



Կարևոր տեղեկություններ «Medi-Cal»- ի և COVID-19- ի վերաբերյալ

Ամսաթիվը՝

«Medi-Cal»- ի հարգելի նպաստառու

«Medi-Cal»- ի ծառայությունները շարունակում են տրամադրվել:

Մենք հոգ ենք տանում Ձեր առողջության և բարօրության համար: COVID-19- ի տարածումը նվազեցնելու նպատակով՝ նահանգապետը հրամաններ է ստորագրել սոցիալական հեռավորություն պահպանելու և տանը մնալու կանոնների վերաբերյալ: Ցանկանում ենք հիշեցնել Ձեզ, որ, անկախ դրանից, Դուք կարող եք «Medi-Cal»- ի ծառայություններ ստանալ:

«Department of Health Care Services»- ը (Առողջապահական ծառայությունների դեպարտամենտը) (DHCS) ուշադրությամբ հետևում է COVID-19- ի հետ կապված առողջապահական արտակարգ իրավիճակին: Այս առողջապահական ճգնաժամի օրերին մենք ամեն ինչ անում ենք, որ Ձեզ համար ավելի դյուրին դարձնենք Ձեզ անհրաժեշտ բուժօգնությունն ու ծառայությունները ստանալը: Չնայած բուժօգնություն ստանալու եղանակը, Ձեր ապահովության համար, կարող է այս օրերին փոխված լինել, Դուք կարող եք, այնուամենայնիվ, առողջապահական ծառայություններ ստանալ:

Ձեզ համար վտանգը նվազեցնելու եղանակները

COVID-19- ով վարակվելու վտանգը կրճատելու համար՝ կատարեք «Centers for Disease Control and Prevention»- ի (Հիվանդությունների դեմ պայքարի և կանխարգելման կենտրոնների) (CDC) և «California Department of Public Health»- ի (Կալիֆոռնիայի հանրային առողջապահության դեպարտամենտի) (CDPH) կողմից հանձնարարվող հետևյալ քայլերը.

- Հաճախ լվացեք ձեռքերը ջրով ու օճառով՝ առնվազն 20 վայրկյան տևողությամբ:



State of California—Health and Human Services Agency
Department of Health Care Services



BRADLEY P. GILBERT, MD, MPP
DIRECTOR

GAVIN NEWSOM
GOVERNOR

- Մաքրեք և ախտահանեք այն մակերեսները, որոնց ամեն օր դիպչում եք: Նախ՝ լվացեք դրանք ջրով ու լվացքի փոշով կամ օճառով: Ապա՝ ախտահանեք:
- Աշխատեք ձեռքով չդիպչել Ձեր աչքերին, քթին կամ բերանին:
- Հազացեք և փռչտացեք անձեռոցիկի կամ թևքի մեջ: Հետո լվացեք ձեռքերը:
- Մոտիկից մի շփվեք հիվանդ մարդկանց հետ:
- Եթե ջերմություն կամ հազ ունեք, մի՛ գնացեք աշխատանքի կամ դասի և հեռու մնացեք մարդկանցից:
- Եթե Դուք ծխախոտ կամ գոլորշի արձակող գլանակ եք ծխում, խորհուրդ ենք տալիս թողնել ծխելը: Այն ծխողների համար, որոնք թոքերի հիվանդություն կամ շնչառության հետ կապված խնդիրներ ունեն, կարող է հիվանդությունը ծանր տանելու վտանգն ավելի մեծ լինել: Ծխելը թողնելու հարցում օգնություն ստանալու համար զանգահարեք 1-800-NO-BUTTS: Կամ այցելեք www.nobutts.org:
- Հետևեք առողջապահության ոլորտի պաշտոնյաների խորհուրդներին:
- Դրսում՝ մարդկանց մեջ, կամ Ձեր ընտանիքի անդամները չհանդիսացող անձանց հետ փակ տարածքում գտնված ժամանակ քիթն ու բերանը փակեք կտորե ծածկոցով (դիմակով) :

Սթրեսը կառավարելու եղանակները

COVID-19- ի հետ կապված արտակարգ իրավիճակը փոխում է մեր բոլորի կյանքը: Հնարավոր է, որ Դուք Ձեզ մտահոգ, ճնշված, անհանգիստ, տխուր, ձանձրացած, ընկճված, միայնակ կամ հիասթափված զգաք: Դուք միայնակ չեք: Ահա սթրեսը կառավարելու մի քանի եղանակ.

