

# Hagaha Isticmaalayaasha kuhaga Weeraha Muhiimka ah

QEEXITAANO KUSAABSAN WEERAHA CEYMISKA CAAFIMAADKA UGU BADDAN







washington  
**healthplanfinder**

click. compare. covered.

# jeritaano

Tirada lacagta aad kubixin doonto daryeelkaaga caafimaadka kahor inta uusan bilaaban qorshahaaga caafimaadka si aad u bixisid qaar kamid ah qiimooyinkaaga daryeelka caafimaadka. Jeritaanka waa mid kamid ah qaababka aad kuwadaagtid qiimaha daryeelkaaga ee qorshaha caafimaadka.

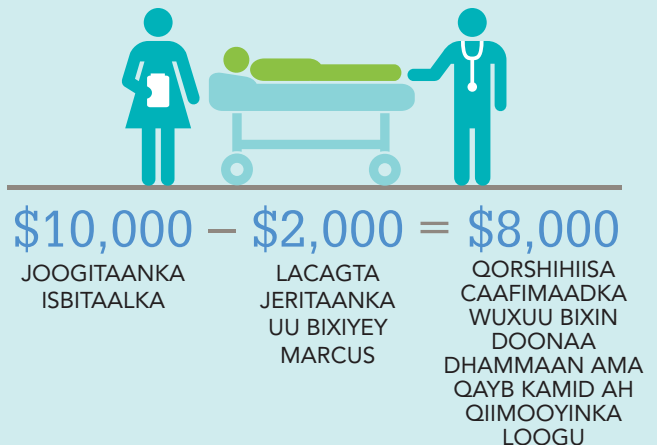
Lacagta jeritaankaaga waxay bilaabmaysaa bilowga kaladarka sannad kasta.



## SIDA AY U SHAQEYSO >

Marcus wuxuu leeyahay \$2,000 oo laga jari karo. Wuxuu jooaagay isbitaal kharashkiisu uu yahay \$10,000. Marcus waxaa khasab kunoqotay in uu bixiyo jeritaankiisa kahor inta uusan bixin qorshahiisa caafimaadka wax kamid ah qiimooyinka.

Jeritaanada iyo qiimooyinka kale waa kuwo ku kala duwan dhinaca qorshaha caafimaadka.



# qorshaha liiska daawooyinka

Qorshaha liiska daawooyinka waa liis kusaabsan daawooyinka lagu ceymis geliyay dhinaca qorshahaaga caafimaadka.

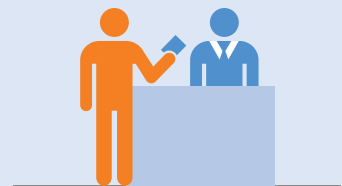
Qorshihiisa caafimaadka Wuxuu bixin doonaa dhammaan ama qayb kamid ah qiimooyinka loogu talagalay daawooyinka.



## SIDA AY U SHAQEYSO >

George wuxuu tagayaa dukaanka daawada farmashiyaha si uu u soo buuxiyo rijeeto cusub. George wuxuu ku khasbanyahay in farmashiilaha baaritaan kusameeyo qorshaha liiska daawooyinka. Qorshihiisa caafimaadka ayaa bixin doona daawada. George keliya waxaa khasab ku ah in uu bixiyo \$20 kiisa lacag wada-bixinta ah. Qorshihiisa wuxuu bixinayaa inta dhiman.

Qadarka lacag bixinta-lawadaago wuxuu ku kala duwanyahay qorshaha caafimaadka.



\$20

QORAAL DAAWO KASTA

# bixiyaha daryeelka aasaasiga ah (PCP)

Dhakhtarka aasaasiga ah ama kalkaaliyaha caafimaad ee aad xulatiid in aad u booqatiid sida qayb ka mid ah qorshahaaga caafimaadka.

Bixiyahaaga daryeelka aasaasiga ah wuxuu fiirinayaa daryeelka caafimaadkaaga guud wuxuuna lashaqayn karaa daryeel bixiyaal kale iyo takhasuslayaal si aad u ahaatiid qof caafimaad qabba.



## SIDA AY U SHAQEYSO >

Roger wuxuu yeeshay qorshe caymis caafimaad markii ugu horeysay. Markii hore, wuxuu u tagay ER haddii uu dareemo jirro. Hadda wuxuu dooran karaa bixiye daryeel caafimaad aasaasi ah (PCP). Bixiyihiisa daryeelka caafimaadka aasaasiga ah waa dhakhtarkiisa aasaasiga ah.



BOOQO BIXIYAHAAGA  
DARYEELKA CAAFIMAADKA  
HADAAD RABTO  
BAARITAANO CAAFIMAAD  
IYO DARYEEL AAN-DEGDEG  
AHAYN

# deymaha canshuurta lacagta ceymiska

Ayada oo ay kutiirsantahay dakhligaaga, waxaad awoodi kartaa in aad heshid deymo canshuurta lacagta ceymiska ah. Deymaha canshuurta waxaa loo isticmaali karaa in lagu yareeyo lacagtaada ceymiska bilaha ah, tirada lacagta aad bixiso bil kasta ee loogu talagalay qorshahaaga caafimaadka.

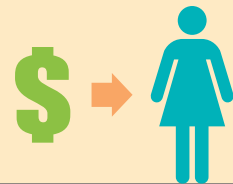


Si aad u ogaato haddii aad awoodid in aad heshid deyta canshuurta booqo boggaan internerka [WAHealthplanfinder.org](http://WAHealthplanfinder.org) or call 1-855-923-4633.

## SIDA AY U SHAQEYSO >

Marcela waa gabar doob ah, oo aan ceymis kujirin. Waxay shaqeysaa \$25,000 sannadkii (ku dhawaaad \$2,000 bishii). Dakhliga Marcela wuxuu u suurto geliyay in ay hesho caawimaad maaliyadeed oo lagu magacaabo deymo canshuur. Caawimaadaan waxay kadhigeysaa qiimaha lacag bixinada ceymiska Marcela mid yar.

Kala xiriir *Washington Healthplanfinder* hadaad rabto lambarada dhabta ah.



LACAGTA JOOG- TADA EE CAYMISKA QIIMAHA	—	DEYMAHA CANSHU- URTA LACAGTA CEYMISKA	=	LACAG BIXINO HOOSEEYA OO BILE AH
--	---	---	---	---

# ceymiska-lawadaago

Ceymiska-lawadaago waa qaybtaada aad laqaybsatid qiimaha adeega daryeelka caafimaadka laceymis geliyay. Adiga waxaad bilowday in aad bixisid caymiska-lawadaago kadib marka aad bixisey kajarista qorshahaaga caafimaadka.

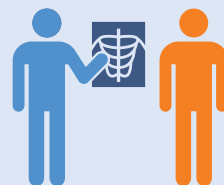
Ceymiska-lawadaago keliya waa mid kamid ah qaababka aad u wadaagi doontid qiimaha daryeelkaaga caafimaadka ee qorshahaaga caafimaadka.



## SIDA AY U SHAQEYSO >

James wuxuu bixiyey jeritaankiisa qorshaha caafimaadka. Wuxuu helaa biil \$500 ah ee loogu talagalay baaritaan caafimaad. Qorshihiisa caafimaadka wuxuu bixin doonaa 80% ee biilka ah ama \$400 oo doolar. Sida qayb ka mid ah caymiskiisa la wadaago ahaan, James wuxuu bixinayaa 20% ee biilka, ama \$100.

Qaddarka caymiska la wadaago wuxuu ku kala duwan yahay qorshaha caafimaadka.



$$20\% \times \$ 500 = \$ 100$$

CEYMISKA-LAWADAAGO      TIRADA GUUD      JAMES LAGU LEEYAHAY



# Lacagta ceymiska

Lacagtaada ceymiska waa tirada aad bixisid bil kasta ee loogu talagalay qorshahaaga caafimaadka. Waxaa khasab kugu ah in aad bixisid lacagtaada ceymiska xitaa haddii aadan qaadan wax adeego daryeel caafimaad ah.



## SIDA AY U SHAQEYSO >

Si lamid ah biilkeeda korontada ama taleefoonka ah, Jean waxay bixisaa lacagteeda ceymiska qorshaha caafimaadka bil kasta. Si loo hubsado in lacag bixinteeda lagu helay waqtigii loogu talagalay, Jean waxay direysaa lacag bixinteeda maalmo kahor ama waxay kubixisaa tooska internetka si ay ugu hayso qorshaheeda caafimaadka mid shaqeeya.



U OGOLOOW WAQTI LACAG  
BIXINADA SI AAD WAQTI  
HORE UGU DIRTID BOOSTADA

# kabaxsan-jeebka

Qiimooyinka aad bixisid kuwaas oo aan lagu bixin qorshahaaga caafimaadka.

Qiimooyinka kabaxsan-jeebka waxaa kamid ah jeritaanada, ceymiska-lawadaago, iyo lacag bixinta-lawadaago ee loogu talagalay adeegaha laceymis geliyay lagu darey dhammaan qiimooyinka loogu talagalay adeegaha aan lagu ceymis gelin dhinaca qorshahaaga caafimaadka.



Qiimooyinka-jeebka kabaxsan ee loogu talagalay sannadka 2015 waxay noqon karaan wax aan kabadnayn \$6,600 ee loogu talagalay qorshaha qofka kelida ah iyo \$13,200 ee loogu talagalay qorshaha qoyska haddii aad kasoo iibsatid gudaha meesha suuqa.

## SIDA AY U SHAQEYSO >

Shirley waxay leedahay labbo caruur. Ayadu waxay bixaysaa \$20 doolar oo lacag bixin-lawadaago ah waqti kasta oo ayada ama caruurteeda leeyihiin booqasho dhakhtar caadi ah. Sida qoys ahaan, waxay lahaan doonaan booqashooyin 15 dhakhtar ah sannadkaan. Qiimaha jeebka-kabaxsan ee Shirley ee loogu talagalay bixinta lacagta-lawadaago waa \$300 sannadkaan.

Tirooyinku waa kuwo laqiyaaso; wixii kusaabsan macluumaad dheeri ah wac qorshahaaga caafimaadka xacidan.



$$\$20 \times 15 = \$300$$

BOOQ-  
ASHO  
KASTA

BOOQA-  
SHOOY-  
INKA

SANNADKA

# shabakad

## GUDAHA-SHABAKADA:

Dhakhtaro iyo bixiyayaal daryeel caafimaad kale oo laga ogolaaday dhinaca qorshahaaga caafimaadka.

## DIBADA-SHABAKADA:

Dhakhtaro iyo bixiyayaal daryeel caafimaad kale **ma** ogolaaday dhinaca qorshahaaga caafimaadka.

Adiga waxaad bixin doontaa in baddan oo adeegaha ka ahaaday bixiyayaasha dibada-shabakada.



## SIDA AY U SHAQEYSO >

Laura waxay doonaysaa in ay aragto lataliye caafimaad maskaxda ah. Waxay helaysaa mid u dhow gurigeeda. Kahor inta aysan sameysan jadwal booqasho balan, waxay hubsanaysaa in daryeel bixiyaha uu kujiro gudaha-shabakada loogu talagalay qorshaheeda caafimaadka. Qiimaha wuxuu kunoqon doonaa Laura mid baddan haddii ay doorato lataliye dibada-shabakada ah.



WEYDII HADDII DARYEEL  
BIXIYAHAAGA UU YAHAY  
MID KUJIRA GUDAHA-  
SHABAKADA KAHOR INTA  
AADAN SAMAYSAN BALANTA  
BOOQASHADA

# wada-bixin

Wada-bixintu waa tiro lacag sugan middaas oo aad kubixisid adeega daryeelka caafimaadka ceymiska kujira. Adeegaha sida booqasho dhakhtar joogto ah ama buuxinta rijeetada waxay caadi ahaan u lahaan doontaa lacag wada-bixin.

Lacagtaada wada-bixinta waa mid larabo waqtiga aad heshid adeega.



## SIDA AY U SHAQEYSO >

Thomas wuxuu qabaa cadaadiska dhiigga ama dhiig kar sareeya wuxuuna booqdaa dhakhtarkiisa daryeelka aasaasiga ah 3 bilood kasta. Qorshihiisa caafimaadka wuxuu wayddiisanayaa bixinta la wadaago oo ah \$20 ee loogu talagalay booqashooyinka takhtarka. Thomas wuxuu bixiyaa lacagtiisa bixinta la wadaago ee loogu talagalay booqasho kasta ee takhtarka.

Qadarka lacag bixinta-lawadaago wuxuu ku kala duwanyahay qorshaha caafimaadka.



# adeegaha Kahortaga

Adeegyada daryeelka caafimaadka, sida baaritaanada caafimaadka ee sannadlaha iyo cirbadaha hargabka, ee uu bixiyo qorshahaaga ceymiska caafimaadka ee waxyar kuugu fadhiya ama bilaashka kuu ah.

Adeegyadan waxaa kaliya la caymiyaa marka uu bixiyo bixiye kujira gudaha-shabakada.



## SIDA AY U SHAQEYSO >

Taylor waxay doonaysaa in ay caafimaad qabto, sidaas awgeed waxay qaadataa baaritaan caafimaad iyo cirbad ifilo sannad kasta. Waxay jeceshahay in qorshaheeda caafimaadka uu bixiyo lacagta adeegyada ka ilaaliya in ay xanuunsato.



ADEEGYADA KA HORTAGGA  
WAXAY KUGU CAAWINAYAAN  
IN AAD CAAFIMAAD QABTID

# dheefaha caafimaadka aasaasiga ah



Adeego daryeel caafimaad 10 oo go'an kuwaas oo dhammaan qorshooyinka ay khasabtahay in ay ceymis geliyaan. Qaar dheefaha kamid ahi waa kuwo lacag la'aan ah. Qaar waxay qabi karaan lacag bixino-lawadaago iyo ceymis-lawadaago.

1. Booqashooyinka dhakhtarka lasoo booqdo iyo joogitaanada isbitaalka
2. Socdaalo loo aado qolka xaalada degdeg ah
3. Daryeel kahor iyo kadib marka uu ilmahaaga dhasho
4. Caafimaadka maskaxda iyo daaweynta isticmaalka maadada

5. Daawooyinka wata qoraal dhakhtar
6. Adeego iyo qalabyo kugu caawinaya in aad reysatid haddii aad dhaawacantid, ama qabtid naafonimo ama xaalad xanuun daba dheeraada
7. Baaritaano sheybaar
8. Adeego kahortag oo ay kujiraan latalin, baaritaan iyo tallaaid
9. Maareynta cudur daba dheeraada, sida sonkorooow ama neef ah
10. Daryeelka dhakhtarka caruurta

## SIDA AY U SHAQEYSO >

Hadda dhammaan qorshooyinka caafimaadka waxaa khasab ah in ay kujiraan dheefaha isbitaal dhigida, wixii kusaabsan faah-faahin kawac *Washington Healthplanfinder* lambarkaan 1-855-WAFINDER (1-855-923-4633) ama wac qorshahaaga caafimaadka.



KAHEL CAAWIMAAD  
KHUBARO SAAXIIBTINIMO LEH

Qofkasta wuxuu xaq u leeyahay in uu helo caawimaad balaash ah iyo macluumaad kuqoran luuqadooda hooyo. Si aad qof ugula hadasho si balaash ah luuqad aad fahmayso, wac 1-855-923-4633. Hadaad rabto macluumaad dheeraad ah, booqo: [www.wahbexchange.org/language-resources](http://www.wahbexchange.org/language-resources).



