnayn, kuwan soo socda: ▪ qolal wadaag ah (ama qol gaar ah haddii caafimaad ahaan loo baahan yahay)* ▪ cuntooyinka, oo ay ku jiraan kuwa cuntooyinka gaarka ah ▪ adeegyada kalkaalinta ▪ daaweynta jireed, dabiibida hawlaha shaqada, iyo dabiibida hadalka. ▪ daaweynta neefsashada ▪ daawooyinka lagu siiyo qayb ka mid ah qorshahaaga daryeelka. (Tan waxaa ku jira maaddooyinka si dabiici ah ugu jira jirka, sida waxyaabaha dhiigga xinjireeya.) ▪ dhiig, oo ay ku jiraan kaydinta iyo maamulidda ▪ qalabka caafimaad iyo qalliinka oo badanaa ay bixiyaan xarumaha kalkaalinta ▪ shaybaarro baaritaanno oo badanaa ay bixiyaan xarumaha kalkaalinta ▪ raajooyinka iyo adeegyada kale ee sawir-radiyaha oo badanaa ay bixiyaan xarumaha kalkaalinta ***Dheeftan waxaa lagu sii sharxi doonaa bogga xiga***	$0

	Adeegyada uu qorshaheenna daboolo * *waxay tilmaamayaan inay suurtogal tahay in loo baahdo oggolaansho hore*	**Waxyaabaha aad tahay inaad bixiso**
	Daryeelka xarunta kalkaalinta ***(sii socoto)*** ▪ isticmaalka qalabka sida kuraasta curyaanka oo badanaa ay bixiyaan xarumaha kalkaalinta ▪ adeegyada dhakhtarka/dhaqtar-shaqeeya ▪ qalab Caafimaad Waara ▪ adeegyada cafimaadka ilkaha, oo ay ku jiraan ilkaha macmalka ah ▪ faa'iidooyinka aragga ▪ imtixaannada maqalka ▪ daryeelka daaweynta lafaha ▪ adeegyada lugaha Badanaa waxaad daryeelkaaga ka heshaa xarumaha ku jira shabakadda qorshaha. Si kastaba ha ahaatee, waxaa laga yaabaa inaad daryeel ka heli karto xarun ka baxsan shabakadda haddii ay aqbalaan lacag-bixinta qorshahayaga. Waxaad daryeel ka heli kartaa meelaha soo socda haddii ay aqbalaan lacagaha qorshaha: ▪ xarun kalkaalinta ama goob hawlgabnimo oo daryeel sii socda ah halkaasoo aad ku nooshahay ka hor intaadan aadin isbitaalka (haddii ay bixiso daryeelka xarunta kalkaalinta). ▪ xarunta kalkaalinta halkaasoo xaaskaaga ama lamaane guriyeedkaaga uu ku nool yahay xilliga aad ka baxdo isbitaalka.	
	Baaritaanka cayilka iyo daaweynta si loo ilaaliyo miisaanka oo yaraada. Haddii aad leedahay miisaanka jirka ee 30 ama ka badan ah, waxaan daboolnaa talo si ay kaaga caawiso dhimista miisaanka. Waa inaad talada ka heshaa xarun daryeelka caafimaadka aasaasiga ah. Sidaas, waxaa lagu maamuli karaa iyadoo lagu darayo qorshahaaga ka hortagga buuxa. La hadal bixiyahaaga daryeelka aasaasiga ah si aad wax badan uga ogaato. Waxaan sidoo kale dabooli karnaa dheefo dheeraad ah haddii caafimaad ahaan loo arko inay lama huraan tahay.	$0
	Adeegyada dhakhaatiirta dhalmada iyo haweenka (Obstetrics and Gynecology, OB/GYN) Adeegyada la Caymiyay: ▪ Daryeelka dhalmada ka hor, dhalmada, iyo dhalmada ka dib ▪ Fasallada dhalmada ilmaha ▪ La-talinta iyo baaritaanka HIV-ga ee haweenka uurka leh – adeeg gelitaan furan ▪ Daawaynta haweenka uurka leh ee qaba HIV ▪ Baaritaanka iyo daawaynta cudurada galmada lagu kala qaado (STDs) – adeeg gelitaan furan ▪ Adeegyada uurka la xiriira ee la helay ee lala xiriirinaayo ilmo iska soo rididda (kuma jiraan adeegyada la xiriira ilmo soo rididda) ▪ Adeegyada Doula oo uu leeyahay doula shahaadeysan ▪ Adeegyada uu bixiyo xirfadle caafimaad oo shati u haysta xarumaha dhalmada, oo ay ku jiraan adeegyada kalkaalisada umulisooyin shahaadaysan iyo umulisooyin dhaqameed shati haysta Adeegyada Aan La cayminin: ▪ Ilmo soo rididda: Adeeggaan laguma daboolo oo mana hoos imaado Qorshaha. Waxaa laga yaabaa in gobolka daboolo. Ka wac Taageerada Macmiilka Daryeelka Caafimaadka ee DHS (HCCS) 651-297-3862 ama 1-800-657-3672 ama 711 (TTY), ama isticmaal adeegyada gudbinta ee aad doorbiday macluumaadka caymiska. ***Dheeftan waxaa lagu sii sharxi doonaa bogga xiga***	

	Adeegyada uu qorshaheenna daboolo * *waxay tilmaamayaan inay suurtogal tahay in loo baahdo oggolaansho hore*	Waxyaabaha aad tahay inaad bixiso
	Adeegyada dhakhaatiirta dhalmada iyo haweenka (OB/GYN) ***(sii socoto)*** ▪ Dhalmooyinka guriga ee la qorsheeyay waxaad "si toos ah u geli kartaa" bixiyeyaasha OB-GYN iyada oo aan loo gudbin adeegyada soo socda: baadhista caafimaadka oo sanadle ah oo ka hortag ah, oo ay ku jiraan baadhitaano dabagal ah oo dhakhtarkaagu sheegay inay lagama maarmaan tahay; daryeelka hooyada; qiimaynta iyo daawaynta xaaladaha dumarka ama xaaladaha degdega ah. Adeegyada lagu calaamadeeyay gelitaanka furan, waxaad isticmaali kartaa dhakhtar kasta oo rug caafimaad, isbitaal, farmashiye, ama wakaaladda qorshaynta qoyska. Adeegyada lagu calaamadeeyay gelitaanka furan, waxaad isticmaali kartaa dhakhtar kasta ee rug ah, isbitaalka, farmashiyah, ama wakaaladda kalfogeenta ilmaha.	
	adeegyada barnaamijka daawaynta opioid (OTP) Qorshahayagu wuxuu daboolaa adeegyada soo socda ee lagu daweeyo cilladda isticmaalka opioid (OUD): ▪ hawlaha qabashada ▪ qiimaynta joogtada ah ▪ daawooyinka ay oggolaatay FDA-da, iyo haddii ay khusayso, maaraynta iyo bixinta daawooyinkan. ▪ la-talinta isticmaalka maandooriyaha ▪ daaweynta shaqsiga ah iyo midda kooxeed ▪ baaritaanka daroogooyinka ama kiimikooyinka jirkaaga ku jira (baaritaanka toxicology)	$0
	Baaritaanka bukaan-socodka iyo adeegyada daaweynta iyo agabka* Waxaan daboolnaa adeegyada soo socda, iyo adeegyo kale oo caafimaad ahaan loo baahan yahay oo aan halkan lagu xusin: ▪ raajooyinka ▪ daawaynta shucaaca (radium iyo isotope), oo ay ku jiraan agabka iyo sahayda farsamayaqaanada ▪ qalabka qalliinka, sida faashadaha ▪ qalabka dhaawacyada sida laleemada iyo farsamooyinka kale ee la isticmaalo marka la jabiyo ama la kala bixiyo ▪ baaritaanada shaybaarka ▪ dhiig, oo ay ku jiraan kaydinta iyo maamulidda ▪ baaritaanada shaybaarka ee Bukaan-socodka kale	$0
	Adeegyada Isbitaalka bukaan-socodka* Waxaan daboolnaa adeegyada caafimaad ahaan loo baahan yahay ee lagu helo qeybta bukaan-socodka ee isbitaalka si loo ogaado ama loo daweeyo cudur ama dhaawac, sida: ▪ adeegyada qaybta gurmadka ama rugaha bukaan-socodka, sida qalliinka bukaan-socodka ama adeegyada kormeerka » adeegyada kormeerka waxay ka caawiyaan dhakhtarkaaga inuu ogaado haddii aad u baahan tahay in lagu qaabilo isbitaalka si "bukaan-jiif" ahaan » mararka qaarkood waxaad habeen ku qaadan kartaa isbitaalka adigoo weli loo tixgelinayo "bukaan-socod" » waxaad heli kartaa macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan inaad tahay bukaan-jiif ama bukaan-socod adigoo booqanaya xaashida xaqiiqda ee: https://es.medicare.gov/publications/11435-Medicare-Hospital-Benefits.pdf. ***Dheeftan waxaa lagu sii sharxi doonaa bogga xiga***	

	Adeegyada uu qorshaheenna daboolo * *waxay tilmaamayaan inay suurtogal tahay in loo baahdo oggolaansho hore*	**Waxyaabaha aad tahay inaad bixiso**
	Adeegyada Isbitaalka bukaan-socodka* ***(sii socoto)*** ▪ shaybaarka iyo baaritaannada lagu soo dalaco isbitaalka ▪ daryeelka caafimaadka dhimirka, oo ay ku jiraan barnaamijka qaybta-bukaan-socodka haddii dhakhtarku caddeeyo in lagu qaabilo bukaan-jiif ahaan loo baahan lahaa haddii aan la helin ▪ raajooyinka iyo adeegyada kale ee fiidiyowga ah ee isbitaalku biil-gareeyo ▪ qalabyada caafimaad, sida laleemada iyo faashadaha. ▪ baaritaannada iyo adeegyada ka hortagga ee lagu taxay jaantuska faa’iidooyinka ▪ daawooyinka qaarkood oo aanad naftaada isku siin karin	$0
	caafimaadka dhimirka ee bukaan-socodka* Waxaan daboolnaa adeegyada caafimaadka dhimirka ee ay bixiyaan: ▪ dhakhtar cudurrada dhimirka ku takhasusay ama dhakhtar gobol shati ka haysta ▪ dhakhtarka cilmi-nafsiga caafimaadka ▪ shaqaalaha bulshada ee cilmi-nafsiga ▪ kalkaaliso caafimaad oo takhasus leh ▪ la-taliye xirfadle shati haysta (LPC) ▪ farsamo-yaqaan guur iyo qoys (LMFT) ▪ kalkaalisada bukaan-socodka (NP) ▪ kaaliyaha dhakhtarka (PA) ▪ xirfadle ay caddeeyeen Qabiilooyinka qaranka ▪ xirfadle baxnaanin caafimaadka dhimirka ▪ xirfadle kasta oo ku takhasusay caafimaadka dhimirka oo Medicare u qalma sida sharciga gobolku oggol yahay Qorshuhu wuxuu daboolaa adeegyada soo socda iyo kuwa kale oo aan halkan lagu xusin: ▪ Rugta Caafimaadka Habdhaqanka Bulshada ee la shahaadiyey (Certified Community Behavioral Health Clinic, CCBHC) ▪ Adeegyada Caafimaadka Hab-Dhaqanka ee degdega ah ee Carruurta (Children’s Intensive Behavioral Health Services, CIBHS) (xubnaha ka yar da’da 21) ▪ La-talinta daryeelka caafimaadka ▪ Adeegyada ka jawaabista xaaladaha degdegga ah, oo ay ku jiraan baaritaanka, qiimaynta, faragelinta, dejinta (oo ay ku jiraan dejinta deganaanshaha), iyo faragelinta bulshada ▪ Qiimaynta ogaanshaha oo ay ku jiraan baarista jiritaanka jirrooyinka dhimirka ee wada socda iyo cilladaha isticmaalka muqaadaraadka ▪ Daaweynta Habdhaqanka Lahjadda (DBT) Barnaamijka Bukaan-socodka Degdegga ah (DBT IOP)* ▪ Daawaynta Bulshada Xaqiijinta Baarista (FACT) ▪ Bixiyaha caafimaadka dhimirka wakhtiga safarka ▪ Maareynta Kiiska Caafimaadka Dhimirka ee La Beegsado (MH-TCM) ▪ Adeegyada caafimaadka dhimirka ee bukaan-socodka, oo ay ku jiraan sharaxaadda natiijooyinka, adeegyada waxbarashada cilmi-nafsiga ee qoyska (xubnaha ka yar 21 sano), maareynta daawooyinka caafimaadka dhimirka, adeegyada cilmi-nafsiga neerfaha, daaweynta cilmi-nafsiga (bukaanka iyo/ama qoyska, xaaladaha degdegga ah iyo kooxeed), iyo baaritaanka cilmi-nafsiga. ***Dheeftan waxaa lagu sii sharxi doonaa bogga xiga***	$0

	Adeegyada uu qorshaheenna daboolo * *waxay tilmaamayaan inay suurtogal tahay in loo baahdo oggolaansho hore*	Waxyaabaha aad tahay inaad bixiso
	Caafimaadka dhimirka ee bukaan-socodka* ***(sii socoto)*** ▪ Adeegyada Caafimaadka Dhimirka ee dhakhaatiirta, oo ay ku jiraan qiimaynta/ qaadista tallaabooyinka caafimaadka iyo hab-dhaqanka, booqashooyinka bukaan-jiifka, la-tashiyo caafimaadka dhimirka oo lala yeesho bixiyeyaasha daryeelka aasaasiga ah, iyo la-talinta, qiimaynta, iyo maaraynta dhakhaatiirta. ▪ Adeegyada Baxnaaninta Caafimaadka Dhimirka, oo ay ku jiraan Daawaynta bulshada xaqiijinta (ACT), Daaweynta maalintii dadka waaweyn*, Adeegyada Baxnaaninta Caafimaadka Dhimirka ee Dadka Waaweyn (ARMHS), Shaqaalaha Asxaabta Qoyska ee la Shahaadiyey (xubnaha ka yar 21 sano), Adeegyada Taageerada ee Khubarada Asaaga ee La shahaadeeyay (CPS) ee xaaladaha xaddidan , Khubarada asaagga qoyska ee shahaadada haysta. (xubnaha ka yar da'da 21), Adeegyada guri ku daawaynta caruurta qabaan caafimaadka dhimirka (ee xubnaha ka yar da'da 21)*, Adeegyada Baxnaaninta Caafimaadka Dhimirka ee Carruurta (CTSS) oo ay ku jiraan Daaweynta Maalinta Carruurta (xubnaha ka yar da'da 21), Adeegyada Waxbarashada nafsiga ee qoyska (ee xubnaha ka yar da'da 21)*, Adeegyada Daaweynta Guriga Degdegga ah ee Carruurta (IRTS)*, Adeegyada Daryeelka ee Daaweynta Korinta ee Degdegga ah (xubnaha ka yar da'da 21), iyo Daawaynta Bulshada ee Xaqiijinta Dhallinyarada (Youth ACT): Adeegyada baxnaaninta caafimaadka dhimirka ee degdega ah ee la siiyo qofka aan deganaha ahayn (loogu talagalay xubnaha da'doodu tahay 18 ilaa 20), Barnaamijka Isbitaal-dhigista Qaybta ah (PHP)* ▪ Xarunta Daawaynta Deganaanshaha Dhimirka (PRTF), loogu talagalay xubnaha da'doodu tahay 18 ilaa 20 iyo ka yar ▪ Caafimaadka lagu bixiyo iyadoo la adeegsanayo khadka Haddii aan go'aansanno in aan loo baahnayn daaweyn caafimaad dhimir habaysan, waxa laga yaabaa inaad hesho ra'yi labaad. Fikradda labaad, waa inaan kuu oggolaanno inaad isticmaasho xirfadle caafimaad kasta oo u qalma kaas oo aan ku jirin shabakadda qorshaha. Anaga ayaa bixin doona tan. Waa in aan tixgelinno ra'yiga labaad, laakiin waxaan xaq u leenahay inaan ku khilaafno ra'yiga labaad. Waxaad xaq u leedahay inaad rafcaan ka qaadato go'aankena. Ma go'aamin doono baahida caafimaad ee adeegyada caafimaadka dhimirka ee ay maxkamaddu amartay. U isticmaal bixiye shabakad qorshaha qiimaynta caafimaadka dhimirka ee ay maxkamadaada amartay. Adeegyada soo socda laguma cayminin qorshaha laakiin waxaa laga yaabaa in laga helo degmadaada. Wac degmadaada wixii macluumaad ah. ▪ Daawaynta goobta Rule 36 ee xarumaha aan shatiga u haysan sida Adeegyada Daawaynta Deganaanshaha Adag (IRTS) ▪ Qolka iyo guddiga la xidhiidha Adeegyada Daawaynta Deganaanshaha Adag (IRTS) ▪ Adeegyada daawaynta iyo qolka iyo guddiga ee xarumaha daawaynta caafimaadka dhimirka ee carruurta qaarkood ee la deggan gobollada xuduudka leh	$0
	Adeegyada baxnaaninta bukaan-socodka Waxaan daboolnaa daaweynta jireed, daaweynta shaqada, iyo daaweynta hadalka. Waxaad adeegyada baxnaaninta bukaan-socodka ka heli kartaa qaybaha bukaan-socodka ee isbitaallada, xafiisyada daaweynta madax-bannaan, xarumaha baxnaaninta bukaan-socodka oo dhameystiran (CORFs), iyo xarumo kale.	$0

<table>
<tr><th colspan="2">Adeegyada uu qorshaheenna daboolo * waxay tilmaamayaan inay suurtogal tahay in loo baahdo oggolaansho hore</th><th>Waxyaabaha aad tahay inaad bixiso</th></tr>
<tr><td></td><td>
Adeegyada isticmaalka qaldan ee maandooriyaha ee bukaan-socodka.
Waxaan daboolnaa adeegyada soo socda, iyo qaar kale oo aan halkan lagu xusin:

baadhitaan, qiimayn, iyo la-talin ku saabsan isticmaalka khamriga, oo ay ku jiraan adeegyada idman sida Baadhista Faragelinta Kooban ee u Gudbinta Daaweynta (SBIRT)
daaweynta isticmaalka mukhaadaraadka
la-talinta shaqsiga ama kooxeed oo ay bixiyaan dhakhaatiirta aqoonta leh
sun-saar hoose oo lagu sameeyo barnaamijyo lagu daaweeyo balwadda
adeegyada khamriga iyo/ama mukhaadaraadka ee xarumaha daaweynta bukaan-socodka ee degdegga ah
daaweynta Naltrexone ee sii-deynta dheer (Vivitrol)
daawaynta bukaan-socodka ayaa caawisay daawaynta
isuduwidda daaweynta xanuunka isticmaalka maandooriyaha
taageerada soo kabashada asxaabta
sun-saar (kaliya marka lagu jiro xaalado caafimaad ahaan lagama maarmaan ah oo bukaan-jiif ah sababtoo ah dhaawac ama dhibaatooyin caafimaad inta lagu jiro sun-saaridda)
maareynta ka noqoshada

Xirfadle aqoon leh oo qayb ka ah shabakada qorshaha ayaa kuu samayn doona talooyinka adeegyada xanuunka isticmaalka mukhaadaraadka. Waxaad dooran kartaa ilaa heerka ugu sarreeya ee daryeelka uu ku taliyay xirfadlaha aqoonta u leh. Waxaa laga yaabaa inaad hesho qiimayn dheeraad ah wakhti kasta inta lagu jiro daryeelkaaga, haddii aadan ku raacsanayn adeegyada lagu taliyey. Haddii aad ku raacdo qiimaynta labaad, waxaad heli kartaa adeegyo iyadoo loo eegaayo heerarka cilladda isticmaalka muqaadaraadka iyo qiimaynta labaad.
Waxaad xaq u leedahay inaad rafcaan ka qaadato. Tixraac Cutubka 9 ee Buug-gacmeedka Xubinta.
</td><td></td></tr>
<tr><td></td><td>
Qalliinka bukaan-socodka*
Waxaan daboolnaa qalliinnada bukaan-socodka iyo adeegyada lagu bixiyo xarumaha qalliinka bukaan-socodka ee isbitaallada iyo xarumaha qalliinka bukaan-socodka ee madax-bannaan.
</td><td>$0</td></tr>
<tr><td></td><td>
Adeegyada qayb-qaybta isbitaalka iyo adeegyada bukaan-socodka ee xoogga la saaray*
adeegyada qaybta bukaan-socodka waa barnaamij abaabulan oo daaweyn firfircoon oo dhimir ah. Waxaa lagu bixiyaa adeeg bukaan-socodka isbitaalka ama xarun caafimaadka dhimirka bulshada. Waxay ka xoog badan tahay daryeelka aad ka hesho xafiiska dhakhtarkaaga, la-taliyahaaga, ama la-taliyaha guurka iyo qoyska ee shatiyeysan (LMFT), ama la-taliyaha xirfadda leh ee shati haysta. Waxay kaa caawin kartaa inaad iska ilaaliso baahida inaad isbitaal sii joogto.
Adeegyada bukaan-socodka ee xoogga saaran waa barnaamij dhismeed oo loogu talagalay daaweynta caafimaadka dhimirka ee dhaqanka firfircoon oo lagu bixiyo adeeg bukaan-socod ah oo isbitaal ah, xarun caafimaadka maskaxda ee bulshada, xarun caafimaad oo federaal ahaan aqoonsan, ama rug caafimaad oo miyiga ah. Waxay ka xoog badan tahay daryeelka laga helo xafiiska dhakhtarkaaga, LMFT ama la-taliyahaaga laakiin ka hooseeya heerka daryeelka qaybta isbitaalka.
Fiiro gaar ah: Sababo la xiriira inaysan jirin xarumo caafimaadka maskaxda ee bulshada ah oo ku jira shabakadeena, waxaan daboolnaa daryeelka qaybta isbitaalka oo kaliya bukaan-socod ahaan.
</td><td>$0</td></tr>
</table>

	Adeegyada uu qorshaheenna daboolo * *waxay tilmaamayaan inay suurtogal tahay in loo baahdo oggolaansho hore*	Waxyaabaha aad tahay inaad bixiso
	Adeegyada dhakhtarka/bixiyaha, oo ay ku jiraan booqashooyinka xafiiska dhakhtarka Waxaan daboolnaa adeegyada soo socda: ▪ adeegyada daryeel caafimaad oo caafimaad ahaan lagama maarmaan ah ama adeegyada qalliinka ee lagu bixiyo meelo sida: » xafiiska dhakhtarka » xarunta qalliinka bukaan-socodka ee shahaadaysan » waaxda isbitaalka ee bukaan-socodka ▪ la-talinta, ogaanshaha, iyo daawaynta uu bixiyo dhakhtar takhasus leh ▪ baaritaanada aasaasiga ah ee maqalka iyo dheellitirka oo uu bixiyo bixiyahaaga daryeelka aasaasiga ah ama takhasusle, haddii dhakhtarkaagu ku amro si loo ogaado inaad u baahan tahay daawayn ▪ qaar ka mid ah adeegyada caafimaadka ee khadka lagu bixiyo oo ay ku jiraan la-talinta, ogaanshaha, iyo daawaynta uu bixiyo dhakhtar ama takhasusle, xubnaha ku nool aagagga miyiga ama meelaha kale ee ay Medicare oggolaato. ▪ adeegyadacaafimaadka ee khadka lagu bixiyo ee booqashooyinka bil kasta ee la xiriira cudurka kelyaha ee Marxaladda Ugu Dambeysa (ESRD) ee xubnaha dialysis-ka guriga ku haysta isbitaalada ku saleysan ama xarumaha kelyo dhaqa ee muhiimka ah ▪ adeegyada ku bixinta hawlaha caafimaadka iyadoo la adeegsanayo khadka si loo ogaado, loo qiimeeyo, ama loo daaweeyo astaamaha istaroogga ▪ adeegyada ku bixinta hawlaha caafimaadka iyadoo la adeegsanayo khadka ee xubnaha qaba cudurka isticmaalka maandooriyaha ama cudurada dhimirka ee isku dhafan ▪ adeegyada ku bixinta hawlaha caafimaadka iyadoo la adeegsanayo khadka ee ogaanshaha, qiimeynta, iyo daaweynta cudurrada dhimirka haddii: » haddii aad sameyso booqasho fool-ka-fool ah 6 bilood gudahood kahor booqashadaada ugu horeysa ee ku helida hawlaha caafimaadka iyadoo la adeegsanayo khadka » waxaa heysataa hal booqasho fool-ka-fool ah 12-dii bil ee kasta adigoo isla mar ahaantaana ku heleysa adeegyadan caafimaadkan iyadoo loo maraayo khadka » waxaa laga yaabaa in laga dhaafo xeerarka kor ku xusan xaalado gaar ah awgood ▪ adeegyada caafimaadka ee lagu bixiyo khadka ee booqashooyinka caafimaadka maskaxda oo ay bixiyaan xarumaha caafimaadka miyiga iyo xarumaha caafimaadka ee federaal ahaan aqoonsan ▪ imaanshaha fogaan aragga ah (tusaale, taleefoon ama muuqaal) oo lala sameeyo bixiyahaaga 5-10 daqiiqo **haddii:** » aadan ahayn bukaan cusub **iyo** » imaanshahu lama xiriirto booqasho xafiis oo dhacay 7-dii maalmood ee lasoo dhaafay **iyo** » imaanshuhu aysan sababeynin booqasho xafiis oo dhaceysa 24 saacadood gudahood ama ballanta ugu dhow ee la heli karo. ***Dheeftan waxaa lagu sii sharxi doonaa bogga xiga***	$0

<table>
<tr><th colspan="2">Adeegyada uu qorshaheenna daboolo   * waxay tilmaamayaan inay suurtogal tahay in loo baahdo oggolaansho hore</th><th>Waxyaabaha aad tahay inaad bixiso</th></tr>
<tr><td></td><td>adeegyada dhakhtarka/bixiyaha, oo ay ku jiraan booqashooyinka xafiiska dhakhtarka (sii socoto)

qiimeynta muuqaalka iyo/ama sawirada aad u dirto dhakhtarkaaga iyo tarjumaadda iyo jawaabta uu dhakhtarkaagu kuugu soo celinayo 24 saacadood gudahood haddii:

aadan ahayn bukaan cusub iyo
qiimeyntu aysan la xiriirin booqasho xafiis oo dhacay 7 maalmood ee lasoo dhaafay iyo
qiimeyntu aysan sababeynin booqasho xafiis oo dhaceysa 24 saacadood gudahood ama ballanta ugu dhow ee la heli karo.

la-talinta uu dhakhtarkaaga kula yeesho dhakhaatiirta kale iyada oo loo marayo telefoon, internet, ama diiwaanka elektarooniga ah ee caafimaadka haddii aadan ahayn bukaan cusub
fikrad labaad oo uu bixiyo bixiye kale oo shabakada ku jira ka hor qalliinka
daryeelka ilkaha ee aan caadiga ahayn. Adeegyada la caymiyay waa la xaddidan yahay oo waxaa ka mid ah:

qalliinka daanka ama qaab-dhismeedyada la xiriira,
kordhinta jababka daanka ama lafta wajiga,
ka bixidda ilkaha ka hor qalliinka shucaaca ee kansarka neoplastic
adeegyada la caymiyay ee uu bixiyo dhakhtar.

Wixii macluumaad ah ee ku saabsan adeegyada kale ee cafimaadka ilkaha ee aan cayminno, tixraac qaybta “Adeegyada cafimaadka ilkaha” ee jaantuskan.

baadhitaannada ka hortagga iyo imtixaanada jirka
adeegyada qorshaynta qoyska. Wixii macluumaad dheeraad ah, tixraac qaybta “Qorshaynta Qoyska” ee jaantuskan.
adeegyada la xidhiidha ogaanshaha, la socodka, iyo daawaynta cudurka ama xaalada naadirka ah
</td><td>$0</td></tr>
<tr><td></td><td>Adeegyada lugaha
Waxaan daboolnaa adeegyada soo socda:

ogaanshaha iyo daawaynta caafimaad ama qalliinka dhaawacyada iyo cudurrada lugta (tusaale ahaan, hammer toe ama heel spurs).
daryeelka caadiga ah ee lugaha xubnaha marka caafimaad ahaan loo baahan yahay, oo ay ku jiraan xaaladaha saameeya lugaha, sida macaanka
daryeel kale oo aan caadi ahayn oo lugaha ah sida nadiifinta ciddiyaha dheeraaday iyo daawaynta daamuurka caabuqsan
</td><td>$0</td></tr>
<tr><td></td><td>Baaritaanada kansarka qanjirka ragga
Waxaan daboolnaa adeegyada soo socda hal mar 12 kii biloodba:

baaritaan dhijitaalka ah ee malawadka
tijaabada antigen-ka khaaska ah ee qanjirka ragga (PSA)
</td><td>$0</td></tr>
<tr><td></td><td>Qalabka iyo agabka nooca macmalka ah*
Qalabka nooca macmalka ah wuxuu beddelaa dhammaan ama qayb ka mid ah xubnaha jidhka ama shaqadiisa. Waxyaabaha hoos yimaada waxaa ka mid ah laakiin kuma xaddidna:

tijaabinta, habaynka, ama tababarka isticmaalka qalabka noocyada macmalka ah

Dheeftan waxaa lagu sii sharxi doonaa bogga xiga</td><td></td></tr>
</table>

	Adeegyada uu qorshaheenna daboolo * *waxay tilmaamayaan inay suurtogal tahay in loo baahdo oggolaansho hore*	Waxyaabaha aad tahay inaad bixiso
	Qalabka iyo agabka nooca macmalka ah* *(sii socoto)* ▪ bacaha tuubo-geliska saxarada ee qeybta hoose ee caloosha iyo sahayda la xiriirta daryeelka tuubo-geliska saxarada ee qeybta hoose ee caloosha ▪ qalabka garaaca wadnaha ▪ xidhmooyinka taageerada jidhka ▪ kabaha macmalka ah ee loogu talagalay daryeelka caafimaadka ▪ gacmaha iyo lugaha macmalka ah ▪ qalabka nooca naasaha ah ee la isticmaalo kadib mastectomy-ga, (oo ay ku jiraan bra qalliinka ka dib ah oo loogu talagalay) ▪ timaha macmalka ah ee loogu talagalay dadka timaha ka daatay sababo caafimaad awgood ▪ kabaha qaarkood marka loo isticmaalo qayb ka mid ah taageerada lugta ama marka loo sameeyo si gaar ah Waxaan daboolnaa sahayda qaarkood ee la xiriirta qalabka nooca macmalka ah iyo orthotic-ka. Waxaan sidoo kale bixinaynaa kharashka dayactirka ama beddelka qalabka nooca macmalka ah iyo orthotic-ka Waxaan bixinaynaa caymis qaarkood kadib saarista cataract-ka ama qalliinka cataract-ka. Wixii faahfaahin ah, tixraac qaybta "Daryeelka aragga" ee jaantuskan.	$0
	Adeegyada baxnaaninta sambabada Waxaan daboolnaa barnaamijyada baxnaaninta sambabada ee xubnaha qaba cudurka neefsashada ee joogtada ah (COPD) oo ka hooseeya ilaa heer aad u daran. Xubinta waa inay haysataa amarka baxnaaninta sambabada oo ka yimid dhakhtarka ama bixiyaha daaweeya COPD.	$0
	Baaritaanka iyo la-talinta cudurrada galmada lagu kala qaado (STIs). Waxaan daboolnaa baaritaannada chlamydia, gonorrhea, syphilis, iyo hepatitis B. Baaritaannadani waa loogu talagalay dadka halista u ah STI. Bixiyaha daryeelka aasaasiga ah waa inuu ku amraa baaritaannada. Waxaan daboolnaa baaritaannadan hal mar 12 kii biloodba ama waqtiyo gaar ah inta lagu jiro uurka. Waxaan sidoo kale daboolnaa ilaa laba kulan oo fool-ka-fool ah oo la-talin dhaqan xooggan ah sanadkii oo loogu talagalay dadka waaweyn ee galmo firfircoon leh oo halis u ah STIs. Kulankiiba wuxuu qaadan karaa 20 ilaa 30 daqiiqo. Waxaan daboolnaa la-talintan oo kaliya haddii lagu bixiyo adeeg ka hortag ah oo ay bixiyaan bixiyaha daryeelka aasaasiga ah Kulamada waa inay ka dhacaan goob daryeelka aasaasiga ah, sida xafiiska dhakhtarka.	$0
	Daryeel xarunta ee kalkaaliyaha xirfadda leh (SNF) Wixii adeegyo dheeraad ah oo guriga kalkaalinta ah oo aanu daboolno, tixraac qaybta "Daryeelka xarunta kalkaalinta." Waxaan daboolnaa adeegyada soo socda, iyo qaar kale oo aan halkan lagu xusin: ▪ qol ka dhexeeya dad xoogaa yar ama qol gaar ah* haddii caafimaad ahaan loo baahan yahay ▪ cuntooyinka, oo ay ku jiraan kuwa cuntooyinka gaarka ah ▪ adeegyada kalkaalinta ▪ daaweynta jireed, dabiibida hawlaha shaqada, iyo dabiibida hadalka. ▪ daawooyinka aad hesho oo qayb ka ah qorshahaaga daryeelka, oo ay ku jiraan waxyaabaha dabiiciga ah ee jidhka ku jira, sida walxaha dhiigga laabista ***Dheeftan waxaa lagu sii sharxi doonaa bogga xiga***	

	Adeegyada uu qorshaheenna daboolo * *waxay tilmaamayaan inay suurtogal tahay in loo baahdo oggolaansho hore*	Waxyaabaha aad tahay inaad bixiso
	Daryeel xarunta ee kalkaaliyaha xirfadda leh (SNF) ***(sii socoto)*** ▪ dhiig, oo ay ku jiraan kaydinta iyo maamulidda ▪ qalabka caafimaad iyo qalliinka ay bixiyaan xarumaha kalkaalinta ▪ shaybaarro baaritaanno ay bixiyaan xarumaha kalkaalinta ▪ raajooyinka iyo adeegyada kale ee sawir-radiyaha ay bixiyaan xarumaha kalkaalinta ▪ qalabka sida kuraasta curyaanka oo badanaa ay bixiyaan xarumaha kalkaalinta ▪ adeegyada dhakhtarka/adeegbixiyaha Badanaa waxaad daryeelkaaga ka heshaa xarumaha ku jira shabakadda qorshaha. Si kastaba ha ahaatee, waxaa laga yaabaa inaad daryeel ka heli karto xarun ka baxsan shabakadda haddii ay aqbalaan lacag-bixinta qorshahayaga. Waxaad daryeel ka heli kartaa meelaha soo socda haddii ay aqbalaan lacagaha qorshaha: ▪ xarun kalkaalinta ama goob hawlgabnimo oo daryeel sii socda ah halkaasoo aad ku nooshahay ka hor intaadan aadin isbitaalka (haddii ay bixiso daryeelka xarunta kalkaalinta). ▪ xarun kalkaalinta halkaasoo xaaskaaga ama lamaane guriyeedkaaga uu ku nool yahay xilliga aad ka baxdo isbitaalka. Ma u baahnid inaad isbitaal ku sii jirto 3 maalmood ka hor intaadan gelin xarunta kalkaalinta xirfadeed.	$0
	Joojinta isticmaalka sigaarka iyo tubaakada Haddii aad isticmaasho tubaako oo aad rabto ama u baahan tahay inaad iska joojiso, qorshahaagu wuxuu bixiyaa adeegyo joojinta tubaakada oo ah adeeg ka hortag ah oo lacag la'aan ah. Waxay ku jiri kartaa la-talinta fool-ka-fool ah, caawinta daawooyinka joojinta, iyo adeegyo kale oo loo baahan yahay haddii caafimaad ahaan lagama maarmaan yahay. Waxaan bixinaa Barnaamijka EX, kaas oo sidoo kale bixiya qorshe gaar ah oo joojinta sigaarka ah oo wata taageero wada sheekeysi, daawooyinka joojinta, talo khubaro ah, iyo bulsho ka kooban isticmaaleyaasha kale ee tubaakada si ay kuu taageeraan.	$0
	Daawaynta Jimicsiga ee La Kormeero (Supervised Exercise Therapy, SET). Waxaan daboolnaa SET xubnaha qaba cudurka halbowlaha ee geesaha (PAD) ee leh warqad loo gudbiyo PAD oo ka timid dhakhtarka mas'uulka ka ah daawaynta PAD. Qorshaha wuxuu daboolaa: ▪ ilaa 36 kalfadhi inta lagu jiro muddo 12 toddobaad ah haddii dhammaan shuruudaha SET la buuxiyo ▪ 36 kalfadhi oo dheeraad ah waqti ka dib haddii bixiye daryeel caafimaad uu ku qiimeeyo inay caafimaad ahaan lagama maarmaan tahay Barnaamijka SET waa inuu ahaadaa: ▪ kalfadhi 30 ilaa 60-daqiiqo ah oo ah barnaamij tababar jimicsi oo loogu talagalay PAD xubnaha qaba xanuunka lugaha oo ay sababto socodka dhiigga oo liita (claudication). ▪ goobta bukaan-socodka ee isbitaalka ama xafiiska dhakhtarka ▪ waxa fulinaya shaqaale aqoon u leh oo hubiya in faa'iidadu ka badato waxyeellada, kuwaas oo tababaran daawaynta jimicsiga ee PAD ▪ waxaa si toos ah u kor kormeera dhakhtar, kaaliyaha dhakhtarka, ama kalkaalisada caafimaadka/xirfadlaha kalkaalinta caafimaadka oo lagu tababaray farsamooyinka taageerada nolosha aasaasiga ah iyo tan sare	$0

	Adeegyada uu qorshaheenna daboolo * *waxay tilmaamayaan inay suurtogal tahay in loo baahdo oggolaansho hore*	**Waxyaabaha aad tahay inaad bixiso**
	Gaadiidka Haddii aad u baahan tahay gaadiid si aad ugu tagto oo aad uga soo noqoto adeegyada caafimaadka ee aanu daboolno, wac Adeegyada Xubnaha lambarka ku qoran boggan hoose. Waxa aanu ku siin doonaa gaadiidka ugu habboon ee kharash ahaana ugu wax ku oolsan. Qorshahaagu lagama maarmaan ma aha inuu bixiyo gaadiid u taga Rugta Daryeelka Aasaasiga ah haddii ay ka badan tahay 30 mayl gurigaaga, ama haddii aad doorato bixiye khaas ah oo ka badan 60 mayl gurigaaga. Wac Adeegyada Xubinka haddii aanad lahayn rugta daryeelka aasaasiga ah oo laga heli karo meel 30 mayl u jirta gurigaaga iyo/ama daddii aadan haysan bixiye khaas ah oo laga heli karo meel 60 mayl u jirta gurigaaga. ▪ Ambalaas aan xaalad degdeg ah ahayn ▪ Gaadiidka darawalka iskaa wax u qabso ah ▪ Gaadiid aan la taageerin (taksi ama gaadiidka dadweynaha) ▪ Gaadiidka la taageerayo* (waa in la shahaado si loo isticmaalo) ▪ Gaadiidka qalabka qaada ee jaranjaro leh* (waa in la shahaado si loo isticmaalo) ▪ Gaadiidka la ilaaliyo* (waa in la shahaado si loo isticmaalo) ▪ Sariir isbitaaleedka shaashagaga lugaha ku leh* (waa in la shahaado si loo isticmaalo) **Fiiro gaar ah:** Qorshahaagu ma daboolayo magdhowga masaafada (tusaale ahaan, marka aad isticmaasho gaarigaaga), cuntada, hoyga, iyo baarkinka, sidoo kale safarada gobolka ka baxsan. Adeegyadan kuma hoos jiraan qorshaha laakiin waxaa laga yaabaa in laga helo degmada ama wakaalada qabiilka. Wac degmadaada ama wakaaladaada qabiilka wixii macluumaad dheeraad ah.	$0
	Daryeelka degdegga loogu baahan yahay Daryeelka degdegga loogu baahan yahay waa daryeelka la bixiyo si loogu daaweeyo: ▪ xaalad aan degdeg ahayn laakiin u baahan daryeel caafimaad oo degdeg ah, **iyo** ▪ cudur lama filaan ah, **ama** ▪ dhaawac, **ama** ▪ xaalad u baahan daryeel isla markiiba. Haddii aad u baahan tahay daryeelka degdegga loogu baahan yahay, marka hore isku day inaad ka hesho bixiye shabakadda ku jira. Si kastaba ha ahaatee, waxaad isticmaali kartaa bixiyeyaasha ka baxsan shabakadda marka aysan macquul ahayn ama aysan macquul ahayn inaad tagto bixiye shabakadda ku jira, iyadoo loo eegayo wakhtigaaga, meeshaada, ama duruufahaaga (tusaale ahaan, markaad ku sugan tahay meel ka baxsan goobta adeegga qorshaha oo aad u baahan iyo tahay adeegyo caafimaad oo muhiim ah oo degdeg ah xaalad lama filaan ah laakiin aan ahayn xaalad degdeg caafimaad ah). Caymiskan wuxuu keliya ka shaqeeyaa gudaha Maraykanka iyo dhulalka hoos yimaada.	$0
	Dheefaha Dheeraadka ah ee Qaabaynta Caymiska ee Qiime-Ku-Saleysan (VBID) • **Ka-dhaafitaanka Ceymis Wadaaga Go'an ee Daawooyinka La Qoro ee Qaybta D** Waxba kama bixineysid ($0) dhammaan daawooyinka loo qoray ee hoos yimaada Medicare Qaybta D ee la daboolay. ***Dheeftan waxaa lagu sii sharxi doonaa bogga xiga***	

Adeegyada uu qorshaheenna daboolo * *waxay tilmaamayaan inay suurtogal tahay in loo baahdo oggolaansho hore*	Waxyaabaha aad tahay inaad bixiso
Dheefaha Dheeraadka ah ee Qaabaynta Caymiska ee Qiime-Ku-Saleysan (VBID) • **Barnaamijka Caawinta Cuntada** Xubnaha hadda waxay heli doonaan kaarka raashinka oo leh $210 qaddar kharash ah saddexdii biloodba mar. Lacagaha waa in la isticmaalo ka hor dhammaadka rubuc ka dibna ma uusan wareegi doonin rubuc-sannadeedka xiga. Qoondaynta ayaa cusboonaysiisa rubuc kasta xubintu way u qalantaa. Lacagtu waxay cusboonaysiisaa rubuc kasta ilaa inta isticmaaluhu uu ka sii ahaanayo xubinka qorshaha. Kaarka waxaa loo isticmaali karaa in lagu iibsado miraha iyo khudaarta cusub, caanaha, rootiga, ukunta, iyo raashinka kale ee laga helo tafaariiqleyaasha la xushay. Xulashooyinka raashinka ee la daboolay waxaa lagu taxay mybenefitscenter.com ama abka moobilka ee OTC Network. ▪ **Wax ka beddelka badbaadada guriga ee DME*** Waxaan daboolnaa wax ka beddelka guriga, qalabka badbaadada, iyo/ama qalabka iyo sahayda kor u qaadaysa caafimaadka ama nolol madax-bannaan oo ammaan ah (kuwa aan daboolin barnaamijyada kale ee ka dhaafida), ilaa ugu badnaan $1000 sanadkii.	$0
Daryeelka aragga Waxaan daboolnaa adeegyada dhakhaatiirta bukaan-socodka ee ogaanshaha iyo daaweynta cudurrada iyo dhaawacyada isha. Tusaale ahaan, waxaa ku jira baaritaanka isha sanadlaha ah ee diabetic retinopathy ee dadka qaba sonkorowga iyo daawaynta da'da la xidhiidha ee indho-beelida. Waxaan daboolnaa hal baaritaan oo glaucoma ah sanadkii oo keliya dadka khatarta ugu jira. Dadka khatarta ugu sare ugu jira indho-beelka waxaa ka mid ah: ▪ dadka leh taariikh qoys oo indho-beel ah ▪ dadka qaba sonkorowga ▪ Afrikaanka Mareykanka ▪ Hisbanika Mareykanka Waxaan daboolnaa hal kabo ama muraayado xiriir ah ka dib qalliin kasta oo cataract ah marka dhakhtarku geliyo bikaacyada gudaha isha. Haddii aad gasho laba qalliin oo kala duwan oo bikaacyada indhaha ah, waa inaad heshaa hal joog oo ookiyaalaha indhaha ah qalliin kasta ka dib. Lama heli kartid laba joog oo ookiyaalaha indhaha ah ka dib qallinka labaad, xitaa haddii aadan helin ookiyaalaha indhaha ka dib qallinka ugu horreeya. Waxaan daboolnaa kuwan soo socda: ▪ Baaritaannada indhaha ▪ Ookiyaalayaasha ugu horreeya, marka caafimaad ahaan lagama maarmaan ah. Xulashada waxaa laga yaabaa inay xaddidan tahay. ▪ Ookiyaalayaasha indhaha ee beddelka ah, marka caafimaad ahaan loo baahdo Beddelka isku midka ah ee muraayadaha indhaha ee caymisan ee luminta, xatooyada, ama dhaawaca aan la hagaajin karin. ▪ Dayactirka naqshadaha iyo weynaysada muraayadaha indhaha ee qorshaha hoos yimaada lagu daboolay ▪ Bikaac-yada midabka leh* marka caafimaad ahaan loo arko lagama maarmaan Isku darka hagaajinta bikaacyada midabka leh, bikaacyada ookiyaalayaasha ee ku madoobaada iftiinka (tusaale ahaan Transitions®), bikaacyada ka hortagga dhalaalka, ama bikaacyada leh qeybaha kala duwan ee walxo masaafeedka ilaa ugu badnaan sanadlaha ah ee la isku daray. ***Dheeftan waxaa lagu sii sharxi doonaa bogga xiga***	$0

	Adeegyada uu qorshaheenna daboolo * *waxay tilmaamayaan inay suurtogal tahay in loo baahdo oggolaansho hore*	Waxyaabaha aad tahay inaad bixiso
	Daryeelka aragga ***(sii socoto)*** ▪ Bikaacyada gudaha indhaha la geliyo*, marka caafimaad ahaan loo arko lagama maarmaan xaaladaha qaarkood. **Fiiro gaar ah**: Qorshahayagu ma daboolo kabo dheeri ah oo muraayadaha indhaha ah, dahaarka ilaalinta bikaacyada balaastiga ah, iyo agabyada bikaacyada indhaha.	
🍎	**Booqashada ka hortagga ee "Ku soo Dhawoow Medicare"** Waxaan daboolnaa hal mar oo ah booqashada ka-hortagga "Ku soo Dhawoow Medicare". Booqashadu waxay ka kooban tahay: ▪ dib u eegis caafimaadkaaga, ▪ waxbarasho iyo la-talin ku saabsan adeegyada ka-hortagga aad u baahan tahay (oo ay ku jiraan baaritaanno iyo tallaallo), **iyo** ▪ gudbinta daryeel kale haddii aad u baahan tahay. **Fiiro gaar ah:** Waxaan daboolnaa booqashada ka-hortagga "Ku soo Dhawoow Medicare" oo keliya 12-kii bilood ee ugu horreeyay ee aad haysato Medicare Qaybta B. Markaad ballansanayso, u sheeg rugta dhakhtarkaaga inaad rabto inaad jadwal u sameyso booqashada "Ku soo Dhawoow Medicare."	$0

E. Dheefaha lagu daboolo meel ka baxsan qorshaheena caymiska

Adeegyada soo socda ma daboolno, laakiin waa laga heli karaa Medicare ama Kaalmada Caafimaadka.

E1. Daryeelka dadka dhulyaalka ah ee ku dhow inay dhintaan

Waxaad xaq u leedahay inaad doorato guri ku daryeelka dadka waayeelka ah haddii bixiyahaaga iyo agaasimaha caafimaadka ee hospice ay go'aamiyaan inaad leedahay saadaasha cudur dabadheeraad ah. Tani waxay ka dhigan tahay inaad qabto cudur kugu sababaaya dhimasho dhaw, waxaana la filayaa inaad noolaato lix bilood ama ka yar. Waxaad heli kartaa daryeel kasta oo ka yimaada barnaamijka guri ku xanaaneynta waayeelada ee ay shahaadaysay Medicare. Qorshaheenna waa inuu kaa caawiyo inaad hesho barnaamijyada guri ku xanaaneynta waayeelka ee ay shahaadaysay Medicare ee ku yaalla aagga adeegga qorshaha. Dhakhtarkaaga hospice wuxuu noqon karaa bixiye shabakadda ku jira ama mid shabakadda ka baxsan.

Tixraac Jaantuska Faa'iidooyinka ee **Qeybta D** ee cutubkan wixii faahfaahin dheeraad ah ee ku saabsan waxa aan daboolno intaad adeegyada daryeelka isbitaalka helayso.

Adeegyada guri ku xanaaneynta waayeelada iyo adeegyada Medicare qaybta A ama qaybta B ee la xiriira saadaasha cudurkaaga dhimashada dhaw sababaya ayaa lagu biil-gareeyaa Medicare

- Bixiyaha addeega guri ku xanaaneynta waayeelada ayaa u soo gudbiya Medicare biilka adeegyadaada. Medicare waxay bixisaa adeegyada isbitaalka ee la xidhiidha xaaladdaada cudurka dhimashada dhaw sababaya. Adeegyadan wax lacag ah kama bixin doontid.

Adeegyada ay daboosho Medicare Qaybta A ama Medicare Qaybta B ee aan la xiriirin saadaasha cudurkaaga dhimashada dhaw sababaya.

Bixiyaha isbitaalka ayaa u soo gudbiya Medicare biilka adeegyadaada. Medicare ayaa dabooli doona adeegyada hoos yimaada Medicare Qaybta A ama Qaybta B. Waxba kama bixineysid adeegyadan.

Daawooyinka laga yaabo in lagu daboolo faa'idada Medicare Part D ee qorshaheenna

- Daawooyinka marna laguma dabooli karo isla waqti isku mid ah daryeelka guriga xanaanada lagu siiyo waayeelada iyo qorshaheenna. Wixii macluumaad dheeraad ah, fadlan tixraac **Cutubka 5** ee *Buug-gacmeedkaaga Xubinta*.

Fiiro gaar ah: Haddii aad u baahan tahay daryeel aan ahayn isbitaalka, wac isku-duwahaaga daryeelka si aad u abaabusho adeegyada. Daryeelka aan ahayn kan waayeelada xanaanada guriga loogu siiyo waa daryeel aan la xiriirin saadaasha cudurkaaga dhimashada sababi doona.

E2. Adeegyada kale

Adeegyada soo socda laguma daboolo qorshahayaga, laakiin waxaa laga yaabaa in laga heli karo ilo kale sida gobolka, degmo, dowladda federaalka, ama qabiil. Si aad wax badan uga ogaato adeegyadan, ka wac Taageerada Macmiilka Daryeelka Caafimaadka ee DHS (HCCS) lambarka 651-297-3862, ama 1-800-657-3672, ama 711 (TTY), ama isticmaal adeegyada gudbinta ee aad doorbideyso. Wicitaankan waa lacag la'aan.

- Maareynta kiiska dadka qaba naafonimada koritaanka
- Maareynta kiisaska ku wajahan daryeelka carruurta
- Deeqda Taageerada Macmiilka (CG)
- Tababarka iyo baxnaaninta maalinlaha ah
- Adeegyada HIV ee hoos yimaada Sharciga Ryan White
- Kalkaalinta daryeelka guriga
- Xarun daryeel dhexdhexaad ah oo loogu talagalay dadka qaba naafonimada koritaanka (ICF/DD)
- Tababarka shaqada iyo adeegyada waxbarashada
- Adeegyada lagu daboolay Kaalmada Caafimaadka ee lagu bixiyo Xarumo Daryeel Caafimaad oo Federaalku Ansixiyay (FQHC)
- Lacag celinta masaafada (tusaale ahaan, marka aad isticmaashid baabuurkaaga aad leedahay), cuntada, hoyga, iyo baarkinka. Wac degmadaada wixii macluumaad dheeraad ah.
- Kalkaalisada ay joogeyso guriga kaas oo aan ku jirin qorshaheena haddii kale mas'uul maka nihi. (Tixraac qaybaha “Daryeelka xarunta kalkaalinta” iyo “Daryeelka xarunta kalkaalinta xirfadda leh (SNF)” ee Jaantuska Faa’iidooyinka wixii macluumaad dheeraad ah.)
- Adeegyada Kaalmiyaha Daryeelka Shakhsiyeed (PCA) (Adeegyada iyo Taageerooyinka Mudnaan-siinta Bulshada (CFSS) ayaa beddeli doona adeegyada PCA marka qiimeynta xubinta laga bilaabo Oktoobar 1, 2024).
- Isuduwidda Adeegyada Dib-u-dejinta (RSC)
- Qolka iyo guddiga la xidhiidha Adeegyada Daawaynta Deganaanshaha Adag (IRTS)
- Adeegyada ay bixiso xarunta daawaynta ee gobolka ama xarunta daryeelka muddada-dheer ee ay dawladdu leedahay ilaa annagu aanu oggolaanno mooyee ama adeegga uu amar ku bixiyo maxkamad marka la eego shuruudaha sharciga ku qeexan
- Adeegyada ay bixiyaan hay'adaha dawladda dhexe
- Daawaynta goobta Rule 36 ee xarumaha aan shatiga u haysan sida Adeegyada Daawaynta Deganaanshaha Adag (IRTS)
- Adeegyada Ilaalinta Dadka Dhibaateysan
- Adeegyada oggolaanshaha ee hoos yimaada kaalmada guriga iyo bulshada ku salaysan (Home and Community-Based Services waivers).

F. Dheefaha aanay daboolin qorshahayaga, Medicare, ama Kaalmada Caafimaadka

Qaybtan waxay sharxaysaa noocyada faa’iidooyinka laga reebay qorshaha. “Laga reebay” waxay ka dhigan tahay in aanaan bixin faa’iidooyinkan. Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka sidoo kale ma bixiyaan.

Liiska hoose wuxuu sharxayaa adeegyada iyo waxyaabaha aan hoos ku daboolnayn qorshahayaga xaalad kasta iyo qaar aan ku daboolnay xaalado gaar ah.

Ma bixinno faa’iidooyinka caafimaadka ee laga reebay ee ku qoran qaybtan (ama meelo kale oo Buug-gacmeedkan Xubinka ah) marka laga reebo xaaladaha cayiman ee la xusay. Xitaa haddii aad adeegyada ka hesho xarun xaalad degdeg ah, qorshuhu ma bixin doono adeegyadaas. Haddii aad u malaynayso in qorshahayagu uu dabooli karo adeeg aan ku jirin, waxaad codsan kartaa rafcaan. Wixii macluumaad dheeraad ah ee ku saabsan rafcaanka, Tixraac **Cutubka 9, Qaybta E,** ee *Buug-gacmeedkan Xubinta*.

Marka laga reebo wixii ka reeban ama xaddidan ee lagu sharaxay Jaantuska Faa’iidooyinka, **qorshahayagu ma daboolo waxyaabaha iyo adeegyada soo socda:**

- adeegyada loo arko inaysan ahayn “macquul iyo caafimaad ahaan loo baahan yahay,” sida ay u aqoonsan yihiin Medicare iyo heerarka Kaalmada Caafimaadka, ilaa aan ku taxno inay yihiin adeegyo la daboolay.
- daawaynta caafimaadka iyo qalliinka ee tijaabada ah, walxaha, iyo daawooyinka, ilaa Medicare, cilmi-baaris caafimaad oo Medicare oggolaaday, ama qorshahayagu daboolo Fadlan tixraac **Cutubka 3** ee *Buug-gacmeedkaaga Xubinta* wixii macluumaad dheeraada ah. Daawaynta tijaabada ah waa kuwa aan guud ahaan loo aqoonsanayn bulshada caafimaadka.
- daawaynta qalliinka cayilka ba’an, marka laga reebo marka caafimaad ahaan loo baahan yahay oo ay Medicare ama Kaalmada Caafimaadka bixiyaan.
- qol gaar ah oo isbitaal ah, marka laga reebo marka caafimaad ahaan loo baahan yahay
- waxyaabaha shakhsiyeed ee qolkaaga ku jira isbitaal ama xarunta kalkaalinta, sida telefoon ama telefishan
- lacagaha ay kugu dalacaan qaraabadaada dhow ama xubnaha qoyskaaga
- qalliimada ama adeegyada doorasho ama ikhtiyaar ah ee horumarinta (oo ay ku jiraan dhimista miisaanka, koritaanka timaha, waxqabadka galmada, waxqabadka isboortiga, ujeeddooyinka bilicda, kahortagga gabowga, iyo waxqabadka maskaxda), marka laga reebo marka caafimaad ahaan loo baahan yahay
- qalliinka bilicda ama shaqada kale ee bilicda, ilaa looga baahan yahay dhaawac shil ah ama hagaajinta qayb ka mid ah jirka oo aan qaab ahaan sax ahayn. Si kastaba ha ahaatee, waxaan bixinaynaa qalliinka dib-u-dhiska naaska kadib mastectomy iyo daaweynta naaska kale si ay isu waafaqaan
- daryeelka lugaha ee joogtada ah, marka laga reebo sida lagu sharaxay Adeegyada lugaha ee Jaantuska Faa’iidooyinka ee **Qaybta D**
- indho-fiiqida, qalliinka LASIK, iyo agabyada saacideeyay aragga hooseeya
- dib-u-celinta hababka taranka joojinta iyo agabka ka hortagga uurka ee aan ahayn kuwa dhakhtarku qoro adeegyada dabiiciga ah (naturopathy) ama isticmaalka daawaynta dabiiciga ah ama kale
- adeegyada ay bixiyaan xarumaha Arrimaha Halyeeyga (VA)

Cutubka 5: Helitaanka daawooyinkaaga bukaan-socodka ee laguu qoro

Hordhac

Cutubkani wuxuu sharaxayaa xeerarka helitaanka daawooyinkaaga bukaan-socodka ee laguu qoro. Kuwaas waa daawooyinka uu bixiyahaaga kuu qoray oo aad ka qaadan karto farmashiyaha. Waxay ku jiraan daawooyinka ay daboolaan Medicare Qaybta D iyo Kaalmada Caafimaadka. Erayada muhiimka ah iyo qeexitaankoodu waxay u soo muuqan doonaan siday ugu kala horreeyeen alifbeetada cutubka u dambeeya ee *Buug-gacmeedka Xubinka*.

Waxaan sidoo kale daboolnaa daawooyinka soo socda, inkastoo aan laga hadlin cutubkan:

- **Daawooyinka ay daboolaan Medicare Qaybta A**. Guud ahaan, waxaa ku jira daawooyinka laguu siiyo marka aad ku jirto isbitaal ama xarunta kalkaalinta.
- **Daawooyinka ay daboolaan Medicare Qaybta B**. Kuwaas waxaa ka mid ah daawooyinka qaar ee kemoterabiga, duritaanka daawooyinka qaar oo lagu siiyo xafiiska dhakhtarka ama bixiyaha, iyo daawooyinka lagaa siiyo rugaha faleebada dialysis. Si aad wax badan uga ogaato daawooyinka Medicare Qaybta B ee la daboolo, tixraac Jaantuska Dheefaha ee ku qoran **Cutubka 4** *ee Buug-gacmeedka Xubinka*.
- Marka lagu daro Medicare Qaybta D iyo caymiska faa'iidooyinka caafimaadka, daawooyinkaaga waxaa sidoo kale dabooli kara Original Medicare haddii aad ku jirto goob xanaaneedka dadka waayelada ah ee Medicare ah. Wixii macluumaad dheeraad ah, fadlan tixraac **Cutubka 5, Qaybta F3,** "Haddii aad ku jirto barnaamijka goob ku xanaaneynta dadka waayelada ah ee ay shahaadeysay Medicare"*.*

Xeerarka caymiska daawooyinka bukaanka-socodka ee qorshaheena

Guud ahaan, waxaan daboolnaa daawooyinkaaga haddii aad raacdo xeerarka ku qoran qaybtaan Haddii daawo ay tahay daawo Qaybta D, laguma dabooli karo dheefta Kaalmada Caafimaadka.

Waa in bixiye (dhakhtar, dhakhtar ilkaha, ama qof kale oo qora daawada) uu kuu qoro daawada, taas oo sax ah marka loo eego sharciga gobolka ee khuseeya. Inta badan, qofkan waa bixiyahaaga daryeelka caafimaadka ee koowaad (PCP). Waxa kale oo ay noqon kartaa bixiye kale haddii dhakhtarkaaga PCP uu kuu gudbiyo daryeelka.

Qofka kuu qoraya warqadda daawada **ma** aha inuu ku jiro Liiska Ka-reebitaanka ama Ka-qaadista Medicare.

Guud ahaan waa inaad isticmaashaa farmashiyaha ku jira shabakadda qorshaha si aad u buuxiso warqadda daawadaada.

Daawada laguu qoray waa inay ku jirtaa *Liiska Daawooyinka La Daboolay ee qorshaha*. Waxa aanu u soo gaabinaa "Liiska Daawooyinka". (Tixraac **Qaybta B** ee cutubkan.)

- Haddii aysan ku jirin Liiska Daawooyinka, waxaa laga yaabaa inaan daboolno adiga oo codsanaya in laga reebo xeerka.
- Ka tixraac **Cutubka 9, Qaybta G2,** ee *Buug-gacmeedka Xubinka* si aad u barato wax ku saabsan codsashada ka dhaafitaan.

Daawadaada waa in loo isticmaalaa ujeeddo caafimaad oo la aqoonsan yahay. Taas macnaheedu waa in daawada la ogolaaday oo ay ansixisay Hay'adda Maamulka Cuntada iyo Daawooyinka (FDA) ama ay taageereen tixraacyada caafimaadka qaarkood. Bixiyahaaga daawada ayaa laga yaabaa inuu aqoonsado macluumaad caafimaad oo taageera isticmaalka la codsaday ee daawada laguu qoray.

Daawadaada waxaa laga yaabaa inay u baahan tahay oggolaansho kahor intaan lagu daboolin. Tixraac **Qaybta C** ee cutubkan.

Jadwalka Tusmooyinka

A. Helitaanka dib u buuxinta daawooyinkaaga laguu qoray....................................77
A1. Ka buuxinta daawadaada laguu qoray farmashiyaha shabakadda ka tirsan....... 77
A2. Isticmaalka Kaarka Aqoonsiga Xubinta markaad dib u soo buuxsaneyso daawada la qoro 77
A3. Waxa la sameeyo haddii aad beddesho farmashiyaha shabakadda 77
A4. Waxa la sameeyo haddii farmashiyaha aad isticmaasho uu ka baxo shabakadda 77
A5. Isticmaalka farmashiyaha gaar ah.. 77
A6. Isticmaalka adeegyada boostada si aad u hesho daawooyinkaaga 78
A7. Helitaanka kayd dheer oo daawo ah 78
A8. Isticmaalka farmashiyaha aan ku jirin shabakadda qorshaheenna.................... 78
A9. Dib ugu soo celintaada lacagta aad ku bixisay daawada laguu qoray................ 79
B. Liiska Daawooyinka Qorshaheenna...79
B1. Daawooyinka ku jira Liiska Daawooyinka 79
B2. Sida loo helo daawo ku jirta Liiska Daawooyinka 79
B3. Daawooyinka aan ku jirin Liiska Daawooyinka 80
B4. Heerarka wadaagista qiimaha ee Liiska Daawooyinka 80
C. Xaddidaadaha daawooyinka qaar 81
D. Sababaha daawooyinkaaga laga yaabo inaan la daboolin 82
D1. Helitaanka sahay ku meel gaar ah.. 82
D2. Codsashada sahay ku-meel-gaar ah 83
D3. Sidee baan u codsan karaa dhaafitaan.. 83
E. Isbeddelada daboolidda ee daawooyinkaaga...84
F. Daboolidda daawooyinka xaaladaha gaar ah 85
F1. Ku jirista isbitaal ama xarun kalkaalinta xirfadeed muddada qorshaheenna daboolayo.. 85
F2. Xarunta daryeelka muddada dheer 85
F3. Haddii aad ku jirto barnaamij caafimaad ee guri ku xanaaneynta waayeelka ee ay ansixisay Medicare 86
G. Barnaamijyada badbaadada daawooyinka iyo maareynta daawooyinka 86
G1. Barnaamijyada kaa caawinaya inaad si badbaado leh u isticmaasho daawooyinka 86
G2. Barnaamijyada kaa caawinaya inaad maamusho daawooyinkaaga 86
G3. Barnaamijka maareynta daawooyinka si badbaado leh loogu isticmaalo dawooyinka opioids 87

A. Helitaanka dib u buuxinta daawooyinkaaga laguu qoray

A1. Ka buuxinta daawadaada laguu qoray farmashiyaha shabakadda ka tirsan

Xaaladaha badankooda, waxaan bixinnaa daawooyinka la buuxiyey haddii lagu buuxiyo mid ka mid ah farmashiyeyaasha shabakaddeenna. Farmeesiyada shabakada waa dukaan daawo oo aqbalay inay xubnaha qorshaheena siiyaan daawooyinka loo soo qoray. Waxaad isticmaali kartaa mid kasta oo ka mid ah farmashiyeyaasha shabakadayada.

Si aad u hesho farmashiye ku jira shabakadda, tixraac *buugga Bixiyeyaasha iyo Farmashiyaha*, booqo degelkeenna internetka, ama la xiriir Adeegyada Xubinta ama isku-duwaha daryeelkaaga.

A2. Isticmaalka Kaarka Aqoonsiga Xubinta markaad buuxinayso daawada

Si aad u buuxiso daawadaada, **tus Kaarka Aqoonsiga Xubinta** farmashiyaha shabakadda. Farmashiyaha shabakadda ayaa nagala xisaabsanaya daawada laguugu daboolay.

Haddii aadan haysan Kaarka Aqoonsiga Xubinta markaad buuxinayso daawadaada, weydiiso farmashiyaha inuu nala soo waco si uu u helo macluumaadka loo baahan yahay, ama weydii inuu raadiyo macluumaadkaaga isdiiwaangelinta qorshaha.

Haddii farmashiyaha uusan helin macluumaadka loo baahan yahay, waxaa laga yaabaa inaad bixiso dhammaan kharashka daawada markaad qaadanayso. Kadib waxaad naga codsan kartaa inaan lacagtaada soo celinno. **Haddii aadan awoodin inaad bixiso lacagta daawada, la xiriir Adeegyada Xubinta isla markiiba.** Waxaan sameyn doonnaa wax kasta oo aan awoodno si aan kuu caawino.

- Si aad nooga codsato inaan kuu sameyno lacag celin, tixraac **Cutubka 7, Qaybta A,** ee *Buug-gacmeedka Xubinka*.
- Haddii aad u baahan tahay caawimaad buuxinta daawooyinkaaga, waxaad la xiriiri kartaa Adeegyada Xubinta ama isku-duwaha daryeelkaaga.

A3. Waxa la sameeyo haddii aad beddesho farmashiyaha shabakadda

Haddii aad beddesho farmashiyaha oo aad u baahan tahay daawo dib loo buuxiyo, waxaad codsan kartaa daawo cusub oo uu bixiyo bixiyaha, ama weydiiso farmashiyahaaga inuu u wareejiyo daawada farmashiyaha cusub haddii ay jiraan wax daawooyin ah oo lagu soo celin karo.

Haddii aad u baahan tahay caawimaad si aad u beddesho farmashiyaha shabakadda, waxaad la xiriiri kartaa Adeegyada Xubinta ama isku-duwaha daryeelkaaga.

A4. Waxa la sameeyo haddii farmashiyaha aad isticmaasho uu ka baxo shabakadda

Haddii farmashiyaha aad isticmaasho uu ka baxo shabakadda qorshaheenna, waa inaad heshaa farmashiye cusub oo ku jira shabakadda.

Si aad u hesho farmashiye cusub oo ku jira shabakadda, tixraac *buugga Bixiyeyaasha iyo Farmashiyaha*, booqo degelkeenna internetka, ama la xiriir Adeegyada Xubinta ama isku-duwaha daryeelkaaga.

A5. Isticmaalka farmashiyaha gaar ah

Mararka qaar, daawooyinka waa in lagu buuxiyaa farmashiyaha gaar ah. Farmashiyada gaarka ah waxaa ka mid ah:

- Farmashiyada bixiya daawooyinka lagu duro ee guriga lagu maamulo.
- Farmashiyada bixiya daawooyinka loogu talagalay dadka ku jira xarumaha daryeelka muddada dheer, sida xarumaha kalkaalinta.
  - Sida caadiga ah, xarumaha daryeelka muddada dheer waxay leeyihiin farmashiyadooda. Haddii aad degan tahay xarun daryeel muddo dheer ah, waxaan hubin doonnaa inaad hesho daawooyinka aad u baahan tahay ee farmashiyaha xarunta.

   - Haddii farmashiyaha xarunta daryeelka muddada dheer aanu ku jirin shabakaddeenna, ama haddii aad dhibaato ku qabto helitaanka daawooyinkaaga, la xiriir Adeegyada Xubinta.
- Farmashiyaha ka shaqeeya Indian Health Service (Adeega Caafimaadka ee Hindida)/Tribal (Qabiilka)/Urban Indian Health Program (Barnaamijka Caafimaadka ee Hindida Magaalooyinka Jooga). Marka laga reebo xaaladaha degdegga ah, farmashiyadan waxaa isticmaali kara oo keliya Hindida Mareykanka iyo Dhaladka Reer Alaska.
- Farmashiyada bixiya daawooyinka xaddidan ee ay mamnuucday FDA ama u baahan hab maareyn gaar ah, wada-shaqeyn bixiye, ama waxbarid ku saabsan isticmaalka. (Fiiro gaar ah: Tani waa xaalad dhif ah.)

Si aad u hesho farmashiye gaar ah, tixraac b*uugga Bixiyeyaasha iyo Farmashiyaha*, booqo degelkeenna internetka, ama la xiriir Adeegyada Xubinta ama isku-duwaha daryeelkaaga.

A6. Isticmaalka adeegyada boostada si aad u hesho daawooyinkaaga

Qorshaheenna **ma bixiyo** adeegyo boosto oo loogu talagalay daawooyinka.

A7. Helitaanka kayd dheer oo daawo ah

Waxaad heli kartaa sahay muddo-dheer ah oo daawooyinka dayactirka ku jira Liiska Daawooyinka qorshaheenna. Daawooyinka dayactirka waa daawooyin aad si joogto ah u qaadato si aad u maamusho xaalad caafimaad oo daba-dheer ama joogto ah.

Farmashiyo shabakadda ku jira qaarkood waxay kuu oggolaanayaan inaad hesho sahay muddo-dheer ah oo daawooyinka dayactirka. Sahayda 90-ka maalmood ah waxay leedahay lacag-bixin la mid ah tan sahayda hal bil ah. *Buugga Bixiyeyaasha iyo Farmashiyaha*, wuxuu kuu sheegi doonaa farmashiyaha bixiya sahay muddo-dheer ah oo daawooyinka dayactirka. Waxaad wici kartaa koornaydkaaga daryeelka ama Adeegyada Xubinka wixii macluumaad dheeraad ah.

A8. Isticmaalka farmashiyaha aan ku jirin shabakadda qorshaheenna

Sida caadiga ah, waxaan bixinnaa daawooyin lagu buuxiyey farmashiyaha aan ku jirin shabakadda kaliya marka aadan awoodin inaad isticmaasho farmashiyaha ku jira shabakadda. Waxaan haynaa farmashiyo shabakadda ku jira oo ku yaalla meel ka baxsan aagga adeegayaga halkaas oo aad ku buuxin karto daawooyinkaaga sida xubin ka tirsan qorshaheenna. Xaaladahan oo kale, la xiriir Adeegyada Xubinta isku-duwaha daryeelkaaga si aad u hubiso haddii uu jiro farmashiye shabakadda ku jira oo kugu dhow.

Waxaan bixinnaa daawooyin lagu buuxiyey farmashiyaha aan ku jirin shabakadda xaaladaha soo socda:

- Haddii aad safar ku jirto oo aad ka dhammaato daawada(ooyinka) Medicare Qaybta D ah, aad lumiso daawooyinkaaga, aad xanuunsato oo aad u baahato daawooyin Medicare Qaybta D ah oo lagu daboolay, oo aadan awoodin inaad ka hesho farmashiye shabakadda ku jira.
- Haddii aadan ka heli karin daawo Medicare Qaybta D ah oo lagu daboolay farmashiye ku yaalla shabakadda wakhti ku habboon (tusaale ahaan, haddii aanay jirin farmashiye shabakadda ku jira oo ku yaalla masaafo macquul ah oo bixiya adeeg 24-saacadood/7-maalmood usbuucii).
- Haddii aad u baahato daawo Medicare Qaybta D ah oo lagu daboolay oo aan si joogto ah loo hayn farmashiyaha shabakadda ku yaalla ee la heli karo.
- Haddii aad tahay bukaanka qeybta degdegga ah, rug caafimaad oo bixiye ku saleysan, qolka qalliinka ee dibadda, ama goob kale oo dibadda ah oo farmashiye aan ku jirin shabakadda uu kuu soo saaray daawo Medicare Qaybta D ah oo lagu daboolay; **ama**
- Haddii aad ka guurto meesha aad dagan tahay inta lagu jiro musiibo ay dowladdu ku dhawaaqday oo aanay macquul ahayn inaad si macquul ah uga hesho daawooyinka Medicare Qaybta D ah farmashiye ku yaalla shabakadda.

A9. Dib ugu soo celintaada lacagta aad ku bixisay daawada laguu qoray

Haddii aad isticmaasho farmashiye aan shabakadda ku jirin, guud ahaan waa inaad bixisaa kharashka oo dhan marka aad hesho warqaddaada daawo qorista. Waxaad naga codsan kartaa inaan kuu soo celinno lacagta aan qaybteena ahayd ee kharashka.

Si aad wax badan uga barato tan, tixraac **Cutubka 7, Qaybta A,** ee *Buug-gacmeedkan Xubinka*.

FIIRO GAAR AH: Haddii daawada la daboolo Medical Assistance, looma oggola bixiyeyaasha AbilityCare inay adiga lacag kaa qaadaan daawooyinkaas. Waxaan bixiyeyaashayada si toos ah ugu bixinnaa lacagtooda, waxaanan kaa ilaalinnaa kharash walba oo suurtagal ah. Tani waa sax xitaa haddii aan bixiyaha siinno lacag ka yar inta uu bixiyaha dalbado. Haddii aad bixisay lacag daawo aad u malaynayso inaan daboolnay, la xiriir Adeegyada Xubinta lambarka ku yaalla hoosta boggan.

B. Liiska Daawooyinka Qorshaheenna

Waxaan haynaa *Liis Daawooyin oo Daboolan.* Waxa aanu u soo gaabinaa “Liiska Daawooyinka”.

Waxaan doorannaa daawooyinka ku jira Liiska Daawooyinka iyadoo la kaashanayo koox dhakhaatiir iyo farmashiistayaal ah. Liiska Daawooyinka wuxuu sidoo kale kuu sheegi doonaa xeerarka aad u baahan tahay inaad raacdo si aad u hesho daawooyinkaaga.

Guud ahaan, waxaan daboolnaa daawo ku jirta Liiska Daawooyinka qorshaheenna markaad raacdo xeerarka aan ku sharaxno cutubkan.

B1. Daawooyinka ku jira Liiska Daawooyinka

Liiska Daawooyinka wuxuu ka kooban yahay daawooyinka Medicare Qaybta D daboolo iyo qaar ka mid ah daawooyinka la isku qoro iyo kuwa aan qorin ee (OTC) ee ay daboolaan Medical Assistance.

Liiska Daawooyinka wuxuu ka kooban yahay daawooyinka magacyada summeysan, daawooyinka guud, iyo badeecadaha noolaha (oo laga yaabo inay ku jiraan badeecadaha la midka ah ee noolaha).

Daawooyinka magacyada summeysan waa daawooyin la isku qoro oo lagu iibiyo magaca calaamadda ganacsiga ee uu leeyahay soo saaraha daawada. Badeeco nololeedyadu waa daawooyin ka kakan daawooyinka caadiga ah. Liiska Daawooyinka marka aan ka hadalno “daawooyinka” tani waxay macnaheedu noqon kartaa daawo ama badeecad noolaha ah.

Daawooyinka bilaa summadda ah waa kuwa ay ku jiraan maadooyin la mid ah kuwa ku jira daawada magaca summadaysan leh. Badeecadaha noolaha waxay leeyihiin waxyaabo kale oo loo yaqaan baayosimilaro (biosimilars). Guud ahaan, daawooyinka guud iyo biosimilars-ka waxay u shaqeeyaan si la mid ah daawooyinka magacyada summeysan ama badeecadaha noolaha ee asalka ah, badanaa waxayna leeyihiin qiime jaban. Waxaa jira beddel daawooyin guud oo laga heli karo daawooyin badan oo magacyada summeysan ah iyo beddel baayosimilaro oo loogu talagalay badeecadaha noolaha ee asalka ah. Baayosimilarada qaarkood waa kuwo la isku beddelan karo, oo iyadoo ku xidhan shuruucda gobolka, waxa farmeesiga lagaga beddelan karaa badeeco nololeedkooda asalka ah iyadoo aan loo baahnayn warqad dhakhtar oo cusub, si la mid ah sida daawoyinka bilaa summadda ah loogu beddelan karo kuwa magaca summadaysan.

Tixraac **Cutubka 12** si aad u hesho qeexitaanka noocyada daawooyinka laga yaabo inay ku jiraan Liiska Daawooyinka.

Qorshaheenna sidoo kale wuxuu daboolaa qaar ka mid ah daawooyinka OTC iyo badeecadaha. Qaar ka mid ah daawooyinka OTC waxay leeyihiin qiimo ka yar kuwa la isku qoro oo si la mid ah u shaqeeya. Wixii macluumaad dheeraad ah, wac Adeegyada Xubinta.

B2. Sida loo helo daawo ku jirta Liiska Daawooyinka

Si aad u ogaato haddii daawada aad qaadato ay ku jirto Liiska Daawooyinka, waxaad samayn kartaa:

- Booqo degelkeenna internetka ee www.mnscha.org. Liiska Daawooyinka ee ku yaalla degelkeenna waa kii ugu dambeeyay ee la cusboonaysiiyay.

- Wac isku-duwaha daryeelkaaga ama Adeegyada Xubinta si aad u ogaato haddii daawo ay ku jirto Liiska Daawooyinka qorshaheenna ama si aad u codsato nuqulka liiska.
- Isticmaal qalabkeena “Real Time Benefit Tool” ee ku yaalla **www.mnscha.org** ama wac isku-duwaha daryeelkaaga ama Adeegyada Xubinta. Qalabkan waxaad ku baari kartaa daawooyinka ku jira Liiska Daawooyinka si aad u hesho qiyaasta inta aad bixin doonto iyo haddii ay jiraan daawooyin kale oo ku jira Liiska Daawooyinka oo lagu daaweyn karo xaaladdaada.
- Isticmaal qalabka raadinta **Find A Drug (Daawo Hel)** ee ku yaalla degelka internetka ee qorshaha **www.mnscha.org**.

B3. Daawooyinka aan ku jirin Liiska Daawooyinka

Ma daboolno dhammaan daawooyinka la isku qoro. Qaar ka mid ah daawooyinka ayaa laga saaray Liiska Daawooyinka sababtoo ah sharcigu ma ogola inaan daboolno daawooyinkaas. Xaaladaha kale, waxaan go’aansanay inaanan ku darin daawo Liiska Daawooyinka.

Qorshaheenna ma bixiyo noocyada daawooyinka lagu sharaxay qaybtaan. Kuwani waxaa loo yaqaannaa **daawooyinka laga reebay**. Haddii laguu qoro daawo laga reebay, waxaa laga yaabaa inaad adigu iska bixiso kharashka daawadaas. Haddii aad u malaynayso inaan bixinno kharashka daawo laga reebay sababo la xiriira xaaladdaada, waxaad sameyn kartaa rafcaan. Tixraac **Cutubka 9, Qaybta E**, ee *Buug-gacmeedkan Xubinka* wixii macluumaad dheeraad ah ee rafacan ka.

Waa kuwan saddex qaanuun oo guud oo ku saabsan daawooyinka laga reebay:

1. Daboolidda daawooyinka aan gudaha ahayn ee qorshaheenna (oo ay ku jiraan daawooyinka Medicare Qaybta D iyo Kaalmada Caafimaadka) ma bixin karto daawo uu daboolayo Medicare Qaybta A ama Medicare Qaybta B. Qorshaheenna wuxuu daboolaa daawooyinka uu daboolo Medicare Qaybta A ama Medicare Qaybta B lacag la’aan, laakiin daawooyinkan looma tixgeliyo qayb ka mid ah faa’iidooyinkaaga daawooyinka la isku qoro ee dibadda ah.
2. Qorshaheenna ma daboolo daawo laga iibsaday meel ka baxsan Maraykanka iyo dhulkiisa.
3. Isticmaalka daawada waa in loo oggolaadaa FDA ama loo taageeraa tixraacyada caafimaad ee gaar ah si loogu daaweeyo xaaladdaada. Dhakhtarkaaga ama bixiyaha kale ayaa laga yaabaa inuu kuu qoro daawo gaar ah si uu ugu daaweeyo xaaladdaada, in kastoo aan loogu talagalin xaaladdaas. an waxaa loogu yeeraa “isticmaalka ka baxsan summada”. Qorshaheenna guud ahaan ma daboolo daawooyinka loo qoro isticmaalka ka baxsan summada.

Sidoo kale, sharcigu wuxuu mamnuucayaa Medicare ama Kaalmada Caafimaadka inay daboolaan noocyada daawooyinka ku qoran hoos:

- Daawooyinka loo isticmaalo in kor loo qaado dhalmada
- Daawooyinka loo isticmaalo ujeeddooyin bilicsan ama si loo kiciyo timaha
- Daawooyinka loo isticmaalo daaweynta dhibaatooyinka galmada ama shaqada
- Daawooyinka dibadda ah ee ay soo saartay shirkad sheegaysa in baaritaanno ama adeegyo gaar ah oo kaliya ay ku xidhan yihiin iyaga

B4. Heerarka wadaagista qiimaha ee Liiska Daawooyinka

Daawo kasta oo ku jirta Liiska Daawooyinka qorshaheenna waxay ku jirtaa mid ka mid ah saddex heer. Heer wuxuu ka kooban yahay koox daawooyin ah oo guud ahaan nooc isku mid ah (tusaale, daawooyinka magacyada summeysan, daawooyinka guud, ama daawooyinka OTC).

Si aad u ogaato daawadaada heerka ay ku jirto, tixraac Liiska Daawooyinka.

Iyadoo la adeegsanayo qorshahayaga, waxaad waxba bixinayn daawooyinka laguu caymiyay inta aad raacdo xeerarkeena.

C. Xaddidaadaha daawooyinka qaar

Daawooyinka qaar ee la isku qoro, xeerar gaar ah ayaa xaddidaya sida iyo goorta qorshaheenna uu u daboolayo daawooyinka. Guud ahaan, xeerarkayagu waxay ku dhiirigelinayaan inaad hesho daawo si badbaado leh uga shaqaynaya xaaladdaada caafimaad oo ah mid waxtar leh. Marka daawo ammaan ah oo qiimo jaban ay si la mid ah uga shaqaynayso xaaladdaada sida daawo qiimo badan, waxaan ka filaynaa bixiyahaaga inuu kuu qoro daawada qiimo jaban.

Haddii uu jiro xeer gaar ah oo ku saabsan daawadaada, waxay badanaa ka dhigan tahay inaad adiga ama bixiyahaaga qaadaan tillaabooyin dheeraad ah si aan u daboolno daawada. Tusaale ahaan, bixiyahaaga ayaa laga yaabaa inuu marka hore noo sheego cudurka laguu qaatay ama natiijooyinka baaritaannada dhiigga. Haddii adiga ama bixiyahaaga aad u malaynaysaan in xeerarkayaga uusan khusayn xaaladdaada, nala soo xiriir si aad u codsato ka-dhaafitaan. Waxaa laga yaabaa inaan ku raacno ama aanan ku raacin in lagu siiyo daawada adigoon qaadin tallaabooyin dheeraad ah.

Si aad wax badan uga barato codsashada ka-dhaafitaanka, tixraac **Cutubka 9,** ee *Buug-gacmeedka Xubinka*.

1. Xaddidaadda isticmaalka daawooyinka magacyada summeysan marka ay jiraan noocyo guud oo la heli karo

Guud ahaan, daawada guud waxay u shaqeysaa si la mid ah daawooyinka magacyada summeysan badanaana qiime jaban ayay leeyihiin. Haddii ay jirto nooc guud oo daawo magaca summeysan ah oo la heli karo, farmashiyaha shabakadda ayaa ku siinaya nooca guud.

- ma bixinno daawada magaca summeysan haddii ay jirto nooc guud oo la heli karo.
- Si kastaba ha ahaatee, haddii bixiyahaagu noo sheego sabab caafimaad oo ay daawada guud kuu shaqeyn weyday **ama** uu ku qoro daawada magaca summeysan "Lama Beddeli Karo" ama uu noo sheego sabab caafimaad oo ay daawada guud **ama** daawooyin kale oo daboolan oo lagu daaweynayo xaaladdaas kuu shaqeyn waayeen, waxaan dabooli doonaa daawada magaca summeysan.

2. Helitaanka oggolaanshaha qorshaha goor sii horeba

Daawooyinka qaarkood, adiga ama dhakhtarkaaga waa inaad ka heshaan oggolaansho qorshaheenna kahor intaadan buuxin daawadaada. Haddii aadan helin oggolaansho, waxaa laga yaabaa inaanan daboolin daawada.

3. Isku dayida daawo kale marka hore

Guud ahaan, waxaan rabnaa inaad marka hore isku daydo daawooyin qiimo jaban oo waxtar leh kahor inta aanan daboolin daawooyin qiimo badan. Tusaale ahaan, haddii Daawada A iyo Daawada B ay ku daweeyaan xaalad caafimaad isku mid ah, Daawada A-na ay ka jaban tahay Daawada B, waxaa laga yaabaa inaan kaa codsano inaad marka hore isku daydo Daawada A.

Haddii Daawada A waxba **kuu tari** waydo, markaas ayuu qorshaha caymisku dabooli doonaa Daawada B.

4. Xaddidaadaha tirada

Daawooyin qaar, waxaan xaddidaadnaa cadadka daawada ah ee aad heysan karto. Tani waxaa loogu yeeraa xaddidaadda tirada. Tusaale ahaan, waxaa laga yaabaa inaan xadidno inta daawo ee aad heli karto markasta oo aad buuxiso daawadaada.

Si aad u ogaato haddii mid ka mid ah xeerarkan kor ku xusan uu khuseeyo daawada aad qaadato ama aad rabto inaad qaadato, eeg Liiska Daawooyinka. Wixii macluumaad ah ee ugu dambeeyay, wac Adeegyada Xubinta ama eeg degelkeenna internetka ee www.mnscha.org. Haddii aad ku khilaafsantahay go'aanka daboolidda ee ku salaysan sababaha kor ku xusan, waxaad codsan kartaa rafcaan. Fadlan tixraac **Cutubka 9** ee *Buug-gacmeedkan Xubinta*.

D. Sababaha daawooyinkaaga laga yaabo inaan la daboolin

Waxaan isku dayeynaa inaan daboolidda daawooyinkaaga si wanaagsan kuugu shaqeyso, laakiin mararka qaar daawo waxaa laga yaabaa inaan la daboolin si waafaqsan rabitaankaaga. Tusaale ahaan:

- Qorshaheenna ma daboolo daawada aad rabto inaad qaadato. Daawada waxaa laga yaabaa inaanay ku jirin Liiska Daawooyinka. Waxaa laga yaabaa inaan daboolno nooca guud ee daawada laakiin aan daboolin nooca magaca summeysan ee aad rabto inaad qaadato. Waxaa suurtagal ah in daawo cusubi ay jirto oo aan wali dib-u-eegid ku sameyn amnigeeda iyo waxtarkeeda.
- Qorshaheenna wuxuu daboolaa daawada, laakiin waxaa jira xeerar gaar ah ama xaddidaado ku saabsan daboolidda. Sida lagu sharaxay qeybta kore ee **Qaybta C**, daawooyinka qaar ee qorshaheenna daboolo waxay leeyihiin xeerar xaddidaya isticmaalka. Xaaladaha qaar, adiga ama dhakhtarkaaga ayaa laga yaabaa inaad naga codsato ka-dhaafitaan.

Waxaa jira waxyaabo aad sameyn karto haddii aanan daboolin daawo sida aad rabto inaan u daboolno.

D1. Helitaanka sahay ku meel gaar ah

Xaaladaha qaarkood, waxaan ku siin karnaa sahay ku-meel-gaar ah oo daawo ah marka daawada aan ku jirin Liiska Daawooyinka ama si gaar ah loo xaddiday. Tani waxay ku siinaysaa waqti aad dhakhtarkaaga kula hadasho si aad u hesho daawo kale ama aad nooga codsato inaan daboolno daawadaas.

Si aad u hesho sahay ku-meel-gaar ah oo daawo ah, waa inaad buuxisaa shuruudaha soo socda:

1. Daawada aad qaadan jirtay:
   - ma aha mid ku sii jirta Liiska Daawooyinkeena, **ama**
   - weligeedba kuma jirin Liiska Daawooyinkeena, **ama**
   - hadda si gaar ah ayaa loo xaddiday.
2. Waa inaad ku jirtaa mid ka mid ah xaaladaha soo socda:
   - Waxaad ka mid ahayd qorshaheenna sannadkii hore.
     - Waxaan daboolnaa **sahay ku-meel-gaar ah oo daawo ah 90-kii maalmood ee ugu horreeyay ee sanadka kalandarka.**
     - Sahaydan ku meel gaadhka ah waa ilaa 30 maalmood.
     - Haddii daawada laguu soo qoray muddo intan ka yar, waxa aanu kuu ogolaan doonaa inaad dhowr jeer soo qaadato illaa la gaadhayo tirada ugu badan ee daawada oo sahay 30-beriya ah. Waa inaad buuxisaa daawada farmashiyaha ku yaalla shabakadda.
     - Farmashiyeyaasha daryeelka muddada-dheer waxay bixin karaan daawooyinkaaga qayb yar si looga hortago khasaaraha.
   - Waxaad tahay xubin cusub oo qorshaheenna ah.
     - Waxaan daboolnaa sahay **ku-meel-gaar ah oo daawo ah 90-kii maalmood ee ugu horreeyay ee xubinimadaada**.
     - Sahaydan ku meel gaadhka ah waa ilaa 30 maalmood.
     - Haddii daawada laguu soo qoray muddo intan ka yar, waxa aanu kuu ogolaan doonaa inaad dhowr jeer soo qaadato illaa la gaadhayo tirada ugu badan ee daawada oo sahay 30-beriya ah. Waa inaad buuxisaa daawada farmashiyaha ku yaalla shabakadda.
     - Farmashiyeyaasha daryeelka muddada-dheer waxay bixin karaan daawooyinkaaga qayb yar si looga hortago khasaaraha.
   - Waxaad qorshaha ku jirtay in ka badan 90 maalmood, waxaadna ku nooshahay xarun daryeel muddo dheer ah, waxaadna u baahan tahay sahay si degdeg ah.

- Waxaan daboolnaa hal sahay 31-maalmood ah, ama ka yar haddii daawada lagu qoray muddo ka yar. Tani waxay dheer tahay sahayda ku-meel-gaar ah ee kor ku xusan.
- Xubnaha qorshaha ku jiray ee la seexiyey ama laga soo saaray xarun daryeel muddo dheer ah (LTC): Waxaa jiri kara duruufo degdeg ah oo xubnaha hadda jira lagu wareejiyo xaalado kale oo daryeelka ah, taas oo keeni karta in daawadooda la qoro aysan ku jirin liiska daawooyinka. Xaaladahaan badanaa waxay ku lug leeyihiin isbeddel heerka daryeelka ah, halka xubin uu ka beddelayo goob daaweyn mid kale. Xaaladahan aan la qorsheyn, waa inaad isticmaashaa habka ka-dhaafitaanka iyo rafcaan ka. Go'aamada daboolidda iyo dib-u-eegista go'aamada waxaa lagu dhaqaaqi doonaa si degdeg ah iyadoo loo eegayo baahida xaaladda caafimaad ee xubinta.

  Si looga hortago kala go'a ku yimaada daryeelka marka xubin guriga lagu sii daayo, xubnaha waxaa loo oggol yahay inay helaan sahay dhammaystiran oo dibadda ah si ay u sii wadaan daawaynta markii ay dhammaato sahayda kooban ee loo sii daayo. Sahaydan dibadda ah waxaa la heli karaa ka hor inta aan laga soo saarin xarun Medicare Qaybta A ah. Marka xubin la seexiyo ama laga soo saaro xarun daryeel muddo dheer ah LTC, xubinta lama heli karo inta ka dhiman daawada la sii daayay. Waxaan hubin doonnaa inaad hesho daawo cusub markaad la seexdo ama lagaa soo saaro xarunta.

  Hal mar oo ah ka-dhaafitaan ku saabsan xeerarka "dib-u-buuxinta ee degdeg ah" waxaa la bixiyaa daawo kasta oo saameyn ku yeelan karta xubin la seexiyey ama laga soo saaray xarun LTC. Xeerarka dib-u-buuxinta ee hore looma isticmaalo in lagu xaddido helitaanka faa'iidooyinka Medicare Qaybta D ee xubinta, waxaana xubnaha loo oggolaadaa inay helaan daawo cusub markaad la seexdo ama lagaa soo saaro xarunta.

D2. Codsashada sahay ku-meel-gaar ah

Si aad u codsato sahay ku-meel-gaar ah oo daawo ah, wac Adeegyada Xubinta.

Marka aad hesho sahay ku-meel-gaar ah oo daawo ah, dhakhtarkaaga kala hadal sida ugu dhaqsaha badan si aad u go'aamiso waxaad sameyn doonto marka sahaydaada dhammaato. Waa kuwan doorashooyinkaaga:

- U beddelo daawo kale.

  Qorshahayagu wuxuu dabooli karaa daawo kale oo kugu shaqeysa. Wac Adeegyada Xubinta si aad u weydiiso liiska daawooyinka aan daboolno ee daaweynaya isla xaaladda caafimaad. Liiska wuxuu ka caawin karaa bixiyahaaga inuu helo daawo daboolan oo kugu shaqeysa.

  AMA

- Weydiiso ka-dhaafitaan.

  Adiga iyo bixiyahaaga waxaad naga codsan kartaan in aan ka-dhaafitaan samayno. Tusaale ahaan, waxaad naga codsan kartaa in aan daawada aan ku jirin Liiska Daawooyinka daboolno ama inaad naga codsato in aan daawadaas ku daboolno iyada oo aan xadidnayn. Haddii bixiyahaaga uu yiri inaad leedahay sababo caafimaad oo wanaagsan oo aad u baahan tahay ka-dhaafitaan, waxay kaa caawin karaan inaad codsato.

D3. Sidee baan u codsan karaa dhaafitaan

Haddii daawada aad qaadaneyso laga saaro Liiska Daawooyinka ama lagu xadido qaadista sanadka soo socda, waxaan kuu oggolaaneynaa inaad codsato ka-dhaafitaan ka hor inta aanay sanadka cusub bilaaban.

- Waxaan ku ogeysiin doonaa wixii isbeddel ah ee ku yimaada daboolidda daawadaada ee sanadka soo socda. Weydiiso in aan ka-dhaafitaan samayno oo aan daawadaada ku daboolno sidii aad jeceshahay sanadka soo socda.
- Waxaan ku jawaabi doonaa codsigaaga ka-dhaafitaanka 72 saacadood gudahood marka aan helno codsigaaga (ama bayaanka taageerada ee bixiyahaaga).

Wixii macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan codsashada ka dhaafitaan, tixraac **Cutubka 9, Qaybta G2,** ee *Buug-gacmeedka Xubinka*.

Haddii aad u baahan tahay caawimo ku aadan codsashada ka dhaafitaan la xiriir Adeegyada Xubinka ama iskuduwaha daryeelkaaga.

E. Isbeddelada daboolidda ee daawooyinkaaga

Isbeddelada ugu badan ee ku yimaada daboolidda daawooyinka waxay dhacaan bisha Janaayo 1, laakiin waxaan ku dari karnaa ama ka saari karnaa daawooyinka Liiska Daawooyinka inta lagu jiro sanadka. Waxa sidoo kale laga yaabaa inaanu beddelno shuruucdeena khuseeya daawooyinka. Tusaale ahaan, waxaan:

- Go'aansan karnaa inaan u baahanno ama aanan u baahannin oggolaansho hore (PA) oo daawo ah (ogolaansho naga yimid ka hor inta aanad helin daawada).
- Wax ku dari karnaa ama beddeli karnaa qaddarka aad daawada ka qaadan karto (xaddidaada tirada).
- Ku dari karnaa ama beddeli karnaa xaddidaadda daawada (waa inaad isku daydaa daawo mid ka mid ah ka hor inta aanan daboolin daawo kale).

Macluumaad dheeri ah oo ku saabsan xeerarkan daawooyinka, eeg **Qaybta C**.

Haddii aad qaadatay daawo **bilowgii** sannadka caymisku daboolayay, guud ahaan daawada liiska kama saari doono ama caymiskeeda ma beddeli doono inta ka harsan **sannadka** illaa maahane iyadoo:

- daawo cusub oo ka jaban suuqa soo gasha taas oo shaqo ahaan la mid ah daawada hadda ku jirta Liiskeena Daawooyinka, **ama**
- aanu ogaano in aanay daawadu aamin ahayn **ama**
- daawada suuqa laga saaro.

Maxaa dhaca haddii isbeddelada daboolidda ee daawada aad qaadaneyso?

Si aad u hesho macluumaad dheeri ah oo ku saabsan waxa dhaca marka Liiska Daawooyinku isbeddelo, waxaad mar walba:

- Ka eeg Liiska Daawooyinka ee hadda ee barta onlaynka ee www.mnscha.org **ama**
- Ka wac Adeegyada Xubinka lambarka ku yaal xagga hoose ee bogga si aad u eegto Liiskeena Dawooyinka ee hadda.

Isbeddelada aan sameyn karno ee Liiska Daawooyinka ee kugu saameynaya inta lagu jiro sanadka qorshaha hadda

Isbeddelada Liiska Daawooyinka qaarkood **islamarkiiba** ayay dhacayaan. Tusaale ahaan:

- **Daawo cusub oo generic ah ayaa soo baxda.** Mararka qaarkood, daawo guud oo cusub ama baayosimilar ayaa suuqa soo gasha oo si fiican ugu shaqeysa daawo magac ah oo ku jira Liiska Daawooyinka. Marka taasi dhacdo, waxaan ka saari karnaa daawada magaceedu yahay oo aan ku dari karnaa daawo guud oo cusub, laakiin qiimahaaga daawada cusub wuu isku sii jiri doonaa.

  Marka aanu daawo bilaa summad ah oo cusub ku soo darno liiska, waxa laga yaabaa inaanu sidoo kale go'aamino inaanu daawada summadda leh u dayno liiska laakiin aanu beddelno shuruucda ama xadidaadaha daboolitaanka.

  - Waxaa laga yaabaa inaan ku ogeysiino ka hor inta aanan sameynin isbeddelkan, laakiin waxaan kuu soo dirnaa macluumaad ku saabsan isbeddel gaar ah oo aan sameynay marka uu dhaco.
  - Adiga ama bixiyahaaga ayaa dalban kara in la idinka "dhaafo" isbeddeladan. Waxa aanu kuu soo diri doonaa ogeysiiska tallaabooyinka aad qaadi karto si aad u dalbato ka dhaafitaan. Tixraac **Qaybta 9** ee buug-gacmeedkan macluumaad dheeri ah oo ku saabsan ka-dhaafitaanka.
- **Daawada laga saaro suuqa**. Haddii FDA ay tiraahdo in daawada aad qaadaneyso aysan badbaado ahayn ama waxtar lahayn, ama soo-saareha daawada uu suuqa ka saaro, waxaan isla markiiba ka saareynaa Liiska Daawooyinka. Haddii aad qaadaneyso daawada, waxaan kuu soo diri doonaa ogeysiis ka dib markii aan isbeddel sameyno. Marka aad hesho ogeysiiskayaga, la xiriir bixiyahaaga si uu kaaga caawiyo in uu helo daawo kale oo ku habboon xaaladdaada.

Waxaan sameyn karnaa isbeddelo kale oo saameyn ku yeelan kara daawooyinka aad qaadaneyso. Waxaan ku ogeysiin doonaa isbeddeladaas ka hor. Isbeddeladan waxa laga yaabaa inay dhacaan haddii:

- FDA soo saarto tilmaamo cusub ama haddii ay soo baxaan hagitaano cusub oo dawada la xiriira.

Marka isbeddeladani dhacaan, waxa aanu:

- Kuu sheegi doonaa ugu yaraan 30 beri ka hor inta aanana isbeddel ku sameyn Liiskeena Daawooyinka **ama**
- Ku soo ogeysiin doonaa kuna siin doonaa sahay daawada ah oo 30 beri kugu filan ka dib markaad dib u soo cammiranayso.

Tani waxay ku siinaysaa waqti aad kula hadasho dhakhtarkaaga ama cidda kale ee kuu soo qortay daawada. Waxay kaa caawin karaan go'aansashada:

- Haddii ay jirto daawo la mid ah oo ku jirta Liiskeena Daawooyin iyada ayaad beddel ahaan u qaadan karta **ama**
- Haddii aad codsato ka-dhaafitaan ka hor inta aan isbeddeladaas ay bilaaban, si loo sii wado daboolidda daawada ama nooca daawada aad qaadeysay. Wixii macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan codsashada lacag celin, ka eeg **Cutubka 9, Qaybta G2,** ee *Buug-gacmeedka Xubinka*.

Isbeddelada Liiska Daawooyinka ee aan kugu saameynayn inta lagu jiro sanadka qorshaha hadda

Waxaa jiri kara isbeddelo ku saabsan daawooyinka aad qaadaneyso kuwaas oo aan ku sharxneyn kor ku xusan ee aan kugu saameynayn hadda. Wixii ah isbeddelada noocaas ah, haddii aad qaadanayso daawo **bilowgii** sannadka caymisku daboolayay, guud ahaan daawada liiska kama saari doono ama caymiskeeda ma beddeli doono inta ka harsan **sannadka** illaa maahane iyadoo:

Tusaale ahaan, haddii aan ka saarno daawo aad qaadaneyso ama aan xadidno isticmaalkeeda, isbeddelkaas kuma saameyn doono isticmaalkaaga ilaa dhammaadka sanadka.

Haddii isbeddeladan ay dhacaan ee daawo aad qaadaneyso (marka laga reebo isbeddelada kor ku xusan), isbeddelkaas kuma saameyn doono isticmaalkaaga ilaa 1-da Janaayo ee sanadka soo socda.

Ma ku ogeysiin doono isbeddeladan noocaan ah si toos ah inta lagu jiro sanadka hadda. Waxaa lagama maarmaan ah inaad hubiso Liiska Daawooyinka ee sanadka qorshaha xiga (marka liiska uu diyaar noqdo inta lagu jiro xilliga isdiiwaangelinta furan) si aad u aragto haddii ay jiraan isbeddelo kugu saameynaya sanadka soo socda.

F. Daboolidda daawooyinka xaaladaha gaar ah

F1. Ku jirista isbitaal ama xarun kalkaalinta xirfadeed muddada qorshaheenna daboolayo

Haddii aad seexato isbitaal ama xarun daryeel caafimaad oo xirfadaysan oo qorshahayagu daboolayo, guud ahaan waxaan daboolaynaa kharashka daawooyinkaaga inta aad ku sugan tahay. Ma bixin doontid lacagta ceymis wadaaga ee go'an. Marka aad ka baxdo isbitaalka ama xarunta daryeelka caafimaad ee xirfadaysan, waxaan daboolaynaa daawooyinkaaga haddii ay buuxiyaan dhammaan xeerarka daboolidda.

F2. Xarunta daryeelka muddada dheer

Caadiyan, xarun daryeel muddo dheer ah, sida xarun kalkaaliye, waxay leedahay farmashiyaha u gaar ah ama farmashiyaha bixiya daawooyinka dhammaan dadka deggan. Haddii aad ku nooshahay xarun daryeel muddo dheer ah, waxaad heli kartaa daawooyinkaaga farmashiyaha xarunta haddii ay qayb ka tahay shabakadeena.

Hubi Buugga *Bixiyeyaasha iyo Farmashiyeyaasha* si aad u ogaato haddii farmashiyaha xarunta daryeelka muddo dheer ah uu qayb ka yahay shabakadeena. Haddii aysan qayb ka ahayn ama haddii aad u baahan tahay macluumaad dheeri ah, la xiriir Adeegyada Xubinta.

F3. Haddii aad ku jirto barnaamij caafimaad ee guri ku xanaaneynta waayeelka ee ay ansixisay Medicare

Daawooyinka marna laguma dabooli karo isla waqti isku mid ah daryeelka guriga xanaanada lagu siiyo waayeelada iyo qorshaheenna.

- Waxaa laga yaabaa inaad ku jirto barnaamij guri ku xanaaneynta waayeelka ee Medicare oo aad u baahan tahay daawooyin gaar ah (tusaale ahaan, daawooyinka xanuunka, daawooyinka lidka lalabada, daawooyinka caloosha jilciya, ama daawooyinka lidka walaaca) kuwaas oo guri ku xanaaneyntaada ka ahaanta qofka waayeelka ah aanu daboolin sababtoo ah ma ahan kuwa la xiriira xaaladdaada dhimashada iyo cudurrada kale. Xaaladdan, qorshahayagu wuxuu u baahan yahay in bixiyahaaga ama adeegga bixiyahaaga goob ku xanaaneynta qofka waayeelka ah uu noo soo sheego in daawada aysan la xiriirin ka hor inta aanan daboolin daawada.
- Si looga fogaado dib-u-dhac ku yimaada helitaanka daawooyinka aan la xiriirin ee qorshahayagu waa inuu daboolaa, waxaad weydiisan kartaa bixiyahaaga hospice ama dhakhtarkaaga inay hubiyaan inaan haysanno ogeysiiska in daawada aysan la xiriirin ka hor inta aadan ka codsan farmashiyaha inuu buuxiyo daawadaada.

Haddii aad ka baxdo guriga lagu xanaaneeyo dadka waayeelka ah, qorshahayagu wuxuu daboolayaa dhammaan daawooyinkaaga. Si looga hortago dib-u-dhac kasta oo ku yimaada farmashiyaha marka faa'iidadaada guri ku xanaaneynta qofkaada waayeelka ah ee Medicare ay dhammaato, u qaado dukumeentiyada farmashiyaha si loo xaqiijiyo inaad ka baxday goobta xanaaneynta waayeelka.

Tixraac qeybaha hore ee cutubkan si aad wax uga ogaato daawooyinka qorshaheenna daboolo. Tixraac **Cutubka 4, Qaybta E**, ee *Buug-gacmeedkan Xubinka* wixii macluumaad dheeraad ah ee ku saabsan dheefta guri ku xanaaneynta waayeelka.

G. Barnaamijyada badbaadada daawooyinka iyo maareynta daawooyinka

G1. Barnaamijyada kaa caawinaya inaad si badbaado leh u isticmaasho daawooyinka

Markasta oo aad buuxiso daawo, waxaan eegnaa dhibaatooyinka suurtogalka ah, sida qaladaadka ama daawooyinka:

- loo malaynayo inaan loo baahnayn sababtoo ah waxaad qaadaneysaa daawo kale oo la mid ah oo shaqo isku mid ah qabata
- aan u badnayn in ay ku badbaado sababo la xiriira da'daada ama jinsigaaga
- kuu waxyeello geysan kara haddii aad qaadato isla mar
- leh walxo aad ka xasaasiyad leedahay ama laga yaabo inaad ka xasaasiyad leedahay
- leh qiyaaso aan badbaado lahayn oo ah daawooyinka xanuunka opioid.

Haddii aan helno dhibaato suurtogal ah oo ku saabsan isticmaalkaaga daawooyinka la qoro, waxaan la shaqeyn doonaa bixiyahaaga si aan u saxno dhibaatada.

G2. Barnaamijyada kaa caawinaya inaad maamusho daawooyinkaaga

Qorshahayagu wuxuu leeyahay barnaamij caawinaya xubnaha leh baahiyo caafimaad oo adag. Xaaladahaan, waxaa laga yaabaa inaad xaq u yeelato helitaanka adeegyo, adigoon wax lacag ah bixin, iyadoo loo marayo barnaamijka maaraynta daawooyinka (Medication Therapy Management, MTM). Barnaamijkan waa ikhtiyaari waana bilaash. Barnaamijkani wuxuu kaa caawinayaa adiga iyo bixiyahaaga inaad hubisaan in daawooyinkaagu ay shaqeeyaan si ay caafimaadkaaga u hagaajiyaan. Haddii aad u qalanto barnaamijka, farmashiistaha ama xirfadlaha kale ee caafimaad ayaa ku siin doona dib-u-eegis dhamaystiran oo ku saabsan dhammaan daawooyinkaaga wuxuuna kula hadli doonaa arrimahan soo socda:

- sida ugu wanaagsan ee aad uga faa'iideysan karto daawooyinka aad qaadato
- wax kasta oo aad ka walwalsan tahay, sida kharashyada daawooyinka iyo falcelinta daawooyinka
- sida ugu wanaagsan ee aad u qaadan karto daawooyinkaaga
- su'aalaha ama dhibaatooyinka aad qabto ee ku saabsan daawooyinka la qoro iyo kuwa aan la qorin.

Kadibna, waxay ku siin doonaan:

- Qoraal koobaya wadahadalka. Qoraalkaas wuxuu leeyahay qorshe ficil oo ku saabsan daawooyinka, oo kugula talinaya waxaad samayn karto si aad ugu isticmaasho daawooyinkaaga habka ugu fiican.
- Liis shaqsiyadeed oo ku saabsan daawooyinka aad qaadato, inta aad qaadato, goorta aad qaadato, iyo sababta aad u qaadato.
- Macluumaad ku saabsan sida loo tuuro daawooyinka la qoro ee ah walxo la xakameeyo si badbaado leh.

Waa fikrad fiican inaad la hadasho dhakhtarkaaga ku saabsan qorshahaaga ficilka iyo liiska daawooyinkaaga.

- Qaado qorshahaaga ficilka iyo liiskaaga daawooyinka markasta oo aad booqanayso dhakhtarkaaga, farmashiistaha, iyo bixiyeyaasha kale ee daryeelka caafimaadka.
- Qaado liiskaaga daawooyinka haddii aad aado isbitaalka ama qolka degdegga.

Barnaamijyada MTM waa ikhtiyaari waana bilaash xubnaha xaqa u leh. Haddii aan hayno barnaamij ku habboon baahiyahaaga, waxaan kuugu diiwaangelin doonaa barnaamijka oo waxaan kuu soo diri doonaa macluumaadka. Haddii aadan rabin inaad ka mid noqoto barnaamijka, na ogeysii, waana kaa saari doonaa.

Haddii aad qabtid wax su'aalo ah oo ku saabsan barnaamijyadan, la xiriir Adeegyada Xubinta ama isku-duwaha daryeelkaaga.

G3. Barnaamijka maareynta daawooyinka si badbaado leh loogu isticmaalo dawooyinka opioids

Qorshahayagu wuxuu leeyahay barnaamij ka caawiya xubnaha inay si badbaado leh u isticmaalaan daawooyinka opioid-ka la qoro iyo daawooyinka kale ee inta badan la qaldo. Barnaamijkan waxaa loogu yeeraa Barnaamijka Maareynta Daawooyinka (Drug Management Program, DMP).

Haddii aad isticmaasho dawooyinka opioid-ka oo aad ka hesho dhowr dhakhtar ama farmashiye, waxaa laga yaabaa inaan la xiriirno dhakhaatiirtaada si loo hubiyo in isticmaalkaaga daawada opiod-ka tahay mid ku habboon oo caafimaad ahaan lama huraan ah. Annagoo la shaqeynayna daawo qorahaaga, haddii aan go’aansanno in isticmaalkaaga dawooyinka opioid-ka ama benzodiazepine uusan ammaan ahayn, waxaa laga yaabaa inaan xaddidno sida aad ku heli karto dawooyinkaas. Xaddidaadaha waxay ka koobnaan karaan:

- Ku qasbid inaad hesho dhammaan **daawooyinkaaga farmashiye** gaar ah iyo/ama **bixiye gaar ah**
- **Xaddidaya inta daawo** ee aanu kuu daboolno

Haddii aan u malayno in mid ama ka badan xaddidaadahaas ay khusayaan adiga, waxaan kuu soo dirnaa warqad digniin ah. Warqadda waxay kuu sheegi doontaa haddii aan xaddidno daboolidda daawooyinkan adiga, ama haddii lagugu qasbi doono inaad kaliya hesho daawooyinka noocaan ah oo ka yimid bixiye ama farmashiye gaar ah.

Waxaad heli doontaa fursad aad noogu sheegto bixiyeyaasha ama farmashiyada aad doorbideyso inaad isticmaasho iyo wax kasta oo macluumaad ah oo aad u malayneyso inay muhiim yihiin inaan ogaano. Haddii aan go’aansano inaan xaddidno daboolidaada daawooyinkan kadib markii aad ka jawaabto, waxaan kuu soo diri doonnaa warqad kale oo xaqiijinaysa xaddidaadaha.

Haddii aad u maleyso inaan qalad sameynay, ama aadan ku raacsaneyn inaad halis ugu jirto qaladka isticmaalka daawooyinka la qoro, adiga iyo bixiyahaagu waxaad codsan kartaan rafcaan. Haddii aad rafcaan samayso, waxaan dib-u-eegi doonaa kiiskaaga oo waxaan ku siin doonnaa go’aankeena. Haddii aan sii diidno qayb ka mid ah rafcaankaaga ee ku saabsan xaddidaadda helitaanka daawooyinkan, waxaan si toos ah u diri doonnaa kiiskaaga Hay'adda Dib-u-eegista Madaxa Bannaan (Independent Review Organization, IRO). (Si aad wax badan uga barato rafcaannada iyo Hay’adda Dib-u-eegista Madaxbannaan (IRO), tixraac **Cutubka 9, Qaybta E**, ee *Buug-gacmeedka Xubinka*.)

DMP-ga wuxuu laga yaabaa inuusan ku khusayn adiga haddii aad:

- Qabtid xaalado caafimaad gaar ah, sida kansarka ama cudurka sickle cell,
- Helayso daryeel guri ku xanaaneynta qofka waayeelka ah, daryeel xanuun dhimashada sababi doona, ama daryeelka qofka ku jira gabagabada noloshooda. **ama**
- ku nooshahay xarun daryeel muddo dheer ah.

**BOGGAAN
SI ULA KAC AH
AYAA LOOGA TAGAY**

Cutubka 6: Wixii aad ku bixiso daawooyinkaaga dhakhtarku qoro ee Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka

Hordhac

Cutubkan wuxuu ka hadlayaa wixii aad bixiso ee ku saabsan daawooyinka laguu qoro ee ka bukaan-socod ahaan Markaan leenahay "daawooyin," waxaan ula jeednaa:

- Daawooyinka la qoro ee Medicare Qaybta D, **iyo**
- Daawooyinka iyo alaabada lagu daboolay oo hoos yimaada Kaalmada Caafimaadka, **iyo**
- Daawooyinka iyo alaabada lagu daboolay qorshahayaga oo ah dheefo dheeraad ah.

Maadaama aad u qalanto Kaalmada Caafimaadka, waxaad ka helaysaa "Caawin Dheeraad ah" oo ka socota Medicare si ay kaaga caawiso bixinta kharashaadka daawooyinka laguu qoro Medicare Qaybta D.

> **Caawinta Dheeraadka** ah waa barnaamijka Medicare oo ka caawiya dadka dakhliga iyo ilaha dhaqaale ee xaddidan inay dhimaan kharashaadka daawooyinka laguu qoro Medicare Qaybta D, sida khidmad ceymiseedka joogtada ah, wax ka jaritaanada, iyo ceymis wadaaga go'an. Caawinta Dheeraadka ah waxaa sidoo kale loo yaqaan "Kaalmada Dadka Hela Dakhliga Yar," ama "LIS."

Erayada kale ee muhiimka ah iyo qeexitaankoodu waxay u soo baxayaan siday u kala horreeyeen alifbeetada cutubka u dambeeya ee *Buug-gacmeedka Xubinka*.

Si aad wax badan uga barato daawooyinka la qoro, waxaad ka eegi kartaa meelahaan:

- *Liiskayaga Daawooyinka la Caymiyay*.
  - Waxaan u naqaan "Liiska Daawooyinka." Waxay kuu sheegaysaa:
    - » Daawooyinka aan bixino
    - » Haddii xaddidaadyo ku jiraan daawooyinka
  - Haddii aad u baahan tahay nuqulka Liiska Daawooyinka, wac Adeegyada Xubinka. Waxaad sidoo kale ka heli kartaa nuqulkii ugu dambeeyay ee Liiska Daawooyinka boggayaga internetka ee www.mnscha.org.
- **Cutubka 5** ee *Buug-gacmeedkan Xubinka*.
  - Waxay kuu sheegaysaa sida loo helo daawooyinka laguu qoro ee dibadda loo siiyo adigoo adeegsanaya qorshahayaga.
  - Waxay ku jiraan xeerarka ay tahay inaad raacdo. Waxay sidoo kale kuu sheegaysaa noocyada daawooyinka laguu qoro ee qorshahayagu aanu daboolin.
  - Markaad isticmaasho qalabka qorshaha "Qalabka Faa'iidada Waqtiga-Dhabta ah" si aad ugu raadiso daboolka daawooyinka (ka eeg **Cutubka 5, Qaybta B2**), kharashka lagu tusay waa "waqti-dhab ah" taasoo la micno ah in kharashka lagu tusay qalabka uu ka tarjumayo wakhti go'an si loo siiyo qiyaas kharashyada lagaa doonayo inaad bixiso. Waxaad sidoo kale wici kartaa koornaydkaaga daryeelka ama Adeegyada Xubinka wixii macluumaad dheeraad ah.
- Bixiyaheena *iyo Tusaha Farmashiga*.
  - Xaaladaha badankood, waa inaad isticmaashaa farmashiga shabakadda si aad u hesho daawooyinkaaga la caymiyay. Farmashiyeyaasha shabakadda waa farmashiyeyaasha naga ogolaaday inay nala shaqeeyaan.
  - Bixiyeyaasha *iyo Tusaha Farmashiga* wuxuu leeyahay liiska farmashiyeyaasha shabakadda. Ka eeg **Cutubka 5, Qaybta A,** ee *Buug-gacmeedkan Xubinka* wixii macluumaad dheeraad ah ee ku saabsan farmashiyeyaasha shabakadda.

Jadwalka Tusmooyinka91

A. *Sharraxaada Dheefaha (Explanation of Benefits,* EOB)..91
B. Sida loola socdo kharashaadka daawooyinkaaga 91
B1. Isticmaal Kaarkaaga Aqoonsiga Xubinta 91
B2. Hubi in aan haysanno macluumaadka aan u baahanahay................................. 91
B3. Noo soo dir macluumaad ku saabsan lacagaha dadka kale kuu bixiyeen........... 92
B4. Eeg EOB-yada aan kuu soo dirno. 92
C. Waxaadna waxba bixinayn sahayda daawooyinka ee aad isticmaaleyso bil ama muddo dheer 92
C1. Helitaanka sahay daawo ah oo aad isticmaaleyso muddo dheer 92
D. Tallaalada 93
D1. Waxa aad u baahan tahay inaad ogaato ka hor inta aadan tallaal qaadan 93

A. *Sharraxaada Dheefaha (Explanation of Benefits,* EOB)

Qorshahayagu wuxuu ilaaliyaa daawooyinka laguu qoro. Waxaan la soconaa laba nooc oo kharashaad ah:

- Kharashaadkaaga **aad ka bixiso jeebka**. Tani waa lacagta adiga ama kuwa kale oo adiga ku matalaya ay bixiyaan si aad u hesho daawooyinkaaga. Tani waxay ku jiraan wixii aad bixiso markaad hesho daawo daboolan Qaybta D, wixii lacag bixin ah oo daawooyinkaaga loo bixiyay qoyska ama saaxiibbada, iyo wixii lacag ah oo Medicare, qorshayaasha caafimaadka shaqaalaha ama ururka, Adeegga Caafimaadka Hindida, barnaamijyada AIDS-ka ee taageeridda daawooyinka, samafalka, iyo barnaamijyada Caawinta Dawada ee Gobollada bixiya (State Pharmaceutical Assistance Programs, SPAPs).
- Kharashaadka **guud ee daawooyinkaaga**. Tani waa isku darka dhammaan lacagaha lagu bixiyay daawooyinkaaga daboolan ee Qaybta D. Waxaa ku jira waxa qorshaha bixiyay, iyo wixii barnaamijyo kale ama ururo bixiyeen ee ku saabsan daawooyinkaaga daboolan ee Qaybta D.

Markaad hesho daawooyinka laguu qoro adoo adeegsanaya qorshahayaga, waxaan kuu soo dirnaa warbixin loo yaqaan *Faahfaahinta Dheefaha*. Waxaan si gaaban u naqaan EOB. EOB ma ahan biil. EOB waxay leedahay macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan daawooyinka aad qaadato. EOB waxaa ku jira:

- **Macluumaadka bishii hore.** Warbixintu waxay sheegaysaa daawooyinka laguu qoray ee bishii hore. Waxay muujinaysaa kharashaadka guud ee daawooyinka, wixii aan bixinnay, iyo wixii adiga iyo kuwa kale oo kuu bixiyay bixiyeen.
- **Macluumaadka "bilawga-sannadka-ilaa-hadda".** Tani waa kharashaadkaaga guud ee daawooyinka iyo dhammaan lacagaha la bixiyay laga bilaabo Janaayo 1.
- **Macluumaadka qiimaha daawooyinka.** Tani waa qiimaha guud ee daawada iyo wixii isbeddel ah ee ku dhacay qiimaha daawada tan iyo markii ugu horreysay ee la qoro.
- **Ikhtiyaarrada qiimaha jaban.** Markay jirto, waxay ku soo muuqdaan warbixinta hoosta daawooyinka aad hadda qaadanayso. Waxaad kala hadli kartaa daawadayaashaada si aad wax badan uga ogaato.

Waxaan bixinaynaa daboolidda daawooyinka aan Medicare daboolin.

- Si aad u ogaato dawooyinka uu qorshahayagu daboolayo, ka eeg Liiska Daawooyinka. Marka laga soo tago dawooyinka Medicare daboolay, qaar ka mid ah dawooyinka dhakhtarku qoro iyo kuwa farmashiyaha laga helo ayaa lagu daboolay Kaalmada Caafimaadka. Daawooyinkaas waxay ku jiraan Liiska Daawooyinka.

B. Sida loola socdo kharashaadka daawooyinkaaga

Si aad u ilaaliso kharashaadka daawooyinkaaga iyo lacagaha aad bixiso, waxaan adeegsanaa diiwaanno aan ka helno adiga iyo farmashiyahaaga. Sidan ayaad nagu caawin kartaa:

B1. Isticmaal Kaarkaaga Aqoonsiga Xubinta.

Muuji Kaarkaaga Aqoonsiga Xubinta markasta oo aad hesho dawo laguu qoray. Tani waxay naga caawisaa inaan ogaanno dawooyinka aad qaadato iyo waxa aad bixisay.

B2. Hubi in aan haysanno macluumaadka aan u baahanahay.

Noo keen nuqulada rasiidhada daawooyinka laguu daboolay ee aad iska bixisay. Waxaad naga codsan kartaa inaan lacagta daawada kuu celinno.

Waa kuwan xaaladaha aad nuqulada rasiidhadaada na siin karto:

- Markaad iibsato daawo caymis ku jirta farmashiye shabakad ah qiimo gaar ah ama adoo isticmaalaya kaar qiimo dhimista ah oo aan qayb ka ahayn faa'iidooyinka qorshahayaga

- Markaad bixiso lacag qayb ah oo loogu talagalay dawooyinka barnaamijka gargaarka bukaanka ee shirkadda daawooyinka
- Markaad iibsato daawo caymis ku jirta farmashiye ka baxsan shabakadda
- Markaad si buuxda u bixiso qiimaha daawo caymis ku jirta

Wixii macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan codsashada lacag celin, ka eeg **Cutubka 7, Qaybta A,** ee *Buug-gacmeedka Xubinka*.

B3. Noo soo dir macluumaad ku saabsan lacagaha dadka kale kuu bixiyeen.

Lacagaha ay bixiyeen dad kale iyo ururo gaar ah waxay sidoo kale ka mid noqonayaan kharashaadkaaga jeebka ka baxa. Tusaale ahaan, lacagaha ay bixiyeen barnaamijyada AIDS-ka ee taageerada dawooyinka (ADAP), Adeegga Caafimaadka Hindida, iyo samafallada badankood waxay ka mid noqonayaan kharashaadkaaga jeebka ka baxa.

B4. Eeg EOB-yada aan kuu soo dirno.

Markaad EOB ku hesho boostada, fadlan hubi inuu dhammeystiran yahay oo sax yahay.

- **Ma aqoonsan tahay magaca farmashiyaha?** Hubi taariikhaha. Ma qaadatay dawo maalintaas?
- **Ma qaadatay dawooyinka ku qoran?** Ma u dhigmaan kuwa ku qoran rasiidhadaada? Ma u dhigmaan dawooyinka uu dhakhtarku kuu qoray?

Wixii macluumaad dheeraad ah, waxaad wici kartaa Adeegyada Xubinta AbilityCare ama waxaad ka akhrisan kartaa *Buug-gacmeedka Xubinta AbilityCare.* Waxaad sidoo kale ka arki kartaa *Buug-gacmeedkan Xubinka* gudaha boggeena interneetka **www.mnscha.org**.

Haddii aad qaladaad ku aragto warbixintan, maxaa la sameynayaa?

Haddii wax ku wareersan yahay ama wax aan sax ahayn ka muuqdo EOB, fadlan nala soo xiriir Adeegyada Xubinta AbilityCare.

Ka waran suurtogalnimada khiyaanada?

Haddii warbixintani ay muujiso dawooyin aadan isticmaalin ama wax kale oo kugu muuqda mid aan sax ahayn, fadlan nala soo xiriir.

- Nala soo xiriir Adeegyada Xubinta AbilityCare.
- Ama, ka wac Medicare 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). Isticmaalayaasha TTY waa inay wacaan 1-877-486-2048. Waxaad wici kartaa nambaradan bilaashka ah, 24 saacadood maalintii, 7 maalmood todobaadkii.

Haddii aad u maleyso in wax qalad yahay ama maqanyahay, ama haddii aad su'aalo qabtid, wac Adeegyada Xubinta. Xafido EOB-yadan. Waxay yihiin diiwaanno muhiim ah oo ku saabsan kharashaadkaaga daawooyinka.

C. Waxaadna waxba bixinayn sahayda daawooyinka ee aad isticmaaleyso bil ama muddo dheer

Iyadoo la adeegsanayo qorshahayaga, waxaad waxba bixinayn daawooyinka laguu caymiyay inta aad raacdo xeerarkeena.

C1. Helitaanka sahay daawo ah oo aad isticmaaleyso muddo dheer

aar ka mid ah daawooyinka, waxaad heli kartaa kayd muddo dheer ah (oo sidoo kale loo yaqaan "sahay muddo dheer") marka laguu buuxiyo dawo. Sahayda muddada dheer ah wuxuu noqon karaa ilaa sahay la isticmaalayo ilaa 90 maalmood. Kharash laguma saaro sahay daawo oo muddo dheer aad isticmaaleyso.

Faahfaahinta halka iyo sida loo helo kayd muddo dheer ah, ka eeg **Cutubka 5** ee *Buug-gacmeedka Xubinka* ama *Bixiyaheena iyo Tusaha Farmashiga*.

D. Tallaalada

Farriin Muhiim ah oo ku saabsan Wixii Aad Ka Bixinayso Tallaalada: Qaar ka mid ah tallaalada waxaa loo tixgeliyaa inay yihiin faa'iidooyin caafimaad oo lagu daboolay Medicare Qaybta B. Tallaalo kale waxaa loo tixgeliyaa inay yihiin dawooyinka Medicare Qaybta D. Waxaad tallaaladan ka heli kartaa *Liiska Daawooyinka Daboolan ee qorshaha* (Formulary). Qorshahayagu wuxuu daboolaa tallaalada Medicare Qaybta D ee dadka waaweyn badankood adigoon wax kharash ah bixin. Ka eeg *Liiska Daawooyinka Daboolan ee qorshaha (*Formulary) ama la xiriir Adeegyada Xubinta wixii faahfaahin dheeraad ah oo ku saabsan daboolka iyo kharashaadka tallaalada gaarka ah.

Waxaa jira laba qaybood oo daboolidda tallaalada Medicare Qaybta D ah:

1. Qaybta ugu horreysa ee daboolidda waa kharashka **tallaalka laftiisa**. Tallaalku waa dawo la qoray.

2. Qaybta labaad ee daboolidda waa kharashka **tallaalka lagu siinayo**. Tusaale ahaan, mararka qaar waxaa laga yaabaa in tallaalka lagu siiyo irbad uu dhakhtarku ku siiyo.

D1. Waxa aad u baahan tahay inaad ogaato ka hor inta aadan tallaal qaadan.

Waxaan kugula talineynaa inaad wacdo Adeegyada Xubinta haddii aad qorsheynayso inaad tallaal qaadato.

- Waxaan kuu sheegi karnaa sida qorshahayagu u daboolo tallaalkaaga.
- Waxaan kuu sheegi karnaa sida aad kharashaadkaaga u yareyn karto adoo adeegsanaya farmashiyeyaasha iyo bixiyeyaasha shabakadda. Farmashiyeyaasha iyo bixiyeyaasha shabakadda waxay ogolaadeen inay la shaqeeyaan qorshahayaga. Bixiye shabakad ah wuxuu la shaqeeyaa annaga si loo hubiyo inaad wax kharash ah horey u bixineyn tallaalka Medicare Qaybta D.

BOGGAAN
SI ULA KAC AH
AYAA LOOGA TAGAY

Cutubka 7: Inaad naga codsato bixinta biil ku saabsan adeegyada ama dawooyinka la caymiyay

Hordhac

Cutubkan wuxuu ku sheegayaa sida iyo goorta aad noogu soo dirto biil si aad u codsato bixinta lacagta. Sidoo kale wuxuu kuu sheegayaa sida loo sameeyo rafcaan haddii aadan ku qanacsanayn go’aanka daboolista. Erayada muhiimka ah iyo qeexitaankoodu waxay u soo muuqan doonaan siday ugu kala horreeyeen alifbeetada cutubka u dambeeya ee *Buug-gacmeedka Xubinka*.

Jadwalka Tusmooyinka

A. Inaad naga codsato bixinta biilka adeegyadaada ama dawooyinkaada................96
B. Soo diridda codsi lacag bixin ah 98
C. Go’aamada daboolista 98
D. Rafcaan 99

A. Inaad naga codsato bixinta biilka adeegyadaada ama dawooyinkaada

Bixiyeyaashayada shabakadda waa inay qorshaha ugu diraan biilka adeegyadaada iyo dawooyinka daboolan kadib markaad hesho. Bixiye shabakadeed waa bixiye ka shaqeeya qorshaha caafimaadka.

Ma oggolaanayno bixiyeyaasha AbilityCare inay kuugu soo diraan biil ku saabsan adeegyadan ama dawooyinkan. Waxaan bixiyeyaashayada si toos ah ugu bixinnaa lacagtooda, waxaanan kaa ilaalinnaa kharash walba oo suurtagal ah.

Haddii aad hesho biil ku saabsan adeegyada caafimaadka ama dawooyinka, ha bixin biilka oo noo soo dir. Si aad noogu soo dirto biilka, eeg **Qaybta B**.

- Haddii aan daboolno adeegyada ama dawooyinka, waxaan si toos ah u bixin doonaa bixiyaha.
- Haddii aan daboolno adeegyada ama dawooyinka oo aad horey u bixisay biilka, waa xaqaaga in lacagta lagugu celiyo.
  - » Haddii aad bixisay adeegyo ay dabooshay Medicare, waxaan dib kugu soo celin doonaa lacagta.
  - » Haddii aad bixisay adeegyo daboolan Kaalmada Caafimaadka, annagu lacagta kuguma celin karno, laakiin bixiyaha ayaa ku celin doona. Adeegyada Xubinta ama isku-duwaha daryeelkaaga ayaa kaa caawin kara inaad la xiriirto xafiiska bixiyaha. Eeg hoosta boggan si aad u hesho lambarka Adeegyada Xubinta.
- Haddii aanan daboolin adeegyada ama dawooyinka, waan kuu sheegi doonaa.

La xiriir Adeegyada Xubinta ama isku-duwaha daryeelkaaga haddii aad wax su'aalo ah qabtid. Haddii aad hesho biil oo aadan garanayn waxa laga sameeyo, waan ku caawin karnaa. Waxaad sidoo kale soo wici kartaa haddii aad rabto inaad na siiso macluumaad ku saabsan codsi lacag bixin ah oo aad horey noogu soo dirtay.

Halkan waxaa ku qoran tusaalooyin xaalado ah oo aad u baahan karto inaad naga codsato lacag celin ama bixinta biil aad heshay:

FIIRO GAAR AH: Haddii adeeg uu daboolay Kaalmada Caafimaadka , ma oggolin bixiyeyaasha AbilityCare inay kuugu soo diraan biil adeegyadaas. Waxaan bixiyeyaashayada si toos ah ugu bixinnaa lacagtooda, waxaanan kaa ilaalinnaa kharash walba oo suurtagal ah. Tani waa sax xitaa haddii aan bixiyaha siinno lacag ka yar inta uu bixiyaha dalbado. Haddii aad bixisay kharashka adeeg aad u malaynayso inaanu daboolnay, la xiriir Adeegyada Xubinta ee lambarka ku yaal hoosta boggan.

1. **Marka aad hesho daryeel caafimaad oo degdeg ah ama muhiim ah oo ka yimid bixiye aan shabakadda ku jirin**

   Bixiiyaha ka codso inuu noo soo diro biilka.

   - Haddii aad bixiso lacagta oo dhan markii aad adeegga hesho, naga codso inaan lacagta lagugu celiyo. Noo soo dir biilka iyo caddaynta lacag kasta oo aad bixisay.
   - Waxaa laga yaabaa inaad hesho biil ka yimid bixiye ku dalbanaya lacag aad u malaynayso inaadan ku lahayn. Noo soo dir biilka iyo caddaynta lacag kasta oo aad bixisay.
     - » Haddii bixiyaha loo baahan yahay in la siiyo lacag, waxaan si toos ah u siin doonaa bixiyaha.
     - » Haddii aad horeyba u bixisay lacagta adeegyo daboolan Medicare, waxaan lagugu celin doonaa lacagta.

2. **Marka bixiye shabakadeed uu kuugu soo diro biilka**

   Bixiyeyaasha shabakadda waa inay mar walba noo soo diraan biilka. Waa muhiim inaad soo bandhigto Kaarka Aqoonsigaaga Xubin markaad hesho adeegyo ama dawooyin. Laakiin mararka qaarkood way khaldaan oo waxay ku weydiiyaan inaad bixiso adeegyadii aad heshay ama wax ka badan qaybtaada kharashaadka. **La xiriir Adeegyada Xubinta** ee lambarka ku yaal hoosta boggan **haddii aad hesho wax biil ah.**

   - Maaddaama aan bixinno dhammaan kharashaadka adeegyadii aad heshay, adiga mas'uul kama tihid inaad wax kharash ah bixiso. Bixiyeyaashu waa inay kuugu soo dirin wax biil ah adeegyadan.
   - Mar kasta oo aad hesho biil ka yimid bixiye shabakadeed, noo soo dir biilka. Waxaan si toos ah ula xiriiri doonaa bixiyaha oo waxaan xallin doonaa dhibaatada.

- Haddii aad hore u bixisay biil ka yimid bixiye shabakadeed oo ku saabsan adeegyo Medicare ah, noo soo dir biilka iyo caddaynta lacagta aad bixisay. Waxaan kuugu celin doonaa lacagta adeegyadii lagugu daboolay.

3. Haddii lagugu daro qorshahaaga dib ugu noqosho

Mararka qaarkood, ku biiritaankaada qorshaha waxaa lagu samayn karaa dib ugu noqosho. (Tani waxay ka dhigan tahay in maalintii ugu horreysay ee ku biiristaadu ay dhaaftay. Xitaa waxay noqon kartaa sanadkii hore.)

- Haddii lagugu diiwaan geliyey si dib-u-dhac ah oo aad bixisay biil ka dib taariikhda isdiiwaangelinta, waxaad na waydiisan kartaa inaan dib kuugu soo celino.
- Noo soo dir biilka iyo caddaynta lacag kasta oo aad bixisay.

4. Marka aad isticmaasho farmashiye aan shabakadda ku jirin si daawo laguu soo qoray laguugu buuxiyo.

Haddii aad isticmaasho farmashiye aan shabakadda ku jirin, waxaad bixinaysaa dhammaan kharashka dawo qoristaada.

- Kaliya xaalado yar, ayaan dabooli doonnaa dawooyinka laga qaato farmashiyeyaasha aan shabakadda ku jirin. Noo soo dir nuqul ka mid ah rasiidkaaga markaad naga codsato inaan lacagta lagugu celiyo.
- Fadlan tixraac **Cutubka 5** ee *Buug-gacmeedkan Xubinta* si aad wax badan uga ogaato farmashiyeyaasha aan shabakadda ku jirin.
- Waxaa laga yaabaa inaan dib kuugu soo celinin lacagta ah farqiga u dhaxaysa inta aad ka bixisay dawooyinka farmashiyaha aan shabakadda ku jirin iyo inta aan ku bixin lahayn farmashiyaha shabakadda.

5. Haddii aadan haysanin Kaarka Aqoonsigaaga Xubinta, waxaad ka codsan kartaa farmashiyaha inuu naga soo waco ama uu fiiriyo macluumaadka qorshahaaga ku biiritaanka.

Haddii farmashiyaha uusan helin macluumaadka isla markiiba, waxaa laga yaabaa inaad bixiso dhammaan kharashka dawooyinka ama aad dib ugu noqoto farmashiyaha iyadoo aad wadato Kaarkaaga Aqoonsiga Xubinta.

- Haddii farmashiyahu aanu isla markiiba heli karin macluumaadka, waxa laga yaabaa inaad adigu iska bixiso kharashka daawada oo dhan ama aad ku soo noqoto farmashiyaha adigoo wata kaarka aqoonsiga xubinimada.
- Noo soo dir nuqul ka mid ah rasiidkaaga markaad naga codsato inaan lacagta lagugu celiyo.
- Lacagta oo dhan oo aad bixisay ma soo celin karno haddii qiimaha aad bixisay uu ka badan yahay qiimaha aan ka wada-xaajoonay ee daawo qorista.

6. Marka aad bixiso dhammaan kharashka dawo aan la daboolin.

Waxaa laga yaabaa inaad bixiso dhammaan kharashka dawooyinka sababtoo ah dawadu ma daboolna.

- Dawadu waxaa laga yaabaa inay ka maqan tahay *Liiskayaga Dawooyinka* Daboolan (Liiska Daawooyinka) ee ku jira boggayaga internetka, ama waxay leedahay shuruud ama xaddidaad aadna garanaynin ama aadan u malayn inay adiga ku khusayso. Haddii aad go'aansato inaad qaadato dawada, waxaa laga yaabaa inaad bixiso dhammaan kharashka.
  - Haddii aadan bixin dawada laakiin aad u malaynayso inaan dabooli lahayn, waxaad codsan kartaa go'aan daboolid (tixraac **Cutubka 9, Qaybta G4,** ee *Buug-gacmeedkan Xubinta*).
  - Haddii adiga iyo dhakhtarkaaga ama qofka dawo qoraha ah aad u malaysaan inaad u baahan tahay dawada isla markiiba (gudaha 24 saacadood), waxaad codsan kartaa go'aan degdeg ah oo daboolid ah (tixraac **Cutubka 9, Qaybta F4,** ee *Buug-gacmeedkan Xubinta*).
- Noo soo dir nuqul ka mid ah rasiidkaaga markaad naga codsato inaan lacagta lagugu celiyo. Xaaladaha qaarkood, waxaa laga yaabaa inaan u baahanno macluumaad dheeraad ah oo ka imanaya dhakhtarkaaga ama qofka dawo qoraha ah si aan lacagta lagugu celiyo. Ma soo celin karno dhammaan lacagta aad bixisay haddii qiimaha aad bixisay uu ka badan yahay qiimaha wada-hadalkayaga ee dawooyinka.

Marka aad noo soo dirto codsi lacag bixin, waan eegi doonnaa oo go’aansan doonnaa haddii adeegga ama dawadu ay dabooli karaan. Tan waxaa loo yaqaan “go’aanka daboolista.” Haddii aan go’aanno in adeegga ama dawadu ay dabooli karaan, waan bixin doonnaa.

Haddii aan diidno codsigaaga lacag bixinta, waxaad sameyn kartaa rafcaan go’aankayaga. Si aad u barato sida loo sameeyo rafcaan, tixraac **Cutubka 9, Qaybta G5,** ee *Buug-gacmeedkan Xubinta*.

B. Soo diridda codsi lacag bixin ah

Ma oggolaanayno bixiyeyaasha AbilityCare inay kuugu soo diraan biil adeegyada. Waxaan bixiyeyaashayada si toos ah ugu bixinnaa lacagtooda, waxaanan kaa ilaalinnaa kharash walba oo suurtagal ah.

Adigu ma ahan inaad bixiso biilka naftaada. Noo soo dir biilka. Waxaad sidoo kale ka codsan kartaa isku-duwaha daryeelkaaga inuu ku caawiyo. Tixraac **Qaybta A** ee cutubkan ama **Cutubka 9, Qaybta F5**.

Noo soo dir biilkaaga iyo caddaynta lacagta aad bixisay adeegyada Medicare, ama na soo wac. Caddaynta lacag bixinta waa nuqul ka mid ah jeegga aad qortay ama rasiidka bixiyaha. **Waa fikrad wanaagsan inaad nuqulo ka dhigato biilkaaga iyo rasiidyadaada oo aad kaydsato.** Waxaad ka codsan kartaa isku-duwaha daryeelkaaga inuu ku caawiyo.

Haddii aad codsanayso lacag bixin dawooyin qoris ah, waxaad buuxin kartaa foomka sheegashada dawooyinka si aad u samayso codsiga lacag bixinta.

- Looguma baahna inaad isticmaasho foomka, laakiin waxay naga caawisaa inaan macluumaadka ka baaraandegno si dhakhso ah.
- Waxaad ka heli kartaa foomka sheegashada dawooyinka boggayaga www.mnscha.org, ama waxaad wici kartaa Adeegyada Xubinta oo aad codsan kartaa foomka.

Ku soo dir codsigaaga lacag bixinta oo ay wehliyaan biilasha ama rasiidyada cinwaankan:

South Country Health Alliance
6380 West Frontage Road
Medford, MN 55049
Ama, Fakis ku dir:
1-507-431-6328

C. Go’aamada daboolista

Markaan helno codsigaaga lacag bixinta, waxaan samayn doonnaa go'aan daboolid. Tani waxay ka dhigan tahay inaan go'aaminno haddii qorshaheenna uu daboolayo adeeggaaga, shaygaaga, ama dawadaada. Waxaan sidoo kale go'aaminaynaa qadarka lacagta, haddii ay jirto, ee ay tahay inaad bixiso.

- Waxaan ku ogeysiin doonnaa haddii aan u baahanno macluumaad dheeraad ah adiga.
- Haddii aan go'aaminno in qorshaheenna uu daboolayo adeegga, shayga, ama dawada oo aad raacday dhammaan xeerarka helitaanka, waan bixin doonnaa. Haddii aad horey u bixisay adeegga ama dawada, waxaan ku soo diri doonnaa jeeg lacagta aad bixisay. Haddii aad bixisay dhammaan kharashka dawada, waxaa laga yaabaa inaan laguu soo celin dhammaan lacagta aad bixisay (tusaale ahaan, haddii aad dawada ka soo qaadatay farmashiye aan shabakadda ku jirin ama qiimaha lacagta aad bixisay uu ka sarreeyo qiimaha wada-hadalkayaga). Haddii aadan bixin lacagta, waxaan si toos ah u siin doonnaa bixiyaha.

Cutubka 3, Qaybta B, ee *Buug-gacmeedkan Xubinta* wuxuu sharxayaa xeerarka lagu daboolayo adeegyadaada. **Cutubka 5, Qaybta A,** ee *Buug-gacmeedkan Xubinta* wuxuu sharxayaa xeerarka lagu daboolayo dawooyinka Medicare Qaybta D.

- Haddii aan go'aanno inaanan bixin adeegga ama daawada, waxaan kuugu soo diri doonnaa warqad sharaxaysa sababaha. Warqadda sidoo kale waxay sharxaysaa xuquuqdaada inaad rafcaan samayso.
- Si aad wax badan uga barato go'aamada daboolista, tixraac **Cutubka 9, Qaybta E**.

D. Rafcaan

Haddii aad u malaynayso inaan khalad ka galnay diidista codsigaaga lacag bixinta, waxaad naga codsan kartaa inaan go’aanka beddelno. Tan waxaa loo yaqaan “samaynta rafcaan.” Waxaad sidoo kale rafcaan ka samayn kartaa haddii aadan ku qanacsanayn qadarka aan bixinno.

Hannaanka rafcaanka rasmiga ah wuxuu leeyahay habraacyo faahfaahsan iyo waqti xaddidan. Si aad wax badan uga barato rafcaanka, tixraac **Cutubka 9** ee *Buug-gacmeedkan Xubinta*:

- Si aad rafcaan uga samayso lacag celin ku saabsan adeeg caafimaad, tixraac **Qaybta F.**
- Si aad rafcaan uga samayso lacag celin dawo, tixraac bogga **Qaybta G.**

BOGGAAN
SI ULA KAC AH
AYAA LOOGA TAGAY

Cutubka 8: Xuquuqdaada iyo waajibaadkaaga

Hordhac

Cutubkan waxaa ku jira xuquuqdaada iyo waajibaadkaaga xubin ahaan ee qorshaheenna. Waa inaanu ixtiraamnaa xuquuqdaada. Erayada muhiimka ah iyo qeexitaankoodu waxay u soo muuqan doonaan siday ugu kala horreeyeen alifbeetada cutubka u dambeeya ee *Buug-gacmeedka Xubinka*.

Jadwalka Tusmooyinka

A. Xuquuqdaada inaad hesho adeegyo iyo macluumaad si waafaqsan baahiyahaaga 102

B. Waajibaadkayaga inaan hubinno inaad si degdeg ah u hesho adeegyada iyo dawooyinka daboolan 102

C. Waajibaadkayaga inaan ilaalinno macluumaadkaaga caafimaad ee shakhsiyeed (personal health information, PHI) 103

C1. Sida aan u ilaalinno PHI-gaaga 103

C2. Xuquuqdaada inaad aragto diiwaankaaga caafimaad 103

D. Waajibaadkayaga inaan ku siino macluumaad 103

E. Bixiyeyaasha shabakadda oo aan awoodin inay ku si toos ah biil kuu soo diraan 104

F. Xuquuqdaada inaad ka baxdo qorshaheenna 104

G. Xuquuqdaada inaad go'aan ka gaarto daryeelkaaga caafimaad 105

G1. Xuquuqdaada inaad ogaato doorashooyinka daawaynta oo aadna go'aan ka gaarto 105

G2. Xuquuqdaada inaad sheegto waxa aad rabto in dhaco haddii aad awoodi weydo inaad go'aan ka gaarto daryeelkaaga caafimaad. 105

G3. Waxa la sameeyo haddii tilmaamahaaga aan la raacin 106

H. Xuquuqdaada inaad cabasho samayso oo naga codsato inaan dib u eegno go'aannada 106

H1. Waxa laga sameeyo haddii lagula dhaqmo si aan caddaalad ahayn ama si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan xuquuqdaada 106

I. Xuquuqdaada iyo waajibaadkaaga xubin ahaan ee qorshaha 106

A. Xuquuqdaada inaad hesho adeegyo iyo macluumaad si waafaqsan baahiyahaaga

Waa inaan hubinno in **dhammaan** adeegyada lagu siiyo si xirfad leh oo waafaqsan dhaqankaaga iyo si fudud loo heli karo. Waa inaan kuugu sheegno faa'iidooyinka qorshaheenna iyo xuquuqdaada qaab aad si fudud u fahmi karto. Waa inaan sanad kasta kuu sheegno xuquuqdaada inta aad ku jirto qorshaheenna.

- Si aad u hesho macluumaad qaab aad fahmi karto, wac isku-duwaha daryeelkaaga ama Adeegyada Xubinta. Qorshaheenna wuxuu leeyahay adeegyo turjubaan oo bilaash ah si loogu jawaabo su'aalaha luqado kala duwan.
- Qorshaheenna wuxuu sidoo kale ku siin karaa agab qaabab kala duwan sida daabacaad waaweyn, braille, ama cod. Si aad u hesho agab qaab kale ah oo ka mid ah kuwaan, fadlan wac Adeegyada Xubinta ama u qor: South Country Health Alliance 6380 W Frontage Rd, Medford, MN 55049.
- Si aad u samayso ama aad u bedesho codsiga joogtada ee aad ku helayso dukumeentigan, hadda iyo mustaqbalka, oo ku qoran luuqad aan Ingiriisi ahayn ama isagoo qaab kale u qoran, Adeegyada Xubinta ka wac lambarka ku qoran xagga hoose ee bogga.

Haddii aad dhibaato ku qabto helitaanka macluumaadka qorshaheenna sababtoo ah dhibaato luqadeed ama naafonimo oo aad rabto inaad cabasho gudbiso, wac:

- Medicare lambarka 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). Waxaad wici kartaa 24 saacadood maalintii, 7 maalmood usbuucii. Isticmaalayaasha TTY waa inay wacaan 1-877-486-2048.
- Isku-duwaha Xuquuqda Madaniga ah, Waaxda Adeegyada Aadanaha ee Minnesota, 651-431-3040 ama adeeg relay ah oo aad dooratay isticmaal.
- Xafiiska Xuquuqda Madaniga ah lambarka 1-800-368-1019 ama TTY 1-800-537-7697.

B. Waajibaadkayaga inaan hubinno inaad si degdeg ah u hesho adeegyada iyo dawooyinka daboolan

Waxaad leedahay xuquuq ka xubin ahaan qorshaheena:

- Waxaad xaq u leedahay inaad doorato bixiyaha daryeelkaaga caafimaad ee koowaad (PCP) ee ku jira shabakaddeenna. Bixiye shabakadeed waa bixiye nala shaqeeya. Waxaad ka heli kartaa macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan noocyada bixiyeyaasha ee u shaqayn kara PCP iyo sida loo doorto PCP **Cutubka 3** ee *Buug-gacmeedka Xubinta.*
    - Wac isku-duwaha daryeelkaaga ama Adeegyada Xubinta ama eeg Liiska *Bixiyeyaasha iyo Farmashiyaha* si aad wax badan uga ogaato bixiyeyaasha shabakadda iyo dhakhaatiirta qaadanaya bukaan cusub.
- Ma kaa **rabno** inaad hesho soo gudbino.
- Waxaad xaq u leedahay inaad hesho adeegyada daboolan ee bixiyeyaasha shabakadda muddo macquul ah gudaheed.
    - Tani waxay ku jirtaa xaqa inaad si dhakhso ah u hesho adeegyo ka yimid takhasusleyda.
    - Haddii aadan ku heli karin adeegyo muddo macquul ah gudaheed, waa inaan bixinno daryeel bixiye shabakadda ka baxsan ah.
- Waxaad xaq u leedahay inaad hesho daryeel degdeg ah ama mid muhiim ah adigoon helin oggolaansho hore (prior approval, PA).
- Waxaad xaq u leedahay inaad hesho dawooyinka kuu qoran oo lagu buuxiyo farmashiyaha shabakaddeenna adigoon sugin waqti dheer.
- Waxaad xaq u leedahay inaad ogaato goorta aad isticmaali karto bixiye aan shabakadda ku jirin. Si aad wax badan uga barato bixiyeyaasha aan shabakadda ku jirin, tixraac **Cutubka 3, Qaybta D,** ee *Buug-gacmeedka Xubinta*.

Cutubka 9 ee *Buug-gacmeedkan Xubinta* wuxuu sharxayaa waxa aad sameyn karto haddii aad u maleyso inaadan helin adeegyada ama dawooyinkaaga muddo macquul ah gudaheed. Sidoo kale wuxuu sharxayaa waxa aad sameyn karto haddii aan diidno daboolidda adeegyada ama dawooyinkaaga, adigana aadan ku qanacsaneyn go'aankayaga.

C. Waajibaadkayaga inaan ilaalinno macluumaadkaaga caafimaad ee shakhsiyeed (personal health information, PHI)

Waxaan ilaalinnaa PHI-gaaga sida uu dhigayo sharciga federaalka iyo kan gobolka.

PHI-gaaga waxaa ku jira macluumaadka aad noogu sheegtay markii aad iska diiwaangelisay qorshaheenna. Sidoo kale waxaa ku jira diiwaankaaga caafimaad iyo macluumaad kale oo caafimaad.

Waxaad leedahay xuquuq marka ay timaado macluumaadkaaga iyo sidii aad u maamuli lahayd sida loo isticmaalo PHI-gaaga. Waxaan ku siinnaa ogeysiis qoraal ah oo ka hadlayo xuquuqdaas kuna sharxayo sida aan u ilaalinno sirta PHI-gaaga. Ogeysiiska waxaa loo yaqaan "Ogeysiiska Dhaqanka Asturnaanta."

C1. Sida aan u ilaalinno PHI-gaaga

Waxaan hubin doonnaa in cid aan oggolaansho lahayn aysan arkin ama beddelin diiwaankaaga.

Marka laga reebo xaaladaha hoos ku xusan, ma siino PHI-gaaga cid aan ku daryeelayn ama bixinayn kharashka daryeelkaaga. Haddii aan sidaas sameyno, waa inaan marka hore helno oggolaansho qoraal ah oo adiga kaa yimid. Adiga ama qof sharci ahaan loo oggolaaday inuu go'aan kuu gaaro, ayaa bixin kara oggolaansho qoraal ah.

Mararka qaarkood looma baahna inaan helno oggolaanshahaaga qoraalka ah marka hore. Waxyaabaha ka reeban waa kuwo uu sharcigu oggol yahay ama ku waajib ah:

- Waa inaan siinnaa PHI hay'adaha dowladda ee baaraya tayada daryeelka qorshaheenna.
- Waa inaan siideynaa PHI-ka haddii maxkamad amar ku bixiso.
- Waa inaan siinnaa Medicare PHI-gaaga. Haddii Medicare u sii deyso PHI-gaaga cilmi baaris ama ujeeddooyin kale, waxay sidaas ku sameeyaan si waafaqsan sharciyada federaalka.
- Anaga iyo bixiyeyaasha daryeelka caafimaadka ee ku daryeela waxaan xaq u leenahay inaan eegno macluumaadka ku saabsan daryeelkaaga caafimaad. Markii aad iska diiwaan gelisay Minnesota Health Care Program, waxaad na siisay oggolaanshahaaga inaanu tan samayno. Macluumaadkaan waanu ilaalin doonaa sida sharcigu qabo.

C2. Xuquuqdaada inaad aragto diiwaankaaga caafimaad

- Waxaad xaq u leedahay inaad aragto diiwaankaaga caafimaad oo aad hesho nuqul ka mid ah diiwaankaaga. Waxaa laga yaabaa inaan ku waydiisanno lacag si aan nuqul uga samayno diiwaankaaga caafimaad.
- Waxaad xaq u leedahay inaad naga codsato inaan cusbooneysiino ama saxno diiwaankaaga caafimaad. Haddii aad naga codsato inaan sidaas samayno, waxaan la shaqeyneynaa bixiyahaaga daryeelka caafimaadka si loo go'aamiyo haddii isbeddelada lagu samaynayo ay muhiim tahay.
- Waxaad xaq u leedahay inaad ogaato haddii iyo sida PHI-gaaga loogu wadaagay dadka kale.

Haddii aad qabtid su'aalo ama walaac ku saabsan asturnaanta PHI-gaaga, wac Adeegyada Xubinta.

D. Waajibaadkayaga inaan ku siino macluumaad

Xubin ahaan qorshaheenna, waxaad xaq u leedahay inaad naga hesho macluumaad ku saabsan qorshaheenna, bixiyeyaasha shabakaddeenna, iyo adeegyada lagugu daboolay.

Haddii aadan ku hadlin Ingiriisi, waxaan haynaa adeegyo turjubaan si loogaaga jawaabo su'aalahaaga ku saabsan qorshaheenna. Si aad turjubaan u hesho, wac Adeegyada Xubinta. Kani waa adeeg bilaash kuu ah adiga. Waxaan sidoo kale ku siin karnaa macluumaadka qaab daabac weyn, farta indhoolaha, ama cod.

Haddii aad u baahan tahay macluumaad ku saabsan mid ka mid ah kuwa soo socda, wac Adeegyada Xubinta:

- **Sida loo doorto ama loo beddelo qorshooyinka**
- **Qorshaheenna, oo ay ku jiraan:**
  - macluumaadka maaliyadeed
  - sida xubnaha qorshaha noogu qiimeeyeen
  - tirada rafcaan nada ay sameeyeen xubnaha
  - sida qorshaha looga baxo
  - natiijooyinka daraasadda dib-u-eegista tayada dibadda ah oo ka timid gobolka
- **Bixiyeyaasha shabakaddeenna iyo farmashiyadeenna ka tirsan shabakada, oo ay ku jiraan:**
  - Sida loo doorto ama loo beddelo bixiyeyaasha daryeelka koowaad
  - shahaadooyinka bixiyeyaasha shabakaddeenna iyo farmashiyadeenna
  - sida aan u bixino bixiyeyaasha ku jira shabakaddeenna
  - Haddii aan isticmaalayno qorshaha dhiirigelinta dhakhtarka kaas oo saameynaya isticmaalka adeegyada gudbinta, iyo faahfaahinta oo ku saabsan qorshaha haddii aan mid isticmaalno.
- **Adeegyada iyo dawooyinka daboolan, oo ay ku jiraan:**
  - adeegyada (tixraac **Cutubyada 3 iyo 4** ee *Buug-gacmeedkan Xubinta*) iyo dawooyinka (tixraac **Cutubyada 5 iyo 6** ee *Buug-gacmeedkan Xubinta*) ee qorshaheenna lagu daboolo
  - xaddidaadaha daboolistaada iyo dawooyinkaaga
  - shuruudaha aad u baahan tahay inaad raacdo si aad u hesho adeegyada iyo dawooyinka lagugu daboolay
- **Sababta wax loo daboolin iyo waxa aad ka samayn karto (tixraac Cutubka 9 ee *Buug-gacmeedka Xubinta*), oo ay ku jirto inaad naga codsato:**
  - inaan qoraal ahaan kugu soo gudbino sababta wax loo daboolin
  - inaan bedelno go'aan aan gaarnay
  - inaan bixino biil aad heshay

E. Bixiyeyaasha shabakadda oo aan awoodin inay ku si toos ah biil kuu soo diraan

Dhakhaatiirta, isbitaallada, iyo bixiyeyaasha kale ee shabakaddeenna ma awoodaan inay kaa dalbadaan lacag adeegyada daboolan. Sidoo kale ma awoodaan inay kugu soo diraan farqiga lacag bixinta haddii aan bixinno lacag ka yar inta uu bixiyaha dalbaday. Si aad u ogaato waxa aad samayn karto haddii bixiye shabakadeed isku dayo inuu lacag kaa qaado adeegyada daboolan, tixraac **Cutubka 7** ee *Buug-gacmeedka Xubinta*.

F. Xuquuqdaada inaad ka baxdo qorshaheenna

Qofna kuma qasbi karo inaad ku sii jirto qorshaheenna haddii aadan rabin.

- Waxaad xaq u leedahay inaad hesho inta badan adeegyadii daryeelkaaga caafimaad ee asalka ah ee Medicare ama qorshaha Medicare Advantage (MA).
- Waxaad heli kartaa faa'iidooyinka dawooyinka Medicare Qaybta D adoo isticmaalaya qorshe dawo qoris ah ama qorshaha MA.
- Tixraac **Cutubka 10** ee *Buug-gacmeedka Xubinta:*
  - Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan goorta aad ku biiri karto MA cusub ama qorshaha faa'iidooyinka dawooyinka qoris.
  - Si aad u hesho macluumaad ku saabsan sida aad u heli doonto faa'iidooyinka Caawinta Caafimaadka haddii aad ka baxdo qorshaheenna.

G. Xuquuqdaada inaad go'aan ka gaarto daryeelkaaga caafimaad

Waxaad xaq u leedahay inaad hesho macluumaad dhammaystiran oo ka imanaya dhakhaatiirtaada iyo bixiyeyaasha kale ee daryeelka caafimaadka si ay kaaga caawiyaan go'aan ka gaarista daryeelkaaga caafimaad.

G1. Xuquuqdaada inaad ogaato doorashooyinka daawaynta oo aadna go'aan ka gaarto

Bixiyeyaashaada waa inay sharxaan xaaladdaada iyo doorashooyinka daawaynta qaab aad si fudud u fahmi karto. Waxaad xaq u leedahay inaad:

- **Ogaato doorashooyinkaaga.** Waxaad xaq u leedahay in lagaa wargeliyo dhammaan xulashooyinka daawaynta.
- **Ogaato halista.** Waxaad xaq u leedahay in lagaa wargeliyo halis kasta oo ku lug leh. Waa inaan horey kuugu sheegno haddii adeeg ama daaweyn ay qayb ka tahay tijaabo cilmi baaris ah. Waxaad xaq u leedahay inaad diiddo daawaynta tijaabada ah.
- **Weydiisato ra'yi labaad.** Waxaad xaq u leedahay inaad la tashato dhakhtar kale kahor intaadan go'aan ka gaarin daawaynta.
- **Dhahdo maya.** Waxaad xaq u leedahay inaad diiddo daawayn kasta. Tan waxaa ku jira xaqa aad u leedahay inaad ka baxdo isbitaal ama xarun caafimaad oo kale, xitaa haddii dhakhtarkaagu kugula taliyo inaad iska sii joogto. Waxaad xaq u leedahay inaad joojiso qaadashada dawo laguu qoray. Haddii aad diiddo daawaynta ama aad joojiso qaadashada dawo laguu qoray, qorshaheenna kuguma saari doonno. Si kastaba ha ahaatee, haddii aad diiddo daawaynta ama aad joojiso qaadashada dawo, waxaad qaadaysaa mas'uuliyadda buuxda ee wixii ku soo kordha.
- **Naga codso inaan sharaxno sababta bixiye kuu diiday daryeel.** Waxaad xaq u leedahay inaad naga hesho sharaxaad haddii bixiye kuu diiday daryeel aad u malayso inaad heli lahayd.
- **Naga codso inaan daboolno adeeg ama dawo la diiday ama aan caadiyan la daboolin.** Tan waxaa loo yaqaan go'aanka daboolista. **Cutubka 9, Qaybta E,** ee *Buug-gacmeedka Xubinta* wuxuu sharxayaa sida loo codsado go'aan daboolid.

G2. Xuquuqdaada inaad sheegto waxa aad rabto in dhaco haddii aad awoodi weydo inaad go'aan ka gaarto daryeelkaaga caafimaad.

Mararka qaarkood dadka ma awoodaan inay go'aan ka gaaraan daryeelka caafimaad ee naftooda. Kahor inta aysan tan kugu dhicin, waxaad samayn kartaa:

- Buuxi foom qoraal ah si aad qof **u siiso xuquuqda uu kuugu gaari karo go'aannada daryeelka caafimaadka.**
- **Si dhakhaatiirtaada ugu qor tilmaamo** ku saabsan sida loo maareeyo daryeelkaaga caafimaad haddii aad awoodi weydo inaad go'aan ka gaarto naftaada, oo ay ku jiraan daryeelka **aadan** rabin.

Dukumeenti sharci ah oo aad u isticmaali karto inaad ku bixiso tilmaamahaaga waxaa loo yaqaan "tilmaamid hore." Waxaa jira noocyo kala duwan oo amar hore ah iyo magacyo kala duwan oo loogu talagalay. Tusaalooyinka waxaa ka mid ah rabitaanka nolosha iyo awoodaha sharci ee daryeelka caafimaadka.

Lagaagama baahna inaad isticmaasho tilmaamid hore, laakiin waad isticmaali kartaa. Halkan waxaa ku qoran waxa laga sameeyo haddii aad rabto inaad isticmaasho tilmaamid hore:

- **Qaado foomka.** Waxaad foomka ka heli kartaa dhakhtarkaaga, qareen, hay'ad adeeg sharci, ama shaqaale bulsho. Farmashiyeyaasha iyo xafiisyada bixiyeyaasha ayaa badanaa haysta foomamka. Waxaad ka heli kartaa foom bilaash ah internetka oo aad soo dejisan kartaa. Senior LinkAge Line® waa hay'ad siisa dadka macluumaad ku saabsan Medicare ama Caawinta Caafimaadka, oo ay ku jiraan ilo foomka lagu heli karo oo ku yaal www.MinnesotaHelp.info. Waxaad sidoo kale la xiriiri kartaa Adeegyada Xubinta si aad foomka uga codsato.
- **Buuxi foomka oo saxiix.** Foomku waa dukumeenti sharci ah. Waa inaad tixgelisaa inaad qareen ama qof aad ku kalsoon tahay, sida xubin qoyskaaga ah ama PCP-gaaga, kaa caawiyo dhammeystirkiisa.
- **Nuqullo sii dadka u baahan inay ogaadaan.** Waa inaad siisaa nuqul ka mid ah foomka dhakhtarkaaga. Sidoo kale waa inaad siisaa nuqul qofka aad magacowday inuu go'aanno kuu gaaro. Waxaa laga yaabaa inaad rabto inaad nuqullo siiso saaxiibo dhow ama xubno qoyskaaga ah. Nuqul ku hayso gurigaaga.

- Haddii laguu seexiyo isbitaal oo aad saxiixday amar hore, **nuqul ka mid ah la tag isbitaalka**.
  - Isbitaalka wuxuu ku waydiin doonaa haddii aad saxiixday foomka amar hore iyo haddii aad wadataa.
  - Haddii aadan haysan foom amar hore oo la saxiixay, isbitaalka wuxuu haystaa foomamka wuxuuna ku waydiin doonaa haddii aad rabto inaad saxiixdo mid.

Waxaad xaq u leedahay inaad:

- Tilmaamidaada hore lagu daro diiwaankaaga caafimaad.
- Beddesho ama kansasho amarkaaga hore wakhti kasta.
- Xusuusnow, waa doorashadaada inaad buuxiso amar hore ama aad ka tagto.

Soo wac Adeegyada Xubnaha wixii macluumaad dheeraad ah.

G3. Waxa la sameeyo haddii tilmaamahaaga aan la raacin

Haddii aad saxiixday amar hore oo aad u malayso in dhakhtar ama isbitaal aysan raacin tilmaamaha ku jira, waxaad cabasho u gudbin kartaa Xafiiska Cabashooyinka Xarunta Caafimaadka ee Minnesota Department of Health lambarka 651-201-4201, ama lambarka bilaashka ah 1-800-369-7994.

H. Xuquuqdaada inaad cabasho samayso oo naga codsato inaan dib u eegno go'aannada

Cutubka 9 ee *Buug-gacmeedka Xubinta* wuxuu sharxayaa waxaad sameyn karto haddii aad qabtid wax dhibaato ama walaac ah oo ku saabsan adeegyada daboolan ama daryeelkaaga. Tusaale ahaan, waxaad naga codsan kartaa inaan go'aan daboolid samayno, rafcaan ka samayso beddelidda go'aan daboolid, ama cabasho gudbiso.

Waxaad xaq u leedahay inaad hesho macluumaad ku saabsan rafcaannada iyo cabashooyinka xubnaha kale ee qorshaha naga soo gudbiyeen. Soo wac Adeegyada Xubinta si aad u hesho macluumaadkan.

H1. Waxa laga sameeyo haddii lagula dhaqmo si aan caddaalad ahayn ama si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan xuquuqdaada

Haddii aad u malayso inaanu kuula dhaqannay si aan caddaalad ahayn – oo aanay ku saabsanayn takoorid sababo ku xusan **Cutubka 11** ee *Buug-gacmeedka Xubinta* – ama aad rabto macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan xuquuqdaada, waxaad la xiriiri kartaa:

- **Adeegyada Xubinta**.
- Barnaamijka **Senior LinkAge Line®** ee lambarka 1-800-333-2433 Si aad u hesho faahfaahin dheeraad ah oo ku saabsan Senior LinkAge Line®, tixraac **Cutubka 2, Qaybta F,** ee *Buug-gacmeedka Xubinta***.**
- **Dhexdhexaadiyaha ee loogu talagalay Barnaamijyada** Daryeelka Caafimaadka Dadweynaha la Maareeyay ee Minnesota 1-800-657-3729. Wixii faahfaahin ah ee ku saabsan barnaamijkan, ka eeg **Cutubka 2, Qaybta J,** ee *Buug-gacmeedka Xubinta*.
- **Medicare** 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227), 24 saacadood maalintii, 7 maalmood todobaadkii. Isticmaalayaasha TTY waa inay wacaan 1-877-486-2048. (Waxaad sidoo kale akhrisan kartaa ama soo dejisan kartaa "Medicare Rights & Protections (Xuquuqda iyo Ilaalinta Medicare)," oo laga heli karo bogga https://www.medicare.gov/publications/11534-medicare-rights-and-protections.pdf.)

I. Xuquuqdaada iyo waajibaadkaaga xubin ahaan ee qorshaha

Xubin ahaan qorshaha, waxaa waajib kugu ah inaad sameyso waxyaabaha hoos ku qoran. Haddii aad wax su'aalo ah qabtid, wac, iimayl, ama fariin u qor Adeegyada Xubinta.

- **Akhri *Buug-gacmeedka Xubinta*** si aad u barato waxa qorshahayagu daboolo iyo xeerarka ay tahay in la raaco si loo helo adeegyada iyo daawooyinka laguu daboolay. Wixii faahfaahin dheeraad ah ee ku saabsan xuquuqdaada**:**
  - Wixii adeegyo daboolan ah, ka eeg **Cutubka 3 iyo 4** ee *Buug-gacmeedka Xubinta*. Cutubka waxay kuu sheegayaan waxa la daboolo, waxa aan la daboolin, xeerarka aad u baahan tahay inaad raacdo, iyo wixii aad bixiso.

    - Wixii daawooyin daboolan ah, ka eeg **Cutubka 5 iyo 6** ee *Buug-gacmeedka Xubinta*.
- **Noogu sheeg wixii caymis kale ee caafimaadka ama daawooyinka laguu** qoray ee aad haysato. Waa inaan hubinno inaad adeegsatid dhammaan ikhtiyaarkaaga caymis marka aad hesho daryeel caafimaad. Haddii aad haysato caymis kale, wac Adeegyada Xubinta.
- **U sheeg dhakhtarkaaga iyo bixiyeyaasha kale** ee daryeelka caafimaadka inaad xubin ka tahay qorshahayaga. Tus Kaarkaaga Aqoonsiga Xubinta markasta oo aad hesho adeegyo ama daawooyin.
- **Ka caawi dhakhaatiirtaada** iyo bixiyeyaasha kale ee daryeelka caafimaadka inay ku siiyaan daryeelka ugu wanaagsan.
    - Siin macluumaadka ay u baahan yihiin oo ku saabsan adiga iyo xaaladdaada caafimaad. Baro sida ugu wanaagsan ee aad uga faa'iidaysan karto fahamka xanuunadaada. Raac qorshaha daaweynta iyo tilmaamaha adiga iyo bixiyeyaashaaga aad ku heshiiseen.
    - La sameyso xiriir dhakhtarka daryeelka aasaasiga ah ee shabakadda qorshaha kahor intaadan jirran. Tani waxay kaa caawinaysaa adiga iyo dhakhtarkaaga daryeelka aasaasiga ah inaad fahantaan guud ahaan xaaladdaada caafimaad.
    - Hubi in dhakhaatiirtaada iyo bixiyeyaasha kale ay ka warqabaan dhammaan daawooyinka aad qaadato. Tani waxay ku jirtaa daawooyinka dhakhtarku qoro, daawooyinka farmashiyaha laga soo gato, fiitamiinnada, iyo dheeraadka.
    - Ku dhaqan daryeelka caafimaadka oo ka hortag ah. Yeelato baaritaano, baarisyo, iyo tallaalo lagugu taliyay oo ku salaysan da'daada iyo jinsigaaga.
    - Weydii su'aal kasta oo aad qabtid. Dhakhaatiirtaada iyo bixiyeyaasha kale waa inay sharxaan wax walba si aad u fahmi karto. Haddii aad weydiiso su'aal oo aadan fahmin jawaabta, mar kale waydii.
- **Dhaqan wanaag muuji.** Waxaan ka fileynaa dhammaan xubnaha qorshaha inay ixtiraamaan xuquuqda dadka kale. Sidoo kale waxaan ka filaynaa inaad si ixtiraam leh ugu dhaqanto xafiisyada dhakhtarkaaga, isbitaallada, iyo xafiisyada bixiyeyaasha kale.
- **Bixi wixii lagaa rabo inaad bixiso.** Xubin ahaan qorshaha, waxaad mas'uul ka tahay bixinta lacagaha soo socda:
    - Khidmadaha ceymisyada ee joogtada ah ee Medicare Qaybta A iyo Medicare Qaybta B. Xubnaha AbilityCare badankood, Kaalmada Caafimaadku waxay bixisaa khidmadaha ceymisyada ee joogtada ah ee Medicare Qaybta A iyo khidmadaha ceymisyada ee joogtada ah ee Medicare Qaybta B.
    - **Haddii aad hesho adeegyo ama daawooyin aan qorshahayagu daboolin, waa inaad bixiso kharashka buuxa.** (**Fiiro gaar ah:** Haddii aadan ku qanacsanayn go'aankeena ah inaanan daboolin adeeg ama daawo, waxaad soo gudbin kartaa rafcaan. Fadlan ka eeg **Cutubka 9, Qaybta E,** si aad u barato sida loo soo gudbiyo rafcaan.)
- **Noo sheeg haddii aad guurayso.** Haddii aad qorshaynayso inaad guurto, si degdeg ah noogu sheeg. Wac koornaydkaaga daryeelka ama Adeegyada Xubinta.
    - **Haddii aad u guurto *meel ka baxsan* aaggayaga adeegga, ma sii ahaan kartid xubin qorshahayaga ah.** Kaliya dadka ku nool aaggayaga adeegga ayaa noqon kara xubno ka tirsan qorshahan. **Cutubka 1, Qaybta D** ee B*uug-gacmeedka Xubinta* wuxuu ka hadlayaa aaggayaga adeegga.
    - Waxaan kaa caawin karnaa inaad ogaato haddii aad u guurayso meel ka baxsan aaggayaga adeegga. Inta lagu jiro muddada diiwaangelinta gaarka ah, waxaad bedeli kartaa qorshahaaga Medicare asalka ah ama waxaad isdiiwaangelin kartaa qorshe caafimaad Medicare ama mid daawo lagu qoro oo ku yaal goobtaada cusub. Waxaan kuu sheegi karnaa haddii aan qorshe ku leenahay aaggaaga cusub.
    - U sheeg Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka ciwaankaaga cusub markaad guurto. Ka eeg **Cutubka 2** ee *Buug-gacmeedka Xubinta*, lambarrada telefoonka ee Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka.
    - **Haddii aad guurto oo aad ku sii jirto aaggayaga adeegga, weli waa inaan ogaano.** Waxaan u baahanahay inaan cusbooneysiino diiwaankaaga xubinnimo oo aan ogaano sida aan kula soo xiriiri karno.
- **Wac isku-duwahaaga daryeelka ama Adeegyada Xubinta wixii caawimaad ah haddii aad qabto su'aalo ama walaac.**

BOGGAAN
SI ULA KAC AH
AYAA LOOGA TAGAY

Cutubka 9: Waxa aad sameynayso haddii aad dhibaato la kulanto, ama cabasho qabto (go'aamada caymiska, racfaanada, cabashooyinka)

Hordhac

Cutubkan wuxuu ka hadlayaa wax ku saabsan xuquuqdaada. Akhri cutubkan si aad u ogaato waxa laga sameeyo haddii:

- Aad qabto dhibaato ama cabasho ku saabsan qorshahaaga.
- Aad u baahan tahay adeeg, shay, ama daawo qorshahaagu sheegay inuusan bixin doonin.
- Aad khilaafsan tahay go'aan qorshahaagu ka qaatay daryeelkaaga.
- Aad u malaynayso in adeegyadii laguugu dabooli jiray lagu joojinayo si degdeg ah.

Cutubkan waxa loo qaybiyay qaybo si ay kuu sahlato inaad hesho waxaad raadineyso. **Haddii aad qabto dhibaato ama walaac, waxaad u baahan tahay oo kaliya inaad akhrido qaybaha cutubkan ee khuseeya xaaladdaada.**

Haddii aad dhibaato ku qabto daryeelkaaga, waxaad wici kartaa Sarkaalka Baara Cabashada Qofka ee Ka Dhan Maamulka ee Barnaamijyada Caafimaadka Dadweynaha ee Maareysan adigoo ka wacaya 651-431-2660 ama 1-800-657-3729, ama adeegsada TTY Adeega Gudbinta ee MN 711 ama adeeg gudbin oo aad doorbideyso. Wicitaankan waa lacag la'aan. Cutubkan wuxuu sharaxayaa xulashooyinka kala duwan ee aad haysato si aad uga jawaabto dhibaatooyinka iyo cabashooyinka kala duwan, laakiin mar walba waad wici kartaa Sarkaalka Baara Cabashada Qofka ee Ka Dhan Maamulka Barnaamijyada Caafimaadka Dadweynaha ee Maareysan si uu kaaga caawiyo xalinta dhibaatadaada.

Macluumaad dheeri ah oo ku saabsan barnaamijyada sarkaalka baara cabashada qofka ee ka dhan maamulka ee kaa caawin kara xallinta walaacyadaada, eeg **Cutubka 2, Qaybta J** ee *Buug-gacmeedka Xubinka*.

Jadwalka Tusmooyinka

Hordhac 109
A. Waxyaabaha ay tahay in la sameeyo haddii aad qabto dhibaato ama walaac 111
A1. Ku saabsan erayada sharciga ah 111
B. Halka laga heli karo caawimaad 111
B1. Macluumaad iyo caawimaad dheeraad ah 111
C. Fahamka cabashooyinka iyo rafcaannada Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka ee qorshaheenna 112
D. Dhibaatooyinka ku saabsan dheefaha 112
E. Go’aamada daboolka iyo rafcaannada 112
E1. Go’aamada daboolista 112
E2. Rafcaan 113
E3. Caawimaad ku saabsan go’aamada daboolka iyo rafcaan nada 113
E4. Qaybta ku habboon ee cutubkan oo kaa caawin karta 114
F. Daryeelka caafimaadka, caafimaadka dhimirka iyo adeegyada muddada dheer 114
F1. Isticmaalka qaybtan 114
F2. Codsashada go’aan daboolid 115

F3. Samaynta Rafcaan Heerka 1 116
F4. Samaynta Racfaanka Heerka 2 119
F5. Dhibaatada Lacag-bixinta 121

G. Dawooyinka Medicare Qaybta D 122

G1. Go'aannada daboolidda Medicare Qaybta D iyo rafcaanada 122
G2. Ka-reebitaanada Medicare Qaybta D 123
G3. Waxyaabo muhiim ah oo ku saabsan codsashada ka-dhaafitaan 123
G4. Codsashada go'aan daboolid, oo ay ku jirto ka-reebis 124
G5. Samaynta Rafcaan Heerka 1 125
G6. Samaynta Racfaanka Heerka 2 127

H. Codsashada inaan sii daboolno joogitaankaaga isbitaalka muddo dheer 128

H1. Barashada wax ku saabsan xuquuqdaada Medicare 128
H2. Samaynta Rafcaan Heerka 1 129
H3. Samaynta Racfaanka Heerka 2 130

I. Codsashada inaan sii daboolno adeegyada caafimaad qaarkood 131

I1. Ogeysiis hore kahor intaanay dhammaan daboolistaada 131
I2. Samaynta Rafcaan Heerka 1 131
I3. Samaynta Racfaanka Heerka 2 132

J. Qaadista rafcaan kaaga ka baxsan Heerka 2 133

J1. Tallaabooyinka xiga ee adeegyadii iyo shayadii Medicare 133
J2. Rafcaanno Dheeraad ah oo ku saabsan Kaalmada Caafimaadka 134
J3. Heerarka Rafcaanka 3, 4 iyo 5 ee Codsiyada Dawooyinka Medicare Qaybta D 134

K. Sida loo sameeyo cabasho 135

K1. Noocyada dhibaatooyinka ah ee u baahan inay noqdaan cabashooyin 135
K2. Cabashooyinka gudaha 136
K3. Cabashooyinka dibadda 137

A. Waxyaabaha ay tahay in la sameeyo haddii aad qabto dhibaato ama walaac

Cutubkan wuxuu sharaxayaa sida loo maareeyo dhibaatooyinka iyo walaacyada. Habka aad adeegsato wuxuu ku xiran yahay nooca dhibaatada aad qabto. Hal hab ayaad u isticmaashaa **go’aamada daboolka iyo rafcaannada** iyo hab kalena waxaad u **isticmaashaa cabashooyinka**; oo sidoo kale loo yaqaan cabasho sharciyeed.

Si loo hubiyo dhexdhexaadnimada iyo degdegga, hab kasta waxa uu leeyahay sharciyo, nidaamyo, iyo waqtiyo gaar ah oo ay tahay inaan adiga iyo anaguba raacno.

A1. Ku saabsan erayada sharciga ah

Cutubka oo kan waxaa ku jira erayo sharci ah oo la xiriira qaar ka mid ah sharciyada iyo waqtiyada kama dambaysta ah. Qaar ka mid ah erayadan waa ay adag yihiin in la fahmo, sidaas darteed waxaan adeegsanaa erayo fudud oo lagu beddelayo marka aan kari karno. Waxaan yareynaa isticmaalka soo gaabinta sida ugu macquulsan.

Tusaale ahaan, waxaan dhahnaa:

- “Samaynta cabasho” beddelka intey ka ahaan lahayd “soo gudbinta cabasho sharciyeed”
- “Go’aanka caymiska” halkii laga dhihi lahaa “go’aanka hay’adda,” “go’aanka faa’iidada,” ama “go’aanka caymiska.”
- “Go’aan daboolitaan degdeg ah” beddelka ay ka ahaan lahayd “go’aan degdeg ah”
- “Hay’adda Dib-u-eegista ee Madaxa Bannaan” (Independent Review Organization, IRO) beddelka ay ka ahaan lahayd “Ururka Dib-u-eegista ee Madaxa Bannaan” (Independent Review Entity, IRE)

Inaad taqaanid erayada saxda ah ee sharciga waxay kaa caawin kartaa inaad si cad u wada xiriirto, sidaas darteed waxaan sidoo kale ku siinaynaa macluumaad ku saabsan erayadaas.

B. Halka laga heli karo caawimaad

B1. Macluumaad iyo caawimaad dheeraad ah

Mararka qaarkood way adkaan kartaa inaad bilowdo ama raacdo habka xallinta dhibaato. Tani waxay si gaar ah run u tahay haddii aadan caafimaad qabin ama tamar kugu yar tahay. Mararka qaarkood, waxaad la'aan kartaa macluumaadka lagama maarmaanka ah ee tallaabada xigta loo qaado.

Caawimaad ka socota Senior LinkAge Line®

Waxaad wici kartaa Senior LinkAge Line®. La-taliyeyaasha Senior LinkAge Line® waxay ka jawaabi karaan su’aalahaaga oo kuu sharxi karaan waxa laga sameeyo dhibaatadaada. Senior LinkAge Line® kuma xirna anaga ama shirkad caymis ama qorshaha caafimaad midna. Senior LinkAge Line® waxay leedahay la-taliyeyaal tababaran oo ku sugan degmo kasta, adeegyaduna waa bilaash. Lambarka telefoonka ee Senior LinkAge Line’s waa 1-800-333-2433.

Caawimaad iyo macluumaadka ka socda Medicare

Wixii macluumaad iyo caawimaad dheeraad ah, waxaad la xiriiri kartaa Medicare. Waa kuwan laba hab oo aad caawimaad uga heli karto Medicare:

- Ka wac Medicare 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227), 24 saacadood maalintii, 7 maalmood usbuucii. Isticmaalayaasha TTY waca 1-877-486-2048.
- Waxaad booqan kartaa website-ka Medicare (www.medicare.gov).

Caawimaad iyo macluumaad ka yimid Sarkaalka Baaritaanka Cabashada Shakhsi ahaaneed ee Ka dhan Maamulka ee ku aadan Barnaamijyada Caafimaadka Dadweynaha ee Maareysan

Haddii aad u baahan tahay caawimaad, mar walba waxaad wici kartaa Sarkaalka Baaritaanka Cabashada Shakhsi ahaaneed ee Ka dhan Maamulka ee ku aadan Barnaamijyada Caafimaadka Dadweynaha ee Maareysan. Sarkaalka Baaritaanka Cabashada Shakhsi ahaaneed ee Ka dhan Maamulka wuxuu ka jawaabi karaa su'aalahaaga wuxuuna ku fahamsiin karaa waxa laga sameeyo dhibaatadaada. Eeg C**utubka 2, Qaybta J**, si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan barnaamijyada Sarkaalka Baaritaanka Cabashada Shakhsi ahaaneed ee Ka dhan Maamulka.

Sarkaalka Baaritaanka Cabashada Shakhsi ahaaneed ee Ka dhan Maamulka kuma xirna anaga ama shirkad caymis ama qorshaha caafimaad midna. Waxay kaa caawin karaan inaad fahanto habka saxda ah ee loo adeegsado Lambarka telefoonka ee Sarkaalka Baara Cabashada Shakhsi ahaaneed ee Ka dhan Maamulka waa 651-431-2660 ama 1-800-657-3729, isticmaalayaasha TTY wac adeega gudbinta ee MN 711 ama adeega gudbinta ee aad doorbideyso. Adeegyadu waa bilaash.

C. Fahamka cabashooyinka iyo rafcaannada Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka ee qorshaheenna

Waxa aad qoran tahay Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka. Macluumaadka ku jira cutubkan wuxuu khuseeyaa **dhammaan** faa’iidooyinkaaga Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka. Tani mararka qaarkood waxaa loogu yeeraa “hab isku dhafan” sababtoo ah waxay isku daraysaa habraacyada Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka.

Mararka qaarkood, habka Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka ma awoodaan in la isku daro. Xaaladahaas, waxaad isticmaashaa hab Medicare ah faa’iidooyinka Medicare, iyo hab Kaalmada Caafimaadka ah faa’iidooyinka Kaalmada Caafimaadka. **Qaybta F4** ayaa sharaxaysa xaaladahan.

D. Dhibaatooyinka ku saabsan dheefaha

Haddii aad qabto dhibaato ama walaac, akhri qaybaha cutubkan ee khuseeya xaaladdaada. Jadwalkan wuxuu kaa caawinayaa inaad hesho qaybta saxda ah ee cutubkan ee ku habboon dhibaatooyinkaaga ama cabashooyinkaaga.

<table>
<tr><td colspan="2">Ma dhibaato ku saabsan faa’iidooyinkaaga ama daboolkaaga?
Tan waxaa ku jira dhibaatooyinka ku saabsan haddii daryeel caafimaad (shay, adeegyo, iyo/ama daawooyinka Qaybta B) la dabooli doono ama aan, sida loo daboolo, iyo dhibaatooyinka lacag-bixinta daryeelka caafimaadka.</td></tr>
<tr><td>Haa.
Dhibaatadaydu waxay ku saabsan tahay faa’iidooyinka ama daboolka.
Tixraac Qaybta E: “Go’aamada daboolka iyo rafcaannada”.</td><td>Maya.
Dhibaatadaydu <u>kuma</u> saabsan faa’iidooyinka ama daboolka.
Tixraac Qaybta K: “Sida loo sameeyo cabasho”.</td></tr>
</table>

E. Go’aamada daboolka iyo rafcaannada

Habka lagu codsado go’aan daboolid ama rafcaan waxaa loo isticmaalaa in lagu maareeyo dhibaatooyinka la xiriira faa’iidooyinkaaga iyo daboolka daryeelka caafimaadkaaga (adeegyada, shayada, iyo daawooyinka Qaybta B, oo ay ku jiraan lacag-bixinta). Si waxyaabaha loo fududeeyo, guud ahaan waxaan u adeegsaneynaa **daryeel caafimaad** si aan u tilmaano shayada caafimaadka, adeegyada, iyo daawooyinka Qaybta B.

E1. Go’aamada daboolista

Go’aan daboolid waa go’aan aane ka qaadno faa’iidooyinkaaga iyo daboolkaaga ama inta aan ka bixino adeegyadaada caafimaad ama daawooyinkaaga. Tusaale ahaan, haddii bixiyahaaga shabakadda qorshahaagu kuu gudbiyo takhasusle caafimaad oo ka baxsan shabakadda, gudbintan waxaa loo arkaa mid wanaagsan ilaa bixiyahaaga uu caddeeyo in laguu soo diray ogeysiis diidmo ah, ama adeegga la soo jeediyey marnaba xaalad kasta laguma dabooli karo (tixraac **Cutubka 4, Qaybta F**, ee *Buug-gacmeedka Xubinka)*.

Adiga ama dhakhtarkaaga waxaad nala soo xiriiri kartaan oo weydiin kartaan go’aan daboolid. Adiga ama dhakhtarkaaga waxaa laga yaabaa inaad hubin la’aan ka qabtaan haddii aan daboolno adeeg caafimaad oo gaar ah ama haddii aan diidi karno bixinta daryeel caafimaad oo aad u malaynayso inaad u baahan tahay. **Haddii aad rabto inaad ogaato haddii aan dabooli doonno adeeg caafimaad ka hor intaadan helin, waxaad naga codsan kartaa inaan kuu sameyno go’aan daboolid**.

Waxaan sameynaa go’aan daboolid markasta oo aan go’aan ka gaarno waxa adiga laguugu daboolayo iyo inta aan bixineyno. Mararka qaarkood, waxaan go’aansan karnaa adeeg ama daawo in laguuma daboolin ama aanu sii dabooli doonin Medicare ama Kaalmada Caafimaadka. Haddii aad ku khilaafsan tahay go’aanka daboolka, waxaad samayn kartaa rafcaan.

E2. Rafcaan

Haddii aan go'aan ka gaarno daboolista oo aadan ku qanacsanayn go'aankan, waxaad samayn kartaa "rafcaan" si go'aankaas dib loo eego. Rafcaan waa hab rasmi ah oo aad naga codsan karto inaan dib u eegno oo aan bedelno go'aan daboolid oo aan horey u qaadanay.

Marka aad rafcaan ka qaadato go'aanka markii ugu horreysay, waxaa loogu yeeraa Rafcaan Heerka 1. Rafcaan kan, waxaan dib u eegnaa go'aanka daboolka si aan u hubinno in dhammaan xeerarka si sax ah loo raacay. Dad kale oo aan ahayn kuwii go'aanka diidmada hore sameeyay ayaa gacanta ku haya rafcaankaaga.

Marka aan dhamaystirno dib-u-eegista, waxaan ku siin doonaa go'aankeena. Xaalado gaar ah, oo lagu sharaxay cutubkan **qaybta F2**, waxaad codsan kartaa go'aan degdeg ah oo daboolid ah ama "rafcaan degdeg ah."

Haddii aan **diidno** dhammaan ama qayb ka mid ah wixii aad codsatay, waxaan kuu soo diri doonaa warqad. Haddii dhibaatadaadu ay ku saabsan tahay daboolista daryeel caafimaad Medicare ah, warqadda ayaa kuu sheegi doonta in kiiskaaga loo gudbiyay Hay'adda Dib-u-eegista Madaxa Bannaan (IRO) si loogu sameeyo Rafcaan Heerka 2. Haddii dhibaatadaadu ay ku saabsan tahay daboolista adeeg ama shay Medicare Qaybta D ah ama Kaalmada Caafimaadka, warqadda ayaa kuu sheegi doonta sida aad adigu uga gudbiso Rafcaan Heerka 2. Tixraac **qaybta F4** si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan Rafcaanka Heerka 2. Haddii dhibaatadaadu ay ku saabsan tahay daboolista adeeg ama shay ay labaduba daboolayaan Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka, warqadda ayaa ku siin doonta macluumaad ku saabsan labada nooc ee Rafcaanka Heerka 2.

Haddii aadan ku qanacsanayn go'aanka Rafcaanka Heerka 2, waxaa laga yaabaa inaad marin u leedahay heerar rafcaan oo dheeraad ah.

E3. Caawimaad ku saabsan go'aamada daboolka iyo rafcaan nada

Waxaad caawimaad ka codsan kartaa cidda soo socota:

- **Adeegyada Xubinka** adoo wacaya lambarka ku xusan hoosta boggan.
- Wac **Barnaamijka Kaalmada Caymiska Caafimaadka ee Gobolka (State Health Insurance Assistance Program, SHIP)** si aad u hesho caawimaad bilaash ah. SHIP waa hay'ad madax bannaan. Kuma xirna qorshahan. Minnesota gudaheeda, SHIP waxaa loo yaqaan **Senior LinkAge Line**®. Lambarka telefoonku waa 1-800-333-2433 ama TTY MN Relay 711, ama isticmaal adeeg relay aad dooratay. Wicitaanadan waa bilaash.
- Wac **Sarkaalka Baara Cabashada Shakhsi ahaaneed ee Ka dhan Maamulka ee ku aadan Barnaamijyada Caafimaadka Dadweynaha** ee Maareysan si aad u hesho caawimaad bilaash ah. Sarkaalka Baara Cabashada Shakhsi ahaaneed ee Ka dhan Maamulka wuxuu caawiyaa dadka ku jira Kaalmada Caafimaadka oo qaba dhibaatooyin adeeg ama lacag-bixin. Lambarka telefoonku waa 651-431-2660 ama 1-800-657-3729, ama isticmaal TTY adeega gudbinta ee MN 711 ama adeega gudbinta ee aad doorbideyso.
- **Dhakhtarkaaga ama bixiyahaaga kale**. Dhakhtarkaaga ama bixiyahaaga kale ayaa adiga ku meteli kara oo codsan kara go'aan daboolid ama rafcaan.
- **Saaxiib ama xubin qoyska ka tirsan**. Waxaad magacaabi kartaa qof kale inuu adiga ku metelo oo u dhaqmo sida "wakiilkaaga" si uu u codsado go'aan daboolid ama uu rafcaan sameeyo.
- **Qareen**. Waxaad leedahay xaq aad ku leedahay qareen, laakiin **looma baahna inaad qareen** haysato si aad u codsato go'aan daboolid ama rafcaan u sameyso.
  - Wac qareenkaaga ama ka hel magaca qareen Ururka Qareennada Degmada ama adeegyada kale ee gudbinta. Kooxaha sharci qaar ayaa ku siin doona adeegyo sharci oo bilaash ah haddii aad u qalanto.

Buuxi Foomka Magacaabista Wakiilka haddii aad rabto qareen ama qof kale inuu wakiilkaaga noqdo. Foomku wuxuu qofka siinayaa oggolaansho inuu adiga ku metelo.

Wac Adeegyada Xubinta adoo wacaya lambarka ku hoos xusan si aad u codsato "Foomka Magacaabista Wakiilka." Waxaad sidoo kale foomka ka heli kartaa adigoo booqanaya www.cms.gov/Medicare/CMS-Forms/CMS-Forms/downloads/cms1696.pdf. **Waa inaad na siisid nuqul foomkaas oo aad ku saxiixday**.

E4. Qaybta ku habboon ee cutubkan oo kaa caawin karta

Waxaa jira afar xaaladood oo la xiriira go'aamada daboolka iyo rafcaannada. Xaalad kasta waxay leedahay xeerar iyo waqtiyo gaar ah. Faahfaahin kasta oo xaalad ah waxaan ku siinay qayb gaar ah oo cutubkan ka mid ah. Tixraac qaybta khuseysa:

- **Qaybta F**, "Adeegyada daryeelka caafimaadka, caafimaadka hab-dhaqanka iyo kuwa muddada dheer."
- **Qaybta G**, "Daawooyinka la qoro ee Medicare Qaybta D".
- **Qaybta H**, "Codsashada inaan sii daboolno joogitaankaaga isbitaalka muddo dheer."
- **Qaybta I**, "Codsashada inaan sii daboolno adeegyo caafimaad oo gaar ah." (Qaybtan waxay khuseysaa adeegyada soo socda oo kaliya: daryeelka caafimaadka guriga, daryeelka xarumaha kalkaalinta xirfadleyda, iyo Adeegyada Dayactirka Guud ee Baxnaaninta (CORF).

Haddii aadan hubin qaybta la adeegsanayo, wac Adeegyada Xubinta adoo isticmaalaya lambarka ku hoos xusan.

Haddii aad u baahan tahay caawimaad kale ama macluumaad dheeraad ah, fadlan wac Sarkaalka Baara Cabashada Shakhsi ahaaneed ee Ka dhan Maamulka ee ku aadan Barnaamijyada Caafimaadka Dadweynaha ee Maareysan lambarka 651-431-2660 ama 1-800-657-3729, ama isticmaal TTY adeega gudbinta ee MN 711 ama adeega gudbinta ee aad doorbideyso.

F. Daryeelka caafimaadka, caafimaadka dhimirka iyo adeegyada muddada dheer

Qaybtan waxay sharaxaysaa waxa laga sameeyo haddii aad qabto dhibaatooyin la xiriira daboolista daryeel caafimaad ama aad rabto inaan ku siino lacagta aad horey u bixisay daryeelkaaga.

Qaybtan waxay ku saabsan tahay faa'iidooyinkaaga daryeelka caafimaadka ee lagu sharaxay **Cutubka 4** ee *Buug-gacmeedka Xubinka*. Mararka qaarkood, xeerar kala duwan ayaa khuseeya daawooyinka Medicare Qaybta B. Marka ay xeerar gaar ah khuseeyaan, waxaan sharaxeynaa sida ay xeerarka Medicare Qaybta B ugu duwan yihiin kuwa adeegyada caafimaadka iyo alaabada.

F1. Isticmaalka qaybtan

Qaybtan waxay sharaxaysaa waxaad sameyn karto mid ka mid ah shanta xaaladood ee soo socda:

1. Waxaad u malaynaysaa in aan daboolno daryeel caafimaad oo aad u baahan tahay, laakiin aadan helin.

   Waxaad sameyn karto: Waxaad naga codsan kartaa inaan go'aan daboolid kuu samayno. Tixraac **Qaybta F2**.
2. Ma aanan oggolaan daryeel caafimaad oo dhakhtarkaaga ama bixiyaha kale ee caafimaadka uu rabay inuu ku siiyo, adiguna waxaad u malaynaysaa inaan oggolaanno.

   Waxaad sameyn karto: Waxaad rafcaan ka qaadan kartaa go'aankayaga. Tixraac **Qaybta F3**.
3. Waxaad heshay daryeel caafimaad oo aad u malaynayso inaan daboolno, laakiin ma bixin doono lacagta.

   Waxaad sameyn karto: Waxaad rafcaan ka qaadan kartaa go'aankayaga inaan lacag ku siinin. Tixraac **Qaybta F5**.
4. Waxaad heshay oo aad bixisay lacag daryeel caafimaad oo aad u malaysay inaan daboolno, haddaadse rabto inaan lacagta ku soo celinno.

   Waxaad sameyn karto: Waxaad naga codsan kartaa inaan lacagta ku soo celinno Tixraac **Qaybta F5**.
5. Waxaan dhimnay ama joojinay daboolistaada daryeel caafimaad gaar ah, adiguna waxaad u malaynaysaa in go'aankayagu dhaawac u geysan karo caafimaadkaaga.

   Waxaad sameyn karto: Waxaad rafcaan ka qaadan kartaa go'aankayaga ee dhimista ama joojinta daryeelka caafimaadka. Tixraac **Qaybta F3**.

   - Haddii daboolka uu yahay daryeelka isbitaalka, daryeelka guriga, xarumaha kalkaalinta xirfadleyda, ama adeegyada CORF, waxaa jira xeerar gaar ah. Tixraac **Qaybta H** ama **Qaybta I** si aad u ogaato wax dheeraad ah.
   - Dhammaan xaaladaha kale ee ku lug leh dhimista ama joojinta daryeelka caafimaadka, isticmaal qaybtan (**Qaybta F**) sida tilmaantaada.

F2. Codsashada go'aan daboolid

Marka go'aanka daboolka uu ku lug yeesho daryeelkaaga caafimaad, waxaa loogu yeeraa **"go'aanka ururka isku dhafan.**

Adiga, dhakhtarkaaga, ama wakiilkaaga ayaa naga codsan kara go'aan daboolid adigoo:

- Wacaya: 1-866-567-7242 TTY: 1-800-627-3529 ama 711.
- Soo diraya fakis: 1-507-431-6328
- u qoraya: Adeegyada Xubnaha
South Country Health Alliance
6380 W Frontage Rd.
Medford, MN 55049

Go'aanka daboolka ee caadiga ah

Marka aan ku siino go'aanka, waxaan isticmaalnaa wakhtiyada caadiga ah ilaa aan oggolaanno inaan isticmaalno wakhtiyada degdegga ah. Go'aan daboolitaan caadi ah wuxu la micno yahay inaan ku siino jawaab ku saabsan:

- Adeeg caafimaad ama shay 14 maalmood oo shaqo gudahood markii aan helno codsigaaga.
- Daawo Medicare Qaybta B ah 72 saacadood gudahood markii aan helno codsigaaga.

Adeeg caafimaad ama shay, waxaan qaadan karnaa ilaa 14 maalmood oo kalendar ah dheeraad ah haddii aad codsato waqti dheeri ah ama haddii aan u baahanahay macluumaad dheeraad ah oo kaa faa'iideyn kara (tusaale, xog caafimaad oo ka timaadda bixiyeyaasha aan shabakadda ku jirin). Haddii aan waqti dheeraad ah qaadanno si aan u gaarno go'aanka, waxaan kuu sheegi doonnaa qoraal ahaan. **Ma qaadan karno maalmo dheeraad ah haddii codsigaagu ku saabsan yahay daawo Medicare Qaybta B ah**.

Haddii aad u malaynayso **inaan** qaadan waqti dheeraad ah, waxaad samayn kartaa "cabasho degdeg ah" oo ku saabsan go'aankayaga ah inaan qaadanno waqti dheeraad ah. Marka aad samayso cabasho degdeg ah, waxaan ku siin doonaa jawaabta cabashadaada 24 saacadood gudahood. Habka cabashada samaynta wuu ka duwan yahay habka go'aamada daboolka iyo rafcaannada. Wixii macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan samaynta cabasho, oo ay ku jirto cabasho degdeg ah, tixraac **Qaybta K**.

Go'aan daboolitaan degdeg ah

"Go'aan daboolitaan oo degdeg ah" beddelka **"go'aan degdeg ah"**

Marka aad naga codsato inaan go'aan ka gaarno daryeelkaaga caafimaadka iyadoo xaaladda caafimaadkaaga ay u baahan tahay jawaab degdeg ah, waxaad naga codsan kartaa "go'aan daboolitaan degdeg ah." Go'aan daboolitaan degdeg ah wuxu la micno yahay inaan ku siino jawaab ku saabsan:

- Adeeg caafimaad ama shay 72 saacadood gudahood markii aan helno codsigaaga.
- Daawo Medicare Qaybta B ah 24 saacadood gudahood markii aan helno codsigaaga.

Adeeg caafimaad ama shay, waxaan qaadan karnaa ilaa 14 maalmood oo kalendar ah dheeraad ah haddii aan ogaano in xog kaa maqan ay kaa faa'iideyn karto (tusaale, xog caafimaad oo ka timaadda bixiyeyaasha aan shabakadda ku jirin) ama haddii aad u baahan tahay waqti dheeri ah si aad noogu soo dirto macluumaadka. Haddii aan waqti dheeraad ah qaadanno si aan u gaarno go'aanka, waxaan kuu sheegi doonnaa qoraal ahaan. **Ma qaadan karno waqti dheeraad ah haddii codsigaagu ku saabsan yahay daawo Medicare Qaybta B ah**.

Haddii aad u malaynayso **inaan** qaadan waqti dheeraad ah si aan u sameyno go'aanka ceymiska, waxaad samayn kartaa "cabasho degdeg ah" oo ku saabsan go'aankayaga ah inaan qaadanno waqti dheeraad ah. Wixii macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan samaynta cabasho, oo ay ku jirto cabasho degdeg ah, tixraac **Qaybta K**. Waxaan ku soo wici doonnaa sida ugu dhaqsaha badan marka aan gaarno go'aanka.

Si aad u hesho go'aan daboolitaan degdeg ah, waa inaad buuxisaa laba shuruudood:

- Waxaad codsanaysaa daboolka shay ama adeeg caafimaad oo **aadan weli helin**. Ma codsan kartid go'aan daboolitaan degdeg ah oo ku saabsan lacag-bixinta waxyaabaha ama adeegyada aad hore u heshay.

- Isticmaalka wakhtiyada caadiga ah **waxay dhaawici kartaa caafimaadkaaga** ama ay ku xannibi kartaa awooddaada shaqeyn.

Waxaan si toos ah kuu siineynaa go’aan daboolitaan degdeg ah haddii dhakhtarkaagu noogu sheego in caafimaadkaaga uu u baahan yahay. Haddii aad codsato adigoon taageero ka helin dhakhtarkaaga, annaga ayaa go’aamin doona haddii aad u qalanto go’aan daboolitaan oo degdeg ah.

- Haddii aan go’aansano in xaaladdaada caafimaad aysan buuxin shuruudaha loogu baahan yahay go’aan daboolitaan oo degdeg ah, waxaan kuu soo diraynaa warqad oo aan isticmaaleyno wakhtiyada caadiga ah. Warqadda ayaa kuu sheegi doonta:
  - Haddii dhakhtarkaagu codsado, si toos ah ayaan kuu siin doonnaa go’aan daboolitaan degdeg ah.
  - Sida aad u gudbin karto “cabasho degdeg ah” oo ku saabsan go’aankeena daboolka ee caadiga ah oo aanu isticmaalnay halkii aan ka isticmaali lahayn go’aan daboolitaan degdeg ah. Wixii macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan samaynta cabasho, oo ay ku jirto cabasho degdeg ah, tixraac **Qaybta K**.

Haddii aan diidno dhammaan ama qayb ka mid ah codsigaaga, waxaan kuu soo diri doonnaa warqad oo sharaxaysa sababaha.

- Haddii aan **diidno**, waxaad leedahay xuquuq aad ku sameyn karto rafcaan. Haddii aad u malaynayso inaan qalad sameynnay, rafcaan sameynta waa hab rasmi ah oo aad naga codsan karto inaan dib u eegno oo aan bedelno go’aanka.
- Haddii aad go’aansato inaad rafcaan sameyso, waxaad bilaabeysaa Heerka 1 ee nidaamka rafcaanka (tixraac **Qaybta F3** ee hoose).

Xaalado kooban, waxaan diidi karnaa codsigaaga go’aan daboolid, taasoo macnaheedu yahay inaanan dib u eegayn codsigaaga. Tusaalooyinka xaaladaha codsiga la diidi karo waxaa ka mid ah:

- Haddii codsiga uusan dhammaystirnayn,
- Haddii qof adiga ku matalaya uu sameeyo codsiga laakiin uusan haysan oggolaansho sharci ah inuu sidaas sameeyo, **ama**
- Haddii aad codsatid in codsigaaga laga laabto.

Haddii aan diidno codsi go’aan daboolid, waxaan kuu soo diri doonnaa ogeysiis ku sharxaya sababta loo diiday codsiga iyo sida aad uga dalban karto dib u eegista diidmadaas. Dib-u-eegistan waxaa loogu yeeraa rafcaan. Rafcaan nada waxaa lagu sharaxayaa qaybta xigta.

F3. Samaynta Rafcaan Heerka 1

Si aad rafcaan u bilowdo, adiga, dhakhtarkaaga, ama wakiilkaaga waa inaad nala soo xiriirtaan. Wac lambarka 1-866-567-7242. Wixii faahfaahin dheeraad ah ee ku saabsan sida naloola soo xiriiri karo si loo sameeyo rafcaan, tixraac **Cutubka 2, Qaybta A**.

Codso rafcaan caadi ah ama rafcaan degdeg ah adigoo noogu soo qoraya ama na soo wacaya lambarka 1-866-567-7242 ama TTY 711. Wicitaanka waa lacag la'aan.

- Haddii dhakhtarkaaga ama qoraaga kale uu codsado in lagu sii wado adeegga ama shayga aad horey u heli jirtay inta lagu jiro rafcaankaaga, waxaa laga yaabaa inaad u magacowdid wakiil si uu kuugu matalo.
- Haddii qof kale oo aan ahayn dhakhtarkaaga uu rafcaan kuu sameeyo, waa inaad soo gudbisaa Foomka Magacaabista Wakiilka oo oggolaanaya qofkaas inuu ku metelo. Waxaad foomkan ka heli kartaa adigoo booqanaya www.cms.gov/Medicare/CMS-Forms/CMS-Forms/downloads/cms1696.pdf ama degelkeena internetka www.mnscha.org > Programs > Medicare Programs > AbilityCare > Part D Prescription Drug Benefit > Coverage Determinations, Appeals, and Exceptions.
- Waxaan aqbali karnaa codsiga rafcaanka iyadoon foomka laga helin, laakiin ma bilaabi karno ama dhamaystiri karno dib-u-eegista ilaa aan helno foomkaas. Haddii aanan helin foomka kahor wakhtiga kama dambaysta ah ee go’aanka rafcaanka:
  - Waxaan diidnaa codsigaaga, oo
  - Waxaan kuu soo diraynaa ogeysiis qoraal ah oo sharxaya xuquuqdaada inaad ka codsato IRO dib-u-eegis ku saabsan go’aankayaga ah diidmada rafcaankaaga.

- Waa inaad rafcaan samaysaa 65 maalmood oo kalandarka ah gudahood laga bilaabo taariikhda warqadda aan kuu soo dirnay oo ku sheegaysa go'aankayaga.
- Haddii aad ka dib dhacdo wakhtiga kama dambaysta ah oo aad leedahay sabab wanaagsan, waxaan ku siin karnaa waqti dheeraad ah si aad rafcaan u sameyso. Tusaalooyinka sababaha wanaagsan waxaa ka mid ah xaalado sida inaad qabtay xanuun halis ah ama aan ku siinnay macluumaad khaldan oo ku saabsan wakhtiga kama dambaysta ah. Sharax sababta rafcaankaaga uu dib ugu dhacay marka aad sameyso rafcaan ka.
- Waxaad leedahay xaq aad ku dalban karto nuqul lacag la'aan ah oo macluumaadka la xiriira rafcaankaaga. Adiga iyo dhakhtarkaaguba waxaad noo soo gudbin kartaan macluumaad dheeraad ah si aad u taageertaan rafcaankaaga.

Haddii xaaladdaada caafimaad ay u baahan tahay, codso rafcaan degdeg ah.

Erayga sharciyeed ee "rafcaan degdeg ah" waa **"dib-u-eegis degdeg ah**."

- Haddii aad rafcaan ka qaadatid go'aan aane ka gaarnay daboolka daryeel caafimaad oo aadan helin, adiga iyo/ama dhakhtarkaaga ayaa go'aaminaya haddii aad u baahan tahay rafcaan degdeg ah.

Waxaan si toos ah kuu siin doonnaa rafcaan degdeg ah haddii dhakhtarkaagu noo sheego in caafimaadkaagu uu u baahan yahay. Haddii aad codsato adigoon taageero ka helin dhakhtarkaaga, annaga ayaa go'aamin doona haddii aad u qalanto rafcaan degdeg ah.

- Haddii aan go'aansano in caafimaadkaagu uusan buuxin shuruudaha rafcaan degdeg ah, waxaan kuu soo diri doonnaa warqad ku sharxaysa sababta oo aan isticmaali doonnaa wakhtiyada caadiga ah. Warqadda ayaa kuu sheegi doonta:
  - Waxaan si toos ah kuu siin doonnaa rafcaan degdeg ah haddii dhakhtarkaagu codsado.
  - Sida aad u samayn karto "cabasho degdeg ah" oo ku saabsan go'aankayaga ah inaan isticmaalno wakhtiyada caadiga ah halkii aan ka isticmaali lahayn wakhtiyada degdegga ah. Wixii macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan samaynta cabasho, oo ay ku jirto cabasho degdeg ah, tixraac **Qaybta K**.

Haddii aan kuu sheegno inaan joojinayno ama dhimeyno adeegyo ama shay aad horey u heli jirtay, waxaa laga yaabaa inaad sii wadan karto adeegyadaas inta rafcaankaaga socdo.

- Haddii aan go'aansano inaan bedelno ama joojino daboolista adeeg ama shay aad heli jirtay, waxaan kuu soo diri doonnaa ogeysiis ka hor inta aan tallaabada qaadin.
- Haddii aad ku khilaafsan tahay go'aankayaga, waxaad gudbin kartaa Rafcaan Heerka 1.
- Waxaan sii wadi doonaa daboolista adeegga ama shayga haddii aad rafcaanka Heerka 1 samaysid 10 maalmood oo kalandarka ah gudahood laga bilaabo taariikhda ku qoran warqaddayada ama taariikhda loo qorsheeyay ficilka, hadba ta dambe.
  - Haddii aad buuxiso wakhtigan kama dambaysta ah, waxaad heli doontaa adeegga ama shayga iyadoo aan waxba laga bedelin inta rafcaan kaaga Heerka 1 uu socdo.
  - Sidoo kale waxaad heli doontaa adeegyada kale ama shayada (kuwa aan la xiriirin rafcaankaaga) iyagoo aan waxba laga bedelin.
  - Haddii aadan rafcaan samayn ka hor taariikhdaas, markaa adeeggaaga ama shaygaaga lama sii wadi doono inta aad sugayso go'aanka rafcaankaaga.

Waxaan dib u eegnaa rafcaankaaga oo aan ku siin doonnaa jawaabta.

- Markaan dib u eegayno rafcaankaaga, waxaan si taxadar leh u eegnaa dhammaan macluumaadka la xiriira codsigaaga daboolka daryeelka caafimaadka.
- Waxaan hubinaynaa inaan si sax ah u raacnay dhammaan xeerarka markii aan **diidnay** codsigaaga.
- Waxaan uruuriyaa macluumaad dheeraad ah haddii aan u baahanno. Waxaa laga yaabaa inaan kula xiriirno adiga ama dhakhtarkaaga si aan u helno macluumaad dheeraad ah.

Waxaa jira wakhtiyo kama dambays ah oo loogu talagalay rafcaan degdeg ah:

- Marka aan isticmaalno wakhtiyada degdegga ah, waa inaan ku siino jawaabta **72 saacadood gudahood laga bilaabo markaan helno rafcaan kaaga**. Waxaan ku siin doonaa jawaabta si ka dhakhso badan haddii caafimaadkaagu u baahan yahay.

- Haddii aad codsato waqti dheeraad ah ama aan u baahanno macluumaad dheeraad ah oo kaa faa'iideyn kara, **waxaan qaadan karnaa ilaa 14 maalmood** oo dheeri ah haddii codsigaagu ku saabsan yahay shay caafimaad ama adeeg.
  - Haddii aan qaadanno waqti dheeraad ah, waxaan kuu sheegi doonnaa qoraal ahaan.
  - Haddii codsigaagu ku saabsan yahay daawo Medicare Qaybta B ah, ma qaadan karno waqti dheeraad ah si aan go'aan u gaarno.
  - Haddii aanan ku siin jawaabta 72 saacadood gudahood ama dhamaadka waqtiyada dheeraadka ah ee aan qaadanno, waa inaan u gudbinaa codsigaaga Heerka 2 ee nidaamka rafcaan ka. IRO ayaa markaas dib u eegaysa. Qaybta hoose ee **cutubkan F4**, waxay sharaxaysaa hay'addan iyo habka Heerka 2 ee rafcaan ka. Haddii dhibaatadaadu ay ku saabsan tahay daboolka adeeg Kaalmada Caafimaadka ah ama shay, waxaad isla markiiba gudbin kartaa Rafcaan Heerka 2 – Dhageysi Cadaalad ah oo aad u dirsan karto dowlad-goboleedkaaga. Minnesota gudaheeda, Dhageysi Cadaalad ah waxaa loogu yeeraa Rafcaanka Gobolka.
- **Haddii aan kuu oggolaanno qayb ka mid ah ama dhammaan codsigaaga**, waa inaan oggolaannaa ama bixinno daboolka aan oggolaanay 72 saacadood gudahood laga bilaabo markii aan helno rafcaankaaga.
- **Haddii aan diidno qayb ka mid ah ama dhammaan codsigaaga**, waxaan u dirnaa rafcaankaaga IRO si loogu sameeyo Rafcaan Heerka 2.

Waxaa sidoo kale jira wakhtiyo kama dambays ah oo loogu talagalay rafcaanka caadiga ah:

- Marka aan isticmaalno wakhtiyada caadiga ah, waa inaan ku siino jawaabta **30 maalmood** oo kalandarka ah gudahood haddii rafcaan kaagu ku saabsan yahay adeegyo aadan helin.
- Haddii codsigaagu ku saabsan yahay daawo Medicare Qaybta B ah oo aadan helin, waxaan ku siinnaa jawaabta **7 maalmood** oo kalandarka ah gudahood ama si dhakhso badan haddii caafimaadkaagu u baahan yahay.
- Haddii aad codsato waqti dheeraad ah ama aan u baahanno macluumaad dheeraad ah oo kaa faa'iideyn kara, **waxaan qaadan karnaa ilaa 14 maalmood** oo dheeri ah haddii codsigaagu ku saabsan yahay shay caafimaad ama adeeg.
  - Haddii aan qaadanno waqti dheeraad ah, waxaan kuu sheegi doonnaa qoraal ahaan.
  - Haddii codsigaagu ku saabsan yahay daawo Medicare Qaybta B ah, ma qaadan karno waqti dheeraad ah si aan go'aan u gaarno.
  - Haddii aad u malaynayso **inaan** qaadan waqti dheeraad ah, waxaad gudbin kartaa cabasho degdeg ah oo ku saabsan go'aankayaga. Marka aad gudbiso cabasho degdeg ah, waxaan ku siinnaa jawaab 24 saacadood gudahood. Wixii macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan samaynta cabasho, oo ay ku jirto cabasho degdeg ah, tixraac **Qaybta K**.
  - Haddii aanan ku siinin jawaab wakhtiga kama dambaysta ah ama dhamaadka maalmaha dheeraadka ah ee aan qaadannay, waa inaan u gudbinaa codsigaaga Heerka 2 ee nidaamka rafcaanka. IRO ayaa markaas dib u eegaysa. Qaybta hoose ee **cutubkan F4**, waxay sharaxaysaa hay'addan iyo habka Heerka 2 ee rafcaan ka. Haddii dhibaatadaadu ay ku saabsan tahay daboolka adeeg Kaalmada Caafimaadka ah ama shay, waxaad isla markiiba gudbin kartaa Rafcaan Heerka 2 – Dhageysi Cadaalad ah oo aad u dirsan karto dowlad-goboleedkaaga. Minnesota gudaheeda, Dhageysi Cadaalad ah waxaa loogu yeeraa Rafcaanka Gobolka.

Haddii aan oggolaanno qayb ka mid ah ama dhammaan codsigaaga, waa inaan oggolaanno ama bixino daboolka aan ku heshiinnay 30 maalmood oo kalandarka ah gudahood ama **7 maalmood** oo kalandarka ah gudahood haddii codsigaagu ku saabsan yahay daawo Medicare Qaybta B ah, laga bilaabo markii aan helno rafcaankaaga.

Haddii aan **diidno** qayb ama dhammaan codsigaaga, **waxaad leedahay xuquuq dheeri ah oo racfaan ah**:

- Haddii aan **diidno** dhammaan ama qayb ka mid ah wixii aad codsatay, waxaan kuu soo diri doonaa warqad.
- Haddii dhibaatadaadu ku saabsan tahay caymiska adeegga Medicare ama shey, warqadda ayaa kuu sheegi doonta inaan kiiskaaga u gudbinay IRO si loogu qaado Racfaanka Heerka 2.
- Haddii dhibaatadaadu ku saabsan tahay caymiska adeegga ama sheyga Kaalmada Caafimaadka, warqadda ayaa kuu sheegi doonta sida aad adigu u gudbin karto Racfaanka Heerka 2.

F4. Samaynta Racfaanka Heerka 2

Haddii aan **diidno** dhammaan ama qayb ka mid ah Racfaankaada Heerka 1, waxaan kuu soo diri doonaa warqad. Warqaddan waxay kuu sheegaysaa haddii Medicare, Kaalmada Caafimaadka, ama labadaba ay caadiyan daboolaan adeegga ama sheyga.

- Haddii dhibaatadaadu ku saabsan tahay adeeg ama shey Medicare caadiyan daboolo, waxaan si toos ah u gudbinaynaa kiiskaaga Heerka 2 ee habka racfaanka marka Racfaanka Heerka 1 dhammaado.
- Haddii dhibaatadaadu ku saabsan tahay adeeg ama sheyga Kaalmada Caafimaadka caadiyan daboolo, waxaad adigu gudbin kartaa Racfaanka Heerka 2. Warqaddu waxay kuu sheegi doontaa sida tan loo sameeyo. Waxaan sidoo kale ku darnay macluumaad dheeri ah qaybta dambe ee cutubkan.
- Haddii dhibaatadaadu ku saabsan tahay adeeg ama shey ay **Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka labaduba** dabooli karaan, waxaad si toos ah u heleysaa Racfaanka Heerka 2 oo leh IRO. Waxaad sidoo kale codsan kartaa Dhageysi Cadaalad ah oo gobolka la xiriira.

Haddii aad xaq u lahayd sii wadida faa'iidooyinka markaad gudbineysay Racfaanka Heerka 1, faa'iidooyinkaaga adeegga, sheyga, ama daawada racfaanka ku jira waxay sidoo kale sii socon karaan inta lagu jiro Heerka 2. Tixraac **Qaybta F3** si aad u hesho macluumaad ku saabsan sii wadida faa'iidooyinka inta Racfaanka Heerka 1 socdo.

- Haddii dhibaatadaadu ku saabsan tahay adeeg caadiyan ay Medicare daboolo oo keliya, faa'iidooyinkaaga adeeggaas ma sii socon doonaan inta lagu jiro habka racfaanka Heerka 2 ee leh IRO.
- Haddii dhibaatadaadu ku saabsan tahay adeeg caadiyan ay Kaalmada Caafimaadka daboolo oo keliya, faa'iidooyinkaaga adeeggaas way sii soconayaan haddii aad gudbiso Racfaanka Heerka 2 gudahooda 10 maalmood oo shaqo marka aad hesho go'aankeena warqadda.

Marka dhibaatadu tahay adeeg ama shey Medicare caadiyan daboolo

IRO waxay dib u eegtaa racfaankaaga. Waa hay'ad madax-bannaan oo ay Medicare shaqaaleysiisay.

> Magaca rasmiga ah ee "Ururka Dib-u-eegista **Madaxa Bannaan**" **(IRO) waa "Hay'adda Dib-u-eegista Madaxa Bannaan**", oo mararka qaarkoodna loogu yeedho "**(IRE)**."

- Hay'addan kuma xirna annaga mana ahan hay'ad dawladeed. Medicare ayaa shirkadda u xulatay IRO waxayna kormeeraan shaqadooda.
- Waxaan u dirnaa macluumaadka racfaan kaaga (kaaga ah "galka kiiska") hay'addan. Waxaad xaq u leedahay nuqul bilaash ah oo ka mid ah galka kiiskaaga.
- Waxaad xaq u leedahay inaad IRO siiso macluumaad dheeraad ah si aad ugu taageerto racfaan kaaga.
- Dib-u-eegayaasha IRO waxay si taxadar leh u eegayaan dhammaan macluumaadka la xiriira racfaankaaga.

Haddii aad heshay racfaan degdeg ah Heerka 1, waxaad sidoo kale leedahay racfaan degdeg ah Heerka 2.

- Haddii aad noogu gudbisay racfaan degdeg ah Heerka 1, waxaad si toos ah u heleysaa racfaan degdeg ah Heerka 2. IRO waa inay ku siiso jawaabta Racfaankaaga Heerka 2 gudahooda **72 saacadood** marka ay racfaankaaga helaan.
- Haddii codsigaagu ku saabsan yahay adeeg caafimaad ama shey iyo IRO ay u baahan tahay inay ururiso macluumaad dheeraad ah oo kaa faa'iideyn kara, **waxay qaadan kartaa ilaa 14 maalmood oo shaqo dheeraad ah**. IRO ma qaadan karto waqti dheeraad ah si ay go'aan uga gaarto haddii codsigaagu ku saabsan yahay daawooyinka qoro Medicare Qaybta B.

Haddii aad heshay racfaan caadi ah Heerka 1, waxaad sidoo kale leedahay racfaan caadi ah Heerka 2.

- Haddii aad noogu gudbisay racfaan caadi ah Heerka 1, waxaad si toos ah u heleysaa racfaan caadi ah Heerka 2.
- Haddii codsigaagu ku saabsan yahay adeeg caafimaad ama shey, IRO waa inay ku siiso jawaabta Racfaankaaga Heerka 2 gudahooda **30 maalmood** oo shaqo marka ay racfaan kaaga helaan.
- Haddii codsigaagu ku saabsan yahay daawooyinka qoro Medicare Qaybta B, IRO waa inay ku siiso jawaabta Racfaan kaaga Heerka 2 gudahooda **7 maalmood** oo shaqo marka ay racfaan kaaga helaan.

- Haddii codsigaagu ku saabsan yahay adeeg caafimaad ama shey iyo IRO ay u baahan tahay inay ururiso macluumaad dheeraad ah oo kaa faa’iideyn kara, **waxay qaadan kartaa ilaa 14 maalmood oo shaqo dheeraad ah**. IRO waxeey qaadataa waqti dheeraad ah si ay go’aan uga gaarto haddii codsigaagu ku saabsan yahay daawooyinka qoro Medicare Qaybta B.

IRO waxay ku siineysaa jawaabtooda qoraal waxayna sharxeysaa sababaha go’aanka.

- **Haddii IRO ay Haa dhahdo qayb ama dhammaan codsiga adeeg caafimaad ama shey**, waa inaan:
    - Ansixinaa caymiska adeegga caafimaadka gudahooda **72 saacadood**, **ama**
    - Bixinaa adeegga gudahooda **14 maalmood** oo shaqo kadib markaan helno go’aanka IRO **ee codsiyada caadiga ah**, **ama**
    - Bixinaa adeegga gudahooda **72 saacadood** laga bilaabo taariikhda aan helno go’aanka IRO **ee codsiyada degdegga ah**.
- **Haddii IRO ay Haa dhahdo qayb ama dhammaan codsiga daawooyinka qoro Medicare Part B, waa inaan ansixinaa ama bixinaa daawooyinka Medicare Part B ee lagu muransan yahay**:
    - **Gudahooda 72 saacadood** kadib markaan helno go’aanka IRO ee **codsiyada caadiga ah**, **ama**
    - **Gudahooda 24 saacadood** laga bilaabo taariikhda aan helno go’aanka IRO ee c**odsiyada degdegga ah**.
- **Haddii IRO ay Maya dhahdo qayb ama dhammaan racfaan kaaga**, waxay ka dhigan tahay inay ku raacsan yihiin inaanan ansixin codsigaaga (ama qayb ka mid ah codsigaaga) ee caymiska daryeelka caafimaadka. Tan waxaa loo yaqaannaa “taageeridda go’aanka” ama “diidmada racfaan kaaga.”
    - Haddii kiiskaaga uu buuxiyo shuruudaha, waxaad dooran kartaa inaad racfaanka sii wadato.
    - Waxaa jira saddex heer oo dheeraad ah oo ah habka racfaanka ka dib Heerka 2, oo ah guud ahaan shan heerar.
    - Haddii Racfaanka Heerka 2 lagaa diido oo aad buuxiso shuruudaha si aad ugu sii socoto habka racfaanka, waa inaad go’aansataa haddii aad u gudbi doonto Heerka 3 oo aad samayn doonto racfaan saddexaad. Faahfaahinta ku saabsan sida tan loo sameeyo waxaa ku jira ogeysiiska qoraalka ah ee aad ka helaysid Racfaankaaga Heerka 2 kadib.
    - Garsoore Sharciyeed Maamul (ALJ) ama qof sharci yaqaan ah ayaa maamula Racfaanka Heerka 3. Tixraac **Qaybta J** si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan Heerarka 3, 4, iyo 5 ee Racfaan ka.

Marka dhibaatadaadu tahay adeeg ama shey Kaalmada Caafimaadka caadiyan daboolo, ama ay daboolaan labadaba Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka

Racfaan ka Heerka 2 ee adeegyada ay Kaalmada Caafimaadka caadiyan daboolo waa Dhageysi Cadaalad ah oo gobolka ka dhaca. Minnesota gudaheeda, Dhageysi Cadaalad ah waxaa loogu yeeraa Rafcaanka Gobolka. Waa inaad codsataa Dhageysi Cadaalad ah qoraal ahaan ama taleefan ahaan gudahooda **120 maalmood** oo shaqo laga bilaabo taariikhda aan soo dirnay warqadda go’aanka ee Racfaan ka Heerka 1. Warqadda aad naga hesho waxay kuu sheegi doontaa halka aad u gudbin karto codsigaaga Dhageysi Cadaalad ah.

Waa inaad codsataa Racfaan ka Gobolka gudahooda 120 maalmood oo shaqo laga bilaabo taariikhda go’aanka qorshaha ee racfaanka.

Boosto ugu dir, fakis ugu dir, ama ku gudbi codsigaaga qoraalka ah cinwaanka:

Waaxda Adeegyada Aadamaha ee Minnesota
Xafiiska Racfaanka
P.O. Box 64941
St. Paul, MN 55164-0941

Fakiska: 651- 431-7523

Foomka Racfaan-qaadashada Onlaynka:
edocs.dhs.state.mn.us/lfserver/Public/DHS-0033-ENG

Garsoore Arrimaha Aadanaha oo ka socda Xafiiska Racfaanka Gobolka ayaa qaban doona dhageysiga. Kulankaaga waxa uu ahaan doonaa mid khadka taleefanka ah haddii aadan codsan kulan fool ka fool ah. Inta lagu jiro dhageysigaaga, u sheeg Garsooraha sababta aad ugu diidan tahay go’aanka uu qorshuhu sameeyay. Waxaad weydiisan kartaa saaxiib, qaraabo, u doode, bixiye, ama qareen inuu ku caawiyo.

Nidaamku waxa uu qaadan karaa inta u dhaxaysa 30 ilaa 90 maalmood. Haddii dhageysigaaga uu ku saabsan yahay adeeg degdeg ah oo aad u baahan tahay jawaab degdeg ah, u sheeg Xafiiska Racfaanka Gobolka marka aad dirayso codsiga dhageysigaaga. Haddii dhageysigaaga uu ku saabsan yahay diidmada baahi caafimaad, waxaad ka codsan kartaa ra'yi caafimaad oo khabiir ah oo ka socda dibadda. Wax kharash ah oo kugu kacaya ma jiro.

Haddii aad u baahan tahay caawimaad mar kasta oo nidaamka lagu jiro, wac Sarkaalka Baara Cabashada Shakhsi ahaaneed ee Ka dhan Maamulka ee ku aadan Barnaamijyada Caafimaadka Dadweynaha ee Maamulka Dadweynaha taleefannada 651-431-2660 ama 1-800-657-3729 ama TTY adeega gudbinta ee MN 711, ama adeega gudbinta ee aad doorbideyso.

Xafiiska Dhageysiga Cadaaladdu wuxuu ku siinayaa go’aankooda qoraal ah oo ay sharaxayaan sababaha.

- Haddii Xafiiska Dhageysiga Cadaaladdu uu yiraahdo **Haa** qayb ama dhammaan codsiga alaabta ama adeega caafimaad, waa inaan oggolaano ama bixino adeega ama shayga **72 saacadood gudahood** marka aan helno go’aankooda.
- Haddii Xafiiska Dhageysiga Cadaaladdu uu yiraahdo **Maya** qayb ama dhammaan racfaankaaga, waxay la micno tahay inay ku raacsan yihiin inaanan oggolaan codsigaaga (ama qayb ka mid ah codsigaaga) ee ku saabsan daryeel caafimaad. Tan waxaa loo yaqaannaa “taageeridda go’aanka” ama “diidmada racfaan kaaga.”

Haddii go’aanka IRO ama Xafiiska Dhageysiga Cadaaladdu uu yahay **Maya** qayb ama dhammaan codsigaaga, waxaad leedahay xuquuq racfaan oo dheeraad ah.

Haddii Racfaanka Heerka 2 uu tago **IRO**, waxaad mar kale racfaan ka qaadan kartaa kaliya haddii qiimaha adeegga ama alaabta aad rabto uu gaaro heerka ugu yar ee loo baahan yahay. Garsoore Sharciyeed Maamul (ALJ) ama qof sharci yaqaan ah ayaa maamula Racfaan ka Heerka 3. **Warqadda aad ka hesho IRO waxay sharxaysaa xuquuqda racfaanka dheeraadka ah ee aad yeelan karto**.

Warqadda aad ka hesho Xafiiska Dhageysiga Cadaaladdu waxay sharxaysaa doorashada racfaanka xiga.

Tixraac **Qaybta J** si aad u hesho macluumaad dheeri ah oo ku saabsan xuquuqdaada racfaanka kadib Heerka 2.

F5. Dhibaatada Lacag-bixinta

Uma oggolin bixiyeyaashayada shabakadda inay kaa qaadaan lacag adeegyo iyo alaabo caymiska ku jirta. Tani waa run xitaa haddii aan bixiye u bixino lacag ka yar inta uu bixiyaha ku dalacayo adeeg ama shay caymiska ku jira. Waligaa laguma qasbi doono inaad bixiso hadhaaga biil kasta.

Si toos ah kuuma soo celin karno lacag adeeg caafimaad ah oo hoos yimaada Caawinta Caafimaadka. Haddii aad hesho biil ku saabsan adeegyo iyo alaabo caymiska Kaalmada Caafimaadkaa ku jira, noo soo dir biilka. Adigu ma ahan inaad bixiso biilka naftaada. Waxaan si toos ah ula xiriiri doonaa bixiyaha oo waxaan xallin doonaa dhibaatada. Haddii aad bixiso biilka, waxaad heli kartaa lacag celin ah oo ka timaadda bixiyaha daryeelka caafimaadka haddii aad raacday xeerarka ku saabsan helitaanka adeegyada ama alaabta.

Haddii aad naga rabto inaan kugu soo celinno lacagta adeeg **Medicare** ah ama alaab ah ama aad naga codsanayso inaan bixiye u bixino adeeg ama alaab Kaalmada Caafimaadka oo aad bixisay, waxaad naga codsanaysaa inaan go’aan caymis gaadhno. Waxaannu hubin doonaa haddii adeegga ama alaabta aad bixisay ay caymiska ku jirto iyo haddii aad raacday dhammaan xeerarka isticmaalka caymiskaaga. Wixii macluumaad dheeraad ah, tixraac **Cutubka 7** ee *Buug-gacmeedkaaga Xubinka.*

- Haddii adeegga ama alaabta aad bixisay uu caymiska ku jiro oo aad raacday dhammaan xeerarka, waxaannu u diri doonaa bixiyaha lacagta adeega ama alaabta badanaa 30 maalmood gudahood, laakiin aan ka dambeyn 60 maalmood kadib marka aan helno codsigaaga. Bixiyuhu kadib wuxuu lacagta kuugu soo diri doonaa.
- Haddii aadan wali bixin adeegga ama alaabta, waxaannu lacagta si toos ah ugu diri doonaa bixiyaha. Marka aan lacagta dirno, waxay la micno tahay inaan **Haa** ku dhahnay codsigaaga go’aanka caymiska.
- Haddii adeegga ama alaabta aysan caymiska ku jirin ama aadan raacin dhammaan xeerarka, waxaan kuu soo diri doonaa warqad kuu sheegaysa inaanan bixin doonin adeegga ama alaabta oo aan sharaxeyno sababta.

Haddii aadan ku raacsanayn go’aankayaga inaan bixin, **waxaad samayn kartaa racfaan**. Raac nidaamka racfaanka ee lagu sharaxay **Qaybta F3**. Markaad raacayso tilmaamahaan, la soco:

- Haddii aad racfaan ka qaadanayso si aan kuugu soo celinno lacagtaada, waa inaan ku siinnaa jawaab 30 maalmood gudahood kadib marka aan helno racfaankaaga.
- Haddii aad naga codsato inaan kuugu soo celinno lacagta daryeel caafimaad oo aad naftaada bixinaysay, ma codsan kartid racfaan degdeg ah.

Haddii jawaabtayada racfaankaaga ay tahay **Maya** oo **Medicare** caadiyan daboolo adeegga ama alaabta, waxaan u gudbin doonnaa kiiskaaga IRO. Waxaan kuu soo diri doonaa warqad haddii tan ay dhacdo.

- Haddii IRO uu beddelo go’aankayaga oo uu yiraahdo waa inaan bixinnaa, waa inaan ku siinnaa lacagta ama u dirno bixiyaha 30 maalmood gudahood. Haddii jawaabta racfaankaaga ay tahay **Haa** heer kasta oo nidaamka racfaanka ah kadib Heerka 2, waa inaan lacagta kuugu dirnaa ama u dirnaa bixiyaha daryeelka caafimaadka 60 maalmood gudahood.
- Haddii IRO uu yiraahdo **Maya** racfaankaaga, waxay la micno tahay inay ku raacsan yihiin inaanan oggolaan codsigaaga. Tan waxaa loo yaqaannaa “taageeridda go’aanka” ama “diidmada racfaan kaaga.” Waxaad heli doontaa warqad sharxaysa xuquuqda racfaanka dheeraadka ah ee aad yeelan karto. Tixraac **Qaybta J** si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan heerarka dheeraadka ah ee racfaan-qaadashada.

Haddii jawaabta racfaankaaga ay tahay **Maya** oo Kaalmada Caafimaadka caadiyan daboolo adeegga ama alaabta, waxaad si toos ah u gudbin kartaa naftaadaba Racfaan ka Heerka 2. Tixraac **Qaybta F4** wixii macluumaad dheeraad ah.

G. Dawooyinka Medicare Qaybta D

Dheefo yinkaaga xubin ahaan qorshahayaga waxay ka mid yihiin caymiska dawooyin badan. Inta badan waa dawooyinka Medicare Qaybta D. Waxaa jira dawooyin kooban oo aan Medicare Qaybta D daboolin oo laga yaabo in Kaalmada Caafimaadka daboolo. **Qaybtani waxay khuseysaa oo kaliya racfaanka dawooyinka Medicare Qaybta D**. Waxaan odhan doonaa “dawo” inta soo hadhay qaybtan halkii aan mar kasta ku odhan lahayn “dawooyinka Medicare Qaybta D.” Wixii dawooyinka kaliya ee ay Caawinta Caafimaadku daboolaan, raac nidaamka lagu sharaxay **Qaybta E**.

Si daawo loo daboolo, waa in loo isticmaalaa ujeeddo caafimaad oo la aqoonsan yahay. Taas macnaheedu waa in daawada la ogolaaday oo ay ansixisay Hay’adda Maamulka Cuntada iyo Daawooyinka (Food and Drug Administration, FDA) ama ay taageereen tixraacyada caafimaadka qaarkood. Tixraac **Cutubka 5** ee *Buug-gacmeedkan Xubinka* si aad wax badan uga ogaato ujeeddo caafimaad oo la aqoonsan yahay.

G1. Go’aannada daboolidda Medicare Qaybta D iyo rafcaanada

Waa kuwan tusaalooyinka go’aannada daboolidda ee aad naga codsan karto ku saabsan daawooyinkaaga Medicare Qaybta D:

- Waxaad naga codsataa inaan sameyno ka-reebis, oo ay ku jiraan inaad naga codsato:
  - inaan daboolno daawo Medicare Qaybta D ah oo aan ku jirin Liiska Daawooyinkayaga ama
  - inaan ka saarno xaddidaadyo ku saabsan dabooliddeena daawo (sida xaddidaadda inta aad heli karto).
- Waxaad naga weydiisataa haddii daawo lagu dabooli karo adiga (sida marka daawadaadu ku jirto Liiska Daawooyinkayaga laakiin aan u baahan nahay ogolaansho ka hor inta aannan daboolin).

FIIRO GAAR AH: Haddii farmashiyahaagu kuu sheego in warqadda daawayntaada aan lagu buuxin karin sidii loo qoray, farmashiyuhu wuxuu ku siinayaa ogeysiis qoraal ah oo sharxaya sida aad nala soo xiriiri karto si aad u codsato go’aan daboolid.

> Go’aanka hore ee daboolka ee ku saabsan daawooyinkaaga Medicare Qaybta D waxaa loogu yeeraa “**go’aamin daboolid.**”

- Waxaad naga codsaneysaa inaan bixinno lacagta daawo aad hore u soo iibsatay. Tani waa codsi go’aan daboolid oo ku saabsan lacag bixinta.

Haddii aad diiddo go'aanka daboolid ee aan sameynay, waxaad rafcaan ka qaadan kartaa go'aankeena. Qaybtani waxay ku tusaysaa sida aad ugu codsan karto go'aan daboolid iyo sida aad rafcaan u sameyn karto. Isticmaal jaantuska hoose si uu kuugu caawiyo.

Waa kee xaaladda aad ku sugan tahay?			
Waxaad u baahan tahay daawo aan ku jirin Liiska Daawooyinkayaga ama waxaad u baahan tahay inaan ka saarno xeer ama xaddidaad daawo aan daboolno.	Waxaad rabtaa inaan daboolno daawo ku jirta Liiska Daawooyinkayaga, oo aad u maleyneyso inaad buuxisay shuruudaha qorshaha ama xaddidaadyada (sida helitaanka ogolaansho horudhac ah) ee daawada aad u baahan tahay.	Waxaad rabtaa inaad naga codsato inaan ku soo celinno lacagta daawo aad hore u iibsatay oo aad lacag bixisay.	Waxaan kuugu sheegnay inaanan daboolin ama bixin doonin daawo sida aad rabto.
Waxaad naga codsan kartaa inaan sameyno ka-reebis. (Tani waa nooc go'aan daboolid ah).	**Waxaad naga codsan kartaa go'aan daboolid.**	**Waad naga codsan kartaa inaan lacagta kuu soo celinno.** (Tani waa nooc go'aan daboolid ah).	**Waxaad sameyn kartaa rafcaan.** (Tani micnaheedu waa inaad naga codsaneyso inaan dib uga fiirsanno).
Ka bilow **Qaybta G2**, ka dibna tixraac **Qaybaha G3** iyo **G4**.	Tixraac **Qaybta G4.**	Tixraac **Qaybta G4**.	Tixraac **Qaybta G5**.

G2. Ka-reebitaanada Medicare Qaybta D

Haddii aanaan ku daboolin daawo sida aad rabto, waxaad naga codsan kartaa inaan sameyno "ka-reebista." Haddii aan diidno codsigaaga ka-reebista, waxaad rafcaan ka qaadan kartaa go'aankeena.

Marka aad codsato ka-reebis, dhakhtarkaaga ama qofka kuu qoray daawada waa inuu sharxo sababaha caafimaad ee aad ugu baahan tahay ka-reebista.

> Codsashada daboolidda daawo aan ku jirin Liiskayaga Daawooyinka ama ka saarista xaddidaad lagu soo rogay daawo waxaa mararka qaar loogu yeeraa **"ka-dhaafitaan qaabeysan."**

Waa kuwan tusaalooyinka ka-reebisyada adiga ama dhakhtarkaaga/qofka kuu qoray daawada aad naga codsan kartaan:

1. **Daboolidda daawo aan ku jirin Liiska Daawooyinkayaga**
2. **Ka saarista xaddidaad ku saabsan daawo la daboolay**
   - Xeerar ama xaddidaad dheeri ah ayaa lagu dabaqaa daawooyin gaar ah oo ku jira Liiska Daawooyinkayaga (tixraac **Cutubka 5** ee *Buug-gacmeedkan Xubinka* si aad wax badan uga ogaato).
   - Xeerarka iyo xaddidaadyada dheeraadka ah ee loogu talagalay daawooyin gaar ah waxaa ka mid ah:
     - In lagu khasbo inaad isticmaasho nooca guud ee daawada beddelkii magaca calaamadda.
     - Helitaanka ogolaansho ka hor inta aanan kuugu daboolin daawada. Tani mararka qaar waxaa loogu yeeraa "ogolaansho horudhac (PA)."
     - Waxaa lagu khasbay inaad isku daydo daawo kale marka hore ka hor inta aanan kuugu daboolin daawada aad codsatay. Tani mararka qaar waxaa loogu yeeraa "tallaabo-isku-dayid."
     - Xaddidaadda tirada. Daawooyin qaar, waxaa jira xaddidaadyo ku saabsan inta daawada ah ee aad heli karto.

G3. Waxyaabo muhiim ah oo ku saabsan codsashada ka-dhaafitaan

Dhakhtarkaaga ama qofka kuu qoray daawada waa inuu noo sheego sababaha caafimaadka.

Dhakhtarkaaga ama qofka kuu qoray daawada waa inuu noo soo gudbiyo warqad sharxaysa sababaha caafimaad ee codsashada ka-reebista. Si go'aan degdeg ah loo gaaro, ku soo dar xogtan caafimaadka ee dhakhtarkaaga ama qofka kuu qoray daawada marka aad codsaneyso ka-reebista.

Liiska Daawooyinkayaga inta badan waxaa ku jira wax ka badan hal daawo oo lagu daweynayo xaalad gaar ah. Kuwani waxaa loo yaqaanaa daawooyinka “beddelka ah.” Haddii daawo kale oo beddel ah ay si la mid ah waxtar u leedahay daawada aad codsato, oo aysan keenayn waxyeellooyin ama dhibaatooyin caafimaad oo kale, guud ahaan codsigaaga ka-reebitaanku **ma** noqonayo **mid la oggolaado.**

Waxaan ku oran karnaa Haa ama Maya codsigaaga.

- Haddii aan ku dhahno **Haa** codsigaaga ka-reebista, ka-reebistu caadiyan waxay shaqeyneysaa ilaa dhammaadka sanadka. Tani waa run inta uu dhakhtarkaagu sii wado qorista daawada adiga iyo inta daawadaasi ay sii ahaanayso mid badbaado leh oo waxtar u leh daweynta xaaladdaada.
- Haddii aan ku dhahno **Maya** codsigaaga ka-reebista, waxaad samayn kartaa rafcaan. Tixraac **Qaybta G5** si aad uga hesho macluumaad ku saabsan sida rafcaan loo sameeyo haddii aan ku dhahno **Maya**.

Qaybta xigta waxay ku tusaysaa sida loo codsado go’aan daboolid, oo ay ku jirto ka-reebis.

G4. Codsashada go’aan daboolid, oo ay ku jirto ka-reebis

- Codso nooca go’aanka caymiska ee aad rabto adigoo wacaya 1-866-567-7242 ama TTY 711, qoraal noogu soo diraya, ama fakis noogu soo diraya. Adiga, wakiilkaaga, ama dhakhtarkaaga (ama qofka kuu qoray daawada) ayaa tan sameyn kara. Fadlan ku dar magacaga, macluumaadkaaga xiriirka, iyo macluumaadka sheegashada.
- Adiga ama dhakhtarkaaga (ama qofka kuu qoray daawada) ama qof kale oo ku matalaya ayaa codsan kara go’aan daboolid. Sidoo kale waxaad u ogolaan kartaa qareen inuu ku matalo.
- Tixraac **Qaybta E3** si aad u ogaato sida qof loogu magacaabo inuu noqdo wakiilkaaga.
- Uma baahnid inaad siiso ogolaansho qoraal ah dhakhtarkaaga ama qofka kuu qoray daawada si ay kuugu codsadaan go’aan daboolid adiga kugu matalaya.
- Haddii aad rabto inaad naga codsato inaan ku soo celinno lacagta daawo aad iibsatay, tixraac **Cutubka 7** ee *Buug-gacmeedka Xubinka*.
- Haddii aad codsato ka-reebis, na sii “warqad taageero ah.” Warqadda taageerada waxay ka kooban tahay sababaha caafimaad ee uu dhakhtarkaaga ama qofka kuu qoray daawada ku codsanayo ka-reebista.
- Dhakhtarkaaga ama qofka kuu qoray daawada ayaa fakis ama boosto noogu soo diri kara warqadda taageerada. Waxa kale oo ay naga wici karaan telefoonka, ka dibna fakis ama boosto noogu soo diraan warqadda.

Haddii caafimaadkaagu uu u baahan yahay, naga codso “go’aan daboolitaan degdeg ah.”

Waxaan isticmaalnaa “wakhtiyada caadiga ah” ilaa aan ka ogolaanno inaan isticmaalno “wakhtiyada degdegga ah.”

- **Go’aan daboolid caadi ah micnaheedu** waa inaan ku siino jawaab 72 saacadood gudahood markii aan helno warqadda dhakhtarkaaga.
- G**o’aan daboolitaan degdeg** ah micnihiisu waa inaan ku siino jawaab 24 saacadood gudahood markii aan helno warqadda dhakhtarkaaga.

“Go’aan daboolid degdeg ah **“waxaa loogu yeeraa “go’aamin daboolid degdeg ah.”**

Waxaad heli kartaa go’aan daboolitaan degdeg ah haddii:

- Ay tahay daawo aanad helin. Ma heli kartid go’aan daboolitaan degdeg ah haddii aad naga codsanayso inaan ku soo celinno lacagta daawo aad hore u soo iibsatay.
- Haddii caafimaadkaaga ama awooddaada shaqo ay halis ku jiri doonaan haddii aan isticmaalno wakhtiyada caadiga ah.

Haddii dhakhtarkaaga ama qofka kuu qoray daawada uu noo sheego in caafimaadkaagu uu u baahan yahay go’aan daboolitaan degdeg ah, waan ogolaanaynaa oo waan ku siinaynaa. Waxaan kuu soo dirnaa warqad kuu sheegaysa.

- Haddii aad naga codsato go’aan daboolitaan degdeg ah adigoon helin taageero dhakhtarkaaga ama qofka kuu qoray daawada, annaga ayaa go’aaminayna inaad heli doonto go’aan daboolid degdeg ah.
- Haddii aan go’aansano in xaaladdaada caafimaad aysan buuxin shuruudaha loogu baahan yahay go’aan daboolitaan oo degdeg ah, waxaan isticmaaleynaa wakhtiyada caadiga ah taa beddelkeeda.
  - Waxaan kuu soo dirnaa warqad kuu sheegaysa. Warqadda sidoo kale waxay kuu sheegaysaa sida cabasho loogu gudbiyo go’aankeena.
  - Waxaad gudbin kartaa cabasho degdeg ah oo jawaab ku heli kartaa 24 saacadood gudahood. Wixii macluumaad dheeraad ah oo ku aadan samaynta cabasho, oo ay ku jirto cabasho degdeg ah, tixraac **Qaybta K**.

Wakhtiyada kama dambaysta ah ee go’aan daboolitaan degdeg ah

- Marka aan isticmaalno wakhtiyada degdegga ah, waa inaan ku siino jawaabta 24 saacadood gudahood laga bilaabo markaan helno rafcaan kaaga. Haddii aad codsato ka-reebis, waxaan ku siinnaa jawaabta 24 saacadood gudahood marka aan helno warqadda taageerada dhakhtarkaaga. Waxaan ku siin doonaa jawaabta si ka dhakhso badan haddii caafimaadkaagu u baahan yahay.
- Haddii aanaan la kulmin wakhtigan kama dambaysta ah, waxaan codsigaaga u gudbinaa Heerka 2 ee habka rafcaanka si uu u eego IRO. Tixraac **Qaybta G6** si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan Rafcaanka Heerka 2.
- Haddii aan ku dhahno **Haa** qaybo ka mid ah ama dhammaan codsigaaga, waxaan ku siinaynaa daboolidda 24 saacadood gudahood markii aan helno codsigaaga ama warqadda taageerada dhakhtarkaaga.
- Haddii aan ku dhahno **Maya** qaybo ka mid ah ama dhammaan codsigaaga, waxaan kuu soo dirnaa warqad sharxaysa sababaha. Warqadda sidoo kale waxay kuu sheegeysaa sida aad u sameysan karto racfaan.

Wakhtiyada kama dambaysta ah ee go’aan daboolid caadi ah oo ku saabsan daawo aanad helin

- Haddii aan isticmaalno wakhtiyada degdegga ah, waa inaan ku siino jawaabta 72 saacadood gudahood laga bilaabo markaan helno codsigaaga. Haddii aad codsato ka-reebis, waxaan ku siinnaa jawaabta 72 saacadood gudahood marka aan helno warqadda taageerada dhakhtarkaaga. Waxaan ku siin doonaa jawaabta si ka dhakhso badan haddii caafimaadkaagu u baahan yahay.
- Haddii aanaan la kulmin wakhtigan kama dambaysta ah, waxaan codsigaaga u gudbinaa Heerka 2 ee habka rafcaanka si uu u eego IRO.
- Haddii aan ku dhahno **Haa** qaybo ka mid ah ama dhammaan codsigaaga, waxaan ku siinaynaa daboolidda 72 saacadood gudahood markii aan helno codsigaaga ama warqadda taageerada dhakhtarkaaga ee ka-reebis.
- Haddii aan ku dhahno **Maya** qaybo ka mid ah ama dhammaan codsigaaga, waxaan kuu soo dirnaa warqad sharxaysa sababaha. Warqadda sidoo kale waxay kuu sheegeysaa sid rafcaan loo qaato.

Wakhtiyada kama dambaysta ah ee go’aan daboolid caadi ah oo ku saabsan daawo aad horeyba u soo gadatay

- Waa inaan ku siino jawaabta 14 maalmood oo kalandarka ah gudahood markii aan helno codsigaaga.
- Haddii aanaan la kulmin wakhtigan kama dambaysta ah, waxaan codsigaaga u gudbinaa Heerka 2 ee habka rafcaanka si uu u eego IRO.
- Haddii aan ku dhahno **Haa** qaybo ka mid ah ama dhammaan codsigaaga, waxaan ku siinaynaa lacag celin 14 maalmood oo kalandarka ah gudahood.
- Haddii aan ku dhahno **Maya** qaybo ka mid ah ama dhammaan codsigaaga, waxaan kuu soo dirnaa warqad sharxaysa sababaha. Warqadda sidoo kale waxay kuu sheegeysaa sid rafcaan loo qaato.

G5. Samaynta Rafcaan Heerka 1

Rafcaan loo gudbiyo qorshaheenna oo ku saabsan go’aan daboolid daawo Medicare Qaybta D ah waxaa loogu yeeraa **“dib-u-eegis qorshe”**.

- Ku bilow rafcaan kaaga **caadi ah** ama **degdeg ah adigoo** wacaya 1-866-567-7242 ama TTY 711, qoraal ahaan, ama fakis. Adiga, wakiilkaaga, ama dhakhtarkaaga (ama qofka kuu qoray daawada) ayaa tan sameyn kara. Fadlan ku dar magacaga, macluumaadkaaga xiriirka, iyo macluumaadka rafcaan kaaga.
- Waa inaad rafcaan samaysaa **65 maalmood oo kalandarka ah gudahood** laga bilaabo taariikhda warqadda aan kuu soo dirnay oo ku sheegaysa go’aankayaga.
- Haddii aad ka dib dhacdo wakhtiga kama dambaysta ah oo aad leedahay sabab wanaagsan, waxaan ku siin karnaa waqti dheeraad ah si aad rafcaan u sameyso. Tusaalooyinka sababaha wanaagsan waxaa ka mid ah xaalado sida inaad qabtay xanuun halis ah ama aan ku siinnay macluumaad khaldan oo ku saabsan wakhtiga kama dambaysta ah. Sharax sababta rafcaankaaga uu dib ugu dhacay marka aad sameyso rafcaan ka.
- Waxaad leedahay xaq aad ku dalban karto nuqul lacag la’aan ah oo macluumaadka la xiriira rafcaankaaga. Adiga iyo dhakhtarkaaguba waxaad noo soo gudbin kartaan macluumaad dheeraad ah si aad u taageertaan rafcaankaaga.

Haddii xaaladdaada caafimaad ay u baahan tahay, codso rafcaan degdeg ah.

> “Rafcaan degdeg ah” waxaa sidoo kale loogu yeeraa **“dib-u-eegis degdeg ah.”**

- Haddii aad rafcaan ka qaadatid go’aan aane ka gaarnay daboolka daryeel caafimaad oo aadan helin, adiga iyo dhakhtarkaaga ama daawo qorahaaga ayaa go’aaminaya haddii aad u baahan tahay rafcaan degdeg ah.
- Shuruudaha racfaanka degdegga ah waxay la mid yihiin kuwa go'aanka daboolitaanka degdegga ah. Tixraac **Qaybta G4** wixii macluumaad dheeraad ah.

Waxaan dib u eegnaa rafcaankaaga oo aan ku siin doonnaa jawaabta.

- Markaan dib u eegayno rafcaan kaaga, waxaan si taxadar leh u eegnaa dhammaan macluumaadka la xiriira codsigaaga daboolka daryeelka caafimaadka.
- Waxaan hubinaynaa inaan si sax ah u raacnay xeerarka markii aan **diidnay** codsigaaga.
- Waxaa laga yaabaa inaan kula xiriirno adiga ama dhakhtarkaaga ama daawo qorahaaga ee kale si aan u helno macluumaad dheeraad ah.

Wakhtiyada kama dambaysta ah ee rafcaanka degdega ah ee Heerka 1

- Haddii aan isticmaalno wakhtiyada kama dambaysta ah ee degdega ah, waa inaan ku siinnaa jawaabta **72 saacadood gudahood** ka dib marka aan helno rafcaan kaaga.
  - Waxaan ku siin doonaa jawaabta si ka dhakhso badan haddii caafimaadkaagu u baahan yahay.
  - Haddii aanan ku siinin jawaab 72 saacadood gudahood, waa inaan u gudbinaa codsigaaga Heerka 2 ee habka rafcaan ka. Kadib, hay’adda dib u eegista madaxa bannaan (IRO) ayaa dib u eegaysa. Tixraac **Qaybta G6** si aad u hesho macluumaad ku saabsan hay’adda dib u eegista iyo habka rafcaanka Heerka 2.
- Haddii aan **oggolaanno** qayb ama dhammaan codsigaaga, waa inaan bixinnaa daboolka aan ku heshiinay 72 saacadood gudahood ka dib marka aan helno rafcaan kaaga.
- Haddii aan **diidno** qayb ama dhammaan codsigaaga, waxaan kuu soo dirnaa warqad sharxaysa sababaha oo kuu sheegaysa sida aad u gudbin karto rafcaan.

Wakhtiyada kama dambaysta ah ee rafcaanka caadiga ah ee Heerka 1

- Marka aan isticmaalno wakhtiyada caadiga ah, waa inaan ku siino jawaabta **7 maalmood oo kalandarka ah gudahood** haddii rafcaan kaagu ku saabsan yahay adeegyo aadan helin.
- Waxaan ku siin doonnaa go’aanka si ka dhakhso badan haddii aadan helin daawada oo xaaladda caafimaadkaagu u baahan tahay. Haddii aad aaminsan tahay in caafimaadkaagu u baahan yahay, codso rafcaan degdeg ah.
  - Haddii aanan ku siin go’aan 7 maalmood gudahood, waa inaan u gudbinaa codsigaaga Heerka 2 ee habka rafcaan ka. Kadib, hay’adda dib u eegista madaxa bannaan (IRO) ayaa dib u eegaysa. Tixraac **Qaybta G6** si aad u hesho macluumaad ku saabsan hay’adda dib u eegista iyo habka rafcaanka Heerka 2.

Haddii aan **oggolaanno** qayb ama dhammaan codsigaaga:

- Waa **inaan bixinnaa daboolka** aan ku heshiinnay sida ugu dhaqsaha badan ee caafimaadkaagu u baahan yahay, laakiin **aan dhaafin 7 maalmood gudahood** ka dib marka aan helno rafcaan kaaga.
- Waa inaan **ku siinnaa lacagta bixinta** ee daawada aad soo iibsatay **30 maalmood gudahood** ka dib marka aan helno rafcaan kaaga.

Haddii aan **Diidno** qayb ama dhammaan codsigaaga:

- Waxaan kuu soo direynaa warqad sharxaysa sababaha oo kuu sheegaysa sida aad u gudbin karto rafcaan.
- Waa inaan ku siinnaa jawaabta lacag celinta ee daawada aad iibsatay **14 maalmood gudahood** ka dib marka aan helno rafcaan kaaga.
  - Haddii aanan ku siin go'aan 14 maalmood gudahood, waa inaan u gudbinaa codsigaaga Heerka 2 ee habka rafcaanka. Kadib, hay'adda dib u eegista madaxa bannaan (IRO) ayaa dib u eegaysa. Tixraac **Qaybta G6** si aad u hesho macluumaad ku saabsan hay'adda dib u eegista iyo habka rafcaanka Heerka 2.
- Haddii aan ku dhahno **Haa** qaybo ka mid ah ama dhammaan codsigaaga, waxaan ku siinaynaa lacag celin 30 maalmood oo kalandarka ah gudahood.
- Haddii aan **diidno** qayb ama dhammaan codsigaaga, waxaan kuu soo dirnaa warqad sharxaysa sababaha oo kuu sheegaysa sida aad u gudbin karto rafcaan.

G6. Samaynta Racfaanka Heerka 2

Haddii aan **Diidno** rafcaankaaga Heerka 1, waxaad aqbali kartaa go'aankeenna ama waxaad sameyn kartaa rafcaan kale Haddii aad go'aansato inaad rafcaan kale gudbiso, waxaad adeegsaneysaa habka rafcaanka Heerka 2. **IRO** waxay dib u eegtaa go'aankeenna markii aan **Diidnay** rafcaan kaagii ugu horreeyay. Hay'addan ayaa go'aamisa haddii aan beddelno go'aankeenna.

> Magaca rasmiga ah ee "Ururka Dib-u-eegista **Madaxa Bannaan" (IRO) waa "Hay'adda Dib-u-eegista Madaxa Bannaan**", oo mararka qaarkoodna loogu yeedho " **(IRE)**."

Si aad u gudbiso rafcaan Heerka 2 ah, adiga, wakiilkaaga, ama dhakhtarkaaga waa inaad **qoraal ahaan** ula xiriirtaan IRO oo aad codsataan in dib loo eego kiiskaaga.

- Haddii aan **diidno** rafcaankaaga Heerka 1, warqadda aan kuu soo dirno waxay ka koobnaan doontaa **tilmaamo ku saabsan sida loogu gudbiyo rafcaan Heerka 2** IRO. Tilmaamahaasi waxay sharxayaan cidda sameyn karta rafcaanka Heerka 2, wakhtiyada kama dambaysta ah ee aad raaci karto, iyo sida loola xiriirayo hay'adda.
- Markaad rafcaan u gudbiso IRO, waxaan u dirnaa hay'adda macluumaadka aan hayno ee la xiriira rafcaan kaaga. Macluumaadkan waxaa loo yaqaan "galka kiiskaaga." **Waxaad xaq u leedahay nuqul bilaash ah oo ka mid ah galka kiiskaaga**.
- Waxaad xaq u leedahay inaad IRO siiso macluumaad dheeraad ah si aad ugu taageerto racfaan kaaga.

IRO waxay dib u eegtaa Rafcaankaaga Medicare Qaybta D Heerka 2 waxayna ku siinaysaa jawaab qoraal ah. Ka fiiri **Qaybta F4** wixii macluumaad dheeraad ah ee ku saabsan IRO.

Wakhtiyada kama dambaysta ah ee rafcaanka degdega ah ee Heerka 2

Haddii caafimaadkaagu u baahan yahay, codso rafcaan degdeg ah oo IRO.

- Haddii ay aqbalaan rafcaanka degdegga ah, waa inay ku siiyaan jawaab **72 saacadood gudahood** ka dib marka ay helaan codsigaaga rafcaan ka.
- Haddii ay **oggolaadaan** qayb ama dhammaan codsigaaga, waa inaan bixinnaa daboolka daawada la ansixiyay **24 saacadood gudahood** ka dib marka aan helno go'aanka IRO.

Wakhtiyada kama dambaysta ah ee rafcaanka caadiga ah ee Heerka 2

Haddii aad haysato rafcaan caadi ah oo Heerka 2 ah, IRO waa inay ku siiso jawaab:

- **7 maalmood gudahood** ka dib marka ay helaan rafcaankaaga ku saabsan daawo aadan helin.
- **14 maalmood gudahood** ka dib marka ay helaan rafcaankaaga ku saabsan lacag celinta daawo aad soo iibsatay.

Haddii IRO **oggolaato** qayb ama dhammaan codsigaaga:

- Waa inaan bixinnaa daboolka daawada la oggolaaday **72 saacadood gudahood** ka dib marka aan helno go'aanka IRO.
- Waa inaan ku siinnaa lacagta celinta ee daawada aad iibsatay 30 maalmood gudahood ka dib marka aan helno go'aanka IRO.
- Haddii IRO uu yiraahdo **Maya** racfaan kaaga, waxay la micno tahay inay ku raacsan yihiin inaanan oggolaan codsigaaga. Tan waxaa loo yaqaannaa "taageeridda go'aanka" ama "diidmada racfaan kaaga".

Haddii IRO ay **Diido** Racfaan kaaga Heerka 2, waxaad xaq u leedahay inaad samayso Racfaan Heerka 3 haddii qiimaha adeegyada daawada aad codsanayso uu la kulmo qiimaha ugu yar ee loo baahan yahay. Haddii qiimaha adeegyada daawada aad codsanayso uu ka yar yahay qiimaha ugu yar ee loo baahan yahay, ma awoodi doontid inaad racfaan kale samayso. Xaaladdaas, go'aanka Racfaan ka Heerka 2 waa kama dambeys. IRO waxay kuu soo diri doontaa warqad kugu wargelinaysa qiimaha ugu yar ee loo baahan yahay si aad u sii wado Racfaanka Heerka 3.

Haddii qiimaha codsigaaga uu la kulmo shuruudaha, adiga ayaa go'aansanaya haddii aad doonayso inaad sii wado racfaan kaaga.

- Waxaa jira saddex heer oo kale oo ka dambeeya Heerka 2 ee nidaamka racfaan ka.
- Haddii IRO ay **Diido** Racfaan kaaga Heerka 2 isla markaana aad la kulanto shuruudaha sii wadista nidaamka racfaanka, waa inaad:
  - Go'aansataa haddii aad doonayso inaad samayso Racfaan Heerka 3
  - Tixraac warqadda IRO ay kuu soo dirtay markii Racfaankaaga Heerka 2 la soo gabagabeeyay si aad u hesho faahfaahinta ku saabsan sida loo sameeyo Racfaan Heerka 3.

Garsoore Sharciyeed Maamul (ALJ) ama qof sharci yaqaan ah ayaa maamula Racfaan ka Heerka 3. Tixraac **Qaybta J** si aad u hesho macluumaad ku saabsan Heerarka 3, 4, iyo 5 ee Racfaan ka.

H. Codsashada inaan sii daboolno joogitaankaaga isbitaalka muddo dheer

Markaad lagu dhigo cisbitaalka, waxaad xaq u leedahay inaad hesho dhammaan adeegyada cisbitaalka ee qorshaheenna daboolo kuwaas oo lagama maarmaan ah in lagu ogaado laguna daweeyo cudurkaaga ama dhaawacaaga. Wixii macluumaad dheeraad ah, tixraac **Cutubka 4** ee *Buug-gacmeedkaaga Xubinka.*

Inta lagu jiro muddada aad cisbitaalka ku jirto oo la daboolay, dhakhtarkaaga iyo shaqaalaha cisbitaalka waxay kula shaqeynayaan diyaarinta maalinta aad ka bixi doonto cisbitaalka. Waxay sidoo kale kaa caawinayaan diyaarin bixinta daryeelka aad u baahan karto marka aad cisbitaalka ka baxdo.

- Maalinta aad ka baxdo cisbitaalka waxaa loo yaqaan taariikhda bixitaanka.
- Dhakhtarkaaga ama shaqaalaha cisbitaalka ayaa kuu sheegi doona taariikhda bixitaankaaga.

Haddii aad u maleyso in laguu sheegay inaad ka baxdo cisbitaalka si ka dhakhso badan intii lagama maarmaan ahayd ama aad ka walwalsan tahay daryeelka aad heli doonto marka aad cisbitaalka ka baxdo, waad codsan kartaa inaad hesho waqti dheer oo cisbitaalka aad sii joogto. Qeybtan waxay kuu sharxaysaa sida loo codsado.

H1. Barashada wax ku saabsan xuquuqdaada Medicare

Laba maalmood gudahood marka lagu dhigo cisbitaalka, qof ka shaqeeya cisbitaalka, sida kalkaaliso ama shaqaale kiis, ayaa ku siin doona ogeysiis qoraal ah oo lagu magacaabo: "An Important Message from Medicare about Your Rights (Fariin Muhiim ah oo ka socoto Medicare taasoona ku saabsan Xuquuqdaada)." Dhammaan dadka haysta Medicare waxay helaan nuqulka ogeysiiskan mar kasta oo la dhigo cisbitaalka.

Haddii aadan helin ogeysiiska, waydii qof ka tirsan shaqaalaha cisbitaalka. Haddii aad caawimaad u baahan tahay, wac Adeegyada Xubinta lambarrada ku yaal xagga hoose ee boggan. Waxaad sidoo kale wici kartaa 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227), 24 saacadood ee maalintii, 7 maalmood ee todobaadkii. Isticmaalayaasha TTY waa inay wacaan 1-877-486-2048.

- **Akhri ogeysiiska** si taxadar leh oo weydii su'aalo haddii aadan fahmin. Ogeysiiska wuxuu ku siinayaa xuquuqdaada bukaannimada cisbitaalka, oo ay ku jiraan:
  - Helitaanka adeegyada daboolan ee Medicare inta lagu jiro iyo ka dib joogitaankaaga cisbitaalka. Ogaanshaha waxa ay yihiin adeegyadaas, cidda bixinaysa kharashka, iyo halka laga heli karo adeegyadaas.
  - Ka qaybqaadashada go’aannada ku saabsan muddada aad cisbitaalka joogeyso.
  - Ogaanshaha halka aad ku soo wargelin karto wixii cabashooyin ah oo ku saabsan tayada daryeelkaaga.
  - Samaynta racfaan haddii aad u maleyso in lagaa saarayo cisbitaalka si ka dhakhso badan intii lagama maarmaan ahayd.
- **Saxiix ogeysiiska** si aad u muujiso inaad heshay oo fahantay xuquuqdaada.
  - Adiga ama qof adiga ku metelaya ayaa saxiixi kara ogeysiiska.
  - Saxiixa waxa **kaliya** uu caddeynayaa inaad heshay macluumaadka xuquuqdaada. Saxiixa maaha inaad **ogolaato** taariikhda bixitaanka uu dhakhtarkaaga ama shaqaalaha cisbitaalka kuu sheegay.
- **Nuqulkaaga saxiixansii** hayso si aad macluumaadka ugu haysto haddii aad u baahato.

Haddii aad ogeysiiska saxiixdo in ka badan laba maalmood ka hor maalinta bixitaankaaga, waxaad heli doontaa nuqul kale ka hor inta aadan ka bixin cisbitaalka.

Waxaad hore u eegi kartaa nuqul ka mid ah ogeysiiska haddii aad

- Naga soo wac Adeegyada Xubinta lambarrada ku taxan xagga hoose ee boggan.
- Ka wac Medicare 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227), 24 saacadood maalintii, 7 maalmood todobaadkii. Isticmaalayaasha TTY waa inay wacaan 1-877-486-2048.
- Booqo www.cms.gov/Medicare/Medicare-General-Information/BNI/HospitalDischargeAppealNotices.

H2. Samaynta Rafcaan Heerka 1

Haddii aad rabto inaanu daboolno adeegyada isbitaalka muddo dheer, racfaan samee. Ururka Wanaajinta Tayada (The Quality Improvement Organization, QIO) ayaa dib u eegi doona Racfaanka Heerka 1 si loo ogaado in taariikhda bixitaanka lagu qorsheeyay ay caafimaad ahaan kugu habboon tahay.

QIO waa koox ka kooban dhakhaatiir iyo xirfadlayaal kale oo caafimaad oo ay maalgeliso dowladda dhexe. Khubaradan waxay hubiyaan oo ka shaqeeyaan hagaajinta tayada dadka Medicare haysta. ma aha qayb ka mid ah qorshaheenna.

Minnesota, QIO waa Livanta. Ka wac lambarka 1-888-524-9900 (TTY: 1-888-985-8775). Faahfaahinta xiriirka waxaa sidoo kale lagu heli karaa ogeysiiska, “An Important Message from Medicare about Your Rights (Fariin Muhiim ah oo ka socoto Medicare taasoona ku saabsan Xuquuqdaada),” iyo gudaha **Cutubka 2**.

Wac QIO ka hor inta aadan ka bixin isbitaalka ugu dambayn maalinta la qorsheeyay bixitaankaaga.

- **Haddii aad wacdo ka hor inta aadan bixin**, waxaad sii joogtaa isbitaalka lacag la’aan inta lagu jiro go’aanka QIO ee racfaan kaaga.
- **Haddii aadan racfaan qaadan**, oo aad go’aansato inaad sii joogto, waxaa suurtogal ah inaad bixiso dhammaan kharashaadka cisbitaalka ka dambeeya taariikhda bixitaanka.

Weydiiso caawimaad haddii aad u baahan tahay. Haddii aad wax su’aalo ah qabtid ama aad u baahan tahay caawimaad wakhti kasta:

- Naga soo wac Adeegyada Xubinta lambarrada ku taxan xagga hoose ee boggan.
- Wac Khadka Senior LinkAge Line® ee 1-800-333-2433 ama TTY MN Relay.

Weydiiso dib-u-eegis degdeg ah. Si degdeg ah ula xiriir QIO si aad u codsato dib-u-eegis degdeg ah oo ku saabsan bixitaankaaga isbitaalka.

Erayga sharciyeed ee **“dib-u-eegis degdeg ah”** waa **“dib-u-eegis degdeg ah oo waqtiyeysan.”**

Waxa dhacaya intii lagu jiro dib-u-eegista degdegga ah.

- Dib-u-eegayaashu oo ka socda QIO waxay adiga ama wakiilkaaga ka codsadaan sababta aad u malaynayso in caymiska uu sii socdo ka dib taariikhda la qorsheeyay bixitaanka. Loogama baahna inaad qoraal diyaarisid, laakiin waad sameyn kartaa haddii aad rabto.
- Dib-u-eegayaashu waxay eegayaan macluumaadkaaga caafimaad, waxay kula hadlayaan dhakhtarkaaga, waxayna dib u eegaan macluumaadka ay bixiyeen isbitaalka iyo qorshaheenna.
- Duhurnimada maalinta xigta marka dib-u-eegayaashu noo sheegaan racfaankaaga, waxaad heli doontaa warqad leh taariikhda bixitaanka la qorsheeyay. Warqadda sidoo kale waxay bixinaysaa sababaha ay dhakhtarkaaga, isbitaalka, iyo annagu u malaynayno inay tahay taariikhda bixitaanka ku habboon ee caafimaad ahaan saxan.

Erayga sharciyeed ee sharaxaadda qoraalka ah waa **"Ogeysiis Faahfaahsan ee Bixitaanka."** Waxaad heli kartaa tusaale adigoo wacaya Adeegyada Xubinta lambarrada ku xusan hoos boggan ama wacaya 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227), 24 saacadood maalintii, 7 maalmood usbuucii. (Isticmaalayaasha TTY waa inay wacaan 1-877-486-2048.) Waxaad sidoo kale tusaalaha ka heli kartaa onlayn www.cms.gov/Medicare/Medicare-General-Information/BNI/HospitalDischargeAppealNotices.

Hal maalin gudaheed marka QIO ay hesho dhammaan macluumaadka loo baahan yahay, waxay ku siinayaan jawaabta racfaan kaaga.

Haddii QIO ay **Haa** ku dhahdo racfaan kaaga:

- Waxaan ku siin doonaa adeegyada isbitaalka ee caymiska leh ilaa inta adeegyadu caafimaad ahaan lagama maarmaan yihiin.

Haddii QIO ay **Maya** ku dhahdo racfaan kaaga:

- Waxay u arkaan in taariikhda bixitaanka ee la qorsheeyay ay tahay mid caafimaad ahaan kugu habboon.
- Caymiskeenna adeegyada isbitaalka wuxuu dhammaanayaa duhurka maalinta ku xigta markii QIO ay ku siiso jawaabta racfaan kaaga.
- axaa suurtogal ah inaad bixiso kharashka buuxa ee daryeelka isbitaalka ee aad hesho wixii ka dambeeya duhurka maalinta ku xigta jawaabta QIO ee racfaan kaaga.
- Waxaad samayn kartaa Racfaan Heerka 2 haddii QIO ay diiddo Racfaankaaga Heerka 1 **iyo** oo aad sii joogtid isbitaalka wixii ka dambeeya taariikhda bixitaanka la qorsheeyay.

H3. Samaynta Racfaanka Heerka 2

Racfaan ka Heerka 2, waxaad QIO ka codsanaysaa inay dib u eegaan go'aanka ay ka gaareen Racfaankaaga Heerka 1. Ka wac lambarka 1-888-524-9900 (TTY: 1-888-985-8775).

Waa inaad dib-u-eegistaas codsato **60 maalmood oo kalandhar ah gudahood** laga bilaabo maalinta QIO ay **Maya** ku tiri Rafcaan kaaga Heerka 1. Waxaad codsan kartaa dib-u-eegistan oo keliya haddii aad sii joogto gudaha isbitaalka ka dib taariikhda uu dhammaaday caymiska daryeelkaaga.

Dib-u-eegayaashu QIO waxay:

- Dib u eegis kale oo taxadar ku dheehan ku sameyn doonaan dhammaan macluumaadka la xiriira racfaankaaga.
- Kuu sheegi doonaan go'aankooda ku saabsan Rafcaan kaaga Heerka 2 gudahood 14 maalmood oo kalandhar ah laga bilaabo marka ay helaan codsigaaga dib-u-eegista labaad.

Haddii QIO ay **Haa** ku dhahdo racfaan kaaga:

- Waa inaan kugu soo celinno kharashaadka aan annagu daboolnay ee daryeelka isbitaalka laga bilaabo duhurkii maalinta ku xigtay markii QIO ay diidday Rafcaankaaga Heerka 1.
- Waxaan ku siin doonaa adeegyada isbitaalka ee caymiska leh ilaa inta adeegyadu caafimaad ahaan lagama maarmaan yihiin.

Haddii QIO ay **Maya** ku dhahdo racfaan kaaga:

- Waxay ku raacaan go'aankooda ku saabsan Rafcaankaaga Heerka 1 mana beddelayaan go'aankaas.
- Waxay ku siinayaan warqad sharxaysa waxa aad samayn karto haddii aad rabto inaad sii waddo habka rafcaanka oo aad sameyso Rafcaan Heerka 3.

Garsoore Sharciyeed Maamul (ALJ) ama qof sharci yaqaan ah ayaa maamula Racfaan ka Heerka 3. Tixraac **Qaybta J** si aad u hesho macluumaad ku saabsan Heerarka 3, 4, iyo 5 ee Racfaan ka.

I. Codsashada inaan sii daboolno adeegyada caafimaad qaarkood

Qeybtan waxay khusaysaa oo keliya saddex nooc oo adeegyo ah oo laga yaabo inaad haysato:

- Adeegyada daryeelka caafimaadka guriga
- Daryeel kalkaaliso xirfad leh oo lagu helo xarunta daryeelka kalkaalisada xirfadda leh, **iyo**
- Daryeelka soo kabashada oo ah bukaanka dibadda ee xarunta CORF oo Medicare ansixisay. Tan badanaa waxay ka dhigan tahay inaad helayso daaweyn cudur ama shil dartiis ama aad kasoo kabanayso qalliin weyn.

Mid ka mid ah adeegyadan saddexda ah, waxaad xaq u leedahay inaad hesho adeegyada la daboolay inta dhakhtarkaagu uu sheego inaad u baahan tahay.

Marka aan go'aansanno inaan joojino daboolista mid ka mid ah adeegyadan, waa inaan kuu soo sheegnaa **kahor** intaanay dhammaan adeegyadaada. Marka uu dhammaado daboolista adeeggaas, waan joojinaynaa bixinta.

Haddii aad u malaynayso inaan dhamayno daboolista daryeelkaaga si aan ka badnayn, **waxaad ka rafcaan qaadan kartaa go'aankeena**. Qeybtan waxay kuu sharxaysaa sida loo codsado rafcaan.

I1. Ogeysiis hore kahor intaanay dhammaan daboolistaada

Waxaan kuu soo dirnaa ogeysiis qoraal ah oo aad helaysid ugu yaraan laba maalmood kahor intaanay dhammaan daboolista daryeelkaaga. Tan waxaa lagu magacaabaa "Ogeysiiska Medicare ee Aan Daboolidda Ahayn." Ogeysiisku wuxuu kuu sheegayaa taariikhda aan joojinayno daboolista daryeelkaaga iyo sida loo rafcaan qaato go'aankeena.

Adiga ama wakiilkaaga waa inay saxeexaan ogeysiiska si ay u muujiyaan inaad heshay. Saxeexidda ogeysiiska kaliya waxay muujinaysaa inaad heshay macluumaadka. Saxiixiddu **maahan** inaad ku raacsan tahay go'aankeena.

I2. Samaynta Rafcaan Heerka 1

Haddii aad u malaynayso inaan dhamayno daboolista daryeelkaaga si aan ka badnayn, waxaad ka rafcaan qaadan kartaa go'aankeena. Qeybtan waxay kuu sharxaysaa habka Rafcaanka Heerka 1 iyo waxa la sameeyo.

- La kulan waqtiyada kama dambaysta ah. Waqtiyada kama dambaysta ah waa muhiim. Faham oo raac waqtiyada kama dambaysta ah ee khuseeya waxyaabaha ay tahay inaad sameyso. Qorshahayagu waa inuu raacaa waqtiyada kama dambaysta ah sidoo kale. Haddii aad u malaynayso inaanan la kulmayn waqtiyada kama dambaysta ah, waxaad cabasho ka gudbin kartaa. Tixraac **Qaybta K** si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan cabashooyinka.
- **Weydiiso caawimaad haddii aad u baahan tahay.** Haddii aad wax su'aalo ah qabtid ama aad u baahan tahay caawimaad wakhti kasta:
  - Naga soo wac Adeegyada Xubinta lambarrada ku taxan xagga hoose ee boggan.
  - Wac Khadka Senior LinkAge Line® ee 1-800-333-2433 ama TTY MN Relay 711.
- **La xiriir QIO.**
  - Tixraac **Qaybta H2** ama tixraac **Cutubka 2** ee *Buug-gacmeedka Xubinka* si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan QIO iyo sida loola xiriiro.
  - Weydiiso inay dib u eegaan rafcaankaaga oo ay go'aan ka gaaraan haddii ay beddelaan go'aanka qorshaheena.
- **Si dhaqso ah u dhaqan oo codso "rafcaan dabaraaca/la socoshada degdega ah.** Weydiiso QIO haddii ay caafimaad ahaan habboon tahay inaan joojino daboolista adeegyadaada caafimaadka.

Erayga sharciyeed ee ogeysiiska qoraalka ah waa **"Ogeysiiska Medicare ee Aan Daboolin**." Si aad u hesho nuqul tusaale ah, wac Adeegyada Xubinta lambarrada ku xusan hoos boggan ama wac Medicare lambarka 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227), 24 saacadood maalintii, 7 maalmood usbuucii. Isticmaalayaasha TTY waa inay wacaan 1-877-486-2048. Ama nuqul ka hel onlayn www.cms.gov/Medicare/Medicare-General-Information/BNI/FFS-Expedited-Determination-Notices.

Waxa dhacaya intii lagu jiro rafcaanka jidka degdegga ah:

- Dib-u-eegayaashu oo ka socda QIO waxay adiga ama wakiilkaaga ka codsadaan sababta aad u malaynayso in caymiska uu sii socdo. Loogama baahna inaad qoraal diyaarisid, laakiin waad sameyn kartaa haddii aad rabto.
- Dib-u-eegayaashu waxay eegayaan macluumaadkaaga caafimaad, waxay kula hadlayaan dhakhtarkaaga, waxayna dib u eegaan macluumaadka ay siiyeen qorshaheenna.
- Qorshaheenna sidoo kale wuxuu kuu soo diraa ogeysiis qoraal ah oo sharxaya sababaha aan u joojineyno daboolista adeegyadiinna. Ogeysiiskaas waxaad heli doontaa dhammaadka maalinta dib-u-eegayaashu ay nagu wargeliyaan rafcaan kaaga.

Erayga sharciyeed ee sharaxaadda ogeysiiska waa **"Sharaxaadda Faahfaahsan ee Aan Daboolidda."**

- Dib-u-eegayaashu waxay kuu sheegayaan go'aankooda hal maalin gudahood kadib marka ay helaan dhammaan macluumaadka ay u baahan yihiin.

Haddii QIO ay **Haa** ku dhahdo racfaan kaaga:

- Waxaan ku siin doonaa adeegyadaada la daboolay ilaa inta adeegyadu caafimaad ahaan lagama maarmaan yihiin.

Haddii QIO ay **Maya** ku dhahdo racfaan kaaga:

- Daboolistaada waxay dhammaanaysaa taariikhda aan kuu sheegnay.
- Waxaan joojinaynaa bixinta kharashaadka daryeelkan taariikhda ku cad ogeysiiska.
- Adigu waxaad bixinaysaa kharashka buuxa ee daryeelkan haddii aad go'aansato inaad sii waddo daryeelka caafimaadka guriga, daryeelka xarunta kalkaalinta xirfadda leh, ama adeegyada CORF ka dib taariikhda uu dhammaaday daboolistaada.
- Adigu waad go'aansan kartaa inaad sii waddo adeegyadaas oo aad sameyso Rafcaan Heerka 2.

I3. Samaynta Racfaanka Heerka 2

Racfaan ka Heerka 2, waxaad QIO ka codsanaysaa inay dib u eegaan go'aanka ay ka gaareen Racfaankaaga Heerka 1. Ka wac lambarka 1-888-524-9900 (TTY: 1-888-985-8775).

Waa inaad dib-u-eegistaas codsato **60 maalmood oo kalandhar ah gudahood** laga bilaabo maalinta QIO ay **Maya** ku tiri Rafcaan kaaga Heerka 1. Waxaad codsan kartaa dib-u-eegistan oo keliya haddii aad sii waddo daryeelka ka dib taariikhda uu dhammaaday caymiska daryeelkaaga.

Dib-u-eegayaashu QIO waxay:

- Dib u eegis kale oo taxadar ku dheehan ku sameyn doonaan dhammaan macluumaadka la xiriira racfaankaaga.
- Kuu sheegi doonaan go'aankooda ku saabsan Rafcaan kaaga Heerka 2 gudahood 14 maalmood oo kalandhar ah laga bilaabo marka ay helaan codsigaaga dib-u-eegista labaad.

Haddii QIO ay **Haa** ku dhahdo racfaan kaaga:

- Waxaan sii wadaynaa daboolista daryeelka ilaa inta uu caafimaad ahaan lagama maarmaan yahay.
- Waxaan ku siin doona doboolista daryeelka ilaa inta adeegyadu caafimaad ahaan lagama maarmaan yihiin.

Haddii QIO ay **Maya** ku dhahdo racfaan kaaga:

- Waxay ku raaceen go'aankeenna ah in la joojiyo daryeelkaaga mana beddeli doonaan go'aankaas.

- Waxay ku siinayaan warqad sharxaysa waxa aad samayn karto haddii aad rabto inaad sii waddo habka rafcaanka oo aad sameyso Rafcaan Heerka 3.

Garsoore Sharciyeed Maamul (ALJ) ama qof sharci yaqaan ah ayaa maamula Racfaan ka Heerka 3. Tixraac **Qaybta J** si aad u hesho macluumaad ku saabsan Heerarka 3, 4, iyo 5 ee Racfaan ka.

J. Qaadista rafcaan kaaga ka baxsan Heerka 2

J1. Tallaabooyinka xiga ee adeegyadii iyo shayadii Medicare

Haddii aad samaysay Rafcaan Heerka 1 iyo Rafcaan Heerka 2 oo ku saabsan adeegyada ama alaabada Medicare, labadana waa la diiday, waxaad xaq u yeelan kartaa heerar rafcaan oo dheeraad ah.

Haddii qiimaha adeegga ama shayga Medicare ee aad rafcaan ka qaadatay aanu gaarin qaddar cayiman oo ugu yar, ma sii wadi kartid rafcaan ka. Haddii qiimaha uu ku filan yahay, waxaad sii wadi kartaa habka rafcaanka. Warqadda aad ka hesho IRO ee ku saabsan Rafcaan Heerka 2 waxay sharxaysaa cidda lala xiriirayo iyo waxaad sameyn karto si aad u codsato Rafcaan Heerka 3.

Rafcaan Heerka 3

Rafcaan Heerka 3 ee habka rafcaanka waa dhageysi uu sameeyo ALJ (Garsoore Dhageysan Kara Dacwada) Qofka go'aanka gaara waa ALJ ama gar-qaade qareen oo u shaqeeya dowladda federaalka.

Haddii ALJ ama gar-qaadaha qareenka uu **Haa** ku dhaho rafcaankaaga, annaga ayaa xaq u leh inaan rafcaan ka qaadanno go'aanka Heerka 3 ee adiga kuu roon.

- Haddii aan go'aansano inaan **rafcaan** ka qaadno go'aankaas, waxaan kuu soo diraynaa nuqul ka mid ah codsiga Rafcaan Heerka 4 iyo dukumentiyada la socda. Waxaan sugi karnaa go'aanka Rafcaan Heerka 4 ka hor inta aanan oggolaan ama bixin adeegga muranka ku jira.
- Haddii aan go'aansano **inaanan rafcaan** ka qaadin go'aanka, waa inaan oggolaannaa ama kuu bixinnaa adeegga 60 maalmood oo kalandarka ah gudahood laga bilaabo markaan helno go'aanka ALJ ama gar-qaadaha qareenka.
    - Haddii ALJ ama gar-qaadaha qareenka uu **Diido** rafcaankaaga, habka rafcaan ka wuxuu noqon karaa mid aan wali dhamaanin.
- Haddii aad go'aansato inaad **aqbasho** go'aankaas oo diiday rafcaankaaga, habka rafcaanka wuu dhammaaday.
- Haddii aad go'aansato inaadan **aqbalin** go'aankaas oo diiday rafcaankaaga, waxaad sii wadan kartaa heerka xiga ee dib-u-eegista. Ogeysiiska aad heli doonto ayaa kuu sharaxaya waxaad sameyn karto si aad u samaysid Rafcaan Heerka 4.

Rafcaan Heerka 4

Golaha Rafcaan-qaadashada ee Medicare (Golaha) ayaa dib u eegaya rafcaankaaga oo ku siinaya jawaab. Golaha waa qayb ka mid ah dowladda federaalka.

Haddii Golaha uu **Haa** ku dhaho Rafcaankaaga Heerka 4 ama uu diido codsigeenna ah inaan dib u eegno go'aan Heerka 3 oo adiga kuu roon, annaga ayaa xaq u leh inaan rafcaan ka qaadno Heerka 5.

- Haddii aan go'aansano **inaan rafcaan** ka qaadno go'aanka, waxaan kuu sheegi doonnaa qoraal ahaan.
- Haddii aan go'aansano **inaanan rafcaan** ka qaadin go'aanka, waa inaan oggolaannaa ama kuu bixinnaa adeegga 60 maalmood oo kalandarka ah gudahood laga bilaabo markaan helno go'aanka Golaha.

Haddii Golaha uu **Maya** ku dhaho ama uu diido codsigayaga dib-u-eegista, habka rafcaanka wuxuu noqon karaa mid aan wali dhamaanin.

- Haddii aad go'aansato inaad **aqbasho** go'aankaas oo diiday rafcaankaaga, habka rafcaanka wuu dhammaaday.
- Haddii aad go'aansato inaadan **aqbalin** go'aankaas oo diiday rafcaankaaga, waxaad sii wadan kartaa heerka xiga ee dib-u-eegista. Ogeysiiska aad heli doonto ayaa kuu sharaxaya waxaad sameyn karto si aad u samaysid Rafcaan Heerka 5.

Rafcaan Heerka 5

- Garsoore ka tirsan Maxkamadda Gobolka Federaalka ayaa dib u eegaya rafcaankaaga iyo dhammaan macluumaadka oo go'aaminaya **Haa** ama **Maya**. Tani waa go'aanka ugu dambeeya. Ma jiraan heerar rafcaan oo ka sii dambeeya Maxkamadda Gobolka Federaalka.

J2. Rafcaanno Dheeraad ah oo ku saabsan Kaalmada Caafimaadka

Waxaad sidoo kale leedahay xuquuq rafcaan oo dheeraad ah haddii rafcaankaagu ku saabsan yahay adeegyo ama shay Kaalmada Caafimaadka caadiyan daboolo. Warqadda aad ka hesho Xafiiska Dhageysiga Rafcaan ee Gobolka ayaa kuu sharaxaysa waxaad sameyn karto haddii aad rabto inaad sii waddo habka rafcaan ka.

Haddii aad ku khilaafsantahay xukunka ka yimid habka Rafcaanka Gobolka, waxaad rafcaan u qaadan kartaa Maxkamadda Degmada ee gobolkaaga adigoo wacaya xafiiska diiwaangeliyaha degmada. Waxaad haysataa 30 maalmood si aad rafcaan uga qaaddo Maxkamadda Degmada.

Haddii aad u baahan tahay caawimaad mar kasta oo nidaamka lagu jiro, wac Sarkaalka Baara Cabashada Shakhsi ahaaneed ee Ka dhan Maamulka ee ku aadan Barnaamijyada Caafimaadka Dadweynaha ee Maamulka Dadweynaha taleefannada 651-431-2660 ama 1-800-657-3729 ama TTY MN Relay 711, ama adeeg relay aad doorato.

J3. Heerarka Rafcaanka 3, 4 iyo 5 ee Codsiyada Dawooyinka Medicare Qaybta D

Qaybtani waxay ku habboonaan kartaa haddii aad samaysay Rafcaan Heerka 1 iyo Rafcaan Heerka 2, oo labadaba la diiday.

Haddii qiimaha daawada aad rafcaan ka qaadatay uu buuxiyo qaddar cayiman oo lacag ah, waxaa laga yaabaa inaad awood u yeelato inaad u gudubto heerar rafcaan oo dheeraad ah. Jawaabta qoraalka ah ee aad ka hesho Rafcaan Heerka 2 waxay sharxaysaa cidda lala xiriirayo iyo waxaad sameyn karto si aad u codsato Rafcaan Heerka 3.

Rafcaan Heerka 3

Rafcaan Heerka 3 ee habka rafcaanka waa dhageysi uu sameeyo ALJ (Garsoore Dhageysan Kara Dacwada) Qofka go'aanka gaara waa ALJ ama gar-qaade qareen oo u shaqeeya dowladda federaalka.

Haddii ALJ ama gar-qaadaha qareenka uu **Haa** ku dhaho rafcaan kaaga:

- Habka rafcaan-qaadashada wuu dhammaaday.
- Waa inaan oggolaannaa ama ku siinnaa daboolka daawada oggolaatay 72 saacadood gudahood (ama 24 saacadood rafcaan degdeg ah), ama waa inaan bixinnaa lacagta ugu dambeyn 30 maalmood oo kalandarka ah gudahood laga bilaabo markaan helno go'aanka.

Haddii ALJ ama gar-qaadaha qareenka uu **Diido** rafcaankaaga, habka rafcaan ka wuxuu noqon karaa mid aan wali dhamaanin.

- Haddii aad go'aansato inaad **aqbasho** go'aankaas oo diiday rafcaankaaga, habka rafcaanka wuu dhammaaday.
- Haddii aad go'aansato inaadan **aqbalin** go'aankaas oo diiday rafcaankaaga, waxaad sii wadan kartaa heerka xiga ee dib-u-eegista. Ogeysiiska aad heli doonto ayaa kuu sharaxaya waxaad sameyn karto si aad u samaysid Rafcaan Heerka 4.

Rafcaan Heerka 4

Golaha ayaa dib u eegaya rafcaankaaga oo ku siinaya jawaab. Golaha waa qayb ka mid ah dowladda federaalka.

Haddii Golaha uu **Haa** ku dhaho rafcaankaaga:

- Habka rafcaan-qaadashada wuu dhammaaday.
- Waa inaan oggolaannaa ama ku siinnaa daboolka daawada oggolaatay 72 saacadood gudahood (ama 24 saacadood rafcaan degdeg ah), ama waa inaan bixinnaa lacagta ugu dambeyn 30 maalmood oo kalandarka ah gudahood laga bilaabo markaan helno go'aanka.

Haddii Golahu **Diido** rafcaankaaga, habka rafcaan ka wuxuu noqon karaa mid aan wali dhamaanin.

- Haddii aad go’aansato inaad **aqbasho** go’aankaas oo diiday rafcaankaaga, habka rafcaanka wuu dhammaaday.
- Haddii aad go’aansato inaadan **aqbalin** go’aankaas oo diiday rafcaankaaga, waxaad sii wadan kartaa heerka xiga ee dib-u-eegista. Ogeysiiska aad heli doonto ayaa kuu sharaxaya waxaad sameyn karto si aad u samaysid Rafcaan Heerka 5.

Rafcaan Heerka 5

- Garsoore ka tirsan Maxkamadda Gobolka Federaalka ayaa dib u eegaya rafcaankaaga iyo dhammaan macluumaadka oo go’aaminaya **Haa** ama **Maya**. Tani waa go’aanka ugu dambeeya. Ma jiraan heerar rafcaan oo ka sii dambeeya Maxkamadda Gobolka Federaalka.

K. Sida loo sameeyo cabasho

K1. Noocyada dhibaatooyinka ah ee u baahan inay noqdaan cabashooyin

Habka cabashada waxaa loo isticmaalaa oo kaliya noocyada dhibaatooyinka qaarkood, sida dhibaatooyinka la xiriira tayada daryeelka, sugitaanka, isku-duwidda daryeelka, iyo adeegga macaamiisha. Waa kuwan tusaalooyinka dhibaatooyinka lagu xalliyo habka cabashada:

Cabashada	Tusaale
Tayada daryeelkaaga caafimaadka	• Waxaad ku qanacsanayn tayada daryeelka, sida daryeelka aad ku heshay isbitaalka.
Ixtiraamida asturnaantaada	• Waxaad u malaynaysaa in qof aanu ixtiraamin xaqaaga sirta ah ama uu wadaagay macluumaad qarsoodi ah oo adiga kugu saabsan.
Ixtiraamid-la'aan, adeeg xumo macaamiil, ama dabeecado xun	• Bixiye daryeel caafimaad ama shaqaale ayaa kula dhaqmay si anshax xumo ah ama aan ixtiraam lahayn. • Shaqaalahayaga ayaa si xun kuu maamulay. • Waxaad u malaynaysaa in lagugu riixayo qorshaheenna si aad uga baxdo.
Helitaanka adeegyada iyo caawinta luqadda	• Waxaad awoodi wayday inaad si jireed u gaarto adeegyada caafimaadka iyo xarumaha xafiiska dhakhtarka ama bixiyaha. • Dhakhtarkaaga ama bixiyahaaga ma bixiyo turjumaan luqad aan Ingiriis ahayn oo aad ku hadasho (sida Luuqadda Calaamadaha Mareykanka ama Isbaanish). • Bixiyahaaga ma ku siiyo habab kale oo macquul ah oo aad u baahan tahay oo aad codsatay.
Sugitaanka	• Waxaad dhibaato ku qabtaa ballan samaynta ama waxaad sugtaa waqti dheer si aad u hesho ballan. • Dhakhaatiir, farmashiistayaal, xirfadlayaal kale oo caafimaad, Adeegyada Xubinta, ama shaqaalaha kale ee qorshaha ayaa kugu sugay waqti dheer.
Nadaafadda	• Waxaad u malaynaysaa in rugta caafimaadka, isbitaalka, ama xafiiska dhakhtarka uusan nadiif ahayn.
Macluumaadka aad naga helayso	• Waxaad u malaynaysaa inaanan ku siinin ogeysiis ama warqad aad ahayd inaad hesho. • Waxaad u malaynaysaa in macluumaadka qoraalka ah ee aan kuu soo dirnay uu adkaaday fahamkiisa.

Cabashada	Tusaale
Waqtiga go'aamada daboolka ama rafcaannada	• Waxaad u malaynaysaa inaanan raacin wakhtiyada kama dambaysta ah ee go'aan daboolid ama ka jawaabida rafcaan kaaga. • Waxaad u malaynaysaa in, ka dib markaad hesho go'aan daboolid ama rafcaan adiga kuu roon, aanan raacin wakhtiyada kama dambaysta ah ee oggolaanshaha ama bixinta adeegga ama ku soo celinta lacagta daryeel caafimaad gaar ah. • Waxaad u malaynaysaa inaanan kiiskaaga u dirin IRO wakhtiga kama dambaysta ah.

Waxaa jira noocyo kala duwan oo cabashooyin ah. Waxaad samayn kartaa cabasho gudaha ah iyo/ama cabasho dibadda ah. Cabasho gudaha ah waa mid lagu soo gudbiyo oo dib loogu eego qorshaheenna. Cabasho dibadda ah waa mid lagu soo gudbiyo oo dib loogu eego hay'ad aan ku xirnayn qorshaheenna. Haddii aad u baahan tahay caawimaad si aad u sameyso cabasho gudaha ah iyo/ama dibadda ah, waxaad wici kartaa Ombudsperson-ka Barnaamijyada Caafimaadka Dadweynaha ee Maareysan lambarka 651-431-2660 ama 1-800-657-3729, ama isticmaal Adeegga Gudbinta ee TTY ee MN 711 ama adeeg gudbin oo kale oo aad doorbideyso.

Erayga sharciyeed ee "cabasho" waa **"cabasho sharciyeed."**
Erayga sharciyeed ee "soo gudbinta cabasho" waa **"soo gudbinta cabasho sharciyeed."**

K2. Cabashooyinka gudaha

Si aad u sameyso cabasho gudaha ah, wac Adeegyada Xubinta lambarka ku xusan hoos boggan. Waxaad cabashada samayn kartaa waqti kasta ilaa iyo inta aysan ku saabsanayn daawo Medicare Qaybta D ah. Haddii cabashadaadu ay ku saabsan tahay daawo Medicare Qaybta D ah, waa inaad cabashada samaysaa **60 maalmood oo kalandarka ah gudahood** ka dib dhibaatada aad rabto inaad ka cabato.

- Haddii ay jiraan waxyaabo kale oo aad u baahan tahay inaad sameyso, Adeegyada Xubinta ayaa kuu sheegi doona.
- Waxaad sidoo kale cabashadaada qori kartaa oo noogu soo diri kartaa. Haddii aad cabashadaada qorto, waxaan ku siin doonaa jawaab qoraal ah

  Waaxda Cabashooyinka iyo Rafcaannada
  South Country Health Alliance
  6380 West Frontage Road
  Medford, MN 55049

Erayga sharciyeed ee "cabasho degdeg ah" waa "**cabasho sharciyeed oo degdeg ah."**

Haddii suurtagal ah, waxaan ku siin doonaa jawaabta isla markiiba. Haddii aad na soo wacdo cabasho, waxaa laga yaabaa inaan ku siinno jawaabta isla wicitaankaas. Haddii xaaladdaada caafimaad ay nagu qasbayso inaan degdeg uga jawaabno, sidaas ayaan sameyn doonnaa.

- axaan badanaa uga jawaabnaa cabashooyinka 30 maalmood oo kalandarka ah gudahood. Haddii aan go'aan qaadan waayo 30 maalmood gudahood sababtoo ah waxaan u baahanahay macluumaad dheeraad ah, waxaan kuu soo sheegi doonnaa qoraal ahaan. Waxaan sidoo kale ku siin doonnaa macluumaad ku saabsan xaaladda iyo waqtiyada aad jawaabta heli karto.
- Haddii aad cabasho samayso sababtoo ah waxaan diidnay codsigaaga "go'aan daboolitaan degdeg ah" ama "rafcaan degdeg ah," waxaan si toos ah ku siin doonaa "cabasho degdeg ah" oo waxaan uga jawaabi doonaa cabashadaada 24 saacadood gudahood.

- Haddii aad cabasho samayso sababtoo ah waxaan ku qaadanay wakhti dheeraad ah si u gaadhno go'aanka ceymiska amaracfaanka, waxaan si toos ah ku siin doonaa “cabasho degdeg ah” oo waxaan uga jawaabi doonaa cabashadaada 24 saacadood gudahood.

Haddii aanu ku raacin qayb ama dhammaan cabashadaada, waxaan kuu sheegi doonnaa sababaha go'aankayaga. Waxaan ku siin doonaa jawaab, haddii aan ku raacno cabashadaada ama aanan ku raacin.

K3. Cabashooyinka dibadda

Medicare

Waxaad u sheegi kartaa Medicare cabashadaada ama waxaad u diri kartaa Medicare. Foomka Cabashada Medicare waxaa laga heli karaa: www.medicare.gov/MedicareComplaintForm/home.aspx. Looma baahna inaad horey cabasho ula gudbiso AbilityCare ka hor intaadan cabasho u gudbin Medicare.

Medicare si dhab ah ayay u qaadataa cabashooyinkaaga waxayna adeegsataa macluumaadkan si ay u hagaajiso tayada barnaamijka Medicare.

Haddii aad leedahay talooyin kale ama walaac, ama haddii aad dareento in qorshaha caafimaadka aanu xallin dhibaatadaada, waxaad sidoo kale wici kartaa 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). Isticmaalayaasha TTY waxay wici karan 1-877-486-2048. Wicitaanka waa lacag la'aan.

Waxaad u sheegi kartaa Waaxda Caafimaadka ee Minnesota cabashadaada:

Hababka Daryeelka la maareeyay
P.O. Box 64882
St. Paul, MN 55164-0882

Waxaad sidoo kale cabasho ka samayn kartaa: www.health.state.mn.us/facilities/insurance/clearinghouse/complaints.

Xafiiska Xuquuqda Madaniga ah (Office for Civil Rights, OCR)

Waxaad cabasho u gudbin kartaa Waaxda Caafimaadka iyo Adeegyada Aadanaha (Health and Human Services, HHS) OCR haddii aad u malaynayso inaan lagula dhaqmin si cadaalad ah. Tusaale ahaan, waxaad cabasho ka gudbin kartaa helitaanka adeegyada naafada ama caawinta luqadda. Lambarka telefoonka ee OCR waa 1-800-368-1019. Isticmaalayaasha TTY waa iney wacaan 1-800-537-7697. Waxaad booqan kartaa www.hhs.gov/ocr wixii macluumaad dheeraad ah.

Waxaad sidoo kale la xiriiri kartaa xafiiska OCR ee deegaanka:

Xafiiska Xuquuqda Madaniga ah ee deegaankaaga, Gobollada Midwest, oo ku yaal 233 N. Michigan Ave., Suite 240, Chicago, IL 60601. Wac 1-800-368 -1019, dir fakis 1-202-619-3818, ama iimayl u dir ocrmail@hhs.gov

Waxa kale oo laga yaabaa inaad leedahay xuquuqo hoos yimaada Sharciga Xuquuqda Reer Mareykanka Naafadda qaba (Americans with Disability Act, ADA). Waxa kale oo aad wici kartaa Sarkaalka Baara Cabashada Shakhsi ahaaneed ee Ka dhan Maamulka ee ku aadan Barnaamijyada Caafimaadka Dadweynaha ee Maareysan si aad u hesho caawimaad bilaash ah. Lambarka telefoonku waa 651-431-2660 ama 1-800-657-3729 ama TTY MN Relay 711 ama adeegga gudbinta ee aad doorbiday.

QIO

Marka cabashadaadu ku saabsan tahay tayada daryeelka, waxaad haysataa laba doorasho:

- Waxaad si toos ah ugu gudbin kartaa cabashadaada tayada daryeelka QIO.
- Waxaad cabashadaada ugu gudbin kartaa QIO iyo qorshaheenna labadaba. Haddii aad cabasho u gudbiso QIO, waxaan la shaqeyn doonaa iyaga si aan u xallino cabashadaada.

QIO waa koox ka kooban dhakhaatiir shaqeynaya iyo khubaro kale oo daryeel caafimaad ah oo ay bixiso dowladda federaalka si loo hubiyo loona hagaajiyo daryeelka la siiyo bukaannada Medicare. Si aad wax badan uga barato QIO, tixraac **Qaybta H2** ama tixraac **Cutubka 2** ee *Buug-gacmeedka Xubinka*.

Minnesota, QIO waxaa loogu yeedhaa Livanta. Lambarka telefoonka ee Livanta waa 1-888-524-9900 (TTY: 1-888-985-8775).

BOGGAAN SI
ULA KAC AH
AYAA LOOGA TAGAY

Cutubka 10: Joojinta xubinnimadaada Qorshaheenna

Hordhac

Cutubkan wuxuu sharxayaa sida aad uga bixi karto qorshaheenna iyo xulashooyinkaaga caymiska caafimaad ka dib marka aad ka baxdo qorshaheenna. Haddii aad ka baxdo qorshaheenna, waxaad weli ku jiri doontaa barnaamijyada Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka ilaa iyo inta aad xaq u leedahay. Erayada muhiimka ah iyo qeexitaankoodu waxay u soo muuqan doonaan siday ugu kala horreeyeen alifbeetada cutubka u dambeeya ee *Buug-gacmeedka Xubinka*.

Jadwalka Tusmooyinka

A. Goorta aad joojin karto xubinnimadaada qorshaheenna 140

B. Sida loo joojiyo xubinnimadaada qorshaheenna 140

C. Sida loogu helo adeegyada Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka si kala gooni ah 141

C1. Adeegyadaada Medicare 141

C2. Adeegyadaada Kaalmada Caafimaadka 143

D. Qalabkaaga caafimaadka, adeegyada, iyo daawooyinkaaga ilaa xubinnimadaada qorshaheenna ay dhammaato 143

E. Xaaladaha kale ee xubinnimadaada qorshaheenna ay dhammaan karto 143

F. Xeerarka ka dhanka ah inay kugu qasbaan inaad ka baxdo qorshaheenna sababo la xiriira caafimaadkaaga 144

G. Xuquuqdaada inaad cabasho soo gudbiso haddii aan joojino xubinnimadaada qorshaheenna 144

H. Sida loo helo macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan joojinta xubinnimada qorshahaaga....144

A. Goorta aad joojin karto xubinnimadaada qorshaheenna

Inta badan dadka haysta Medicare waxay joojin karaan xubinnimadooda wakhtiyada qaarkood ee sanadka. Maadaama aad leedahay Kaalmada Caafimaadka, waxaad haysataa xulashooyin aad xubinnimadaada ku joojin karto bil kasta oo sanadka ah.

Intaa waxaa dheer, waxaad joojin kartaa xubinnimadaada qorshaheenna inta lagu jiro xilliyada soo socda:

- **Muddada Isdiiwaangelinta Sannadlaha ah**, oo soconaysa Oktoobar 15 ilaa Diseembar 7. Haddii aad doorato qorshe cusub muddadan, xubinnimadaada qorshaheenna waxay dhammaan doontaa Diseembar 31, xubinnimadaada qorshaha cusubna waxay bilaaban doontaa Janaayo 1.
- **Muddada Furan ee Isdiiwaangelinta Medicare Advantage (MA)**, oo soconaysa Janaayo 1 ilaa Maarso 31, iyo sidoo kale kuwa cusub ee loo ogolaaday Medicare oo ku diiwaangashan qorshe laga bilaabo bisha Qaybta A iyo Qaybta B illaa maalinta ugu dambeysa ee bisha 3-aad ee mudadaas. Haddii aad doorato qorshe cusub muddadan, xubinnimadaada qorshaha cusub waxay bilaaban doontaa maalinta ugu horreysa ee bisha soo socota.

Waxaa jiri kara xaalado kale marka aad xaq u leedahay inaad wax ka bedesho diiwaangelintaada. Tusaale ahaan, marka:

- aad ka guurto aagga adeeggayaga,
- U-qalmitaankaaga Kaalmada Caafimaadka ama Caawinta Dheeraadka ah ayaa isbedelay, **ama**
- haddii aad dhowaan u guurtay xarun daryeelka muddada dheer ah, ama hadda daryeel ka helayso, ama dhowaan ka guurtay isbitaal muddada dheer ah.

Xubinnimadaada waxay dhammaanaysaa maalinta ugu dambeysa ee bisha aan helno codsigaaga si aad qorshahaaga u bedesho. Tusaale ahaan, haddii aan helno codsigaaga Janaayo 18, daboolkaaga qorshaheenna wuxuu dhammaanayaa Janaayo 31. Daboolkaaga cusub wuxuu bilaabanayaa maalinta ugu horreysa ee bisha soo socota (Janaayo 1, tusaale ahaan).

Haddii aad ka tagto qorshaheena, waxaad heli kartaa macluumaadka ku saabsan:

- Xulashooyinka Medicare ee ku taxan jaantuska **Qaybta C1** ee cutubkan.
- Adeegyada Kaalmada Caafimaadka ee ku taxan **Qaybta C2** ee cutubkan.
- Adeegyada Xubinka adoo wacaya lambarka ku xusan hoosta boggan. Lambarka isticmaalayaasha TTY sidoo kale waa la taxay.
- Medicare 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227), 24 saacadood maalintii, 7 maalmood todobaadkii. Isticmaalayaasha TTY waa inay wacaan 1-877-486-2048.
- Barnaamijka Caawinta Caymiska Caafimaadka Gobolka (SHIP) lambarka 1-800-333-2433, isticmaalayaasha TTY ee Isgaarsiinta MN 711 waa inay wacaan 711 ama isticmaal adeegga gudbinta ee aad doorbidayso. Wicitaanadan waa bilaash. Gudaha Minnesota, barnaamijka SHIP waxaa loo yaqaan Senior LinkAge Line®.

FIIRO GAAR AH: Haddii aad ku jirtid barnaamijka maaraynta daawooyinka (DMP), waxaa laga yaabaa inaadan awoodin inaad qorshahaaga bedesho. Ka eeg **Cutubka 5** ee *Buug-gacmeedka Xubinta* wixii macluumaad ah ee ku saabsan barnaamijyada maaraynta daawooyinka.

B. Sida loo joojiyo xubinnimadaada qorshaheenna

Haddii aad go'aansato inaad joojiso xubinnimadaada, waxaad isdiiwaangelin kartaa qorshe Medicare kale ama waxaad ku bedelan kartaa Medicare Asal ah. Si kastaba ha ahaatee, haddii aad rabto inaad ku bedesho qorshaheenna Medicare Asal ah laakiin aadan dooran qorshe Medicare oo daawooyin lagu qoro oo gooni ah, waa inaad naga codsataa in lagaa saaro xubinnimada qorshaheenna. Waxaad laba hab u mari kartaa codsashada lagaa saaro xubinnimada:

- Waxaad noogu soo diri kartaa codsi qoraal ah. Kala xiriir Adeegyada Xubinta lambarka ku qoran hoosta boggan haddii aad u baahan tahay macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan sida tan loo sameeyo.

- Ka wac Medicare 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227), 24 saacadood maalintii, 7 maalmood usbuucii. Isticmaalayaasha TTY (dadka dhibaato ku qaba maqalka ama hadalka) waa inay wacaan 1-877-486-2048. Markaad wacdo 1-800-MEDICARE, waxaad sidoo kale isdiiwaangelin kartaa qorshe caafimaad Medicare ama mid daawo lagu qoro oo kale. Macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan helitaanka adeegyadaada Medicare marka aad ka baxdo qorshaheenna waxaa ku jira jaantuska **Qaybta C** ee cutubka.
- **Qaybta C** ee hoose waxay ku taxan tahay tillaabooyinka aad qaadi karto si aad ugu isdiiwaangeliso qorshe kale, kaas oo sidoo kale joojinaya xubinnimadaada qorshaheenna.

C. Sida loogu helo adeegyada Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka si kala gooni ah

Haddii aad doorato inaad ka baxdo qorshaheenna, waxaad leedahay doorashooyin ku saabsan helitaanka adeegyadaada Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka.

C1. Adeegyadaada Medicare

Waxaad haysataa afar doorasho oo aad ku heli karto adeegyadaada Medicare ee hoos ku taxan bil kasta oo sanadka ah. Waxaad leedahay doorasho kale oo dheeraad ah xilliyada qaarkood ee sanadka, oo ay ku jiraan **Muddada Isdiiwaangelinta Sannadlaha ah** iyo **Muddada Furan ee Isdiiwaangelinta Medicare Advantage** ama xaaladaha kale ee lagu sharaxay Qaybta A. Markaad doorato mid ka mid ah doorashooyinkan, xubinnimadaada qorshaheenna si toos ah ayay u dhammaaneysaa.

1. Waxaad u bedeli kartaa: **Qorshe kale oo bixiya Medicare-kaaga iyo inta badan ama dhammaan faa'iidooyinkaaga iyo adeegyadaada Kaalmada Caafimaadka hal qorshe, oo sidoo kale loo yaqaan qorshe gaar ah oo isdhexgalka u ah dadka u qalma labada (D-SNP).**	**Waa kan waxa la sameeyo:** Ka wac Medicare 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227), 24 saacadood maalintii, 7 maalmood usbuucii. Isticmaalayaasha TTY waa inay wacaan 1-877-486-2048. Haddii aad u baahan tahay gargaar ama macluumaad dheeraad ah: ▪ Ka wac Barnaamijka Caawinta Caymiska Caafimaadka Gobolka (SHIP) lambarka 1-800-333-2433 (isticmaalayaasha TTY ee Isgaarsiinta MN 711 waa inay wacaan 711 ama isticmaal adeegga gudbinta ee aad doorbidayso). Gudaha Minnesota, SHIP waxaa loo yaqaan Senior LinkAge Line®. Wicitaanadan waa bilaash. **AMA** Iska diwaangeli D-SNP-ga cusub oo isku dhafan. Waxa si toos ah lagaaga saarayaa qorshaheena Medicare marka caymiska qorshahaaga cusub bilaabmo. Haddii aad doorato inaad ka tagto qorshaheena, Kaalmadaada Caafimaad waxa lagu siin doonaa khidmo adeeg. Waxaad dib isaga diwaangelin kartaa qorshaha SNBC-da ee aan isku-darka ahayn ee lagugu diiwaan geliyay ka hor AbilityCare adiga oo buuxinaya foom cusub oo isdiiwaangelin ah.
2. Waxaad u bedeli kartaa: **Medicare Asalka ah oo leh qorshe daawo qorida Medicare oo gooni ah.**	**Waa kan waxa la sameeyo:** Ka wac Medicare 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227), 24 saacadood maalintii, 7 maalmood usbuucii. Isticmaalayaasha TTY waa inay wacaan 1-877-486-2048.

	Haddii aad u baahan tahay gargaar ama macluumaad dheeraad ah: ▪ Ka wac Barnaamijka Caawinta Caymiska Caafimaadka Gobolka (SHIP) lambarka 1-800-333-2433 (isticmaalayaasha TTY ee Isgaarsiinta MN 711 waa inay wacaan 711 ama isticmaal adeegga gudbinta ee aad doorbidayso). Gudaha Minnesota, SHIP waxaa loo yaqaan Senior LinkAge Line®. Wicitaanadan waa bilaash. **AMA** Iska diiwaangeli qorshaha cusub oo dawada Medicare uu qoray. Si toos ah ayaa lagaa saarayaa qorshaheena marka caymiskaaga Medicare Asalka ah oo bilaabmo. Haddii aad doorato inaad ka tagto qorshaheena, Kaalmadaada Caafimaad waxa lagu siin doonaa khidmo adeeg. Waxaad dib isaga diwaangelin kartaa qorshaha SNBC-da ee aan isku-darka ahayn ee lagugu diiwaan geliyay ka hor AbilityCare adiga oo buuxinaya foom cusub oo isdiiwaangelin ah.
3. Waxaad u bedeli kartaa: **Medicare Asal ah oo aan lahayn qorshe gooni ah oo Medicare ah oo loogu talagalay daawooyinka lagu qoro** **FIIRO GAAR AH:** Haddii aad ku bedesho Medicare Asal ah oo aadan isdiiwaangelin qorshe Medicare oo gooni ah oo daawooyin lagu qoro, Medicare waxay ku qori kartaa qorshe daawooyin ah, ilaa aad u sheegto Medicare inaadan rabin inaad ku biirto. Waa inaad kaliya iska tuurtaa daawada caymiska laguu qoray haddii aad caymis dawo ka haysato meel kale, sida loo-shaqeeye ama urur shaqaale. Haddii aad su'aalo ka qabtid inaad u baahan tahay caymis daawooyinka lagu qoro, wac Senior LinkAge Line® lambarka 1-800-333-2433 (Isticmaalayaasha TTY waa inay wacaan 711 ama isticmaal adeegga gudbinta ee aad doorbidayso). Wixii macaluumaad dheeraad ah, fadlan booqo https://mn.gov/senior-linkage-line/.	**Waa kan waxa la sameeyo:** Ka wac Medicare 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227), 24 saacadood maalintii, 7 maalmood usbuucii. Isticmaalayaasha TTY waa inay wacaan 1-877-486-2048. Haddii aad u baahan tahay gargaar ama macluumaad dheeraad ah: ▪ Ka wac Barnaamijka Caawinta Caymiska Caafimaadka Gobolka (SHIP) lambarka 1-800-333-2433 (isticmaalayaasha TTY ee Isgaarsiinta MN 711 waa inay wacaan 711 ama isticmaal adeegga gudbinta ee aad doorbidayso). Gudaha Minnesota, SHIP waxaa loo yaqaan Senior LinkAge Line®. Wicitaanadan waa bilaash. Si toos ah ayaa lagaa saarayaa qorshaheena marka caymiskaaga Medicare Asalka ah oo bilaabmo. Haddii aad doorato inaad ka tagto qorshaheena, Kaalmadaada Caafimaad waxa lagu siin doonaa khidmo adeeg. Waxaad dib isaga diwaangelin kartaa qorshaha SNBC-da ee aan isku-darka ahayn ee lagugu diiwaan geliyay ka hor AbilityCare adiga oo buuxinaya foom cusub oo isdiiwaangelin ah.
4. Waxaad u bedeli kartaa: **Qorshe kasta oo caafimaad** ee Medicare inta lagu jiro wakhtiyada qaarkood ee sanadka oo ay ku jiraan **Muddada Isdiiwaangelinta Sannadlaha ah** iyo **Muddada Diiwaangelinta Medicare Advantage** ee Furan ama xaalado kale oo lagu sifeeyay Qaybta A.	**Waa kan waxa la sameeyo:** Ka wac Medicare 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227), 24 saacadood maalintii, 7 maalmood usbuucii. Isticmaalayaasha TTY waa inay wacaan 1-877-486-2048.

	Haddii aad u baahan tahay gargaar ama macluumaad dheeraad ah: ▪ Wac Barnaamijka Caawinta Caymiska Caafimaadka ee Gobolka (SHIP) 1-800-333-2433 (TTY MN Gudbinta 711 Isticmaalayaasha ayaa waca 711 ama isticmaal adeegga gudbinta ee aad doorbidayso). Gudaha Minnesota, SHIP waxaa loo yaqaan Senior LinkAge Line®. Wicitaanadan waa bilaash. **AMA** Iska diiwaangeli qorshaha cusub ee dawada Medicare. Waxa si toos ah lagaaga saarayaa qorshaheena Medicare marka caymiska qorshahaaga cusub bilaabmo. Haddii aad doorato inaad ka tagto qorshaheena, Kaalmadaada Caafimaad waxa lagu siin doonaa khidmo adeeg. Waxaad dib isaga diwaangelin kartaa qorshaha SNBC-da ee aan isku-darka ahayn ee lagugu diiwaan geliyay ka hor AbilityCare adiga oo buuxinaya foom cusub oo isdiiwaangelin ah.

C2. Adeegyadaada Kaalmada Caafimaadka

Haddii aad doorato inaad ka tagto qorshaheena, Kaalmadaada Caafimaad waxa lagu siin doonaa khidmo adeeg. Waxaad dib isaga diwaangelin kartaa qorshaha SNBC-da ee aan isku-darka ahayn ee lagugu diiwaan geliyay ka hor diiwaangelinta AbilityCare adiga oo buuxinaya foom cusub oo isdiiwaangelin ah.

D. Qalabkaaga caafimaadka, adeegyada, iyo daawooyinkaaga ilaa xubinnimadaada qorshaheenna ay dhammaato

Haddii aad ka baxdo qorshaheenna, waxay qaadan kartaa waqti ka hor inta xubinnimadaadu aysan dhammaanin iyo inta caymiskaaga cusub ee Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka uusan bilaaban. Inta lagu jiro waqtigan, waxaad sii wadi doontaa helitaanka daawooyinka laguu qoray iyo daryeelkaaga caafimaad adigoo adeegsanaya qorshaheenna ilaa qorshahaaga cusub uu bilaabmo.

- Adeegso bixiyeyaasha shabakadayada si aad u hesho daryeel caafimaad.
- Adeegso farmashiyeyaasha shabakadayada si laguu buuxiyo dawooyinka laguu qoray.
- Haddii aad ku jirto isbitaal maalinta xubinnimadaada AbilityCare ay dhammaato, qorshaheenna wuxuu daboolayaa jooggitaankaaga isbitaalka ilaa lagaa saaro. Tani waxay dhacaysaa xitaa haddii caymiskaaga cusub uu bilaabmo ka hor inta aadan isbitaalka ka bixin.

E. Xaaladaha kale ee xubinnimadaada qorshaheenna ay dhammaan karto

Kuwani waa xaaladaha aan khasab nagu tahay inaan joojinno xubinnimadaada qorshaha:

- Haddii ay dhacdo in caymiskaaga Medicare Qaybta A iyo Medicare Qaybta B uu joogsado.
- Haddii aadan mar dambe u qalmin Kaalmada Caafimaadka ama aadan buuxin shuruudaha da'da. Qorshaheenna waxaa loogu talagalay dadka u qalma Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka labadaba.
  - Haddii aad leedahay Medicare oo aad lumiso xaqaaga Kaalmada Caafimaadka, qorshaheenna wuxuu sii wadi doonaa bixinta faa'iidooyinka qorshaha ilaa saddex bilood.
  - Haddii aad saddexda bilood gudahood dib u helin Kaalmada Caafimaadka, caymiskaaga qorshaheenna waa uu dhammaan doonaa.
  - Waxaad u baahan doontaa inaad doorato qorshe cusub oo Medicare Qaybta D ah si aad u sii waddo helitaanka daawooyinka Medicare daboolay.

    - Haddii aad u baahan tahay caawimaad, waxaad wici kartaa Senior LinkAge Line® ee 1-800-333-2433 (TTY MN Adeeg isgaarsiinta ee dadka dhaga culus iyo kuwa hadalku uu dhibayo ee ah isticmaalayaasha 711 waa inay wacaan 711 ama adeeg gudbin kale oo aad doorbidayso). Wicitaanadan waa bilaash.
- Haddii aad ka guurto aagga adeeggayaga.
- Haddii aad ka maqnaato aaggayaga adeegga in ka badan lix bilood.
    - Haddii aad guurto ama safar dheer qaadato, wac Adeegyada Xubinta si aad u ogaato haddii meesha aad u guureyso ama u safreyso ay ku jirto aaggayaga adeegga.
- Haddii lagugu xiro xabsi ama jeel sababo dambi ah awgood.
- Haddii aad been ka sheegto ama qarisid macluumaad ku saabsan caymis kale oo aad leedahay oo loogu talagalay dawooyinka laguu qoray.
- Haddii aadan ahayn muwaadin u dhashay Maraykanka ama qof sifo sharci ah u deggan waddanka Maraykanka.
    - Waa inaad tahay muwaadin u dhashay United States ama sharci ku joogta United States si aad u noqoto xubin qorshaheenna.
    - Xarumada Adeegga ee Medicare iyo Medicaid (CMS) ayaa noogu soo sheegi doonta haddii aadan xaq u lahayn inaad sii ahaato xubin arrinkan awgii.
    - Waxaan khasab kuugu saari doonaa xubinnimada haddii aadan buuxin shuruuddan.

Waxaan kaa saari karnaa qorshaheenna sababo soo socda awgood kaliya haddii aan marka hore fasax ka helno Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka:

- Haddii aad si ula kac ah noogu bixiso macluumaad aan sax ahayn markii aad ku diiwaangashan tahay qorshaheenna oo macluumaadkaas uu saameyn ku yeesho xaqaaga qorshaheenna.
- Haddii aad si joogto ah u dhaqanto si aan habboonayn oo adkaata bixinta daryeel caafimaad ee adiga iyo xubnaha kale ee qorshaheenna.
- Haddii aad qof kale siiso Kaarkaaga Aqoonsiga Xubinta si uu daryeel caafimaad ugu helo. (Medicare waxay weydiisan kartaa Kormeeraha Guud inuu baaro arrintaada haddii aan xubinnimadaada u joojino sababtan darteed.)

F. Xeerarka ka dhanka ah inay kugu qasbaan inaad ka baxdo qorshaheenna sababo la xiriira caafimaadkaaga

Kuma qasbi karno inaad ka baxdo qorshaheenna sabab la xiriirta caafimaadkaaga. Haddii aad u maleyso inaan kugu qasbeyno inaad ka baxdo qorshaheenna sababo caafimaad awgood, **ka wac Medicare** lambarka 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). Isticmaalayaasha TTY waa inay wacaan 1-877-486-2048. Waad wici kartaa 24 saacadood maalintii, 7 maalmood usbuucii.

G. Xuquuqdaada inaad cabasho soo gudbiso haddii aan joojino xubinnimadaada qorshaheenna

Haddii aan joojino xubinnimadaada qorshaheenna, waa inaan si qoraal ah kuugu sheegnaa sababaha aan xubinnimadaada u joojinay. Waa inaan sidoo kale sharaxno sida aad cabasho u soo gudbin karto ama dacwad uga samayn karto go'aankeena ah inaan xubinnimadaada joojino. Waxaad sidoo kale ka eeg kartaa **Cutubka 9** ee *Buug-gacmeedka Xubinta* wixii macluumaad ah ee ku saabsan sida loo soo gudbiyo cabasho.

H. Sida loo helo macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan joojinta xubinnimada qorshahaaga

Haddii aad qabtid su'aalo ama aad rabto macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan marka aan joojin karno xubinnimadaada, waxaad wici kartaa Adeegyada Xubinta lambarka ku qoran hoosta boggan.

Cutubka 11: Ogeysiisyada Sharciga

Hordhac

Cutubkan waxa uu ka kooban yahay ogeysiisyada sharciga ee quseeya xubinnimadaada qorshaheenna. Erayada muhiimka ah iyo qeexitaankoodu waxay u soo muuqan doonaan siday ugu kala horreeyeen alifbeetada cutubka u dambeeya ee *Buug-gacmeedka Xubinka*.

Jadwalka Tusmooyinka

A. Ogeysiis ku saabsan xeerarka 145

B. Ogeysiis ku saabsan takoor la'aanta 145

C. Ogeysiis ku saabsan Medicare inay noqoto bixiyaha labaad iyo Kaalmada Caafimaadka inay noqoto bixiyaha ugu dambeeya 145

A. Ogeysiis ku saabsan xeerarka

Xeerar badan ayaa khuseeya *Buug-gacmeedka Xubinta*. Xeerarkan waxay saameyn ku yeelan karaan xuquuqdaada iyo waajibaadkaaga xitaa haddii aysan ku jirin ama si faahfaahsan loo sharaxin *Buug-gacmeedka Xubinta*. Xeerarka ugu muhiimsan ee khuseeya waa xeerarka federaalka ee ku saabsan barnaamijyada Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka. Xeerar kale oo federaal iyo gobolba ah ayaa sidoo kale khuseyn kara.

B. Ogeysiis ku saabsan takoor la'aanta

Annagu ma takoorno mana kula dhaqanno si ka duwan sababo la xiriira jinsiyaddaada, asal ahaan qaran, midabka, diinta, jinsiga, da'da, jiheynta galmada, naafo maskaxeed ama jireed, xaaladda caafimaadkaaga, khibradda sheegashooyinka, taariikhda caafimaadka, macluumaadka hidda-sidaha, caddeynta cayminta, ama goobta juqraafiyeed ee aagga adeega. Sidoo kale, annagu kuma takoorno sabab la xiriirta xaaladdaada guur, xaaladda caafimaadka, aaminsanaantaada siyaasadeed, xaaladda kaalmada dadweynaha, ama adeegyada caafimaadka ee aad hesho.

Haddii aad rabto macluumaad dheeraad ah ama aad qabtid walaac ku saabsan takoorka ama daryeelka aan cadaaladda ahayn:

- Wac Xafiiska Xuquuqda Madaniga ah ee Waaxda Caafimaadka iyo Adeegyada Aadanaha lambarka 1-800-368-1019. Isticmaalayaasha TTY waxay wici karaan 1-800-537-7697. Waxaad sidoo kale booqan kartaa www.hhs.gov/ocr wixii macluumaad dheeraad ah.
- Wac Xafiiska Xuquuqda Madaniga ah ee deegaankaaga, Midwest Region, ee 233 N. Michigan Ave., Suite 240, Chicago, IL 60601. Waxaad sidoo kale wici kartaa lambarrada lacag la'aanta ah ee kor ku xusan, waxaad fakis u diri kartaa 1-202-619-3818, ama iimayl ugu diri kartaa ocrmail@hhs.gov.
- Haddii aad leedahay naafo oo aad u baahan tahay caawimaad si aad u hesho adeegyo daryeel caafimaad ama bixiye, wac Adeegyada Xubinta. Haddii aad qabtid cabasho, sida dhib la xiriira marin u helida kuraasta curyaanka, Adeegyada Xubinta ayaa kaa caawin kara.

C. Ogeysiis ku saabsan Medicare inay noqoto bixiyaha labaad iyo Kaalmada Caafimaadka inay noqoto bixiyaha ugu dambeeya

Mararka qaar, qof kale waa inuu marka hore bixiyo adeegyada aan kuugu qabanno. Tusaale ahaan, haddii aad ku lug yeelato shil gaari ama aad ku dhaawacanto shaqada, caymiska ama Magdhowga Shaqaalaha waa inay marka hore bixiyaan.

Waxaan leenahay xaq iyo waajibaad inaan soo uruurinno kharashaadka Medicare ee la daboolay haddii Medicare uusan noqon bixiyaha koowaad.

Waxaan u hoggaansameynaa xeerarka federaalka iyo kuwa gobol ee la xiriira mas'uuliyadda sharciga ee dhinacyada saddexaad ee bixinta adeegyada daryeel caafimaadka xubnaha. Waxaan qaadnaa dhammaan tallaabooyinka macquulka ah si aan u hubinno in Kaalmada Caafimaadka ay noqoto bixiyaha ugu dambeeya.

BOGGAAN
SI ULA KAC AH
AYAA LOOGA TAGAY

Cutubka 12: Qeexitaanada kelmadaha muhiimka ah

Hordhac

Cutubkan wuxuu ka kooban yahay ereyo muhiim ah oo la isticmaalay dhammaan gudaha *Buug-gacmeedka Xubinta* iyo macnayaashooda. Ereyadu waxay ku taxan yihiin habka siday u kala horreeyaan alifbeetada. Haddii aadan heli karin eray aad raadinayso ama aad u baahan tahay macluumaad ka badan waxa lagu sharaxay, la xiriir Adeegyada Xubnaha.

Aagga adeegga: Goob juqraafiyeed halkaas oo qorshaha caafimaadka uu aqbalo xubnaha haddii uu xaddidayo xubinnimada iyadoo lagu saleynayo meesha ay dadka ku nool yihiin. Qorshayaasha xaddidaya dhakhaatiirta iyo isbitaallada aad isticmaali karto, guud ahaan waa aagga aad ka heli karto adeegyada joogtada ah (kuwa aan degdegga ahayn). Keliya dadka ku nool aagga adeegeena ayaa iska diiwaangelin kara qorshaheenna.

Adeegyada baxnaaninta: Daaweynta aad hesho si ay kaaga caawiso bogsashada cudur, shil ama qalliin weyn. Tixraac **Cutubka 4** ee *Buug-gacmeedkan Xubinta* si aad wax badan uga ogaato adeegyada dib-u-dhiska.

Adeegyada Caymisan: Waa eray guud oo aanu u isticmaalno dhammaan daryeelka caafimaadka, adeegyada muddada dheer iyo taageerada, sahayda, daawooyinka dhakhtarku qoro iyo kuwa farmashiyaha laga iibsado, qalabka, iyo adeegyada kale ee qorshaheenna uu daboolo.

Adeegyada dhakhtarka (Physician Services): Adeegyada daryeelka caafimaadka ee uu bixinayo ama isku dubaridayo dhakhtar caafimaad oo shati ka haysta gobolka (M.D. – Dhakhtarka Caafimaadka ama D.O. – Dhakhtarka Daawada Xanuunada).

Adeegyada gelitaanka furan: Sharciga federaalka iyo gobolka ayaa kuu oggolaanaya inaad doorato dhakhtar kasta, rugta caafimaadka, isbitaalka, farmashiyaha, ama wakaaladda kalfogeenta ilmaha - xitaa haddii aysan ku jirin shabakadeena - si aad u hesho adeegyadaan.

Adeegyada gelitaanka tooska ah: Waxaad isticmaali kartaa bixiye kasta oo ku jira shabakada qorshaha si aad u hesho adeegyadan. Waxaad isticmaali kartaa bixiye kasta oo ku jira shabakadda qorshaha adigoon u baahnayn tixraac ama oggolaansho hore.

Adeegyada Guriga iyo Bulshada ku Saleysan (HCBS): Adeegyo dheeraad ah oo loo bixiyo si ay kaaga caawiyaan inaad gurigaaga ku sii jirto.

Adeegyada laga reebay: Adeegyada aan lagu daboolin qorshahan caafimaadka.

Adeegyada Medicare daboolay: Adeegyada ku hoos jira Medicare Qaybta A iyo Medicare Qaybta B. Dhammaan qorshayaasha caafimaadka Medicare, oo ay ku jiraan qorshaheenna, waa inay daboolaan dhammaan adeegyada Medicare Qaybta A iyo Medicare Qaybta B.

Adeegyada Muddada Dheer iyo Taageerada (LTSS): Waa adeegyo loo bixiyo in lagu hagaajiyo xaalad caafimaad oo muddo dheer ah. Inta badan adeegyadan waxay kaa caawinayaan inaad gurigaaga sii joogto halkii aad tegi lahayd xarun kalkaalinta ama isbitaal.

Adeegyada Xasilinta Guriyeynta: Adeegga Xasilinta Guriyeynta: Adeegyada lagu caawiyo dadka naafada ah, oo ay ku jiraan xanuunada dhimirka iyo khalkhalka isticmaalka mukhaadaraadka, iyo dadka waayeelka ah inay helaan oo ay haystaan guri. Ujeedada adeegyadaani waa in la taageero u guurista qofka, kordhinta xasilloonida muddada dheer ee guryeynta bulshada, lagana fogaado xilliyada guri la'aanta ama hay'adaynta mustaqbalka.

Adeegyada Xubnaha: Waa waax ka tirsan qorshaheenna oo mas'uul ka ah ka jawaabidda su'aalahaaga ku saabsan xubinnimada, faa'iidooyinka, cabashooyinka, iyo rafcaannada. Wixii macluumaad dheeraad ah ee ku saabsan Adeegyada Xubinta, tixraac **Cutubka 2** ee *Buug-gacmeedkaaga Xubinta*.

Alaabta noolaha: Daawo loo qoro oo laga sameeyo ilaha dabiiciga ah ee nool, sida unugyada xoolaha, unugyada dhirta, bakteeriyada, ama khamiirka. Alaabooyinka noolaha waxay ka adag yihiin daawooyinka kale oo lama koobiyi karo si sax ah, sidaas darteed qaabab kale waxaa loo yaqaan baayosimilaro. (Sidoo kale eeg "Alaabta Noolaha Asalka ah" iyo "Biosimilar (Baayosimilar)").

Baayosimila: Alaabta noolaha oo aad ugu dhow, laakiin aan la mid ahayn alaabta noolaha asalka ah. Baayosimilarada waa kuwo badbaado leh oona wax-ku-ool ah sida la mid ah alaabta noole ee asalka ah. Baayosimilarada qaarkood waxaa loo beddeli karaa alaabta noolaha asalka ah farmashiyaha iyada oo aan loo baahnayn warqad daawo cusub ah. (Eeg "Baayosimilarada La Isku Beddeli Karo").

Baayosimilarada La Isku Beddeli Karo: Waa baayosimilarada laga beddelan karo farmashiyaha iyada oo aan loo baahnayn warqad cusub oo daawo ah sababtoo ah waxay buuxisaa shuruudo dheeraad ah oo la xiriira beddelidda tooska ah ee suurtagalka ah. Beddelidda tooska ah ee farmashiyaha waxay ku xiran tahay sharciga gobolka.

Barnaamijka caawinta daawooyinka AIDS (ADAP): Barnaamij caawiyaa dadka u qalma ee qaba HIV/AIDS si ay u helaan daawooyin HIV oo badbaadiya nolosha.

Barnaamijka Ka-hortagga Sonkorowga Medicare (MDPP): Waa barnaamij dhisidda dhaqanka caafimaadka kaas oo bixiya tababar ku saabsan isbeddelka muddada dheer ee cuntada, kordhinta dhaqdhaqaaqa jireed, iyo xeelado looga hortagayo caqabadaha ku saabsan ilaalinta miisaanka iyo qaab nololeed caafimaad leh.

Barnaamijka maareynta daawooyinka (Drug management program, DMP): Barnaamij hubiya in xubnuhu si badbaado leh u isticmaalaan opioid-yada iyo daawooyin kale oo si joogto ah loo isticmaalo.

Barnaamijka Qaataha Xaddidan (Restricted Recipient Program): Barnaamij loogu talagalay xubnaha helay daryeel caafimaad laakiin aan u hoggaansamin xeerarka ama si khaldan u isticmaalay adeegyada. Haddii aad ku jirto barnaamijkan, waa inaad heshaa adeegyada caafimaadka oo keliya bixiyahaaga daryeelka koowaad, rug caafimaad, isbitaal uu adeegsado bixiyahaaga daryeelka koowaad, iyo farmashiyahaaga oo kali ah. AbilityCare waxay sidoo kale magacaabi kartaa bixiyeyaasha kale ee daryeelka caafimaadka. Waa inaad sidaas samaysaa ugu yaraan 24 bilood inta aad u qalantid Barnaamijyada Daryeelka Caafimaadka Minnesota. Xubnaha barnaamijkan ku guuldareysta inay raacaan shuruucda barnaamijka waxaa looga baahan doonaa inay sii wataan barnaamijka 36 bilood oo dheeraad ah. Barnaamijka Qaataha Xaddidan ma khuseeyo adeegyada Medicare ee la daboolay.

Biil-gareynta khaldan/aan habboonayn: Waa xaalad marka bixiye (tusaale ahaan dhakhtar ama isbitaal) uu kaa qaado lacag ka badan inta qorshahaaga qayb-qaybsiga kharashka ah. Wac Adeegyada Xubnaha haddii aad hesho biilal aanad fahmin.

Maadaama aan bixinno dhammaan kharashka adeegyadaada, adigu wax kharash ah **kama** bixin doontid. Bixiyeyaashu waa inay kuugu soo dirin wax biil ah adeegyadan.

Bixiyaha daryeelka koowaad (PCP): Dhakhtarka ama bixiyaha kale ee aad marka hore u isticmaasho inta badan dhibaatooyinka caafimaadka. Waxay hubiyaan inaad hesho daryeelka aad u baahan tahay si aad caafimaad ugu sugnaato.

- Waxay sidoo kale la hadli karaan dhakhaatiirta kale iyo bixiyeyaasha kale ee caafimaadka si loo daryeelo xaaladdaada loona gudbiyo bixiyeyaasha saxda ah.
- Qorshayaasha caafimaadka Medicare badan, waa inaad marka hore la xiriirtaa bixiyahaaga daryeelka koowaad ka hor intaadan u gudbin bixiye kale oo caafimaadka ah.
- Tixraac **Cutubka 3** ee *Buug-gacmeedka Xubinta* si aad macluumaad uga hesho helitaanka daryeelka bixiyeyaasha daryeelka koowaad.

Bixiyaha Shabakadda: "Bixiyaha" waa eray guud oo aan u isticmaalno dhakhaatiirta, kalkaaliyayaasha, iyo dadka kale ee kuu bixinaya adeegyada iyo daryeelka. Ereygan waxa kale oo uu ku jiraa isbitaalada, hay'adaha daryeelka caafimaadka guriga, rugaha caafimaadka, iyo meelo kale oo bixiya adeegyada daryeelka caafimaadka, qalabka caafimaadka, iyo adeegyada muddada dheer ee taageerada ah.

- Waxay ruqsad ama shahaado ka haystaan Medicare iyo gobolka si ay u bixiyaan adeegyada caafimaadka.
- Waxaan ugu yeernaa “bixiyeyaal shabakadeed” marka ay ogolaadaan inay la shaqeeyaan qorshaheenna caafimaad, aqbalaan lacag-bixinta aan sameyno, oo aysan xubnaha lacag dheeraad ah ka qaadin.
- Inta aad xubin ka tahay qorshaheena, waa inaad isticmaashaa bixiyayaasha shabakadda si aad u hesho adeegyada la caymiyay. Bixiyeyaasha shabakadda waxaa sidoo kale loo yaqaannaa “bixiyeyaasha qorshaha.”

Bixiyaha Shabakadda Dibadda ama **Xarunta Dibadda Shabakadda:** Bixiye ama xarun aan shaqeyn, lahaan, ama aan ku shaqeyn qorshaheenna oo aan qandaraas kula jirin inay bixiso adeegyada la caymiyay xubnaha qorshaheenna. **Cutubka 3** ee *Buug-gacmeedkaaga Xubinta* wuxuu sharxayaa bixiyeyaasha ama xarumaha shabakadda dibadda.

Bixiyayaashu: Eray guud oo aan u isticmaalno dhakhaatiirta, kalkaaliyeyaasha, iyo dadka kale ee bixiya adeegyada iyo daryeelkaaga. Ereygan waxa kale oo uu ku jiraa isbitaalada, hay’adaha daryeelka caafimaadka guriga, rugaha caafimaadka, iyo meelo kale oo bixiya adeegyada daryeelka caafimaadka, qalabka caafimaadka, iyo adeegyada muddada dheer ee taageerada ah. Waxay ruqsad ama shahaado ka haystaan Medicare iyo gobolka si ay u bixiyaan adeegyada caafimaadka.

Bukaan-jiif: Waa eray loo isticmaalo marka lagaa seexiyo si rasmi ah isbitaal adeegyada caafimaadka xirfadeed awgood. Haddii aan lagaa seexin si rasmi ah, waxaa laga yaabaa in laguugu tixgaliyo inaad tahay bukaan-socod halkii aad bukaan-jiif ahaan lahayd xitaa haddii aad habeen joogto.

***Buug-gacmeedka Xubinta* iyo Macluumaadka Shaacinta:** Dukumeenti, oo ay weheliyaan foomka isdiiwaangelinta iyo lifaaqyada kale, kuwaas oo sharxaya dabooliddaada, xuquuqdaada, iyo waajibaadkaaga sida xubin ka tirsan qorshaheenna.

Caafimaad ahaan lama huraan ah: Tani waxay qeexaysaa adeegyada, sahayda, ama daawooyinka aad u baahan tahay si aad uga hortagto, u baadho, ama u daaweyso xaalad caafimaad ama si aad u ilaaliso xaaladdaada caafimaadka ee hadda. Tan waxaa ku jira daryeelka kaa ilaalinaya inaad isbitaal ama xarun kalkaalin aado. Waxa kale oo ay la macno tahay adeegyada, sahayda, ama dawooyinka buuxiya heerarka la aqbalay ee ku dhaqanka caafimaadka. Daryeelka caafimaad ahaan lagama maarmaanka ah ayaa ku habboon xaaladdaada. Kan waxa ku jira daryeelka la xidhiidha xaalad caafimaad jidheed ama maskaxeed. Waxaa ku jira nooca iyo heerka adeegyada. Waxaa ku jira tirada daawooyinka. Waxaa kale oo ku jira halka aad ka hesho adeegyada iyo inta ay sii socon doonaan. Adeegyada caafimaad ahaan lagama maarmaanka ah waa inay:

- inay yihiin adeegyo bixiyayaasha kale aad caadiyan dalban lahaayeen.
- kaa caawin inaad si fiican u fiicnaato ama u joogtid sida aad tahay.
- inay kaa caawiyaan joojinta ka sii daritaanka xaaladdaada.
- inay ka hortagaan oo helaan dhibaatooyinka caafimaadka.

Caafimaadka Hab-dhaqanka: Erey guud oo ka hadlaya daryeelka caafimaadka dhimirka iyo isticmaalka maandooriyaha.

Caawinta Dheeraadka ah: Waa barnaamijka Medicare oo ka caawiya dadka dakhliga iyo ilaha dhaqaale ee xaddidan inay dhimaan kharashaadka daawooyinka laguu qoro Medicare Qaybta D, sida khidmad ceymiseedka joogtada ah, wax ka jaritaanada, iyo ceymis wadaaga go'an. Caawinta Dheeraadka ah waxaa sidoo kale loo yaqaan “Kaalmada Dakhliga Yar,” ama “LIS”.

Cabashada tayada daryeelka: Buug-gacmeedkan dhexdiisa, “cabashada tayada daryeelka” waxa ay loola jeedaa shucuur aan ku qanacsanaan oo ku saabsan adeegyada caafimaadka oo keeni karta dhaawac dhab ah ama suurtagal ah oo xubinta soo gaadha. Cabashooyinka waxa ay noqon karaan kuwa ku saabsan helitaanka daryeelka; aqoonta bixiyaha iyo shaqaalaha; ku habboonaanta caafimaadka ee daryeelka; isgaarsiinta; hab-dhaqanka; xaaladaha goobta ama deegaanka; iyo arrimo kale oo saameyn xun ku yeelan kara tayada adeegyada daryeelka caafimaadka.

Cabasho: Cabashada aad anaga naga sameyso ama mid ka mid bixiyeyaasheena shabakadda ama farmashiyaasheena. Tani waxay ku jirtaa cabashada ku saabsan tayada daryeelkaaga ama tayada adeegyada qorshaha caafimaadka uu bixiyay.

Cabasho: Qoraal ama hadal sheegaya inaad leedahay dhibaato ama walaac ku saabsan adeegyada caymiskaaga ama daryeelkaaga. Tani waxay ka mid tahay walaac ku saabsan tayada adeegga, daryeelkaaga, bixiyeyaasha shabakadda, ama farmashiyayaasha shabakadda. Magaca rasmiga ah ee "soo gudbinta cabasho" waa "soo gudbinta cabasho tabasho."

D-SNP Isku-dhafan: Waa qorshe loogu talagalay dadka u qalma Medicare iyo Medicaid labadaba, oo daboola adeegyada Medicare iyo inta badan ama dhammaan adeegyada Medicaid ee hal qorshe caafimaad ah. Dadkani waxaa loo yaqaannaa dadka leh faa'iido buuxda ee u qalma labada barnaamij.

Daawada guud: Waa daawo la qoro oo uu oggolaaday dawladda dhexe in loo isticmaalo beddelka daawo magac summeysan. Daawo bilaa summad ah waa mid ay ku jiraan maadooyin la mid ah kuwa ku jira daawada magaca summadaysan leh. Badanaaba way jaban tahay waana la mid wax ku ool ahaan daawada magac summeysan.

Daaweynta tillaabada: Qaanuun caymis oo kugu khasbaya inaad tijaabiso dawo kale ka hor inta aanan daboolin daawada aad codsato.

Daawo summad leh: Daawo loo qoro oo ay sameyso oo iibiso shirkadda asalka u ahayd soo saarida daawada. Daawooyinka summadaysan waxa ku jira maadooyin la mid ah kuwa ku jira bilaa summadda ah. Daawooyinka aan summadda lahayn waxaa guud ahaan sameeya shirkado kale oo daawooyin ah.

Daawooyinka daboolan: Eray aan u isticmaalno dhammaan daawooyinka la qoro iyo kuwa OTC ee qorshaheenna daboolo.

Daawooyinka dhakhtarka qoray: Daawooyinka iyo dawooyinka kale ee lagu bixiyo oo keliya amar ka yimid qof si sax ah loo oggolaaday.

Daawooyinka laga soo iibsan karo farmashiyaha rijeeto la'aan (OTC): Waa daawooyin ama dawooyin la iibsan karo qofkuna ka iibsan karo farmashiyaha iyada oo aan loo baahnayn warqad dhakhtar.

Daawooyinka Medicare Qaybta D: Waa daawooyinka ku daboolan Medicare Qaybta D. Baarlamaanka wuxuu si gaar ah uga reebay daboolidda qaybaha qaar ee daawooyinka Medicare Qaybta D. Caawinta Caafimaadka ayaa laga yaabaa inay daboolaan qaar ka mid ah daawooyinkan.

Daawooyinka Qaybta D: Tixraac "Medicare Qaybta D Daawooyinka."

Daraasadda dib-u-eegista tayada ee ay bixiyaan qolo dibadda ka socoto: Daraasad ku saabsan tayada, waqtiga, iyo helitaanka daryeelka ay bixiso AbilityCare. Daraasadaan waa mid dibadda ah oo madax bannaan.

Daryeel degdeg ah oo loo baahan yahay: Waa daryeelka aad hesho cudur lama filaan ah, dhaawac, ama xaalad aan degdeg ahayn laakiin u baahan daryeel isla markiiba. Si kastaba ha ahaatee, waxaad isticmaali kartaa bixiyeyaasha ka baxsan shabakadda marka aysan macquul ahayn ama aysan macquul ahayn inaad tagto bixiye shabakadda ku jira, iyadoo loo eegayo wakhtigaaga, meeshaada, ama duruufahaaga (tusaale ahaan, markaad ku sugan tahay meel ka baxsan goobta adeegga qorshaha oo aad u baahan iyo tahay adeegyo caafimaad oo muhiim ah oo degdeg ah xaalad lama filaan ah laakiin aan ahayn xaalad degdeg caafimaad ah).

Daryeelka bukaan-socodka isbitaalka: Waa daryeel lagu bixiyo isbitaal oo aan inta badan u baahnayn joogitaan habeen. Joogitaan habeen ah oo loogu talagalay kormeer waxaa loo tixgeliyaa inuu yahay daryeel bukaan-socod ah.

Daryeelka caafimaadka guriga: Adeegyada daryeelka caafimaadka ee jirro ama dhaawac lagu bixiyo guriga ama bulshada dhexdeeda halkaas oo hawlaha nolosha caadiga ah ay qaataan Xubinka.

Daryeelka degdegga ah: Adeegyada daboolan ee uu bixiyo bixiye u tababaran inuu bixiyo adeegyada degdegga ah loona baahan yahay in lagu daweeyo xaalad degdeg ah oo caafimaad.

Daryeelka nafiska: Daryeelka nafiska wuxuu ka caawiyaa dadka qaba cudurro halis ah inay dareemaan wanaag. Wuxuu ka hortagaa ama daaweeyaa calaamadaha iyo waxyeelada cudurka ama daaweynta. Daryeelka nafiska sidoo kale wuxuu daaweeyaa dhibaatooyinka shucuureed, bulsheed, kuwo ficil ah, iyo kuwo ruuxeed ee cudurrada keeni karaan. Daryeelka nafiska waxaa lagu bixin karaa waqti isku mid ah oo daaweyntu ujeedadeeduna tahay inay daweyso cudurka. Waxaa la bixin karaa markii cudurka la ogaado, inta lagu jiro daaweynta, kormeerka kadib, iyo dhamaadka nolosha.

Daryeelka xarunta kalkaalinta xirfadda leh (SNF): Daryeelka xarunta kalkaalinta xirfadda leh iyo adeegyada dib-u-dhiska oo si joogto ah loo bixiyo, maalin kasta, xarunta kalkaalinta xirfadaysan. Tusaalooyinka daryeelka xarunta kalkaalinta xirfadda leh waxaa ka mid ah daaweynta jireed ama faleebooyin (IV) uu bixin karo kalkaaliye diiwaangashan ama dhakhtar.

Dhegeysiga Gobolka: Haddii dhakhtarkaaga ama bixiye kale uu codsado adeeg Medicaid ah oo aan oggolaanno, ama aan sii wadi doonin bixinta adeeg Medicaid ah oo aad hore u heshay, waxaad codsan kartaa dhegeysi. Haddii go'aanka Dhegeysiga Gobolka uu kuu roonaado, waa inaan kuu fulino adeegga aad codsatay.

Diiwaangelin ka saarida: Habka soo afjarida xubinimadaada ee qorshaheena. Ka-bixitaanka qorshaha waxaa laga yaabaa inuu noqdo ikhtiyaar ah (go'aankaaga) ama khasab (aan ahayn go'aankaaga).

Farmashiyaha shabakadda: Farmashiye (dukaanka daawooyinka) oo oggolaaday inuu buuxiyo warqadaha dhakhtarka ee xubnaha qorshaheenna. Waxaan ugu yeernaa "farmashiyo shabakadeed" sababtoo ah waxay ogolaadeen inay la shaqeeyaan qorshaheenna. Badanaa, waxaan daboolnaa warqadaha daawooyinkaaga oo keliya marka lagu buuxiyo mid ka mid ah farmashiyaashayada shabakadda.

Farmashiyaha Shabakadda Dibadda (Out-of-network Pharmacy): Waa farmashiye aan ogolaan inay la shaqeyso qorshaheenna si ay u daboosho daawooyinka xubnaha qorshaheenna. Qorshaheenna ma daboolo daawooyinka aad ka hesho farmashiyada shabakadda dibadda, ilaa xaalado gaar ah ay jiraan.

Gaadiidka caafimaadka degdegga ah: Adeegyada ambalaasta, oo ay ku jiraan gaadiidka dhulka iyo hawada ee xaalad caafimaad oo degdeg ah.

Garsooraha sharciga maamulka: Garsoore dib-u-eegis ku sameeya racfaanka heerka 3aad.

Go'aanka daboolidda: Go'aan ku saabsan waxa faa'iidooyin ah ee aan daboolno. Tani waxay ka mid tahay go'aannada ku saabsan daawooyinka iyo adeegyada daboolan ama inta aan bixin doono adeegyadaada caafimaadka. **Cutubka 9** ee *Buug-gacmeedka Xubinta* wuxuu sharxayaa sida loo codsado go'aan daboolid.

Go'aanka hay'adda: Qorshaheenna wuxuu sameeyaa go'aan hay'ad marka anaga ama mid ka mid ah bixiyeyaashayadu go'aamiyaan haddii adeegyada la daboolay ama inta aad bixinayso adeegyada la daboolay. Go'aamada hay'adda waxaa loo yaqaannaa "go'aamada daboolista." **Cutubka 9** ee *Buug-gacmeedkaaga Xubinta* wuxuu sharxayaa go'aamada daboolista.

Golaha Rafcaanka Medicare (Golaha): Waa gole dib u eega rafcaan ka heerka 4-aad. Golaha waa qayb ka mid ah dowladda federaalka.

Goob ku xanaaneynta waayeelka: Barnaamijka daryeelka iyo taageerada si ay uga caawiyaan dadka leh saadaasha dhimashada inay si raaxo leh u noolaadaan. Saadaasha dhimashada waxay ka dhigan tahay qof la xaqiijiyay caafimaad ahaan inuu yahay bukaan dhimasho u dhow oo leh cimri dheer oo la filayo 6 bilood ama ka yar.

- Xubin leh saadaasha dhimashada waxay xaq u leedahay inay doorato barnaamijka goob ku xanaaneynta waayeelka.
- Koox si gaar ah loo tababaray oo ka kooban xirfadlayaal iyo daryeel-bixiyeyaal ayaa bixiya daryeel dhammeystiran, oo ay ku jiraan baahiyaha jireed, shucuur, bulsho, iyo ruuxaanba.
- Waa inaan ku siinnaa liis bixiyeyaasha hospice ee ku sugan aaggaaga juquraafiyeed.

Gudbin: Gudbin waa oggolaanshaha bixiyahaaga daryeelka koowaad (primary care provider, PCP) si aad u isticmaasho bixiye ka duwan PCP-gaaga. Haddii aanad helin oggolaansho marka hore, waxa laga yaabaa inaanu qorshahu cayimin daawada. Uma baahnid gudbin si aad ugu isticmaasho takhaatiirta qaarkood, sida takhaatiirta caafimaadka dumarka. Waxaad ka heli kartaa macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan gudbinta **Cutubka 3 iyo 4** ee *Buug-gacmeedkan Xubinta*.

Guri ku kalkaalinta ama xarun: Meel daryeelka loogu fidiyo dadka aan gurigooda ka heli karin daryeelka balse aan u baahnayn inay isbitaal ku jiraan.

Gurmad: Xaaladda degdega ah ee caafimaadku waa marka adiga, ama qof kasta oo kale oo celcelis ahaan aqoonta caafimaadka iyo daawadu leeyahay, aad aaminsan tahay inaad leedahay astaamo caafimaad oo u baahan daryeel caafimaad oo degdeg ah si looga hortago dhimashada, luminta xubin jidhka ka mid ah, ama luminta shaqada qayb jidhka ah ama waxay keeni kartaa dhaawac jidheed daran iyo ilmo dhicis noqoshada haddii aad tahay qof dumar ah oo uur leh. Calaamadaha caafimaadku waxay noqon karaan xanuun, dhaawac, xanuun daran, ama xaalad caafimaad oo si degdeg ah uga sii dareysa.

Hawlaha nolol-maalmeedka (Activities of daily living, ADL): Waxyaalaha caadiga ah ee dadka sameeyaan maalin kasta, sida cunista, isticmaalka musqusha, labiska, qubeyska, ama cadayashada ilkaha.

Hay'adda dib-u-eegista madaxbannaan (Independent review organization, IRO): Waa urur madax bannaan oo ay Medicare shaqaaleysiisay si uu dib ugu eego rafcaanka heerka 2-aad. Naguma xirna annaga mana ahan hay'ad dawladeed. Hay'addani waxay go'aamisaa haddii go'aanka aan gaarnay uu sax yahay ama haddii la beddeli karo. Medicare ayaa kormeerta shaqada hay'addan. Magaca rasmiga ah waa Hay'adda **Dib-u-eegista Madaxbannaan (Independent Review Entity)**.

Heerarka daawooyinka: Kooxaha daawooyinka ku jira Liiska Daawooyinka. Daawooyinka guud, kuwa magac summeysan, ama kuwa OTC waa tusaalayaal heerarka daawooyinka. Daawo kasta oo ku jirta Liiska Daawooyinka qorshaha waxay ku jirtaa mid ka mid ah saddex heer.

Isbitaal dhigista: Daryeelka cisbitaalka oo u baahan in la seexiyo bukaan-jiif ahaan oo inta badan u baahan in habeen la joogo. Joogitaan habeen ah oo loogu talagalay kormeer waxaa loo tixgeliyaa inuu yahay daryeel bukaan-socod ah.

Iskuduwaha daryeelka: Hal qof oo kuu shaqeeya si uu u hubiyo inaad hesho daryeelka aad u baahan tahay, isagoo wada shaqaynaya adiga, qorshaha caafimaadka, iyo bixiyeyaasha daryeelkaaga.

Ka-dhaafitaan: Oggolaansho lagu helo daboolidda daawo aan caadi ahaan la daboolin ama in daawada loo isticmaalo iyada oo aan la raacin xeerar iyo xaddidaadyo gaar ah.

Kaalmada Ammaanka Dheeraadka ah (SSI): Lacag bille ah oo ay Bulshada Ammaanku siiso dadka qaba dakhliyo xaddidan iyo agab kuwaas oo naafan ah, indhoolayaal ah, ama jira 65 sano iyo ka weyn. Faa'iidooyinka SSI kama duwana faa'iidooyinka Bulshada Ammaanka.

Kaalmada Caafimaadka: Waa magaca barnaamijka Medicaid ee Minnesota. Kaalmada Caafimaadka waxa maamula gobolka waxana kharashkiisa bixiya dowladda goboleedka iyo dowladda federaalka. Wuxu dadka dakhligooda iyo ilahooda dhaqaale kooban yihiin ka caawiyaa bixinta Adeegyada iyo Taageerooyinka Muddada Dheer (LTSS) iyo kharashaadka caafimaadka.

- Wuxu daboolaa adeegyada dheeraadka ah iyo daawooyinka qaarkood ee aanay daboolin Medicare.
- Barnaamijyada Medicaid way kala duwan yihiin gobolba gobol, laakiin haddii aad u qalanto Medicare iyo Medicaid labadaba, inta badan kharashaadka caafimaadka waa la daboolaa.

Kaalmada Dakhli Hoose (LIS): Tixraac "Caawinta Dheeraadka ah."

Kalkaaliyaha caafimaadka guriga: Qof bixiya adeegyo aan u baahnayn xirfadaha kalkaaliso ruqsad leh ama daaweeye, sida caawinta daryeelka shakhsiyeed (tusaale qubeyska, isticmaalka musqusha, xirashada, ama fulinta jimicsiyada la qoray). Adeegyada caafimaadka ee jirro ama dhaawac loogu bixiyo gurigaaga ama bulshada dhexdeeda halkaas oo hawlaha nolosha caadiga ah ay qaataan xubinka.

Khabiir: Dhakhtar bixiya daryeel caafimaad oo ku wajahan cudur gaar ah ama qayb gaar ah oo jidhka ka mid ah.

Kharashaadka aad ka-baxineyso jeebkaaga: Waa kharash la doonayo xubnaha inay bixiyaan qayb ka mid ah adeegyada ama daawooyinka ay helaan. Tixraac qeexida "la wadaagida kharashka (cost-sharing)" ee kor ku xusan.

Kooxda daryeelka: Tixraac "Kooxda Daryeelka ee Cilmiyada Kala Duwan (Interdisciplinary Care Team)."

Kooxda Daryeelka ee Cilmiyada Kala Duwan (Interdisciplinary Care Team, ICT): Waa koox ka kooban dhakhaatiir, kalkaalisooyin, la-taliyayaal, ama xirfadlayaal caafimaad oo kale oo kaa caawiya inaad hesho daryeelka aad u baahan tahay. Kooxda daryeelkaaga waxay sidoo kale kaa caawinayaan sameynta qorshe daryeel.

Liiska Daawooyinka Daboolan **(Liiska Dawooyinka):** Waa liiska daawooyinka la qoro iyo OTC-da oo aan daboolno. Waxaan doorannaa daawooyinka liiskan ku jira iyadoo la kaashanayo koox dhakhaatiir iyo farmashiistayaal ah. Liiska Daawooyinka wuxuu sidoo kale kuu sheegi doonaa haddii ay jiraan xeerarka aad u baahan tahay inaad raacdo si aad u hesho daawooyinkaaga. Mararka qaar Liiska Daawooyinka waxaa loo yaqaannaa "Formulary."

Maareynta Dabiibida Daawada (MTM): Waa koox gaar ah oo adeegyo ah oo ay bixiyaan bixiyeyaasha daryeelka caafimaadka, oo ay ku jiraan farmashiyeyaasha, si loo hubiyo natiijooyinka ugu wanaagsan ee daaweynta bukaanka. Wixii macluumaad dheeraad ah, tixraac **Cutubka 5** ee *Buug-gacmeedkaaga Xubinta*.

Medicaid (ama Kaalmada Caafimaadka): Waa barnaamij ay maamulaan dowladda dhexe iyo gobolka oo ka caawiya dadka leh dakhli iyo ilo dhaqaale oo xaddidan inay bixiyaan adeegyada muddada dheer, taageerada, iyo kharashaadka caafimaadka.

Medicare: Waa barnaamijka caymiska caafimaadka federaalka ee loogu talagalay dadka da'doodu tahay 65 ama ka weyn, dadka qaar ka yar 65 ee naafada ah, iyo dadka qaba cudurka kelyaha ee heerka-dhammaadka ah (kalyaha oo hawlgabka joogtada ah ee u baahan sifeynta ama kelyaha u baahan beddelka). Dad leh Medicare: Waxay Medicare daboolida caafimaadka ka heli karaan Original Medicare ama qorshe caafimaad oo la maamulo (Tixraac "Qorshe Caafimaad").

Medicare Advantage: Waa barnaamijka Medicare, oo sidoo kale loo yaqaano "Medicare Qaybta C" ama "MA," kaas oo bixiya qorshayaasha MA iyada oo loo sii marayo shirkadaha gaarka loo leeyahay. Medicare waxay shirkadahan siisaa lacag si ay u bixiyaan faa'iidooyinka Medicare.

Medicare Qaybta A: Waa barnaamijka Medicare oo daboola inta badan adeegyada caafimaadka ee muhiimka ah sida isbitaalada, xarumaha kalkaalinta xirfadda leh, daryeelka caafimaadka guriga, iyo daryeelka hospice.

Medicare Qaybta B: Waa barnaamijka Medicare oo daboola adeegyada (sida baaritaannada shaybaarka, qalliinada, iyo booqashada dhakhaatiirta) iyo sahayda (sida kursiga curyaanka iyo walxaha socodka) kuwaas oo caafimaad ahaan muhiim u ah daawaynta cudur ama xaalad caafimaad. Medicare Qaybta B sidoo kale waxay daboolaysaa adeegyo badan oo ka hortag iyo baaritaan ah.

Medicare Qaybta C: Waa barnaamijka Medicare, oo sidoo kale loo yaqaano "Medicare Advantage" ama "MA," kaas oo shirkadaha caymiska caafimaadka ee gaarka loo leeyahay ay ku bixiyaan faa'iidooyinka Medicare iyada oo loo sii marayo Qorshe MA.

Medicare Qaybta D: Waa barnaamijka faa'iidada daawooyinka dhakhtarku qoray ee Medicare. Barnaamijkan waxaan ugu yeernaa "Qaybta D" si fudud. Medicare Qaybta D waxay daboolaysaa daawooyinka bukaan-socodka, tallaallada, iyo qaar ka mid ah sahayda aan ku jirin Medicare Qaybta A ama Medicare Qaybta B ama Caawinta Caafimaadka. Qorshaheenna waxaa ku jira Medicare Qaybta D.

Minnesota Senior Care Plus (MSC+): Barnaamij uu gobolku qandaraas kula galo qorshayaasha caafimaadka si uu u daboolo loona maareeyo daryeelka caafimaadka iyo adeegyada Dheefaha Waayeelka ee Caawinta Caafimaadka (Medicaid) xubnaha da'doodu tahay 65 iyo wixii ka weyn.

Ogaysiiska Tallaabo-qaadida: Waa foom ama warqad aan kuu soo dirno si aan kuugu sheegno go'aan ku saabsan dacwad, adeeg, ama tallaabo kasta oo kale oo qorshaheenna qaaday. Tani sidoo kale waxaa loo yaqaannaa Diidmada, Joojinta, ama Dhimista (Denial, Termination, or Reduction - DTR).

Ogolaanshaha hore (PA): Oggolaansho aad naga hesho ka hor intaadan helin adeeg ama daawo gaar ah ama aad u adeegsanayso bixiye aan ka tirsanayn shabakadda qorshaha. Qorshahayagu waxa uu diidi karaa in uu daboolo adeega ama daawada haddii aan ogolaansho hore lagu helin.

Qorshahayagu waxa uu daboolaa adeegyada caafimaadka ee shabakadda qaarkood oo keliya haddii dhakhtarkaaga ama bixiyahaaga kale uu naga helo PA.

- Adeegyada caymiska leh ee u baahan PA waxaa lagu calaamadiyay **Cutubka 4** ee *Buug-gacmeedka Xubinta*.

Qorshahayagu waxa uu daboolaa daawooyinka qaarkood oo keliya haddii aad naga hesho PA.

- Daawooyinka caymiska leh ee u baahan PA waxaa lagu calaamadiyay *Liiska Daawooyinka* La Daboolay, waxaana shuruudaha lagu daabacay boggayaga.

Original Medicare (Medicare dhaqameedka ama Medicare lacagta adeegga): Dawladdu waxay bixisaa Medicare asalka ah. Hoos yimaada Original Medicare, adeegyada waxaa lagu daboolaa iyada oo loo bixinayo dhakhaatiirta, isbitaalada, iyo bixiyeyaasha daryeelka caafimaadka lacagaha ay Kongareesku go'aamiso.

- Waxaad isticmaali kartaa dhakhtar kasta, isbitaal kasta, ama bixiye kasta oo aqbala Medicare. Original Medicare wuxuu ka kooban yahay laba qaybood: Medicare Qaybta A (caymiska isbitaalka) iyo Medicare Qaybta B (caymiska caafimaadka).
- Original Medicare waxaa laga heli karaa meel kasta oo ku taal Maraykanka.
- Haddii aadan rabin inaad ku biirto qorshaheenna, waxaad dooran kartaa Original Medicare.

Qalab Caafimaad Waara (DME): Waxyaabo caafimaad oo gaar ah oo uu dhakhtarku amro in lagu isticmaalo gurigaaga, sida kuraasta curyaanka, saqafka korontada leh, iyo qalabka ogsijiinta. Tusaalaha shey-yadan waa kursi-curyaano, biraha curyaanka, furshaanta korontada ku shaqeeya, sahayda cudurka sonkorowga, sariiraha isbitaalka ee (IV), aaladaha codka sameeya, qalabka iyo agabka ogsajiinta, qalabka dawooyinka uumiga ka dhiga iyo qalabka caawiya socodka.

Qalabka Faa'idada Wakhtiga Dhabta ah: Barxad ama codsi kombuyuutar oo xubnuhu ku eegi karaan macluumaad dhamaystiran, sax ah, ku habboon oo la xiriira daawooyinka caymiska ku jira iyo faa'idadooda. Tan waxaa ka mid ah kharashaadkaaga ka qaybgalka, daawooyinka kale ee loo isticmaali karo xaaladdaada caafimaad ee la midka ah iyo xaddidaadaha caymiska (sida oggolaanshaha hore, daaweynta tillaabada, xaddidaadaha tirada) ee saameeya daawooyinka kale.

Qalabka macmalka ah iyo biraha: Qalabka caafimaadka ee uu dhakhtarkaagu ama bixiyahaaga kale ee caafimaadku kuu soo qoray, oo ay ku jiraan laakiin aan ku xaddidnayn: faashadaha gacanta, dhabarka, iyo qoorta; addimada macmalka ah; indhaha macmalka ah; iyo qalabka loo baahan yahay in lagu beddelo xubin gudaha jirka ah ama shaqadiisa, oo ay ku jiraan sahayda ostomy-ga iyo daaweynta nafaqada gudaha mariinka iyo tan xididdada.

Qaybta A: Tixraac "Medicare Qaybta A."

Qaybta B: Tixraac "Medicare Qaybta B."

Qaybta C: Tixraac "Medicare Qaybta C."

Qaybta D: Tixraac "Medicare Qaybta D."

Qiimeynta khatarta caafimaadka (HRA): Dib-u-eegis ku saabsan taariikhdaada caafimaadka iyo xaaladdaada hadda. Waxaa loo isticmaalaa in wax laga barto caafimaadkaaga iyo sida ay isbeddel uga dhici karto mustaqbalka.

Qof labada caymisba xaq u leh: Qof xaq u leh labadaba Medicare iyo caymiska Kaalmada Caafimaadka (Medical Assistance).

Qorshaha baahiyaha gaarka ah ee u qalma labada (D-SNP): Waa qorshe caafimaad oo loogu talagalay dadka u qalma Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka labadaba. Qorshaheenna waa D-SNP.

Qorshaha daryeelka: Tixraac “Qorshaha Daryeelka Shakhsiyeed.”

Qorshaha Daryeelka Shakhsiyeed (ICP): Waa qorshe muujinaya adeegyada aad heli doonto iyo sida loo heli doono. Qorshahaaga waxaa ku jiri kara adeegyada caafimaadka, adeegyada caafimaadka dabeecadda, iyo adeegyada muddada dheer iyo taageerada.

Qorshaynta qoyska: Macluumaadka, adeegyada, iyo sahayda qofka ka caawiya inuu go’aansado inuu carruur dhalo. Go'aamadan waxaa ka mid ah doorashada inaad ilmo dhasho, goorta aad ilmo dhalayso, ama inaadan ilmo dhalin.

Qorshe caafimaad: Urur ka kooban dhakhaatiir, isbitaallo, farmashiyo, bixiyeyaal adeegyada muddada dheer ah, iyo bixiyeyaal kale. Waxa kale oo ay leedahay isku-duwayaasha daryeelka si ay kaaga caawiyaan inaad maamusho dhammaan adeeg bixiyaashaada iyo adeegyadaada. Dhammaantood waxay u wada shaqeeyaan si ay u bixiyaan daryeelka aad u baahan tahay.

Racfaan ka Gobolka: Haddii dhakhtarkaaga ama bixiye kale uu codsado adeeg Medicaid ah oo aan oggolaanno, ama aan sii wadi doonin bixinta adeeg Medicaid ah oo aad hore u heshay, waxaad codsan kartaa dhegeysi. Haddii dhegeysiga go'aankiisa laguu saaro, waa inaanu ku siino adeeggii aad codsatay. Waa in aad qoraal ku codsato dhageysiga. Waxaad codsan kartaa dhageysi haddii aadan ku raacsaneyn mid ka mid ah kuwan soo socda:

- Diidmo, joojinta, ama yareynta adeegga
- Diiwaangelinta Qorshaha
- Diidmada dhamaystiran ama qayb ka mid ah sheegasho ama adeeg
- Guuldaradeena ku aadan inaan qaadno tallaabo waqtiyada loo baahan yahay ee loogu talagalay oggolaanshaha hore iyo racfaannada
- Tallaabo kale oo kasta

Racfaan: Qaab aad uga doodi karto talaabadeena haddii aad u malaynayso inaan khalad samaynay. Waxaad naga codsan kartaa inaan bedelno go'aanka caymiskaa adiga oo buuxinaya racfaan qoraal ama hadal ah. **Cutubka 9** ee *Buug-gacmeedka Xubinta* wuxuu sharaxayaa racfaannada, oo ay ku jiraan sida loo sameeyo racfaan.

Rugta daryeelka koowaad (Primary care clinic, PCC): Goobta aad ka hesho inta badan adeegyada daryeelka caafimaadka ee aad u baahan tahay, sida baaritaanada sanadlaha ah, waxayna kaa caawisaa isku-duwidda daryeelkaaga. Waxaad u baahan kartaa inaad doorato rugta daryeelka koowaad markaad iska diiwaangeliso qorshahayaga.

Sarkaalka baara cabashooyinka shakhsiga ee ka dhan maamulka: Xafiis ku yaal gobol kasta oo u adeega sidii u doodahaaga. Waxay ka jawaabi karaan su'aalaha haddii aad qabto dhibaato ama cabasho waxayna kaa caawin karaan inaad fahamto waxaad samaynayso. Adeegyada sarkaalka baara cabashooyinka shakhsiga ee ka dhan maamulka waa kuwo bilaash ah. Waxaad ka heli kartaa macluumaad dheeraad ah **Cutubka 2 iyo 9** ee *Buug-gacmeedkaaga Xubinta*.

Shahaadada guri ku kalkaalinta Waa go’aan cadeynaya inaad u baahan tahay heerka daryeelka guri ku kalkaalinta. Qofka baaraya wuxuu adeegsadaa hab loo yaqaan La-tashiga Daryeelka ee Muddada Dheer si uu u go’aamiyo.

Tababarka aqoon dhaqameedka: Tababar bixiya tilmaamo dheeraad ah oo ka caawiya bixiyeyaasha caafimaadka inay si fiican u fahmaan asalkaaga, qiyamka, iyo waxa aad aaminsan tahay, si loogu waafajiyo adeegyada baahiyahaaga bulsho, dhaqan, iyo luqadeed.

Talaabada: Kuwaas waxaa ka mid ah:

- Diidmada ama oggolaanshaha xaddidan ee nooca ama heerka adeegga
- Dhimista, ka joojinta, ama joojinta adeeg hore loo ansixiyay
- Diidmada bixinta qayb ama dhammaan adeegga
- In aan adeegyada lagu bixin waqti macquul ah
- Diidmada codsiga xubinka ee helitaanka adeegyada ka baxsan shabakadda xubnaha ku nool aagga miyiga oo leh hal qorshe caafimaad oo keliya.

Ururka Hagaajinta Tayada (QIO): Koox dhakhaatiir ah iyo khubaro caafimaad oo kale ah oo ka shaqeeya hagaajinta tayada daryeelka loogu talagalay dadka leh Medicare. Dawladda Federaalka ayaa bixisa kharashka QIO si loo hubiyo oo loo hagaajiyo daryeelka la siiyo bukaanada. Tixraac **Cutubka 2** ee *Buug-gacmeedkan Xubinta* si aad u hesho macluumaad ku saabsan QIO.

Xaddidaadaha tirada: Xaddididda qaddarka daawooyinka aad heli karto. Waxa laga yaabaa inaan xaddidno tirada daawada aan daboolayno mar walba oo warqad dhakhtar laga qoro.

Xarumaha Medicare iyo Adeegyada Medicaid (Centers for Medicare & Medicaid Services, CMS): Hay'adda Federaalka ee mas'uulka ka ah Medicare. **Cutubka 2** ee *Buug-gacmeedka Xubinta* wuxuu sharaxayaa sida loola xiriiro CMS.

Xarunta baxnaaninta dhameyska tiran ee bukaanka-socodka (CORF): Xarun bixisa adeegyo kala duwan oo baxnaanin ah ka dib cudur, shil, ama qalliin weyn. Waxay bixisaa adeegyo kala duwan, oo ay ku jiraan daawaynta jireed, adeegyo bulsho ama nafsaani ah, daawaynta neefsashada, daawaynta xirfadeed, daawaynta hadalka, iyo qiimeynta deegaanka guriga.

Xarunta kalkaalinta xirfadda leh (Skilled nursing facility, SNF): Xarun leh shaqaale iyo qalab siiya daryeel kalkaalin xirfadeed iyo, kiisas badan, adeegyo xirfadeed baxnaanin iyo adeegyo caafimaad oo kale.

Xarunta qaliinka bukaanka-socodka: Xarun bixisa qalliin bukaan-socodka aan u baahnayn daryeel isbitaal iyo kuwa aan u baahnayn wax ka badan 24 saacadood oo daryeel ah.

Xogta caafimaadka shakhsiyeed (PHI): Xogta ku saabsan adiga iyo caafimaadkaaga, sida magacaaga, ciwaankaaga, lambarkaaga Bulshada, booqashooyinka dhakhtarka, iyo taariikhdaada caafimaad. Tixraac Ogeysiiska Nidaamyada Qarsoodiga si aad u hesho macluumaad ku saabsan sida aan u ilaalino, u adeegsano, uguna shaacino PHI-gaaga, iyo xuquuqahaaga la xiriira PHI-gaaga.

Xubin (Xubin ka tirsan qorshaheenna ama xubin qorshe): Waa qof leh Medicare iyo Caawinta Caafimaadka oo u qalma inuu helo adeegyo daboolan, isdiiwaangeliyay qorshaheenna, oo diiwaangelintiisa ay xaqiijiyeen Xarunta Medicare iyo Medicaid (CMS) iyo gobolka.

Xubin Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka: Qof u qalma daboolidda Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka. Xubin Medicare-Kaalmada Caafimaadka waxaa sidoo kale loo yaqaannaa "qof faa'iido u leh labada barnaamij."

Xulashooyinka Caafimaadka ee Waayeelka reer Minnesota (Minnesota Senior Health Options, MSHO): Waa barnaamij ay wada maamulaan gobolka iyo CMS kaas oo bixiya adeegyo oo keliya waayeelka u qalma Medicare iyo Caawinta Caafimaadka labadaba, oo ay ku jiraan kuwa ku daboolan MSC+.

BOGGAAN
SI ULA KAC AH
AYAA LOOGA TAGAY

Adeegyada Xubnaha AbilityCare

WAC	1-866-567-7242 Wicitaanada nambarkan waa bilaash. Saacadaha Shaqada: 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, 7 maalmood toddobaadkii *(Oktoobar – Maarso)*; 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, Isniin ilaa Jimce *(Abriil – Sebtembar)* Adeegyada Xubnuhu waxa kale oo ay leeyihiin adeegyo turjumaan luqadeed oo bilaash ah oo ay heli karaan dadka aan Ingiriisiga ku hadlin.
TTY	711 1-800-627-3529: Lambarkan wuxuu u baahan yahay qalab taleefan oo gaar ah waana kaliya dadka leh caqabadaha maqalka ama hadalka. Saacadaha Shaqada: 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, 7 maalmood toddobaadkii *(Oktoobar - Maarso)*; 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, Isniin ilaa Jimce *(Abriil - Sebtembar)*
WARQAD UGU DIR	South Country Health Alliance Og: Adeegyada Xubinta 6380 W Frontage Rd Medford, MN 55049
IIMAYLKA	members@mnscha.org
WEBSAYDKA	www.mnscha.org

Senior LinkAge Line®, SHIP-ka Minnesota

Senior LinkAge Line® waa barnaamij goboleed oo ka helo dhaqaale dowladda Federaalka si uu u bixiyo la-talinta caymiska caafimaadka oo lacag la'aan ah dadka Medicare ku leh Minnesota.

WAC	1-800-333-2433 Wicitaanku waa bilaash. Isniin – Jimce, 8:00 subaxnimo 4:30 galabnimo.
TTY	Adeega Gudbinta Minnesota (Minnesota Relay Service) ka wac 711 ama isticmaal adeega gudbinta ee aad doorbidayso. Wicitaanka waa lacag la'aan.
WARQAD UGU DIR	Golaha Duqoobidda ee Minnesota PO Box 64976 St. Paul, MN 55164-0976
WEBSAYDKA	www.mn.gov/senior-linkage-line