- Միառժամանակ դադարեք նորությունները կարդալ կամ դիտել: Վիրուսի մասին նորությունները կարող են հուսահատեցնող լինել:
- Հեռախոսով, ուղերձներով կամ համացանցի օգնությամբ կապ պահպանեք Ձեր ընկերների, ընտանիքի անդամների և այլ անձանց հետ:
- Հոգ տարեք Ձեր մարմնի և օրգանիզմի մասին: Առողջ սնվեք, ֆիզիկական վարժություններ կատարեք և աշխատեք շատ ոգելից խմիչքներ չօգտագործել:



State of California—Health and Human Services Agency
Department of Health Care Services



BRADLEY P. GILBERT, MD, MPP
DIRECTOR

GAVIN NEWSOM
GOVERNOR

- Եթե անհանգստությունը Ձեզ խանգարում է Ձեր առօրյա գործերը կատարել, զանգահարեք Ձեր բուժսպասարկողին:
- Եթե Ձեզ հոգեկան առողջության կամ «Medi-Cal»-ի թմրամոլության և ալկոհոլամոլության հետ կապված ծառայություններ են անհրաժեշտ, դիմեք Ձեր առողջապահական ծրագրին և բուժսպասարկողին: Ավելին իմանալու համար կարդացեք **19-րդ հարցը**՝ ստորև՝ «Հաճախ տրվող հարցեր» (FAQ) վերնագրի տակ:
- Հիշե՛ք, որ Դուք կարող եք հոգեկան առողջության և թմրամոլության ու ալկոհոլամոլության հետ կապված բազմաթիվ ծառայություններ ստանալ հեռախոսով կամ telehealth (հեռակա բուժօգնություն) կոչվող տեսազանգով, որպեսզի ստիպված չլինեք դրա համար այցելություն կատարել:

Որտեղի՞ց կարելի է ավելին իմանալ

COVID-19-ի մասին լրացուցիչ տեղեկությունների և այս դժվար ժամանակներում աջակցություն ստանալու համար այցելեք՝

- CDPH-ի կայքը՝ www.cdph.ca.gov հասցեով.
- DHCS-ի կայքը՝ www.dhcs.ca.gov հասցեով.
- Նահանգի COVID-19-ի կայքը՝ www.covid19.ca.gov հասցեով:

Զգացմունքային աջակցության, բարօրության և սթրեսը կառավարելու եղանակների մասին ռեսուրսներ կարելի է գտնել այցելելով www.covid19.ca.gov/manage-stress-for-health:

«Medi-Cal»-ի իրավունակության մասին հարցերով զանգահարեք

«Medi-Cal»-ի Ձեր տեղական շրջանային գրասենյակ:

Հեռախոսահամարները կարող եք գտնել <http://dhcs.ca.gov/COL> հասցեում: Կամ օգտվեք «Medi-Cal»-ի Անդամների և սպասարկողների օգնության հեռախոսագծից՝ զանգահարելով 1-800-541-5555:

Եթե Դուք «Medi-Cal»-ի կառավարվող բուժսպասարկման որևէ առողջապահական ծրագրի անդամ եք, ապա Ձեր ծրագիրը կարող է Ձեզ օգնել բժշկ գտնել կամ որևէ տեղ այցելել՝ բուժօգնություն ստանալու համար: Կարող եք նաև կարդալ Ձեր անդամի ձեռնարկը, այցելել կառավարվող բուժսպասարկման Ձեր ծրագրի կայքը կամ օգտվել Ձեր Անդամների



State of California—Health and Human Services Agency
Department of Health Care Services



BRADLEY P. GILBERT, MD, MPP
DIRECTOR

GAVIN NEWSOM
GOVERNOR

սպասարկման կամ Բուժքույրական խորհրդատվության հեռախոսագծից:
Այդ հեռախոսահամարները նշված են Ձեր՝ Անդամի նույնականացման
քարտի վրա:

Եթե Դուք «Medi-Cal»- ի ծառայությունները ստանում եք «վճարում
ծառայության դիմաց» «Medi-Cal»- ով և «Medi-Cal»- ի որևէ առողջապահական
ծրագրի անդամ չեք, ապա կարող եք «Medi-Nurse»- ի միջոցով խոսել որևէ
բուժքրոջ հետ: Օգտվեք DHCS- ի կողմից սպասարկվող՝ COVID- ի
հեռախոսագծից՝ զանգահարելով 1-877-409-9052:

Հաճախ տրվող հարցեր (FAQ)

Իրավունակությունը

1. COVID-19- ի հետ կապված արտակարգ իրավիճակի ժամանակ «Medi-Cal»- ի իմ նպաստները կդադարեցվե՞ն:

Ոչ: Մարտ ամսին նահանգապետ Gavin Newsom- ը հրաման է տվել ապահովել, որ մարդիկ շարունակեն «Medi-Cal», «CalFresh», «California Work Opportunity and Responsibility to Kids, Cash Assistance Program for Immigrants, California Food Assistance Program» և/ կամ «In-Home Supportive Services» ստանալ: Նահանգապետի հրամանը կարող եք կարդալ այցելելով www.gov.ca.gov/wp-content/uploads/2020/03/3.17.20-N-29-20-EO.pdf:

Եթե Դուք «Medi-Cal»- ի անդամ եք, Դուք չեք կարող կորցնել Ձեր «Medi-Cal»- ը COVID-19- ի հետ կապված արտակարգ իրավիճակի ժամանակ: Բացառությունների մասին կարդացեք 4- րդ հարցը՝ «Հաճախ տրվող հարցեր» (FAQ) վերնագրի տակ:

2. Ես «Medi-Cal»- ի անդամությունը թարմացնելու փաթեթ եմ ստացել: Ի՞նչ պետք է անեմ «Medi-Cal»- ի նպաստները պահպանելու համար:

Եթե ծրագիրը թարմացնելու օրը 2020 թ. մարտին կամ ավելի ուշ է, ապա այժմ ոչինչ կարիք չկա անելու: Դուք կշարունակեք «Medi-Cal» ստանալ այնքան ժամանակ, մինչև սպառվի նահանգապետի հրամանի ժամկետը՝ անկախ այն բանից, թե երբ է ծրագիրը թարմացնելու օրը, և ինչ փոփոխությունների մասին Դուք կհայտնեք ծրագրին: Կարող եք ծրագիրը թարմացնելու համար անհրաժեշտ տեղեկություններն ուղարկել բայց հնարավոր է, որ Ձեր շրջանի սոցիալական աշխատողը դրանց անմիջապես ընթացք չտա:

3. Ես «Internal Revenue Service»- ից (IRS) ստացել եմ տնտեսական վնասի փոխհատուցման խթանիչ վճարումը: Դա եկամուտ կհամարվի՞ և կազդի՞ «Medi-Cal»- ի իմ իրավունակության վրա:

Հաճախ տրվող հարցեր (FAQ)

Ոչ: COVID-19- ի պատճառով առաջացած տնտեսական վնասը փոխհատուցելու խթանիչ վճարումը, որը տրամադրվում է դաշնային կառավարության կողմից, եկամուտ չի համարվում: Դա չի ազդի «Medi-Cal»- ի Ձեր իրավունակության վրա:

4. Որևէ հնարավորություն կա՞, որ COVID-19- ի հետ կապված արտակարգ իրավիճակի ժամանակ ես կորցնեմ իմ «Medi-Cal»- ը:

Այո: «Medi-Cal»- ը կարող է դադարեցվել, եթե՝

- Դուք մահանաք.
- Դուք այլ նահանգ փոխադրվեք բնակության.
- Դուք «Medi-Cal»- ի Ձեր աշխատողին ասեք, որ այլևս չեք ցանկանում «Medi-Cal »- ի անդամ լինել:

5. Ես պե՞տք է զանգահարեմ «Medi-Cal»- ի իմ տեղական շրջանային գրասենյակ, որպեսզի շարունակեմ «Medi-Cal» ստանալ COVID-19- ի հետ կապված արտակարգ իրավիճակի ժամանակ:

Ոչ: Բայց հարկավոր է զանգահարել Ձեր տեղական շրջանային գրասենյակ, եթե Ձեր «Medi-Cal»- ը չի աշխատում, Դուք այլ շրջան եք փոխադրվում բնակության, կամ Ձեզ անհրաժեշտ է հայտնել այնպիսի մի փոփոխության մասին, որի շնորհիվ Դուք կարող եք բավարարել ավելի շատ նպաստներ տրամադրվող որևէ ծրագրում ընդգրկվելու պահանջները:

Այս օրերին «Medi-Cal»- ի որոշ շրջանային գրասենյակներ կարող են փակ լինել և անձնական այցելությամբ ծառայություններ չտրամադրել: Բայց, անկախ դրանից, Դուք կարող եք կապ հաստատել նրանց հետ՝ հեռախոսով, նամակով, էլեկտրոնային ուղերձով կամ առցանց: Ձեր տեղական շրջանային գրասենյակի մասին տեղեկությունները կարող եք գտնել այցելելով <http://dhcs.ca.gov/COL>: Կամ օգտվեք «Medi-Cal»- ի Անդամների և սպասարկողների օգնության հեռախոսագծից՝ զանգահարելով 1-800-541-5555 (TTY 1-800-430-7077) : Եթե Կալիֆոռնիայից դուրս եք գտնվում, զանգահարեք 1-916-636-1980:

Հաճախ տրվող հարցեր (FAQ)

6. Ի՞նչ տեղի կունենա, եթե ես չկարողանամ վճարել «Medi-Cal»- ի իմ ապահովագիները (ծախսը) :

Եթե COVID-19- ի հետ կապված արտակարգ իրավիճակի պայմաններում Դուք չկարողանաք վճարել «Medi-Cal»- ի Ձեր ապահովագիները, կարող եք զանգահարել և խնդրել, որ այն, առայժմ, դադարեցվի:

- Մանկական և հղի կանանց ծրագրերի համար զանգահարեք 1-800-880-5305:
- «250 տոկոս անաշխատունակ» ծրագրի համար զանգահարեք 1-916-445-9891:

Եթե Ձեր եկամուտը կրճատվել է, կարող եք նաև զանգահարել Ձեր շրջանի սոցիալական աշխատողին: Հարցրեք, թե արդյոք Դուք բավարարում եք ապահովագնից ազատվելու պահանջները:

Նպաստները

7. Ես կարո՞ղ եմ հեռախոսով կամ առցանց ժամադրություն ստանալ:

Այո: Եթե Ձեր սպասարկողը telehealth ունի, և Դուք բավարարում եք telehealth- ով ժամադրություն ստանալու պահանջները, ապա կարող եք «Medi-Cal»- ի շատ ծառայություններ տնից ստանալ: Telehealth- ը ներառում է հեռախոսազանգով կամ տեսազանգով իրականացվող ժամադրությունները: Դրանք օգնում են նվազեցնել COVID-19- ով վարակվելու վտանգը: Բժշկական առումով անհրաժեշտ բոլոր ծառայությունների համար Դուք կարող եք համակարգչով կամ հեռախոսով խոսել Ձեր բժշկի հետ: Ավելին իմանալու համար այցելեք www.dhcs.ca.gov/Pages/dhcs-COVID-19-Response.aspx:

Եթե Ձեր բժիշկը telehealth չունի, և Դուք «Medi-Cal»- ի կառավարվող բուժսպասարկման որևէ ծրագրի անդամ եք, կարող եք զանգահարել այդ ծրագիր: Խնդրեք, որ telehealth ունեցող սպասարկող գտնեն Ձեզ համար:

Հաճախ տրվող հարցեր (FAQ)

8. Ի՞նչ պետք է սպասեմ telehealth- ով իրականացվող հանդիպման ժամանակ

Telehealth- ով իրականացվող հանդիպման ժամանակ տրամադրվող բուժօգնությունը նույնն է, ինչ սպասարկողին անձամբ այցելելիս: Եթե Ձեր սպասարկողը telehealth ունի և համարում է, որ Ձեր ունեցած խնդրի համար հնարավոր է բուժօգնություն տրամադրել telehealth- ով, նա Ձեզ ժամադրություն կնշանակի հեռախոսով, տեսազանգով, էլեկտրոնային ուղերձով կամ առցանց: Զանգահարեք Ձեր բուժսպասարկողին և հարցրեք, թե ինչ կերպ է աշխատում telehealth- ը, և ինչպես telehealth- ով ժամադրություն ստանալ:

9. Եթե ես COVID-19- ի ախտանշաններ ունենամ, որքա՞ն կարժենա ստուգումը: Եթե COVID-19- ի ստուգման արդյունքը դրական լինի, որքա՞ն կարժենա բուժումը:

COVID-19- ի բժշկական առումով անհրաժեշտ ստուգումը, ստուգման հետ կապված ծառայությունները և բուժումը «Medi-Cal»- ի անդամների համար անվճար են: Եթե այցելությունը COVID-19- ի հետ կապված բուժական նկարահանումների, ստուգման կամ բուժման նպատակով է, ապա ծրագիրը վճարում չտապ օգնության բաժանմունքում, որպես անհետաձգելի բուժօգնություն և սպասարկողի մոտ տրամադրված ծառայությունների համար:

10. Ու՞մ պետք է զանգահարել, եթե ինձ մոտ առկա են COVID-19- ի ախտանշաններ:

Եթե Ձեզ մոտ կա COVID-19- ի առկայության մասին զգուշացնող ստորև թվարկված նշաններից որևէ մեկը, հնարավորինս շտապ դիմեք բժշկի.

- շնչելու դժվարություն.
- երկարատև ցավ կամ սեղմվածություն կրծքավանդակում.
- նոր առաջացած շփոթվածություն, կամ եթե չեք կարողանում արթնանալ.

Հաճախ տրվող հարցեր (FAQ)

- կապտած շրթունքներ կամ դեմք:

Սրանք բոլոր նշանները չեն: Ավելի շատ նշաններ թվարկված են CDC-ի ախտանշանների ցուցակում՝

www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/symptoms-testing/symptoms.html հասցեով:

Շտապ բուժօգնության անհրաժեշտության դեպքում զանգահարեք 911:

Ասացեք, որ Դուք COVID-19 ունեք կամ կասկածում եք, որ ունեք: Եթե կարող եք, մինչ բժիշկների ժամանելը կտորե դիմակ դրեք:

Եթե ծանր արտահայտված այլ ախտանշաններ ունեք կամ մտահոգված եք, զանգահարեք Ձեր բժշկին: Ձեր բժշկին զանգահարեք նաև այն դեպքում, եթե թեթև ախտանշաններ ունեք, օրինակ՝ հազ, համի կամ հոտի զգացողության կորուստ, գլխացավ, տենդ կամ երկարատև բարձր ջերմություն կամ կոկորդի ցավ:

Եթե Դուք «Medi-Cal»- ի կառավարվող բուժսպասարկման որևէ ծրագրի անդամ եք, կարող եք զանգահարել Ձեր «Primary Care Provider»- ին (առաջնային բուժօգնության սպասարկողին) (PCP) : Կամ օգտվեք Ձեր ծրագրի Անդամների սպասարկման կամ Բուժքույրական խորհրդատվության հեռախոսագծից: Հեռախոսահամարները նշված են Ձեր՝ Անդամի նույնականացման քարտի վրա:

Եթե Դուք ծառայություններ եք ստանում «վճարում ծառայության դիմաց» «Medi-Cal»- ով և «Medi-Cal»- ի որևէ առողջապահական ծրագրի անդամ չեք, ապա կարող եք «Medi-Nurse»- ի միջոցով խոսել որևէ բուժքրոջ հետ: Օգտվեք DHCS- ի կողմից սպասարկվող՝ COVID- ի հեռախոսագծից՝ զանգահարելով 877-409-9052:

11. Ես սահմանափակ «Medi-Cal»- ում եմ ընդգրկված, և/ կամ իմ ներգաղթային կարգավիճակը հաստատված չէ: Կարո՞ղ եմ ես COVID-19- ի հետ կապված՝ «Medi-Cal»- ի ծառայություններ ստանալ:

Այո: Այս արտակարգ իրավիճակի ժամանակ «Medi-Cal»- ի բոլոր նպաստառուները կարող են COVID-19- ի ստուգում, ստուգման հետ

Հաճախ տրվող հարցեր (FAQ)

կապված ծառայություններ և բուժում ստանալ: «Medi-Cal»- ի բոլոր նպաստառուները կարող են COVID-19- ի հետ կապված բժշկական առումով անհրաժեշտ ծառայություններ ստանալ՝ անկախ այն բանից՝ նրանք լիարժեք, թե սահմանափակ «Medi-Cal»- ում են ընդգրկված: (Սահմանափակ «Medi-Cal»- ը նախատեսում է միայն հղիության և դրա հետ առնչվող շտապ բուժօգնության ծառայություններ: Անկախ Ձեր ներգաղթային կարգավիճակից՝ Դուք կարող եք COVID-19- ի հետ կապված ծառայություններ ստանալ՝ ընդգրկված լինելով ինչպես «Medi-Cal»- ի կառավարվող բուժսպասարկման ծրագրում, այնպես էլ «վճարում ծառայության դիմաց» «Medi-Cal»- ում:

Ներգաղթի դաշնային ծառայություններն ասել են, որ COVID-19-ի ստուգումը և բուժումը հաշվի չեն առնվի, որպես «պետության ծախս», պետությունից ստացած օժանդակության չափը հաշվարկելիս: Այցելեք www.uscis.gov/green-card/green-card-processes-and-procedures/public-charge:

«Պետության ծախսի» մասին լրացուցիչ տեղեկությունների համար այցելեք www.chhs.ca.gov/blog/2020/02/24/update-chhs-public-charge-guide-2:

12. Իմ կարծիքով՝ ինձ COVID-19- ի հետ չկապված բուժօգնություն է հարկավոր: Ի՞նչ անեմ:

Եթե Ձեզ բուժօգնություն է հարկավոր, զանգահարեք Ձեր բժշկին: Նա Ձեզ կասի թե արդյոք Ձեզ անհրաժեշտ է անձամբ ժամադրության ներկայանալ: Ձեր ապահովության համար՝ Ձեր բժիշկը կարող է telehealth- ով կամ տեսագրույցով ժամադրություն նշանակել: Telehealth- ի մասին լրացուցիչ տեղեկությունների համար տե՛ս 7- րդ և 8- րդ հարցերը:

Եթե Ձեզ անհրաժեշտ է անձամբ այցելել Ձեր բժշկին, դիմակ հագեք: Աշխատեք այլ անձանցից վեց ֆուտ (մոտ 2 մետր) հեռավորություն պահպանել: Եթե Դուք ծանր ախտանշաններ ունեք և չեք կարողանում գտնել Ձեր բժշկին, գնացեք անհետաձգելի բուժօգնության կամ շտապ բուժօգնության բաժանմունք: Կամ զանգահարեք 911:

Հաճախ տրվող հարցեր (FAQ)

13. Որո՞նք են «հիմնական ծառայությունները»:

Անհետաձգելի և շտապ օգնություն պահանջող բուժումները և գործողությունները «հիմնական ծառայություններ» են: Դուք կարող եք այդ ծառայությունները ստանալ COVID-19- ի հետ կապված արտակարգ իրավիճակի ժամանակ: Դրանց թվում են՝ ծանր ախտանշանների դեպքում տրամադրվող բուժումը, հղիության հետ կապված ծառայությունները, երկունքի և ծննդաբերության ծառայությունները, դիալիզը, օրգանի փոխպատվաստումը, քաղցկեղի բուժումը և կոտրվածքների հետ կապված ծառայությունները:

Հնարավոր է, որ Դուք կարողանաք այլ ծառայություններ ստանալ telehealth- ի օգնությամբ: Որոշ վայրերում Ձեր բժիշկը կարող է վերսկսել անձնական այցելությամբ բուժկանխարգելիչ ծառայություններ տրամադրելը: CDPH- ից ավելին իմանալու համար՝ այն մասին, թե ինչպես է Կալիֆոռնիան վերսկսում հետաձգված և բուժկանխարգելիչ ծառայությունների տրամադրումը, այցելեք www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/COVID-19/ResumingCalifornia'sDeferredandPreventiveHealthCare.aspx:

Կարող եք նաև զանգահարել Ձեր բժշկին կամ կառավարվող բուժսպասարկման առողջապահական ծրագիր և պարզել, թե արդյոք Ձեր տարածքում այդ ծառայություններն արդեն սկսում են կրկին տրամադրվել անձնական այցելություններով, և ինչպես օգտվել դրանցից:

14. Ինձ այնպիսի ժամադրություններ են նշանակված բժշկի մոտ, որոնք շտապ չեն: Ես պե՞տք է ներկայանամ դրանց:

Խոսեք Ձեր բժշկի հետ և պարզեք, թե արդյոք ոչ շտապ ժամադրությունները պետք է հետաձգվեն, թե դրանք կարելի է telehealth- ով կատարել: Ձեր բժիշկը կորոշի, թե որն է լավագույն տարբերակը՝ անձամբ այցելություն կատարելը, telehealth- ից օգտվելը, թե ժամադրությունը հետաձգելը, մինչև COVID-19- ի հետ կապված արտակարգ իրավիճակն ավարտվի:

Հաճախ տրվող հարցեր (FAQ)

Եթե Դուք կառավարվող բուժսպասարկման որևէ ծրագրի անդամ եք, կարող եք զանգահարել Ձեր սպասարկողին կամ առողջապահական ծրագիր և պարզել, թե արդյոք Ձեր տարածքում այդ ծառայությունները կրկին սկսել են անձնական այցելություններով տրամադրվել: Կարող եք հարցնել նաև, թե երբ և ինչպես ստանալ դրանք: Ավելին իմանալու համար այցելեք www.dhcs.ca.gov/Documents/COVID-19/Non-Essential-Essential-Procedures-032420.pdf:

15. Իմ բժիշկը չի պատասխանում հեռախոսին: Ի՞նչ անեմ:

COVID-19- ի հետ կապված արտակարգ իրավիճակի պատճառով՝ այս օրերին Ձեր տարածքում որոշ գրասենյակներ կարող են փակ լինել:

Եթե Դուք կառավարվող բուժսպասարկման որևէ առողջապահական ծրագրի անդամ եք, զանգահարեք Ձեր ծրագիր և պարզեք, թե ինչ տարբերակներ կան Ձեր տրամադրության տակ: Ձեր առողջապահական ծրագիրը կարող է օգնել Ձեզ գտնել բուժսպասարկում ստանալու լավագույն եղանակը: Եթե Ձեզ լրացուցիչ օգնություն է հարկավոր, զանգահարեք «Department of Health Care Services»- ի Օմբուդսմանին՝ երկուշաբթի- ուրբաթ օրերին, առավոտյան ժամը 8- ից մինչև երեկոյան 5- ը՝ 1-888-452-8609 հեռախոսահամարով: Զանգն անվճար է:

Եթե Դուք ծառայություններ եք ստանում «վճարում ծառայության դիմաց» «Medi-Cal»- ով և «Medi-Cal»- ի որևէ առողջապահական ծրագրի անդամ չեք, Ձեզ կարող են օգնել «Medi-Cal»- ի սպասարկող գտնել: Օգտվեք DHCS- ի կողմից սպասարկվող՝ COVID- ի հեռախոսագծից՝ զանգահարելով 877-409-9052:

16. Մինչև 21 տարեկան իմ երեխայի ընթացիկ ստուգում անցնելու ժամանակն է: Ի՞նչ անեմ:

Զանգահարեք Ձեր երեխայի բժշկին: Հարցրեք, թե ի՞նչ ձևերով Ձեր երեխան կարող է ընթացիկ բուժսպասարկում, օրինակ՝ բուժկանխարգելիչ ստուգումներ և պատվաստումներ ստանալ: Ձեր բժիշկը պետք է բացատրի Ձեզ, թե ինչ փոփոխություններ են կատարվել

Հաճախ տրվող հարցեր (FAQ)

կլինիկայում կամ իր մոտ, որպեսզի Ձեր երեխան կարողանա ապահով կերպով անձամբ այցելել նրան: Կամ նա կարող է առաջարկել հեռախոսով կամ telehealth- ով կապվել և բժշկական ստուգում կատարել: Telehealth- ի դեպքում՝ հնարավոր է, որ Ձեզ անհրաժեշտ լինի երեխային բերել բժշկի մոտ կամ կլինիկա՝ քննություն անցնելու կամ պատվաստում ստանալու համար:

«Առողջ- երեխա» այցելությունները և ընթացիկ ստուգումները կարևոր են Ձեր երեխայի աճին ու զարգացմանը հետևելու համար: DHCS- ը հասկանում է, որ ինքնամեկուսացման պահանջի պայմաններում երեխային կլինիկա տանելը կարող է մտահոգիչ լինել Ձեզ համար: Որպեսզի Ձեր երեխան կարողանա անցնել անհրաժեշտ քննությունները և ստանալ պատվաստումները, զանգահարեք Ձեր երեխայի բժշկին և պարզեք, թե ինչ տարբերակներ կան Ձեր տրամադրության տալ:

Ատամնաբուժական ծառայությունները

17. Ինձ անհրաժեշտ է ատամնաբույժի մոտ գնալ: Ես ի՞նչ պետք է անեմ, որպեսզի կարողանամ բուժում ստանալ:

Եթե Դուք ատամնացավ կամ ատամի հետ կապված շտապ օգնություն պահանջող խնդիր ունեք, զանգահարեք Ձեր ատամնաբույժի գրասենյակ: Եթե Դուք ատամնաբույժ չունեք, կամ Ձեր ատամնաբույժի գրասենյակը փակ է կամ չի կարող Ձեզ ընդունել, զանգահարեք «Medi-Cal»- ի Ատամնաբուժական հեռախոսային ծառայության կենտրոն: Կենտրոնը կարող է օգնել Ձեզ ատամնաբույժ գտնել: Կենտրոնի հեռախոսահամարն է 1-800-322-6384:

18. Ինչպե՞ս կարող եմ իմանալ, որ ինձ մոտ առկա է ատամի հետ կապված շտապ օգնություն պահանջող իրավիճակ:

Ատամի հետ կապված շտապ օգնություն պահանջող իրավիճակն այն իրավիճակն է, որի դեպքում պետք է անհապաղ բուժօգնություն տրամադրվի: Ահա որոշ օրինակներ.

- արյունահոսություն բերանից, որը չի դադարում.

Հաճախ տրվող հարցեր (FAQ)

- մեծ այտուցում բերանի ներսում կամ դեմքի վրա.
- դեմքի վնասվածք, օրինակ՝ ծնոտոսկրի և դեմքի վնասում.
- ատամի, լնդերի կամ ծնոտի ուժգին ցավ:

Ընթացիկ այցելությունն ատամնաբույժին շտապ օգնություն պահանջող իրավիճակ չէ: Ահա շտապ օգնություն չպահանջող իրավիճակի որոշ օրինակներ.

- Ձեր առաջին կամ տարեկան ատամնաբուժական քննությունը կամ ռենտգենյան նկարահանումը.
- ատամների մաքրում կամ կանխարգելիչ բուժում, օրինակ՝ լցոնում.
- օրթոդոնտային բուժում.
- ատամի ոչ շտապ հեռացում.
- այլ ատամնաբուժական ծառայություններ, օրինակ՝ անցքերի անցավ լցոնում:

Վերջին նորություններին ծանոթանալու և Ձեր ատամնաբուժական նպաստների մասին լրացուցիչ տեղեկությունների համար այցելեք www.smilecalifornia.org:

Հոգեկան առողջության և թմրամոլության ու ալկոհոլամոլության հետ կապված ծառայությունները

19. Ես կցանկանայի խոսել հոգեկան առողջության մասնագետի հետ իմ ինքնագզագողության մասին: Որտե՞ղ կարող եմ հոգեկան առողջության ծառայություններ գտնել:

«Medi-Cal»- ը վճարում է հոգեկան առողջության ծառայությունների համար: Արտակարգ դրության ժամանակ Դուք կարող եք տեղեկություններ և բուժօգնություն ստանալ telehealth- ով, հեռախոսով, կամ, եթե անհրաժեշտ լինի, անձնական այցելությամբ: Եթե Դուք «Medi - Cal »- ի կառավարվող բուժսպասարկման որևէ ծրագրի անդամ եք, զանգահարեք Ձեր ծրագրի Անդամների սպասարկման բաժին՝ Ձեր՝ Անդամի նույնականացման քարտի վրա նշված համարով: Հնարավոր է, որ հոգեկան առողջության ծառայությունների համար առանձին հեռախոսահամար լինի:

Հաճախ տրվող հարցեր (FAQ)

Եթե Դուք կառավարվող բուժսպասարկման որևէ ծրագրի միջոցով «Medi-Cal» չեք ստանում, ծանր հոգեկան խնդիրներ ունեք կամ նախկինում ծառայություններ եք ստացել շրջանի որևէ առողջապահական ծրագրի միջոցով, կարող եք զանգահարել Ձեր շրջանի՝ հոգեկան առողջության և կախվածությունից բուժման հարցում օժանդակության հեռախոսահամարով:

Ձեր շրջանի՝ հոգեկան առողջության հարցում օժանդակության հեռախոսահամարը կարող եք գտնել այցելելով www.dhcs.ca.gov/individuals/Pages/MHPContactList.aspx:

20. Եթե ինձ կամ իմ ընտանիքի որևէ անդամի մոտ հոգեբանական ճգնաժամ է, ինչպես կարող եմք օգնություն ստանալ:

Եթե Ձեզ կամ Ձեր ընտանիքի որևէ անդամի մոտ ճգնաժամ է, անկախ այն բանից՝ Դուք «Medi-Cal»- ի անդամ եք, թե ոչ, Դուք կարող եք հեռախոսով խոսել մասնագիտական պատրաստություն անցած խորհրդատուների հետ:

- Շուրջօրյա «Suicide Prevention Lifeline»՝ զանգահարեք 1-800-273-8255 կամ հաղորդագրություն ուղարկեք 838255 համարին:
- Շուրջօրյա «Domestic Violence Hotline»՝ Զանգահարեք 1-800-799-7233:
- Շուրջօրյա «Crisis Text Line»՝ ուղարկեք HOME բառը 741741 համարի վրա:
- Եթե Ձեզ կամ այն անձին, որին Դուք օգնություն եք ցույց տալիս, անմիջական վտանգ է սպառնում, զանգահարեք **911**:

21. Եթե ես կամ իմ ընտանիքի որևէ անդամ կախվածության հետ կապված խնդիրներ ունենք, այդ թվում՝ ոգելից խմիչքներից կամ թմրադեղերից կախվածության, ինչպե՞ս կարող եմք օգնություն ստանալ:

«Medi-Cal»- ը վճարում է կախվածությունից բուժման հետ կապված ծառայությունների համար: Դուք կարող եք ծառայությունները ստանալ

Հաճախ տրվող հարցեր (FAQ)

telehealth- ով, հեռախոսով կամ անձնական այցելությամբ, եթե դա անհրաժեշտ լինի:

Ձեր շրջանի թմրամոլության և ալկոհոլամոլության բուժման հեռախոսագծի համարը կարող եք իմանալ այցելելով www.dhcs.ca.gov/individuals/Pages/SUD_County_Access_Lines.aspx:

Կամ օգտվեք բուժման հարցում օժանդակության ազգային հեռախոսագծից՝ զանգահարելով 1-800-662-HELP (4357):

Լրացուցիչ ռեսուրսներ

- COVID-19-ի հետ կապված զգացմունքային աջակցություն ստացեք այցելելով www.covid19.ca.gov/resources-for-emotional-support-and-well-being:
- Սթրեսը մեղմելու ձևեր իմացեք այցելելով www.covid19.ca.gov/manage-stress-for-health:
- Զանգահարեք **211**: Որպես սննդամթերքի և այլ հանրային ծառայությունների պահանջները բավարարելու առաջին քայլ՝ բոլոր համայնքներում նահանգը համագործակցում է 211- ի հետ: Ավելին իմանալու համար այցելեք www.211.org:

Տարեց անձանց համար նախատեսված ռեսուրսները

- **Տարեց անձանց և մեծահասակների օժանդակության ծառայությունները:** Նահանգի Տարեց անձանց և մեծահասակների օժանդակության տեղեկատվական հեռախոսագիծը փոխանցում է Ձեր զանգը Տարեց անձանց տարածքային կազմակերպություններին: Զանգահարեք 1-800-510-2020:
- **Մեկուսացումը:** Սոցիալական մեկուսացման պատճառով առողջությանը սպառնացող հրատապ վտանգները դիմագրավելու նոր ռեսուրսները
 - Տարեց անձանց օժանդակության ինստիտուտի կողմից տրամադրվող «Ընկերության հեռախոսագիծն» աշխատում է 24/7 և ճգնաժամի

Հաճախ տրվող հարցեր (FAQ)

կարգավորման հեռախոսահամար ունի տարեց անձանց համար:
Զանգահարեք 1-888-670-1360:

- «Լավ զգալ և կապի մեջ մնալ»- ը գործողությունների նոր ուղեցույց և շաբաթվա պլանավորման գործիք է, որը տրամադրվում է Կալիֆոռնիայի Տարեց անձանց օժանդակության դեպարտամենտի կողմից: Ավելին իմանալու համար այցելեք www.aging.ca.gov/covid19:
- COVID-19- ի հետ կապված արտակարգ իրավիճակի պայմաններում սթրեսի հետ կապված առողջական խնդիրների նվազեցմանը նվիրված այլ ռեսուրսներ կարելի է գտնել այցելելով www.ACEsAware.org:
- **Կանխարգելիչ ստուգումները և չարաշահումը, անփույթ վերաբերմունքն ու շահագործումը:** Նահանգի Մեծահասակների պաշտպանության հեռախոսագիծը Ձեր զանգը 24/7 փոխանցում է Մեծահասակների պաշտպանության ծառայությանը: Զանգահարեք 1-833-401-0832: