

Member Handbook (Phau Ntawv Qhia Rau Tswv Cuab)

Cov Tsev Neeg thiab Cov Me Nyuam Yaus

Qhov no kuj tseem hu tias

Txheej Txheem Pab Cuam Them Nqi Kho Mob Ua Ntej (PMAP)

Lub Ib Hlis Ntuj Tim 1, 2025

Phau ntawv qhia no muaj cov ntaub ntawv tseem ceeb txog koj cov kev pab cuam kho mob.

Lub Chaw Hauj Lwm Muab Kev Pab Cuam Rau Tus Qhua:
8 teev sawv ntxov – 5 teev tsaus ntuj, Hnub Monday – Hnub Friday
612-676-3200 los sis 1-800-203-7225 (tus xov tooj no yog hu dawb).

Los sis hu rau peb tus naj npawb TTY:
612-676-6810 los sis 1-800-688-2534 (qhov no yog hu dawb)

UCare
PO Box 52
Minneapolis, MN 55440-0052
ucare.org

Tus xov tooj hu dawb 1-800-203-7225, TTY 1-800-688-2534

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

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

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

သတိ။ ဤတွဲရက်စာတမ်းအားအခမဲ့ဘာသာပြန်ပေးခြင်း 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.

ဟ်သူဉ်ဟ်သးဘဉ်တက့ၢ်. ဝဲနမ့ၢ်လိၣ်ဘဉ်တၢ်မၤစၢၤကလီၤလၢတၢ်ကကျိးထံဝဲဒၣ်လံာ် တီလံာ်မိတခါအံၤန့ၣ်, ကိးဘဉ် လီၤတဲစိနီၢ်ဂံၢ်လၢထးအံၤန့ၣ်တက့ၢ်.

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

ໂປຣຄຊາບ. ຖ້າທ່ານ ທ່ານຕ້ອງການການຊ່ວຍເຫຼືອໃນການແປເອກະສານນີ້ພຣີ, ຈົ່ງ ໂທໂປໂຫຼ໌ໂທ໌ໝາຍເລກຂ້າງເທິງນີ້.

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.

Civil Rights Notice

Discrimination is against the law. UCare does not discriminate on the basis of any of the following:

- race
- color
- national origin
- creed
- religion
- sexual orientation
- public assistance status
- age
- disability (including physical or mental impairment)
- sex (including sex stereotypes and genderidentity)
- marital status
- political beliefs
- medical condition
- health status
- receipt of health care services
- claims experience
- medical history
- genetic information

You have the right to file a discrimination complaint if you believe you were treated in a discriminatory way by UCare. You can file a complaint and ask for help filing a complaint in person or by mail, phone, fax, or email at:

UCare

Attn: Appeals and Grievances

PO Box 52

Minneapolis, MN 55440-0052

Toll Free: 1-800-203-7225

TTY: 1-800-688-2534

Fax: 612-884-2021

Email: cag@ucare.org

Auxiliary Aids and Services: UCare provides auxiliary aids and services, like qualified interpreters or information in accessible formats, free of charge and in a timely manner to ensure an equal opportunity to participate in our health care programs. **Contact** UCare at 612-676-3200 (voice) or 1-800-203-7225 (voice), 612-676-6810 (TTY), or 1-800-688-2534 (TTY).

Language Assistance Services: UCare provides translated documents and spoken language interpreting, free of charge and in a timely manner, when language assistance services are necessary to ensure limited English speakers have meaningful access to our information and services. **Contact** UCare at 612-676-3200 (voice) or 1-800-203-7225 (voice), 612-676-6810 (TTY), or 1-800-688-2534 (TTY).

Civil Rights Complaints

You have the right to file a discrimination complaint if you believe you were treated in a discriminatory way by UCare. You may also contact any of the following agencies directly to file a discrimination complaint.

U.S. Department of Health and Human Services Office for Civil Rights (OCR)

You have the right to file a complaint with the OCR, a federal agency, if you believe you have been discriminated against because of any of the following:

- race
- color
- national origin
- age
- disability
- sex
- religion (in some cases)

Contact the OCR directly to file a complaint:

Office for Civil Rights
U.S. Department of Health and Human Services Midwest Region
233 N. Michigan Avenue, Suite 240
Chicago, IL 60601
Customer Response Center: Toll-free: 800-368-1019 TDD Toll-free: 800-537-7697
Email: ocrmail@hhs.gov

Minnesota Department of Human Rights (MDHR)

In Minnesota, you have the right to file a complaint with the MDHR if you have been discriminated against because of any of the following:

- race
- color
- national origin
- religion
- creed
- sex
- sexual orientation
- marital status
- public assistance status
- disability

Tiv tauj rau **MDHR** ncaj qha mus ua ntawv tsis txaus siab:
Minnesota Minnesota Department of Human Rights
540 Fairview Avenue North, Suite 201
St. Paul, MN 55104 651-539-1100 (voice)
800-657-3704 (toll-free)
711 or 800-627-3529 (MN Relay)
651-296-9042 (fax)
Info.MDHR@state.mn.us (email)

Minnesota Department of Human Services (DHS)

You have the right to file a complaint with DHS if you believe you have been discriminated against in our health care programs because of any of the following:

- race
- color
- national origin
- religion (in some cases)
- age
- disability (including physical or mental impairment)
- sex (including sex stereotypes and gender identity)

Complaints must be in writing and filed within 180 days of the date you discovered the alleged discrimination. The complaint must contain your name and address and describe the discrimination you are complaining about. We will review it and notify you in writing about whether we have authority to investigate. If we do, we will investigate the complaint.

DHS will notify you in writing of the investigation's outcome. You have the right to appeal if you disagree with the decision. To appeal, you must send a written request to have DHS review the investigation outcome. Be brief and state why you disagree with the decision. Include additional information you think is important.

If you file a complaint in this way, the people who work for the agency named in the complaint cannot retaliate against you. This means they cannot punish you in any way for filing a complaint. Filing a complaint in this way does not stop you from seeking out other legal or administrative actions.

Contact DHS directly to file a discrimination complaint:

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 (voice) or use your preferred relay service

Cov Neeg Asmeskas khab tuaj yeem txuas ntxiv los sis pib siv pab pawg neeg thiab Neeg Khab Cov Kev Pab Cuam Kev Noj Qab Haus Huv (IHS) cov chaw kho mob. Peb tsis tas yuav muaj kev tso cai ua ntej los sis ua kom muaj kev cuam tshuam rau koj kom tau txais kev pab cuam ntawm cov chaw kuaj mob no. Txhawm rau cov neeg laus muaj hnuv nyoog 65 xyoo thiab laus dua qhov no suav nrog Cov Kev Pab Cuam Rau Cov Neeg Laus (EW) uas nkag tau los ntawm pawg neeg. Yog tias tus kws kho mob los sis lwm tus kws kho mob hauv ib pawg neeg los sis IHS lub tsev kho mob xa koj mus rau tus kws kho mob hauv peb lub network, peb yuav tsis xav kom koj mus ntsib koj tus kws kho mob thawj zaug ua ntej xa mus.

Cov Txheej Lus

Tshooj 1.	Cov Npawb Xov Tooj thiab Cov Ntaub Ntawv Tiv Tauj	11
	Muab cov ntaub ntawv tiv toj rau koj rau peb Txoj Phiaj Xwm thiab lwm lub koom haum uas tuaj yeem pab koj tau.	
Tshooj 2.	Cov Ntaub Ntawv Tseem Ceeb Ntawm Kev Tau Txais Kev Kho Mob Uas Koj Xav Tau.....	18
	Qhia rau koj txog tej yam tseem ceeb uas koj yuav tsum paub txog kev kho mob tam li ib tus tswv cuab ntawm peb Txoj Phiaj Xwm.	
	Kev hloov pauv ntawm kev saib xyuas.....	18
	Kev tswj hwm kev siv txiaj ntsig	18
	Kev tso cai ua ntej	19
	Kev pab cuam them thiab tsis them nqi kho mob	20
	Kev them nyiaj rau cov chaw muab kev pab cuam.....	21
	Kev paub txog kab lis kev cai	21
	Kev pab txhais lus	21
	Lwm yam kev tuav pov hwm rau kev noj qab hauv huv	21
	Cov ntaub ntawv ntiag tug	22
	Lub Khoos Kab Muab Kev Pab Cuam Tus Neeg Txais Uas Muaj Kev Txwv..	22
	Kev tshem tawm.....	23
Tshooj 3.	Tus Tswv Cuab Txoj Cai Rau Kev Tsub Nqi.....	23
	Qhia rau koj txog koj txoj cai ua ib tug tswv cuab ntawm peb Txoj Phiaj Xwm.	
Tshooj 4.	Tus Tswv Cuab Lub Luag Hauj Lwm	25
	Qhia rau koj txog koj cov kev lav ris rau kev ua ib tug tswv cuab ntawm peb Txoj Phiaj Xwm.	
Tshooj 5.	Koj Daim Ntawv Qhia Txog Tus Tswv Cuab Kev Noj Qab Haus Huv (ID)	25
	Qhia rau koj txog koj daim npav ID rau Txoj Phiaj Xwm ev saib xyuas kev noj qab haus huv, uas koj yuav tsum qhia thaum twg koj txais cov kev pab cuam kho mob.	

Cov Txheej Lus

- Tshooj 6. Kev Sib Faib Tus Nqi 26**
Qhia rau koj txog cov nyiaj (sib koom them) koj yuav tau them rau qee cov kev pab cuam.
- Tshooj 7. Cov Kev Pab Cuam Uas Tau Txais Kev Pab Them..... 27**
Qhia rau koj tias cov kev kho mob twg tau txais kev duav roos thiab tsis duav roos rau koj tam li ib tus tswv cuab hauv pev Txoj Phiaj Xwm. Kuj tseem qhia rau koj txog kev txwv thiab/los sis kev txwv rau cov kev pab cuam uas tau txais kev duav roos thiab.
- Tshooj 8. Cov Kev Pab Cuam Peb Tsis Them 66**
Qhia rau koj tias qee cov kev kho mob ntxiv uas tau txais kev duav roos thiab tsis duav roos rau koj tam li ib tus tswv cuab hauv peb Txoj Phiaj Xwm.
- Tshooj 9. Cov Kev Pab Cuam Uas Tsis Muaj Nyob Hauv Txoj Phiaj Xwm Tab Sis Yuav Raug Them Los Ntawm Lwm Qhov Chaw 67**
Qhia rau koj tias qee cov kev kho mob ntxiv uas tsis tau txais kev duav roos los ntawm Txoj Phiaj Xwm, tab sis tej zaum yuav tau txais kev duav roos los ntawm lwm txoj hau kev.
- Tshooj 10. Thaum Twg Thiaj Yuav Hu Rau Koj Tus Neeg Ua Hauj Lwm Hauv Lub Cheeb Tsam Nroog 68**
Qhia rau koj paub yam ntaub ntawv twg koj xav tau los qhia rau koj tus neeg ua hauj lwm hauv ntawm.
- Tshooj 11. Siv Cov Phiaj Xwm Kev Pab Cuam Nrog Rau Lwm Yam Kev Pov Hwm 69**
Qhia koj yuav tau txais kev pab kho mob li cas yog tias koj muaj lwm yam kev tuav pov hwm rau Txoj Phiaj Xwm ntxiv.
- Tshooj 12. Subrogation los sis Lwm Yam Kev Thov 69**
Qhia txog peb txoj cai los sau cov nyiaj them los ntawm tus neeg sab nraud yog tias lawv yog tus lav them rau koj cov kev pab kho mob.

Cov Txheej Lus

Tshooj 13. Kev tsis txaus siab, kev thov rov hais dua thiab Lub Xeev Kev Thov Kom Rov Qab Txiaiv Txim Dua (Rooj Plaub Txiaiv Txim Ncaj Ncees hauv lub xeev) Txheej Txheem..... 70
Qhia rau koj txog koj txoj cai los sau ntawv tsis txaus siab txog qhov zoo ntawm kev saib xyuas los sis kev pab cuam koj tau txais, txoj hau kev thov rov txiaiv txim dua qhov kev txiaiv txim siab uas peb txiaiv txim siab, thiab yuav ua li cas thiaj thov tau Qhov Kev Rov Txiaiv Txim Dua Hauv Xeev tau (Lub Rooj Sib Hais Plaub Ncaj Ncees Hauv Xeev).

Tshooj 14. Cov Ntsiab Lus..... 77
Muab qee cov lus txhais rau koj uas yuav pab koj nkag siab zoo dua txog koj qhov kev kho mob thiab kev pab them nqi kho mob.

Tshooj 15. Cov Ntaub Ntawv Ntxiv..... 85
Qhia koj txog:
Cov lus nug thiab lus teb txog cov lus qhia txog kev kho mob87
Yuav ua li cas UCare ntsuas cov thev naus laus zis tshiab90
Kev tso cai thiab kev ceeb toom91

Zoo Siab Txais Tos rau UCare

Peb zoo siab tos txais koj los ua tus tswv cuab ntawm UCare Lub Khoos Kas Pab Cuam Them Kho Mob Ua Ntej (Prepaid Medical Assistance Program, PMAP) (hu ua “Plan (Txoj Phiaj Xwm)” los sis “The Plan (Txoj Phiaj Xwm)”).

UCare (hu ua “peb,” “peb,” los sis “peb li”) yog ib feem ntawm lub khoos kas pab cuam Tsev Neeg thiab Me Nyuam. Peb koom tes thiab them koj cov kev kho mob. Koj yuav tau txais feem ntau ntawm koj cov kev pab cuam rau kev noj qab haus huv los ntawm Txoj Phiaj Xwm pab pawg koom tes ntawm cov chaw muab kev pab cuam. Thaum koj xav tau kev kho mob los sis muaj lus nug txog koj cov kev pab cuam kev noj qab haus huv, koj tuaj yeem hu rau peb tau. Peb yuav pab koj txiav txim siab seb yuav ua li cas ntxiv thiab tus kws kho mob uas tsim nyog los siv.

Yog tias koj yog tus tshiab rau UCare, koj yuav tau txais ib kev kuaj ntsuam xyuas cov tswv cuab kom ua tiav hauv kev xa ntawv, kev xa email los sis hauv xov tooj. Qhov no yog ib daim ntawv ntsuam xyuas yeem siab. Nws yuav siv sij hawm li ob peb feeb los teb nkaus xwb. Peb xav kom koj ua kom tiav kev kuaj ntsuas xyuas no. Kev kuaj ntsuam xyuas yuav pab peb txuas koj mus rau cov kev pab cuam kev noj qab haus huv los sis lwm yam kev pab cuam muaj rau koj ua ib tug tswv cuab. Raws li koj cov lus teb, tej zaum peb yuav tiv tauj rau koj kom paub ntxiv. Yog tias koj muaj lus nug txog kev kuaj ntsuam xyuas no, thov hu rau Lub Chaw Pab Cuam Qhua.

Phau Ntawv Qhia Tswv Cuab no yog peb daim ntawv cog lus nrog koj. Qhov no yog ib daim ntawv tseem ceeb ntawm txoj cai. *Phau Ntawv Qhia Tswv Cuab* no suav nrog:

- Cov ntaub ntawv tiv tauj
- Cov ntaub ntawv qhia txog yuav ua li cas thiaj li tau txais kev kho mob uas koj xav tau
- Koj txoj cai thiab cov luag hauj lwm los ua ib tug tswv cuab ntawm Txoj Phiaj Xwm
- Cov ntaub ntawv hais txog tus nqi sib koom them
- Ib daim ntawv teev cov kev pab kho mob uas pab them thiab tsis pab them
- Thaum twg thiaj yuav hu rau koj tus neeg ua hauj lwm hauv lub cheeb tsam nroog
- Kev siv Txoj Phiaj Xwm kev pab cuam them nqi nrog lwm yam kev pov hwm los sis lwm qhov chaw them nyiaj
- Cov ntaub ntawv hais txog yuav ua li cas yog tias koj muaj lus tsis txaus siab (kev tsis txaus siab) los sis xav thov kom rov txiav txim dua Txoj Phiaj Xwm qhov kev nqi tes ua, raws li tau teev tseg hauv Tshooj 13
- Cov Ntsiab Lus

Cov cheeb tsam nroog hauv thaj chaw pab cuam ntawm Txoj Phiaj Xwm muaj raws li nram no: Aitkins, Anoka, Benton, Blue Earth, Carlton, Carver, Cass, Chisago, Cook, Crow Wing, Dakota, Faribault, Fillmore, Freeborn, Hennepin, Houston, Isanti, Koochiching, Lake, Lake of the Woods, Le Sueur, Martin, Mille Lacs, Morrison, Mower, Murray, Nicollet, Olmsted, Pennington, Pine, Ramsey, Rice, Rock, Roseau, Scott, Sherburne, St. Louis, Stearns, Todd, Wadena, Washington, Watonwan, Winona, thiab Wright in Minnesota.

Thov qhia peb seb peb ua hauj lwm zoo li cas. Koj tuaj yeem hu los sis sau ntawv rau peb tau txhua lub sij hawm. (Tshooj 1 ntawm *Phau Ntawv Qhia Txog Tswv Cuab* no qhia tias yuav tiv tauj peb li cas.) Koj cov lus pom zoo txais tos txhua lub sij hawm, txawm tias qhov zoo los sis qhov tsis zoo. Qee lub sij hawm, peb ua cov ntawv ntsuam xyuas uas nug peb cov tswv cuab los qhia txog lawv cov

kev paub nrog peb. Yog tias koj tau txais kev tiv tau, peb cia siab tias koj yuav koom nrog hauv ib daim ntawv ntsuam xyuas kev txaus siab rau cov tswv cuab. Koj cov lus teb rau cov lus nug ntsuam xyuas yuav pab peb kom paub tias peb ua tau zoo thiab qhov twg peb yuav tsum tau txhim kho.

Tshooj 1. Cov Npawb Xov Tooj thiab Cov Ntaub Ntawv Tiv Tauj

Yuav tiv tauj peb Lub Chaw Pab Cuam Neeg Siv Khoom li cas

Yog tias koj muaj lus nug los sis kev txhawj xeeb dab tsi, thov hu rau los sis sau rau Lub Chaw Pab Cuam Neeg Siv Khoom. Peb zoo siab yuav los pab koj. Lub sij hawm ua hauj lwm ntawm Lub Chaw Pab Cuam Neeg Siv Khoom yog 8 teev sawv ntxov - 5 teev yuav tsaus ntuj, Hnub Monday - Hnub Friday.

Txoj Hau Kev	Lub Chaw Pab Cuam Tub Lag Luam
HU RAU	612-676-3200 los sis 1-800-203-7225 (tus xov tooj no yog hu dawb), qhib 8 teev sawv ntxov – 5 teev tsaus ntuj, hnub Monday – hnub Friday.
TTY	612-676-6810 los sis 1-800-688-2534 (qhov no yog hu dawb)
FEV	612-676-6501 or 1-866-457-7145 (qhov no yog hu dawb)
SAU NTAWV	Attn: Lub Chaw Pab Cuam Rau Qhua UCare PO Box 52 Minneapolis, MN 55440-0052
KEV MUS NTSIB	UCare 500 Stinson Blvd. NE Minneapolis, MN 55413-2615
LUB VEV XAIB	ucare.org
KEV XA NTAWM LOS NTAWM KOJ TUS AS KHAUJ UA TSWV CUAB	Koj tuaj yeem xa peb cov lus los ntawm koj Tus As Khauj Ua Tswv Cuab ntawm member.ucare.org.

Peb cov ntaub ntawv tiv tauj txoj phiaj xwm rau qee cov kev pab cuam

Cov Kev Thov Kom Rov Txiav Txim Dua thiab Kev Tsis Txaus Siab

Kev thov rov hais dua yog ib txoj hauv kev thov kom peb tshuaj xyuas thiab hloov qhov kev txiav txim siab uas peb tau ua.

Txoj Hau Kev	Kev Thov Rov Hais Dua thiab Kev Tsis Txaus Siab
HU RAU	612-676-6841 los sis 1-877-523-1517 (qhov no yog hu dawb). 8 teev sawv ntxov - 4:30 teev tsaus ntuj, Hnub Monday - Hnub Friday
TTY	612-676-6810 los sis 1-800-688-2534 (qhov no yog hu dawb)
SAU NTAWV	Attn: Member Appeals and Grievances UCare PO Box 52 Minneapolis, MN 55440-0052
TUS EMAIL	cag@ucare.org
FEV	612-884-2021 los sis 1-866-283-8015

Mus saib Tshooj 13 rau cov ntaub ntawv ntau ntxiv.

Kev Pab Cuam Nyom Ib Ce

Peb cog lus nrog Fulcrum Health, Inc. los muab kev pab cuam nyom ib ce. Fulcrum Health, Inc. tswj hwm cov chaw muab kev pab cuam hauv pab pawg koom tes, uas hu ua ChiroCare. Koj yuav tsum tau mus ntsib tus kws kho mob ntawm ChiroCare kom muaj kev pab them nqi kho mob. Yog xav tau kev pab nrhiav tus kws kho mob los sis rau cov ntaub ntawv qhia txog cov txiaj ntsig ntawm kev nyom ib ce, hu rau UCare Lub Chaw Pab Cuam Tus Neeg Siv Khoom.

Txoj Hau Kev	Lub Chaw Pab Cuam Tub Lag Luam
HU RAU	612-676-3200 los sis 1-800-203-7225 (tus xov tooj no yog hu dawb), qhib 8 teev sawv ntxov – 5 teev tsaus ntuj, hnub Monday – hnub Friday.
TTY	612-676-6810 los sis 1-800-688-2534 (qhov no yog hu dawb)

Cov lus tsis txaus siab txog koj li Kev Pab Kho Mob

Koj tuaj yeem ua ntawv tsis txaus siab txog peb los sis ib qho ntawm peb cov neeg muab kev pab cuam hauv pab pawg koom tes, suav nrog kev tsis txaus siab txog koj qhov kev saib xyuas zoo.

Txoj Hau Kev	Lub Chaw Pab Cuam Tub Lag Luam
HU RAU	612-676-3200 los sis 1-800-203-7225 (tus xov tooj no yog hu dawb), qhib 8 teev sawv ntxov – 5 teev tsaus ntuj, hnuv Monday – hnuv Friday.
TTY	612-676-6810 los sis 1-800-688-2534 (qhov no yog hu dawb)
FEV	612-676-6501 or 1-866-457-7145 (qhov no yog hu dawb)
SAU NTAWV	Attn: Lub Chaw Pab Cuam Rau Qhua UCare PO Box 52 Minneapolis, MN 55440-0052
KEV MUS NTSIB	UCare 500 Stinson Blvd. NE Minneapolis, MN 55413-2615
LUB VEV XAIB	ucare.org
KEV XA NTAWM LOS NTAWM KOJ TUS AS KHAUJ UA TSWV CUAB	Koj tuaj yeem xa peb cov lus los ntawm koj Tus As Khauj Ua Tswv Cuab ntawm member.ucare.org .

Cov Kev Pab Cuam Kho Hniav

Peb cog lus nrog DentaQuest los tswj koj cov txiaj ntsig kev kho hniav. Yog xav paub ntxiv txog UCare cov kev pab cuam kho hniav, koj tuaj yeem mus hauv online rau **ucare.org/dental**, los sis hu rau UCare Kev Kho Hniav Txuas Ntxiv.

Txoj Hau Kev	UCare Lub Koom Haum Sib Koom Tes Kho Hniav
HU RAU	1-888-227-3310 (tus xov tooj no yog hu dawb), qhib thaum 8 teev sawv ntxov – 5 teev tsaus ntuj, hnuv Monday – hnuv Friday
TTY	1-800-466-7566

UCare Lub Chaw Kuaj Hniav Rhais Chaw

Peb muab kev kuaj xyuas hniav, ntxuav thiab kho cov txheej txheem kho mob hauv UCare Lub Chaw Kuaj Hniav Rhais Chaw Hu rau kom paub seb lub tsev kho mob yuav nyob ze koj los yog mus rau ucare.org/mdc thaum twg rau cov hnuv thiab qhov chaw uas tau teem tseg. Teem caij koj lub sij hawm los ntawm kev hu rau UCare Lub Chaw Kuaj Hniav Rhais Chaw.

Txoj Hau Kev	UCare Lub Chaw Kuaj Hniav Rhais Chaw
HU RAU	1-866-451-1555 (qhov no yog hu dawb xwb) 8 teev sawv ntxov - 4:30 teev yuav tsaus ntuj, Hnub Monday - Hnub Friday
TTY	1-800-627-3529 (hov no yog hu dawb xwb)

Cov Qauv Kev Pab Them Cov Khoom Kho Mob Zoo

Txoj Hau Kev	Lub Chaw Pab Cuam Tub Lag Luam
HU RAU	612-676-3200 los sis 1-800-203-7225 (tus xov tooj no yog hu dawb), qhib 8 teev sawv ntxov – 5 teev tsaus ntuj, hnub Monday – hnub Friday.
TTY	612-676-6810 los sis 1-800-688-2534 (qhov no yog hu dawb)

Cov Kev Pab Cuam Kws Txhais Lus

Call UCare Lub Chaw Pab Cuam Qhia rau cov kev pab cuam Piav Tes Txhais Lus (ASL) los sis kev pab txhais lus

Txoj Hau Kev	Lub Chaw Pab Cuam Tub Lag Luam
HU RAU	612-676-3200 los sis 1-800-203-7225 (tus xov tooj no yog hu dawb), qhib 8 teev sawv ntxov – 5 teev tsaus ntuj, hnub Monday – hnub Friday.
TTY	612-676-6810 los sis 1-800-688-2534 (qhov no yog hu dawb)

Cov Kev Pab Cuam Rau Txoj Kev Noj Qab Haus Huv Fab Kev Puas Siab Puas Ntsws

Yog tias koj muaj lus nug los sis kev txhawj xeeb dab tsi, hu rau Tus Xov Tooj Xwm Ceev Txog Kev Noj Qab Haus Huv Fab Kev Puas Siab Puas Ntsws thiab Kev Siv Yeeb Tshuaj. Txhawm rau nrhiav ib tus kws kho mob, hu rau peb kab Triage los sis siv cov cuab yeej Tshawb Nrhiav Hauv Pab Pawg Koom Tes ntawm UCare lub vev xaib.

Txoj Hau Kev	Tus Xov Tooj Ceeb Toom Kev Noj Qab Haus Huv Fab Siab Ntsws thiab Kev Tsis Meej Pem Vim Los Ntawm Kev Qhuav Yeeb Quav Tshuaj
HU RAU	612-676-6533 los sis 1-833-276-1185 (qhov no yog hu dawb xwb.) 8 teev sawv ntxov – 5 teev tsaus ntuj, Hnub Monday - Hnub Friday
TTY	612-676-6810 los sis 1-800-688-2534 (qhov no yog hu dawb)
LUB VEV XAIB	ucare.org/searchnetwork

Cov Ntawv Sau Yuav Tshuaj

Yog tias koj muaj lus nug txog cov txiaj ntsig tshuaj, hu rau UCare Lub Chaw Pab Cuam Qhua.

Txoj Hau Kev	Lub Chaw Pab Cuam Tub Lag Luam
HU RAU	612-676-3200 los sis 1-800-203-7225 (tus xov tooj no yog hu dawb), qhib 8 teev sawv ntxov – 5 teev tsaus ntuj, hnub Monday – hnub Friday.
TTY	612-676-6810 los sis 1-800-688-2534 (qhov no yog hu dawb)

Kev Pab Cuam Kev Siv Yeeb Tshuaj

Yog tias koj muaj lus nug los sis kev txhawj xeeb dab tsi, hu rau Tus Xov Tooj Xwm Ceev Txog Kev Noj Qab Haus Huv Fab Kev Puas Siab Puas Ntsws thiab Kev Siv Yeeb Tshuaj. Txhawm rau nrhiav ib tus kws kho mob, hu rau peb kab Triage los sis siv cov cuab yeej Tshawb Nrhiav Hauv Pab Pawg Koom Tes ntawm UCare lub vev xaib.

Txoj Hau Kev	Tus Xov Tooj Ceeb Toom Kev Noj Qab Haus Huv Fab Siab Ntsws thiab Kev Tsis Meej Pem Vim Los Ntawm Kev Qhuav Yeeb Quav Tshuaj
HU RAU	612-676-6533 los sis 1-833-276-1185 (qhov no yog hu dawb xwb.) 8 teev sawv ntxov – 5 teev tsaus ntuj, Hnub Monday - Hnub Friday
TTY	612-676-6810 los sis 1-800-688-2534 (qhov no yog hu dawb)
LUB VEV XAIB	ucare.org/searchnetwork

Kev thauj mus los

Yog tias koj xav tau kev thauj mus los thiab los ntawm kev teem caij kho mob.

Txoj Hau Kev	HealthRide
HU RAU	612-676-6830 or 1-800-864-2157 (qhov no yog hu dawb xwb) thaum 7 teev sawv ntxov – 8 teev tsaus ntuj, Hnub Monday - Hnub Friday
TTY	612-676-6810 los sis 1-800-688-2534 (qhov no yog hu dawb)

UCare Tus Xov Tooj Feem Kws Tu Neeg Mob Uas Qhib 24/7

UCare 24/7 tus nais maum kab yog ib qho kev pab cuam hauv xov tooj uas muab cov tswv cuab paub txog kev noj qab haus huv uas ntseeg tau los ntawm cov kws tu mob muaj ntaub ntawv tso cai 24 teev hauv ib hnub, xya hnub hauv ib lub lim tiam. Cov kws saib mob tuaj yeem muab cov lus qhia txog kev noj qab haus huv los sis teb cov lus nug txog kev noj qab haus huv. Tus lej xov tooj rau UCare 24/7 tus kws saib xyuas neeg mob tuaj yeem pom nyob tom qab ntawm koj daim npav ID.

Txoj Hau Kev	Tus Xov Tooj Feem Kws Tu Neeg Mob
HU RAU	1-800-942-7858 (qhov no yog hu dawb xwb) 24 teev hauv ib hnub, xya hnub hauv ib lub lim tiam
TTY	1-855-307-6976 (qhov no yog hu dawb)

Lwm cov ntaub ntawv tiv tauj tseem ceeb

Cov neeg tsis hnob lus los sis hais tsis tau lus tuaj yeem hu rau tus xov tooj hauv qab no kom nkag mus rau cov peev txheej teev tseg hauv *Phau Ntawv Qhia Tswv Cuab*: 711, Minnesota Lub Chaw Ua Hauj Lwm Muab Kev Pab Cuam ntawm 1-800-627-3529 (TTY, Suab, ASCII, Kev Ncuva Kev Txiaiv Txim Mus Ntxiv), los sis 1-877-627-3848 (hais lus rau kev hais lus relay). Hu rau tus xov tooj no yog hu dawb xwb.

Yog xav paub ntxiv thiab xav paub ntxiv txog cov lus qhia txog kev saib xyuas kev noj qab haus huv thiab yuav ua li cas siv cov lus qhia ua ntej, thov tiv tauj rau UCare Kev Pab Cuam Rau Cov Qhua ntawm 612-676-3200 los sis 1-800-203-7225 (qhov no yog hu dawb xwb). Lub sij hawm ua hauj lwm yog 8 teev sawv ntxov - 5 teev yuav tsaus ntuj, Hnub Monday - Hnub Friday. Los sis hu rau peb tus naj npawb TTY ntawm 612-676-6810 los sis 1-800-688-2534 (qhov no yog hu dawb). Xav paub ntau ntxiv txog cov lus qhia txog kev noj qab haus huv tuaj yeem nrhiav tau: [ucare.org/advance-directives](https://www.health.state.mn.us/facilities/regulation/infobulletins/advdir.html). Koj kuj tuaj yeem mus saib hauv Minnesota Lub Tuam Tsev Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv (MDH) lub vev xaib ntawm: <https://www.health.state.mn.us/facilities/regulation/infobulletins/advdir.html>.

Txhawm rau ceeb toom kev dag thiab kev tsim txom hu rau Kev Coj Raws Txoj Cai Ntawm

Member Handbook hauv xyoo 2025 rau Tsev Neeg thiab Cov Me Nyuam kuj hu ua
(Lub Khoos Kas Pab Cuam Kev Them Nyiaj Kho Mob Ua Ntej (PMAP))

UCare hauv xov tooj ntawm 1-877-826-6847 (qhov no yog hu dawb xwb) los sis email ntawm compliance@ucare.org. Los sis hu rau peb tus naj npawb TTY ntawm 612-676-6810 los sis 1-800-688-2534 (qhov no yog hu dawb xwb), 8 teev sawv ntxov – 5 teev tsaus ntuj, Hnub Monday – Hnub Friday; 711 Minnesota Lub Chaw Ua Hauj Lwm Muab Kev Pab Cuam 24 teev, xya hnub hauv ib lub lim tiam. Tej zaum koj yuav tsis qhia npe. Yog tias koj xoom xaim tias muaj kev dag noj dag haus los sis kev tsim txom los ntawm ib tug neeg twg uas tau txais txiaj ntsig nyiaj pab, cov kws muab kev saib xyuas kev noj qab haus huv uas ua hauj lwm nrog Minnesota Lub Khoos Kas Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv, los sis cov kws muab kev pab cuam zov me nyuam uas tau txais cov nyiaj pab rau kev zov me nyuam, koj tuaj yeem tshaj qhia mus rau Minnesota Lub Chaw Hauj Lwm Saib Xyuas Cov Kev Pab Cuam Tib Neeg (DHS) los ntawm:

- kev xa daim foos Tus Xov Tooj Maj Rawm Txog Kev Saib Xyuas Kev Ncaj Ncees Ntawm Lub Khoos Kas (yeej xav kom ua) (<https://mn.gov/dhs/general-public/office-of-inspector-general/report-fraud/>),
- hu rau Tus Xov Tooj Maj Rawm Txog Kev Saib Xyuas Kev Ncaj Ncees Ntawm Lub Khoos Kas ntawm 651-431-2650 los sis 1-800-657-3750 (qhov no hu dawb xwb) los sis 711 (TTY) (qhov no hu dawb xwb) los sis siv koj cov kev pab cuam hu xov tooj rau neeg tsis hnob lus uas nyiam siv,
- xa koj daim ntawv tshaj qhia los ntawm email mus rau OIG.Investigations.DHS@state.mn.us, los sis
- xa ib tsab ntawv mus ntawm Teb Chaws Meskas Kev Xa Ntawv mus rau Lub Chaw Hauj Lwm ntawm Tus Thawj Coj Fab Kev Tshuaj Ntsuam - Feem Hauj Lwm Saib Xyuas Kev Ncaj Ncees Ntawm Lub Khoos Kas - PO Box 64982, St. Paul, MN 55164-0982.

Minnesota Lub Chaw Hauj Lwm Saib Xyuas Cov Kev Pab Cuam Tib Neeg

Minnesota Lub Tsev Hauj Lwm Saib Xyuas Tib Neeg (DHS) yog lub chaw hauj lwm hauv xeev uas pab tib neeg ua tau raws li lawv cov kev xav tau yooj yim. Nws muab los sis tswj xyuas kev noj qab haus huv, kev pab nyiaj txiag, thiab lwm yam kev pab cuam. DHS tswj hwm txoj Kev Pab Cuam Rau Kev Kho Mob, los ntawm lub khoos kas hauv cov nroog. Yog tias koj muaj lus nug txog koj qhov kev tsim nyog tau txais Kev Pab Cuam Rau Kev Kho Mob (Medicaid), hu rau koj tus neeg ua hauj lwm hauv nroog.

Tus Neeg Ntsuam Xyuas Daim Av Hauv Lub Khoos Kas Ua Hauj Lwm Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv Rau Tib Neeg:

Tus Kws Ntsuam Xyuas Daim Av rau Cov Khoos Kas Tswj Hwm Txog Kev Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv Rau Pej Xeem, ntawm Minnesota Lub Tuam Tsev Ua Hauj Lwm Saib Xyuas Tib Neeg, pab cov tib neeg rau npe rau hauv txoj kev npaj kho mob hauv kev daws teeb meem kev nkag mus, kev pab cuam thiab kev them nqi. Lawv tuaj yeem pab koj ua ntawv tsis txaus siab los sis thov rov txiav txim dua nrog peb. Tus Kws Ntsuam Xyuas Daim Av tseem tuaj yeem pab koj thov qhov Lub Xeev Kev Thov Kom Rov Qab Txiaj Txim Dua (Lub Rooj Sib Hais Ncaj Ncees nrog Lub Xeev). Hu rau: 651-431-2660 los sis 1-800-657-3729 (qhov no hu dawb xwb). los sis 711 (TTY), los sis siv cov kev pab cuam relay uas koj nyiam. Cov sij hawm ua hauj lwm yog Hnub Monday txog Hnub Friday, 8:00 teev sawv ntxov txog 4:30 teev tsaus ntuj.

Tshooj 2. Cov Ntaub Ntawv Tseem Ceeb Ntawm Kev Tau Txais Kev Kho Mob Uas Koj Xav Tau

Txhua zaus koj tau txais kev pab cuam kev noj qab haus huv, xyuas kom paub tseeb tias tus kws kho mob yog tus kws kho mob Txoj Phiaj Xwm hauv pab pawg koom tes. Feem ntau, koj yuav tsum siv Txoj Phiaj Xwm hauv pab pawg koom tes muab kev pab cuam kom tau txais koj cov kev pab cuam. Cov tswv cuab tau nkag mus rau *Cov Chaw Pab Cuam Phau Ntawv Teev Npe Khw Muag Tshuaj* uas teev cov neeg muab kev pab cuam tus kws kho mob Txoj Phiaj Xwm hauv pab pawg koom tes. *Cov Chaw Pab Cuam Phau Ntawv Teev Npe Khw Muag Tshuaj* tuaj yeem qhia koj cov ntaub ntawv hais txog cov chaw muab kev pab cuam xws li lub npe, chaw nyob, tus xov tooj, kev tsim nyog, kev tshwj xeeb, thiab hom lus hais los ntawm tus kws kho mob. Hu rau Lub Chaw Pab Cuam Rau Tus Qhua yog tias koj xav tau cov ntaub ntawv hais txog daim ntawv pov thawj ntawm pawg thawj koj saib xyuas kev noj qab haus huv hauv tsev kawm ntawv kho mob, qhov hauj lwm nyob hauv, thiab daim ntawv pov thawj ntawm pawg thawj koj saib xyuas. Koj tuaj yeem thov tau daim theej tawm uas luam tawm ntawm *Phau Ntawv Teev Npe Kws Pab Kho Mob thiab Khw Muag Tshuaj* thaum twg los tau. Txhawm rau txheeb xyuas cov ntaub ntawv tam sim no, koj tuaj yeem hu rau Kev Pab Cuam Cov Neeg Siv Khoom ntawm tus lej xov tooj hauv Tshooj 1, los sis mus saib peb lub vev xaib uas teev nyob rau hauv Tshooj 1.

Thaum koj yog ib tug tswv cuab los sis los ua ib tug tswv cuab ntawm UCare koj tau xaiv los yog raug xa mus rau ib lub tsev kho mob loj (PCC) los sis cov kab ke saib xyuas. Koj qhov chaw kho mob tseem ceeb (PCC) los sis lub laj txheeb kev saib xyuas tuaj yeem muab cov kev pab cuam kho mob feem ntau uas koj xav tau thiab yuav pab tswj koj txoj kev saib xyuas. Koj tuaj yeem hloov koj lub tsev kho mob (PCC) los sis lub laj npauv kev saib xyuas. Yog xav paub seb yuav ua li cas, hu rau Lub Chaw Pab Cuam Rau Cov Neeg Siv Khoom ntawm tus xov tooj hauv Tshooj 1.

Koj tsis tas yuav mus siv tus kws tshaj lij Txoj Phiaj Xwm hauv pab pawg koom tes. Txawm li cas los xij, koj thawj lub chaw kho mob tuaj yeem muab cov kev pab cuam rau kev saib xyuas kev noj qab haus huv feem ntau uas koj xav tau thiab yuav pab tswj koj txoj kev kho mob.

Hu rau koj lub tsev kho mob thawj zaug rau cov ntaub ntawv hais txog lub tsev kho mob cov sij hawm, kev tso cai ua ntej, thiab teem caij. Yog tias koj khaws tsis tau rau koj qhov kev teem caij, hu rau koj lub tsev kho mob tam sim ntawd.

Koj tuaj yeem hloov plauv koj tus kws kho mob los sis chaw kho mob. Yog xav paub seb yuav ua li cas, hu rau Lub Chaw Pab Cuam Rau Cov Neeg Siv Khoom ntawm tus xov tooj hauv Tshooj 1.

Kev hloov pauv ntawm kev saib xyuas

Yog tias koj yog ib tus tswv cuab tshiab uas tau txais kev pab cuam rau tam sim no los ntawm tus kws kho mob uas tsis yog Txoj Phiaj Xwm hauv pab pawg koom tes tus kws kho mob, peb yuav pab koj hloov mus rau tus kws kho mob hauv pab pawg koom tes.

Yog tias cov tshuaj uas koj tab tom noj tam sim no tsis raug them raws li koj txoj phiaj xwm tshiab, koj tuaj yeem tau txais mus txog 90-hnub cov khoom siv ib ntus. Yog xav paub ntxiv, hu rau Lub Chaw Muab Kev Pab Cuam Cov Neeg Siv Khoom.

Kev tswj hwm kev siv txiaj ntsig

UCare xav kom koj tau txais kev saib xyuas zoo. Peb xav kom ntseeg tau tias tias cov kev pab cuam saib xyuas kev noj qab haus huv tau muab yog kev kho mob tsim nyog, tsim nyog rau koj tus mob thiab tau muab rau hauv qhov chaw kho mob uas zoo tshaj plaws. Peb kuj tseem yuav tsum ua kom ntseeg tau tias tias. Kev saib xyuas uas koj tau txais yog cov txiaj ntsig uas tau txais kev duav roos, Txheeb txheem ua qhov no hu ua kev tswj xyuas kev siv txiaj ntsig (utilization management, UM). Peb ua raws li cov cai thiab cov kauj ruam los txiaiv txim siab txog kev pom zoo cov kev pab kho

mob. Peb tsis muab khoom plig rau cov kws muab kev pab los sis cov neeg ua hauj lwm rau qhov tsis lees txais kev pab. Peb tsis muab kev txhawb siab rau UM kev txiav txim siab. Peb tsis muab khoom plig rau txhua tus neeg tsis kam lees tias tau txais kev saib xyuas li xav tau.

Kev tso cai ua ntej

Peb yuav tsum muaj kev pom zoo rau qee qhov kev pab cuam uas tau txais kev pab them. Qhov no yog hu ua kev tso cai ua ntej. Kev pom zoo yuav tsum tau txais ua ntej koj tau txais cov kev pab cuam los sis ua ntej peb them rau lawv. Ntau cov kev pab cuam no tau sau tseg hauv Tshooj 7. Thov ua hauj lwm nrog koj tus kws kho mob saib xyuas kev noj qab haus huv uas tau txais kev tso cai ua ntej thaum xav tau. Hauv cov xwm txheej ceev, peb yuav txiav txim siab hauv 72 teev tom qab peb tau txais kev thov los ntawm koj tus kws kho mob. Yog xav paub ntxiv, hu rau Lub Chaw Muab Kev Pab Cuam Cov Neeg Siv Khoom ntawm tus lej xov tooj hauv Tshooj 1.

Feem ntau, koj yuav tsum siv Txoj Phiaj Xwm hauv pab pawg koom tes muab kev pab cuam kom tau txais koj cov kev pab cuam. Yog tias koj xav tau ib qho kev pab them nqi uas koj tsis tuaj yeem tau txais los ntawm tus kws kho mob Txoj Phiaj Xwm hauv pab pawg koom tes, koj yuav tsum tau txais kev tso cai ua ntej los ntawm peb siv tus kws kho mob sab nraud. Qhov kev zam rau txoj cai no yog:

- Qhib cov kev pab cuam: kev npaj tsev neeg, kev kuaj mob ntxiv lawm tshob, kuaj thiab kho cov kab mob sib kis los ntawm kev sib deev (STDs), thiab kev kuaj xyuas kev tiv thaiv tus kab mob (AIDS) los sis lwm yam kab mob vais lav uas cuam tshuam txog tib neeg qhov kev tiv thaiv tus kab mob (HIV). You can use any qualified health provider, clinic, pharmacy, or family planning agency, even if it is not in our network, to get these services.
- Kev pab cuam thaum muaj xwm txheej ceev thiab tom qab kev saib xyuas kev ruaj ntseg

Yog xav paub ntxiv, hu rau Lub Chaw Muab Kev Pab Cuam Cov Neeg Siv Khoom ntawm daim ntawv teev cov lej xov tooj hauv Tshooj 1.

Txoj Phiaj Xwm tso cai nkag mus ncaj qha rau cov chaw muab kev pab cuam hauv peb pab pawg koom tes, tab sis khaws txoj cai tswj hwm koj txoj kev saib xyuas raws li qee qhov xwm txheej, xws li: Lub Khoos Kas Saib Xyuas Tus Neeg Txais Kev Txwv. Peb tuaj yeem ua qhov no los ntawm kev xaiv tus kws kho mob uas koj siv thiab/los sis cov kev pab cuam koj tau txais. Yog xav paub ntxiv, hu rau Lub Chaw Muab Kev Pab Cuam Cov Neeg Siv Khoom ntawm tus lej xov tooj hauv Tshooj 1.

Yog tias peb nrhiav tsis tau koj ib tus neeg muab kev pab cuam hauv pab pawg koom tes Txoj Phiaj Xwm uas tsim nyog, peb yuav tsum muab kev tso cai ua ntej rau koj mus siv ib tus kws kho mob tshwj xeeb rau ib qho ntawm cov xwm txheej no:

- Ib qho mob ntev (tsis tu ncu)
- Kev puas tsuaj rau lub neej los yog kev puas hlwb
- Lub cev xeeb tub uas tshaj li thawj peb lub hlis (thawj peb lub hlis twg)
- Tus kab mob pob qig txha los sis kev xiam oob qhab
- Lwm yam mob los sis kab mob uas hnyav los sis nyuaj txaus yuav tsum tau kho los ntawm tus kws kho mob tshwj xeeb

Yog tias koj tsis tau txais kev tso cai ua ntej los ntawm peb thaum xav tau, yuav tsis them rau daim ntawv sau nqi. Yog xav paub ntxiv, hu rau Lub Chaw Muab Kev Pab Cuam Cov Neeg Siv Khoom ntawm tus lej xov tooj hauv Tshooj 1.

Yog tias tus kws kho mob uas koj xaiv tsis nyob hauv peb Txoj Phiaj Xwm hauv pab pawg koom tes lawm, koj yuav tsum xaiv lwm Txoj Phiaj Xwm muab kev pab cuam hauv pab pawg koom tes. Tej zaum koj yuav muaj peev xwm txuas ntxiv mus siv cov kev pab cuam los ntawm ib tus kws kho mob yog tus uas tsis yog ib feem ntawm peb Txoj Phiaj Xwm mus txog 120 hnuv rau cov laj thawj hauv qab no:

- Tsos mob hnyav
- Kev puas tsuaj rau lub neej los yog kev puas hlwb
- Lub cev xeeb tub uas tshaj li thawj peb lub hlis (thawj peb lub hlis twg)
- Ib qho kev xiam oob qhab ntawm lub cev los sis kev puas siab puas ntsws txhais tau hais tias yog qhov tsis muaj peev xwm koom nrog hauv ib los sis ntau qhov hauj lwm tseem ceeb hauv lub neej. Qhov no siv rau kev xiam oob khab uas tau zoo los sis xav tias yuav zoo li ntawm ib xyoos, los sis yuav ua rau tuag.
- Ib qho mob xiam oob qhab los sis mob ntev uas nyob rau theem mob hnyav

Yog tias koj tus kws kho mob tsim nyog tau lees paub tias koj muaj lub neej xav tau ntawm 180 hnuv los sis tsawg dua, koj tuaj yeem siv tau txuas ntxiv mus rau koj lub neej los ntawm tus kws kho mob uas tsis yog ib feem ntawm peb hauv pab pawg koom tes lawm.

Yog xav paub ntxiv, hu rau Lub Chaw Muab Kev Pab Cuam Cov Neeg Siv Khoom ntawm tus lej xov tooj hauv Tshooj 1.

Ntawm Ucare, peb muaj cov neeg ua hauj lwm uas tuaj yeem pab koj txheeb xyuas txoj hauv kev zoo tshaj plaws los siv cov kev pab cuam rau kev saib xyuas kev noj qab haus huv. Yog tias koj muaj lus nug txog tej yam xws li qhov twg yuav tau txais kev pab cuam, tau txais kev tso cai rau cov kev pab cuam, los sis kev txwv tsis pub siv tshuaj, peb tuaj yeem pab. Hu rau peb ntawm 612-676-3200 los sis 1-800-203-7225 (tus xov tooj no yog hu dawb), qhib 8 teev sawv ntxov – 5 teev tsaus ntuj, hnuv Monday – hnuv Friday. Yog tias koj xav tau kev pab lus los tham txog cov teeb meem no, UCare tuaj yeem muab cov ntaub ntawv hauv koj hom lus los ntawm tus neeg txhais lus. xhawm rau cov kev pab cuam hais lus, hu rau TTY kab (yuav tsum muaj cov cuab yeej tshwj xeeb) ntawm 612-676-6810 los sis 1-800-688-2534 (tus xov tooj no yog hu dawb). Yog xav paub ntxiv txog lwm cov kev pab hom lus, hu rau 612-676-3200 los sis 1-800-203-7225 (qhov no yog hu dawb xwb).

Kev pab cuam them thiab tsis them nqi kho mob

Kev tso npe rau hauv Txoj Phiaj Xwm tsis lav tias yuav raug them qee yam khoom. Qee cov tshuaj los sis khoom siv rau kev kho mob yuav tsis raug them. Qhov no muaj tseeb txawm hais tias lawv tau npog ua ntej.

Qee cov kev pab cuam uas tsis tuav pov Tag nrho cov kev pab cuam kho mob yuav tsum yog kev kho mob uas tsim nyog rau lawv kom tau txais cov kev pab cuam. Ua tib zoo nyeem *Member Handbook* no. Nws teev ntau cov kev pab cuam thiab cov khoom siv uas tsis tau them. Saib rau Tshooj 7 thiab 8.

Qee cov kev pab cuam tsis raug them raws li Txoj Phiaj Xwm tab sis yuav raug them los ntawm lwm qhov chaw. Mus saib Tshooj 9 rau cov ntaub ntawv ntau ntxiv. Yog tias koj tsis paub meej tias qhov kev pab cuam puas raug them, hu rau peb Lub Chaw Pab Cuam Rau Cov

Member Handbook hauv xyoo 2025 rau Tsev Neeg thiab Cov Me Nyuam kuj hu ua
(Lub Khoos Kas Pab Cuam Kev Them Nyiaj Kho Mob Ua Ntej (PMAP))

Neeg Siv Khoom ntawm tus lej xov tooj hauv Tshooj 1.

Peb tuaj yeem them cov kev pab cuam ntxiv los sis hloov pauv raws li qee qhov xwm txheej.

Kev thov kom duav roos rau cov txheej txheem kho mob tshiab, cov khoom siv, los sis tshuaj raug tshuaj xyuas los ntawm UCare pawg kws kho mob thiab cov kws kho mob zoo thiab cov thawj koj kho mob. Pawg no suav nrog cov kws kho mob thiab lwm tus kws kws tshaj lij sab xyuas kev noj qab haus huv. Lawv siv cov lus qhia hauv teb chaws thiab cov pov thawj kho mob thiab kev tshawb fawb los txiav txim seb UCare puas yuav tsum pom zoo cov cuab yeej, cov txheej txheem los sis tshuaj tshiab.

Kev them nyiaj rau cov chaw muab kev pab cuam

Peb tsis tuaj yeem them rov qab rau koj rau feem ntau cov nqi kho mob uas koj them. Xeev thiab tsoom fwm txoj cai txwv tsis pub peb them ncaj qha rau koj. Yog tias koj them rau qhov kev pab cuam uas koj xav tias peb yuav tsum tau them, hu rau Lub Chaw Pab Cuam Rau Cov Neeg Siv Khoom. Yog tias koj tau txais daim nqi kho mob uas yuav tsum tau them, hu rau Lub Chaw Pab Cuam Cov Neeg Siv Khoom ntawm tus lej xov tooj hauv Tshooj 1. Lub Chaw Pab Cuam Cov Neeg Siv Khoom yuav tiv tauj koj tus kws kho mob kom pab lawv xa daim ntawv thov.

Tej zaum koj yuav tau txais kev pab cuam kev noj qab haus huv los sis cov khoom siv uas tsis them los ntawm Txoj Phiaj Xwm yog tias koj pom zoo them rau lawv. Cov kws kho mob yuav tsum kom koj kos npe rau daim foos lees paub tias koj yuav lav ris rau daim nqi. Cov kws kho mob yuav tsum muaj daim ntawv kos npe ua ntej muab kev pab cuam los sis cov khoom siv uas tsis tau them los ntawm txoj phiaj xwm.

Kev paub txog kab lis kev cai

Peb nkag siab tias koj txoj kev ntseeg, kab lis kev cai, thiab kev muaj nuj nqis ua lub luag hauj lwm hauv koj txoj kev noj qab haus huv. Peb xav pab koj tswj kev noj qab haus huv thiab kev sib raug zoo nrog koj tus kws kho mob tsim nyog. Peb xav kom koj tau txais kev saib xyuas hauv kev koj noj ua.

Kev pab txhais lus

Peb yuav muab kev pab txhais lus los pab koj nkag mus rau cov kev pab cuam. Qhov no suav nrog cov neeg txhais lus hais lus thiab cov neeg txhais lus rau Hom Lus Piav Tes rau Neeg Asmeskas (ASL). Cov kev pab txhais lus tim ntsej tim muag tsuas yog them yog tias tus neeg txhais lus muaj npe nyob rau hauv Minnesota Lub Tsev Hauj Lwm Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv Tus Neeg Hais Lus Tus Neeg Txhais Lus. Thov hu rau Lub Chaw Pab Cuam Cov Neeg Siv Khoom ntawm tus lej xov tooj hauv Tshooj 1 kom paub seb tus neeg txhais lus twg koj tuaj yeem siv tau.

Lwm yam kev tuav pov hwm rau kev noj qab hauv huv

Yog tias koj muaj lwm yam kev pov hwm kev noj qab haus huv los sis kev kho hniav, qhia rau peb **ua ntej** koj tau txais kev saib xyuas. Peb yuav qhia rau koj paub yog tias koj yuav tsum siv Txoj Phiaj Xwm cov chaw muab kev pab cuam los sis cov kws kho mob siv los ntawm koj lwm yam kev pov hwm. Peb yuav koom tes nrog koj lwm txoj phiaj xwm rau kev tuav pov

hwm. Yog tias koj lwm yam kev kho mob los sis kev pov hwm kho hniav hloov pauv, qhia rau koj tus neeg ua hauj lwm hauv nroog.

Yog tias koj muaj Medicare, koj yuav tsum tau txais koj cov tshuaj feem ntau los ntawm Medicare Khoos Kas Saib Xyuas Tshuaj Raus Daim Ntawv Yuav Tshuaj (Medicare Tshooj D). Koj yuav tsum tau rau npe rau hauv Medicare txoj phiaj xwm tshuaj kho mob kom tau txais cov kev pab cuam no. Txoj Phiaj Xwm tsis them rau cov ntawv sau tshuaj uas raug them raws li Medicare Lub Khoos Kas Saib Xyuas Tshuaj Raws Li Daim Ntawv Yuav Tshuaj.

Cov ntaub ntawv ntiag tug

Peb, thiab cov kws kho mob uas saib xyuas koj, muaj cai tau txais cov ntaub ntawv hais txog koj qhov kev saib xyuas kev noj qab haus huv. Thaum koj tso npe rau hauv Lub Khoos Kas Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv Hauv Xeev Minnesota (Minnesota Health Care Program), koj tau tso cai rau peb ua qhov no. Peb yuav khaws cov ntaub ntawv no ntiag tug raws li txoj cai.

Lub Khoos Kab Muab Kev Pab Cuam Tus Neeg Txais Uas Muaj Kev Txwv

Lub Khoos Kas Kev Pab Cuam Tus Neeg Txais Kev Txwv (RRP) yog rau cov tswv cuab uas tau siv cov kev pab cuam kev noj qab haus huv tsis raug. Qhov no suav nrog kev tau txais kev pab cuam kev noj qab haus huv uas cov tswv cuab tsis xav tau, siv lawv li kev siv nyiaj ntau dua li qhov lawv xav tau, los sis hauv txoj kev uas yuav ua rau muaj kev phom sij rau cov tswv cuab noj qab haus huv. UCare yuav ceeb toom rau cov tswv cuab yog tias lawv raug muab tso rau hauv Qhov Kev Pab Cuam Cov Neeg Txais Uas Muaj Kev Txwv.

Yog tias koj nyob hauv Lub Khoos Kab Muab Kev Pab Cuam Uas Txwv Tus Neeg Txais (Restricted Recipient Program), koj yuav tsum tau txais kev pab cuam kev noj qab haus huv los ntawm ib tus kws kho mob tshwj xeeb, ib lub tsev kho mob, ib lub tsev kho mob siv los ntawm tus kws kho mob thawj zaug, thiab ib lub tsev muag tshuaj. Ucare tuaj yeem xaiv teeb lwm cov kws muab kev pab cuam rau kev noj qab haus huv. Koj kuj yuav raug xa mus rau lub chaw saib xyuas kev noj qab haus huv hauv tsev. Koj yuav tsis raug tso cai siv qhov kev xaiv kev pab tu tus kheej los sis cov kev xaiv siv tau yooj yim los sis cov kev pab qhia rau cov neeg siv khoom.

Koj yuav raug txwv rau cov kws saib xyuas kev noj qab haus huv uas tau xaiv cia no tsawg kawg 24 lub hlis ntawm kev tsim nyog rau Cov Khoos Kas Ua Hauj Lwm Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv Hauv Lub Xeev Minnesota (MHCP). Txhua qhov kev xa mus rau cov kws kho mob tshwj xeeb yuav tsum yog los ntawm koj tus kws kho mob thawj zaug, thiab tau txais los ntawm UCare Lub Khoos Kas Muab Kev Pab Cuam Rau Tus Neeg Tau Txais Kev Txwv ntawm UCare. Cov neeg tau txais kev txwv yuav tsis them nyiaj tawm hauv hnab tshos los siv tus neeg muab kev pab cuam uas tsis yog tus kws kho mob uas yog tib hom kev pab cuam raws li ib qho ntawm lawv cov neeg muab kev pab cuam.

Qhov kev tso rau hauv lub khoos kas yuav nyob nrog koj yog tias koj hloov cov phiaj xwm kev noj qab haus huv. Qhov kev tso rau hauv lub khoos kas kuj tseem yuav nyob nrog koj yog tias koj hloov mus rau MHCP tus nqi-rau-kev pab cuam. Koj yuav tsis poob qhov kev tsim nyog rau MHCP vim qhov kev tso kawm hauv qhov kev pab cuam.

Thaum kawg ntawm 24 lub hlis, koj qhov kev siv ntawm cov kev pab cuam saib xyuas rau kev

noj qab haus huv yuav tau txais kev tshuaj xyuas thiab. Yog tias koj tseem siv cov kev pab kho mob tsis raug, koj yuav raug muab tso rau hauv qhov kev pab cuam ntxiv rau 36 lub hlis ntawm kev tsim nyog. Koj muaj cai thov rov hais dua qhov kev tso kawm nyob rau hauv Lub Khoos Kas Kev Pab Cuam Tus Neeg Txais Uas Muaj Kev Txwv. Koj yuav tsum ua daim ntawv thov kom rov hais dua tsis pub dhau 60 hnuv txij li hnuv ntawm tsab ntawv ceeb toom los ntawm peb. Koj yuav tsum thov rov hais dua tsis pub dhau 30 hnuv txhawm rau tiv thaiv qhov kev txwv tsis pub siv thaum koj thov rov hais dua. Tej zaum koj tuaj yeem thov rau Kev Thov Rov Hais Dua Hauv Lub Xeev (Kev Txiaiv Txim Plaub Ntug Yam Ncaj Ncees Ntawm Lub Xeev) tom qab tau txais peb qhov kev txiaiv txim siab tias peb yuav tswj hwm qhov kev txwv. Saib rau Tshooj 13.

Kev tshem tawm

Koj qhov kev pab them nqi kho mob nrog peb yuav raug muab tso tseg yog tias koj tsis tsim nyog tau txais Kev Pab Cuam Rau Kev Kho Mob los sis yog tias koj tso npe rau hauv ib txoj kev pab cuam them nqi rau kev kho mob sib txawv.

Yog tias koj tsis tsim nyog tau txais Kev Pab Cuam Rau Kev Kho Mob, koj tuaj yeem tsim nyog tau txais kev pab cuam them nqi rau kev kho mob los ntawm MNSure. Yog xav paub ntxiv txog MNSure, hu rau 855-3MNSURE los sis 855-366-7873; TTY, siv cov kev pab cuam koj nyiam, los sis mus ntsib www.MNSure.org. Qhov no hu dawb.

Tshooj 3. Tus Tswv Cuab Txoj Cai Rau Kev Tsub Nqi

Koj muaj cai:

- Ua kom muaj kev hwm, meej mom, thiab xav txog kev ceev ntiag tug.
- Tau txais cov kev pab cuam uas koj xav tau 24 teev toj ib hnuv, xya hnuv toj ib lub lim tiam. Qhov no suav nrog cov xwm txheej ceev.
- Qhia txog koj cov teeb meem kev noj qab haus huv.
- Muaj kev sib tham qhib kom tau txais cov ntaub ntawv hais txog kev kho mob uas tsim nyog los sis kev kho mob uas tsim nyog rau koj cov xwm txheej xws li kev kho mob yuav pab los sis ua mob rau koj li cas, tsis hais txog tus nqi los sis
- Tau txais cov ntaub ntawv hais txog peb lub koom haum, peb cov kev pab cuam, peb cov kws tshaj lij thiab cov chaw muab kev pab cuam thiab cov tswv cuab txoj cai thiab cov kev lav ris.
- Koom nrog cov kws kho mob hauv kev txiaiv txim siab txog koj txoj kev saib xyuas kev noj qab haus huv.
- Tsis kam kho thiab tau txais cov ntaub ntawv hais txog dab tsi yuav tshwm sim yog tias koj tsis kam kho.
- Tsis kam saib xyuas los ntawm cov kws kho mob tshwj xeeb.
- Paub tias peb yuav khaws koj cov ntaub ntawv ntiag tug raws li txoj cai.

- Nug thiab tau txais ib daim qauv ntawm koj cov ntaub ntawv kho mob. Koj kuj muaj cai thov kom muab kev txhim kho cov khaws cia.
- Tau txais daim ntawv ceeb toom ntawm peb cov kev txiav txim siab yog tias peb tsis kam, txo, los sis tso tseg ib qho kev pab cuam, los sis tsis kam them nyiaj rau qhov kev pab cuam.
- Ua ntawv tsis txaus siab los sis thov rov hais dua nrog peb. Koj tseem tuaj yeem ua ntawv tsis txaus siab rau Minnesota Lub Tuam Tsev Hauj Lwm Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv.
- Thov Ib Lub Xeev Qhov Kev Txiaiv Txim Dua (Kev Sib Hais Ncaj Ncees nrog lub xeev) nrog Minnesota Lub Tuam Tsev Hauj Lwm Saib Xyuas Tib Neeg (tseem hu ua "lub xeev"). Koj yuav tsum thov kom rov hais dua rau peb ua ntej koj yuav Thov Kev Txiaiv Txim ntawm Lub Xeev. Yog tias peb siv sij hawm ntau tshaj 30 hnuv los txiav txim rau koj qhov kev thov rov hais dua thiab peb tsis tau thov kom ncuaj sij hawm ntxiv, koj tsis tas yuav tos peb qhov kev txiav txim siab thov kom thov Kev Thov Kom Rov Txiaiv Txim Dua ntawm Lub Xeev.
- Tau txais ib qho lus piav qhia meej txog cov kev pab cuam zov me nyuam hauv tsev.
- Sau cov lus qhia uas qhia rau lwm tus txog koj qhov kev xav tau ntawm koj txoj kev kho mob. Qhov no yog hu ua "cov lus qhia txog kev saib xyuas kev noj qab haus huv." Nws tso cai rau koj rau npe ib tus neeg (tus neeg sawv cev) los txiav txim siab rau koj yog tias koj tsis tuaj yeem txiav txim siab, los sis yog tias koj xav kom lwm tus txiav txim siab rau koj.
- Xaiv qhov chaw uas koj yuav tau txais kev pab npaj tsev neeg, kuaj mob ntxiv lawm tshob, kev kuaj kab mob sib deev thiab kev kho mob, thiab cov kev pab cuam kuaj tus kab mob AIDS thiab HIV.
- Tau txais kev xav thib ob rau kev kho mob, kev noj qab haus huv ntawm lub hlwb, thiab kev siv tshuaj yeeb tshuaj.
- Tsis muaj kev txwv los sis kev cais tawm uas siv los ua ib txoj hauv kev: kev quab yuam, kev qhuab qhia, kev yooj yim, los sis kev ua pauj.
- Thov ib daim ntawv theej ntawm *Phau Ntawv Qhia Txog Tswv Cuab* tsawg kawg ib xyoos ib zaug.
- Tau txais cov ntaub ntawv hauv qab no los ntawm peb, yog tias koj thov rau nws. Hu rau Kev Pab Cuam Cov Neeg Siv Khoom ntawm tus xov tooj hauv Tshooj 1.
 - Txawm hais tias peb siv cov phiaj xwm txhawb pab kws kho mob uas cuam tshuam rau kev siv cov kev pab cuam xa mus, thiab cov ntsiab lus hais txog txoj phiaj xwm yog tias peb siv ib qho.
 - Cov txiaj ntsig ntawm kev tshawb xyuas sab nraud zoo los ntawm lub xeev
 - Cov kev tsim nyog tshaj lij ntawm cov kws kho mob
- Ua cov lus pom zoo txog peb txoj cai thiab txoj cai txog lub luag hauj lwm.
- Siv daim ntawv teev cov cai ntawm no.

Tshooj 4. Tus Tswv Cuab Lub Luag Hauj Lwm

Koj muaj lub luag hauj lwm rau:

- Nyeem *Phau Ntawv Tswv Cuab* no thiab paub tias cov kev pab cuam twg raug them raws li Txoj Phiaj Xwm thiab yuav ua li cas thiaj tau.
- Qhia koj txoj phiaj xwm kev noj qab haus huv txog daim tus tswv cuab npav thiab koj daim npav Minnesota Lub Khoos Kas Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv txhua zaus koj tau txais kev kho mob. Kuj qhia cov npav ntawm lwm qhov kev pab them nqi kho mob uas koj muaj, xws li Medicare los sis kev pov hwm ntiag tug.
- Tsim kom muaj kev sib raug zoo nrog Txoj Phiaj Xwm hauv pab pawg koom tes tsim nyog tus kws kho mob ua ntej koj mob. Qhov no yuav pab koj thiab koj tus kws kho mob uas tsim nyog nkag siab txog koj tus mob tag nrho.
- Muab cov ntaub ntawv nug los ntawm koj tus kws kho mob uas tsim nyog thiab/los sis txoj kev npaj kho mob kom muaj kev saib xyuas los sis kev pab cuam raug cai rau koj. Qhia tawm cov ntaub ntawv hais txog koj keeb kwm kev noj qab haus huv.
- Ua hauj lwm nrog koj tus kws kho mob tsim nyog kom nkag siab txog koj tus mob tag nrho. Tsim kom muaj kev pom zoo ntawm cov hom phiaj kho mob thaum ua tau. Ua raws li cov phiaj xwm thiab cov lus qhia rau kev saib xyuas uas koj tau pom zoo nrog koj tus kws kho mob. Yog tias koj muaj lus nug txog kev kho mob, nug koj tus kws kho mob qhov kev saib xyuas kev noj qab haus huv uas tsim nyog.
- Paub tias yuav ua li cas thaum muaj teeb meem kev noj qab haus huv tshwm sim, thaum twg thiab qhov twg nrhiav kev pab, thiab yuav tiv thaiv kev noj qab haus huv li cas.
- Xyaum tiv thaiv kev saib xyuas kev noj qab haus huv. Muaj kev sim, kuaj thiab txhaj tshuaj tiv thaiv rau koj raws li koj lub hnub nyoog thiab poj niam txiv neej.

Tiv tauj peb yog tias koj muaj lus nug, kev txhawj xeeb, teeb meem los sis cov lus qhia. Hu rau Kev Pab Cuam Cov Neeg Siv Khoom ntawm tus xov tooj hauv Tshooj 1.

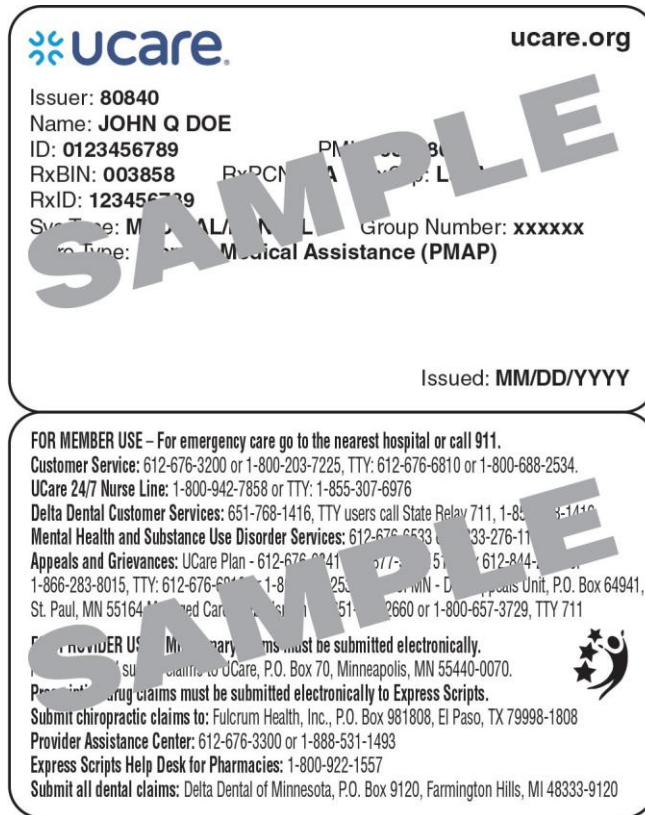
Tshooj 5. Koj Daim Ntawv Qhia Txog Tus Tswv Cuab Kev Noj Qab Haus Huv (ID)

Txhua tus tswv cuab yuav tau txais daim npav tus tswv cuab Txoj Phiaj Xwm.

- Ib txwm nqa koj daim npav tus tswv cuab ntawm Txoj Phiaj Xwm nrog koj.
- Koj yuav tsum tau qhia koj daim npav tus tswv cuab Txoj Phiaj Xwm thaum twg koj tau txais kev kho mob.
- Koj yuav tsum siv koj daim npav hauv Txoj Phiaj Xwm nrog rau koj daim npav Minnesota Lub Khoos Kas Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv. Kuj qhia cov npav ntawm lwm qhov kev pab them nqi kho mob uas koj muaj, xws li Medicare los sis kev pov hwm ntiag tug.

- Hu rau Lub Chaw Pab Cuam Rau Cov Neeg Siv Khoom ntawm tus lej xov tooj hauv Tshooj 1 tam sim ntawd yog tias koj daim npav nkag mus ploj los sis raug nyiaj lawm. Peb yuav xa ib daim npav tshiab rau koj.
- Hu rau koj tus neeg ua hauj lwm hauv nroog yog tias koj daim npav Minnesota Lub Khoos Kas Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv ploj los sis raug nyiaj lawm.

Ntawm no yog ib qho piv txwv Txoj Phiaj Xwm tswv cuab daim npav qhia tias nws zoo li cas:



Tshooj 6. Kev Sib Faib Tus Nqi

Kev sib faib tus nqi yog ib qho nyiaj uas cov tswv cuab npaj kho mob yuav tau them rau lawv cov kws kho mob rau lawv cov kev pab cuam kho mob los sis chaw muag tshuaj. Koj tsis muaj tus nqi sib faib rau cov kev kho mob los sis chaw muag tshuaj uas tau txais kev duav roos nyob rau hauv Kev Pab Cuam Fab Kev Kho Mob.

Cov Nqi Sib Koom Them (Copays)

Cov kev sib koom them tau muab teev cia hauv daim phiaj qhia hauv qab no:

Kev pab cuam	Qhov Nyiaj Ntawm Kev Sib Koom Them
Kev mus ntsib kws kho mob uas tsis yog rau tiv thaiv (xws li mus ntsib kws kho mob rau kev mob caj pas, kuaj ntshav qab zib, kub taub hau heev, mob nraub qaum, cov kev pab cuam kev noj qab haus huv fab kev puas siab puas ntsws thiab lwm yam) uas tau muab los ntawm tus kws kho mob, tus kws pab cuam kws kho mob, tus kws saib xyuas neeg mob qib siab, tus kws saib xyuas kev yug me nyuam uas muaj ntawv pov thawj, kws zaws mob, kws nkaug koob cua, kws kho mob ko taw, kws kho mob pob ntseg, los sis kws kho qhov muag.	\$0.00
Cov txheej txheem kev kuaj kab mob (piv txwv li, kev siv koob xoob lub plab, kev xoos lub pob qig txha)	\$0.00
Kev mus ntsib hauv chav kho mob xwm txheej ceev thaum tsis muaj xwm txheej ceev	\$0.00
Cov tshuaj uas muaj npe lag luam	\$0.00
Cov tshuaj noj nthuav dav	\$0.00

Yog tias koj muaj Medicare, koj yuav tsum tau txais feem ntau ntawm koj cov tshuaj uas kws kho mob sau kom mus yuav dhau ntawm Medicare Lub Khoos Kas Tshuaj Noj (Medicare Tshooj D) txoj phiaj xwm. Tej zaum koj yuav muaj kev sib koom them sib txawv uas tsis muaj kev txwv txhua hli rau qee cov kev pab cuam no.

Yog tias koj muaj tus nqi sib koom them, koj yuav tsum them koj cov kev sib koom them rau koj tus kws kho mob. Hu Rau Lub Chaw Pab Cuam Tsev Cuab ntawm tus naj npawb xov tooj huav Tshooj 1 yog tias koj muaj lus nug.

Tshooj 7. Cov kev pab cuam uas tau txais kev pab them

Nqe lus no piav qhia txog cov kev pab cuam tseem ceeb uas muaj nyob rau hauv Txoj Phiaj Xwm rau Qhov Kev Pab Cuam Kho Mob cov tswv cuab. Nws tsis yog ib daim ntawv teev tag nrho cov kev pab cuam. Yog tias koj xav tau kev pab kom nkag siab cov kev pab cuam twg raug them, hu rau Lub Chaws Muab Kev Pab Cuam Rau Cov Neeg Siv Khoom ntawm tus xov tooj hauv Tshooj 1. Qee qhov kev pab cuam muaj kev txwv. Qee qhov kev pab cuam xav tau kev tso cai ua ntej. Ib qho kev pab cuam uas cim nrog lub hnuv qub (*) txhais tau tias yuav tsum muaj

kev tso cai ua ntej los sis yuav tsum tau ua. Nco ntsoov tias muaj kev tso cai ua ntej koj tau txais kev pab cuam. Tag nrho cov kev pab cuam rau kev kho mob yuav tsum tsim nyog rau lawv li kev kho mob kom tau txais kev pab cuam them nyiaj. Saib rau Tshooj 2 kom paub ntau ntxiv txog kev tso cai ua ntej. Koj tseem tuaj yeem hu rau Kev Pab Cuam Cov Neeg Siv Khoom ntawm tus lej xov tooj hauv Tshooj 1 yog xav paub ntxiv.

Kev Pab Cuam Nkaug Koob Cua

Cov Kev Pab Cuam Uas Tau Txais Kev Pab Them:

- Cov kev pab nkaug koob kho mob yuav tsum tau txais kev them nqi thaum muab los ntawm ib tus kws nkaug koom kho mob uas muaj ntawv tso cai los sis lwm tus kws kho mob hauv Minnesota muaj ntawv tso cai nrog kev cob qhia kev nkaug koob kho mob thiab ntawv pov thawj.
- Cov kev pab cuam kev siv koob cua uas yuav tsum tau them rau cov hauv qab no:
 - mob hnyav thiab mob ntev
 - kev nyuaj siab
 - kev ntxhov siab
 - mob hlwb
 - cov tsos ntxhov siab tom qab raug mob
 - pw tsis tsaug zog
 - kev txiav luam yeeb
 - mob ceg tus leeg
 - kev coj khaub ncaws txawv txav
 - nplaig tawg pleb (qhov ncauj qhuav) cuam tshuam nrog cov hauv qab no:
 - Cov tsos mob nqaij nti tawv
 - kev siv hluav taws xob kho mob
 - kev xeev siab thiab ntuav cuam tshuam nrog cov hauv qab no:
 - cov txheej txheem tom qab kev phais mob
 - cev xeeb tub
 - kev saib xyuas kab mob qog noj ntshav

Kev Tshuaj Xyuas Me Nyuam Yaus thiab Cov Neeg Hluas (C&TC)

Cov Kev Pab Cuam Uas Tau Txais Kev Pab Them:

- muab kev teem sij hawm li ib txwm txog kev kuaj mob rau me nyuam yaus txog kev tiv thaiv kab mob rau cov me nyuam yaus thiab cov hluas hnuv nyoog qis dua 21 xyoos.

Yuav tsum coj cov me nyuam yaus mus ntsib kws kho mob nyob rau ncuva hnuv nyoog li no:

0-1 hlis	12 hlis
2 hlis	15 hlis
4 hlis	18 hlis
6 hlis	30 hlis

9 hlis

3 xyoos thiab txhua xyoo kom txog thaum muaj hnuv nyoog 21 xyoos

Cov kev kuaj mob tiv thaiv kab mob no yuav saib rau ntawm kev loj hlob, kev txhim kho kev loj hlob, thiab kev noj qab haus huv txhua yam raws li Minnesota C&TC Lub Sij Hawm Teem Tseg ntawm Cov Qauv Cai Kev Kuaj Ntsuas Ntsig Txog Lub Hnuv Nyoog (<https://edocs.dhs.state.mn.us/lfserver/public/DHS-3379-ENG>). Cov kev kuaj mob no muaj los pab kom cov me nyuam yaus muaj kev noj qab haus huv zoo los ntawm kev nrhiav cov kev txhawj xeeb txog kev noj qab haus huv los sis cov teeb meem thaum tseem ntxov. Kev nrhiav cov kev txhawj xeeb thaum tseem ntxov tiv thaiv tsis pub kom lawv dhau mus ua cov teeb meem loj tom qab. Kev pab kom koj tus me nyuam muaj kev noj qab haus huv zoo txhais tau tias lawv muaj feem yuav loj hlob us ua cov neeg loj uas muaj kev noj qab haus huv zoo thiab.

Dab tsi tau txais kev duav roos thiab

Minnesota Lub Khoos Kas Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv (MHCP) yuav duav roos txhua qhov kev kuaj mob txog me nyuam yaus li kev noj qab nyob zoo rau fab kev tiv thaiv kab mob ntsig txog lub hnuv nyoog thiab txhua yam uas yog cov kev kuaj ntsuas uas yuav tsum tau muaj yog ib feem ntawm txhua yam kev kuaj mob raws li Minnesota C&TC Kev Teem Sij Hawm ntawm Cov Qauv Cai Kev Kuaj Ntsuas Ntsig Txog Hnuv Nyoog (<http://edocs.dhs.state.mn.us/lfserver/public/DHS-3379-ENG>).

Qhov no suav nrog:

- qhov kev kuaj saum taub hau mus rau hauv txhais taw
- Kev txhaj tshuaj tiv thaiv kab mob thiab kev kuaj xyuas hauv chav kuaj raws li xav tau
- kuaj xyuas txog kev loj hlob thiab kev loj hlob
- keeb kwm kev noj qab haus huv suav nrog kev noj haus
- kev kawm txog kev noj qab haus huv
- kuaj xyuas qhov hnov thiab lub zeem muag
- Cov ntaub ntawv qhia txog kev noj qab haus huv ntawm lub cev thiab lub hlwb uas zoo rau lub taub hau mus rau txhais taw
- sij hawm nug cov lus nug thiab tau cov lus teb txog koj tus me nyuam txoj kev noj qab haus huv, kev coj tus cwj pwm, thiab kev loj hlob thiab tham txog kev kawm, kev xav, kev sib raug zoo, niam txiv thiab tus neeg saib xyuas kev noj qab nyob zoo
- kev nplaum tshuaj fluoride kom cov hniav noj qab nyob zoo thiab kev qhia mus rau cov hniav

Cov Lus Sau Cim Tseg:

C&TC yog qhov txiaj ntsig kev saib xyuas kev noj qab haus huv uas txhawb nqa kev mus ntsib kws kho mob txog kev noj qab haus huv rau kev tiv thaiv kab mob rau cov me nyuam yaus thiab cov hlus hnuv nyoog qis dua 21 xyoos.

Tuaj yeem duav roos tau ntau yam kev kuaj ntxiv, yog tias tsim nyog. Cov me nyuam yaus uas nyob hauv qhov chaw uas tsis nyob hauv tsev los sis lub chaw tu me nyuam yuav tsum mus kuaj tsis tu

ncua.

Cov kev kuaj mob no zoo rau kev nkag mus rau hauv lub chaw zov me nyuam, Head Start, thiab yuav tsum muab sib txuam nrog Xeev Minnesota Kev Sib Tw Kis Las Hauv Tsev Kawm Ntawv Theem Siab rau kev xav tau ntawm lub cev ntaj ntsug. Nco ntsoov nqa cov foos uas yuav tsum tau muab sau los ntawm koj tus kws kho mob thaum mus rau kev teem caij ntsib kws kho mob.

Pib thaum muaj hnuv nyoog 11 xyoos, txhua qhov kev mus ntsib yuav suav nrog tus neeg mob thiab tus kws kho mob ib zaug. Qhov no muab lub sijhawm rau cov tub ntxhais hluas thiab cov tub ntxhais hluas rau nug cov lus nug ntiag tug thiab kawm tswj lawv tus kheej kev noj qab haus huv.

Tiv tauj rau koj Lub Chaw Kho Mob Xub Thawj (Primary Care Clinic) kom teem caij mus ntsib kuaj kev noj qab haus huv rau kev tiv thaiv ntawm C&TC.

Kev Zuaj Tu Ib Ce

Cov Kev Pab Cuam Uas Tau Txais Kev Pab Them:

- Ib qho kev ntsuam xyuas los sis kev kuaj xyuas rau ib lub xyoo
- Kev tuav tswj ntawm yus tus kheej (hloov kho) ntawm tus txha caj qaum los kho subluxation ntawm tus txha nraub qaum - kev mus kho siab txog 24 zaug toj ib xyoo, txwv txog rau ib hli. Cov kev kho ntau dua 24 zaug hauv ib xyoos los sis rau rau ib hlis yuav xav tau kev tso cai ua ntej.*
- Xoos hluav taws xob thaum xav tau los txhawb kev kuaj mob ntawm subluxation ntawm tus txha nraub qaum

Cov Kev Pab Cuam Uas Tsis Tau Txais Kev Pab Them:

- Lwm yam kev hloov kho, cov vitamins, khoom siv kho mob, kev kho mob, thiab khoom siv los ntawm tus kws kho mob.

Kev Pab Cuam Rau Kev Kho Hniav

TSEEM CEEB: Nov tsis yog daim ntawv teev npe txhij txhua. Tsis lav tias yuav muab tau kev duav roos tshwj xeeb. Tej zaum yuav muaj kev txwv txog kev muab kev pab cuam uas teev tseg nyob hauv nqe hais txog kev pab cuam kho hniav. Qee cov kev pab cuam tej zaum yuav los sis yuav tsis tas muaj kev tso cai ua ntej raws li qhov tsim nyog rau fab kev kho mob.

Txhawm rau kom paub ntau ntxiv hais txog cov kev pab cuam no, koj tuaj yeem tiv tauj Lub Chaw Pab Cuam Tus Neeg Qhua.

Cov Kev Pab Cuam Uas Tau Txais Kev pab Them:

- Cov kev pab cuam rau kev kuaj mob:
 - kev kuaj mob thiab kev ntsuas xyuas qhov ncauj
 - tswj hwm kev pab cuam, uas suav nrog:
 - lo hniav
 - kev xoos hluav taws xob ib zaug rau kev kuaj saib teeb meem
 - panoramic
 - kev xoos hluav taws xob tag nrho lub qhov ncauj

* Xav tau los sis yuav xav tau kev tso cai ua ntej.

- Cov kev pab cuam tiv thaiv:
 - kev kho txhua quav hniav
 - kev ntxuav kaus hniav
 - kev siv tshuaj fluoride txhuam kom dawb
 - kev plooj kaus hniav
 - lus qhia txog kev tu huv rau qhov ncauj
- Cov kev txhim kho kom zoo tuaj:
 - cov kev ntsaws hniav
 - kev siv tshuaj loog ntsaws hniav kom mob ntaug
 - ua hniav tshiab ib tug (*txwv rau kev siv yas plooj thiab hlau kab*)
- Cov kho mob cov pos hniav (hauv paus hniav):
 - lwm cov txheej txheem rau kev kho hniav
- Mob pos hniav:
 - Kev tshem tawm tag nrho ntawm cov quav hniav thiab pob zeb khub hniav (kev ntxuav tag nrho cov khub hauv lub qhov ncauj)
 - kev hloov kho qhov loj me thiab kev npaj*
 - Cov txheej txheem soj taug qab (kev tua xyuas hniav) (*rau ob xyoos tom qab kev dig cov pob zeb thiab tus cag hniav*)
- Cov kev dhos hniav cuav:
 - Cov khoom siv tshem tawm tau (cov hniav hniav thiab ib feem) (*ib qho khoom siv txhua peb xyoos rau ib qho kev kho hniav*)
 - kev kho, hloov kho, rov kho kom haum, kho, thiab rebases ntawm cov cuab yeej tshem tau (cov hniav hniav thiab ib feem)
 - kev hloov cov khoom siv uas ploj lawm, raug nyiag, los sis puas dhau los kho raws li qee qhov xwm txheej
 - hloov cov khoom siv ib nrab yog tias cov khoom uas twb muaj lawm tsis tuaj yeem hloov kho kom tau raws li cov kev xav tau ntawm kev kho hniav
 - cov ntaub so ntswg txias liners (*ib zaug rau ib qho khoom siv*)
 - yam muab xa nrog thiab kev txhim kho ncaj ncee
- Kev phais qhov ncauj*
 - kev rho hniav
 - kev rho tus hniav qaij tawm
- Kws tuav hniav*
- Cov kev pab kho hniav dav dav ntxiv:
 - kev kho mob xwm txheej ceev ntawm qhov mob
 - kev siv tshuaj loog, kev txo qhov mob rau sab hauv

* Xav tau los sis yuav xav tau kev tso cai ua ntej.

- lub chaw muab kev saib xyuas txuas ntxiv/lub tsev koj tuaj qee cov chaw kho mob suav nrog: cov chaw tu neeg mob, cov chaw saib xyuas neeg mob, cov tsev kho mob nce siab, Lub Tsev Hauj Lwm Saib Xyuas Kev Puas Hlwb (IMD), Cov Chaw Kho Mob Nruab Nrab rau Cov Neeg Tsis Muaj Kev Loj Hlob (ICF/DD), tsev kho mob, Qhov Kev Xaiv Rau Kev Kho Mob Txuas Ntxiv Ntawm Lub Xeev Minnesota (METO), cov chaw tu neeg mob, cov chaw tu neeg mob txawj ntse, thiab lub txaj viav vias (ib lub tsev laus hauv tsev kho mob)
- Kev tswj hwm kev koj tus cwj pwm thaum tsim nyog los xyuas kom ntseeg tau tias qhov kev pab cuam kho hniav muaj kev nyab xeeb
- nitrous oxide
- kho qhov kev tom hauv qhov ncauj
- kev muab tshuaj loog hauv qhov ncauj los sis IV

Cov Lus Sau Cim Tseg:

Yog tias koj xaiv kom tau txais cov txiaj ntsig kho hniav los ntawm Tsoom Fwv Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv Muaj Peev Xwm (FQHC) los sis lub chaw kho hniav ua hauj lwm hauv lub xeev, koj yuav muaj cov txiaj ntsig zoo ib yam uas koj muaj cai nyob rau hauv Kev Pab Kho Mob.

Yog tias koj pib cov kev pab cuam kev tuav hniav, peb yuav tsis xav kom ua tiav cov phiaj xwm kho mob txhawm rau them tus nqi pab cuam uas tau txais rau tus kws muab kev pab.

Yog tias koj yog tus neeg tshiab rau peb txoj phiaj xwm kev noj qab haus huv thiab twb tau pib txoj phiaj xwm kev kho hniav lawm (xws li Kev saib xyuas rau kev tuav hniav), thov tiv tauj peb rau txhawm rau kev thov sib txuas lus txog kev saib xyuas.

Xa mus rau Tshooj 1 rau cov ntaub ntawv tiv toj rau Kev Pab Cuam Kho Hniav.

Cov kev pab cuam rau kev kuaj mob

Cov Kev Pab Cuam Uas Tau Txais Kev Pab Them:

- Lub chaw kuaj mob thiab Xoos kab mob
- Lwm yam kev kuaj mob kuaj mob tau xaj los ntawm koj tus kws kho mob tsim nyog

Cov Lus Sau Cim Tseg:

Kev kuaj mob yuav raug them yog tias lawv ua tau raws li Medicare los sis peb cov qauv kev tuav pov hwm thiab qhov kev kuaj xyuas yog qhov tsim nyog rau kev kho mob.

Tsis yog txhua qhov kev kuaj yuav tau txais kev duav roos. Cov kev pab cuam yuav muab rau hauv ib lub chaw kho mob, chaw kho mob, chaw kho mob sab nraud, chav kuaj mob los sis kev teeb tsa kev yees duab hluav taws xob.

Kev Kawm Txog Kev Tswj Kev Kis Tus Kab

Mob thiab txhawb nqa kom nkag siab zoo dua thiab tswj xyuas koj txoj kev noj qab haus huv tau txais kev pab cuam tswj hwm koj cov kev mob nkeeg los ntawm cov khoo kas Tswj Hwm Kev

Kis Kab Mob Ntawm UCare. Tsis tas li ntawd xwb, cov neeg koom tau txais cov cuab yeej los pab tsim thiab ua kom tau raws li cov hom phiaj kev noj qab haus huv ntawm tus kheej.

Cov Kev Pab Cuam Uas Tau Txais Kev Pab Them:

- **Asthma Education Program (cov neeg laus & me nyuam yaus):** Kev kawm tus kheej hauv xov tooj los pab koj paub txog thiab tswj koj tus kheej. Ua rau mob hawb pob, cov tsos mob thiab cov tshuaj noj, koj yuav mus dhau koj qhov Kev Npaj Ua Haujlwm Mob hawb pob thiab kawm thaum twg los nrhiav cov lus qhia kho mob los sis saib xyuas koj tus mob hawb pob.
 - Tau txais Kev Teb Rov Qab Ua Lub Suab los sis kev kawm ua lo lus txog hawb pob hauv koj lub xov tooj. Mloog koj lub IVR los sis nyeem koj cov ntawv xov xwm hauv lub sij hawm uas yooj yim rau koj.
- **Mob ntshav qab zib, Mob plawv tsis ua hauj lwm thiab Kev Cob Qhia Txog Kev Noj Qab Haus Huv Fab Mob Ib Sab Taub Hau (Migraine Health Coaching) (cov neeg laus):** Kev cob qhia kev noj qab haus huv tus kheej hauv xov tooj los ntawm tus kws qhia noj qab haus huv uas nkag siab txog koj tus mob thiab nws cuam tshuam rau lub neej niaj hnuv li cas. Cov hom phiaj ntawm txoj haujlwm yog rau koj kom tswj hwm koj tus kheej thiab txhim kho koj txoj kev noj qab haus huv thiab kev noj qab haus huv.
 - Lub sij hawm uas yooj yim rau koj! Lub app cia koj tham nrog kws kho mob thiab kws kho mob hauv lub sij hawm tiag-tiag kom tau txais kev txhawb nqa koj xav tau, thaum twg koj xav tau.
- **Kev noj qab nyob zoo feem dav, mob ntshav qab zib, mob ntshav siab los sis lwm yam mob kho zoo tsis tu qab:** Tswj hwm koj li kev noj qab nyob zoo feem dav, mob ntshav qab zib thiab/los sis mob ntshav siab los ntawm koj lub xov tooj uas muaj kev kawm thiab cov kev ceeb toom los pab koj tswj xyuas koj li kev noj qab haus huv. Lub app pab kom koj sau ntawv sib tham nrog cov kws paub zoo txog khoom noj thiab cov kws tshaj lij fab kev noj qab haus huv hauv lub sij hawm tiag kom tau txais kev txhawb nqa uas koj xav tau, thaum twg los tau uas koj xav tau.

Cov Lus Sau Cim Tseg:

Yog xav paub ntxiv txog cov kev pab cuam no, mus saib hauv ucare.org/health-wellness/special-programs los sis hu rau Pab Pawg Tswj Hwm Kev Kis Kab Mob Ntawm UCare ntawm 1-866-863-8303 (qhov no hu dawb). Los sis hu rau peb tus lej TTY ntawm 1-800-688-2534 (qhov no hu dawb).

Kws Kho Mob thiab Lwm Yam Kev Pab Cuam Rau Kev Noj Qab Haus Huv

Cov Kev Pab Cuam Uas Tau Txais Kev Pab Them:

- Kev mus ntsib kws kho mob suav nrog:
 - kev tiv thaiv kev kho mob rau thaum fab tshuaj thiab kuaj kev ua xua
 - saib xyuas cov neeg cev xeeb tub
 - txoj phiaj xwm rau tsev neeg – **kev nkag mus rau kev pab cuam**
 - lub chaw kuaj mob thiab Xoos kab mob
 - cov kev kuaj lub cev
 - cov kev kuaj rau kev tiv thaiv
 - cov kev saib xyuas lub chaw tiv thaiv

- cov kws kho mob tshwj xeeb
- kev hu xov tooj sib sab laj rau kev kho mob rau kev deb
- cov tshuaj tiv thaiv kab mob thiab tshuaj tau muab tso rau hauv ib lub chaw kho mob uas tsim nyog*
- mus ntsib neeg mob los sis raug mob
- mus ntsib hauv tsev kho mob los sis kev saib xyuas tsev laus
- Cov kev pab cuam xyaum cov neeg saib xyuas neeg mob qib siab: cov kev pab cuam los ntawm tus kws kho mob, tus kws saib xyuas neeg mob, tus kws saib xyuas neeg mob, los sis kws kho mob tshwj xeeb
- Behavioral Health Home: kev sib koom tes ntawm kev saib xyuas thawj zaug, kev pab cuam rau kev saib xyuas puas siab puas ntsws thiab kev pab cuam zej tsoom
- Cov khoom siv ntshav thiab ntshav
- Kev pab cuam them nqi kho mob: Kev saib xyuas niaj hnub uas yog: 1) muab raws li ib feem ntawm kev kho mob raws tu qauv ntawm kev kho mob; 2) yog ib txwm, kev cai thiab tsim nyog rau koj tus mob; thiab 3) feem ntau yuav raug muab rau sab nraud ntawm kev kho mob. Qhov no suav nrog cov kev pab cuam thiab cov khoom xav tau rau kev kho mob ntawm cov teeb meem thiab teeb meem ntawm kev kho raws tu qauv
- Kev kuaj mob qog noj ntshav (xws li mammography, kuaj pap, kuaj mob qog noj ntshav prostate, kuaj mob qog nqaj hlav hauv plab)
- Cov Kev Pab Cuam Rau Kev Kho Mob
- Kev sib koom tes saib xyuas neeg ua hauj lwm hauv zej zog thiab kev pab qhia ntawv rau tus neeg mob
- Cov kev pab cuam Tus Kws Kho Rau Sab Kev Kho Mob Thaum Muaj Xwm Txheej Ceev Rau Hauv Zej Zog (CMET)
 - kev mus ntsib tom tsev kho mob/tsev laus tom qab tsev laus tau xaj los ntawm koj tus kws kho mob thawj zaug
 - kev soj ntsuam kev nyab xeeb kev mus ntsib kws kho mob thawj zaug/Tus Kws Kho Mob (PCP)
- Cov Kev Pab Cuam Hauv Zej Zog: qee qhov kev pab cuam yog muab los ntawm pawg kws kho mob hauv zej zog. Cov kev pab cuam yuav tsum yog ib feem ntawm txoj kev npaj saib xyuas uas tau txiav txim los ntawm koj tus kws kho mob thawj zaug. Cov kev pab cuam yuav suav nrog:
 - kev ntsuas kev noj qab haus huv
 - kev soj ntsuam kab mob ntev thiab kev kawm
 - pab rau sab tshuaj
 - kev txhaj tshuaj thiab txhaj tshuaj tiv thaiv kab mob
 - kev kaws cov qauv hauv chav kuaj kab mob
 - kev saib xyuas tom qab tau kho tom tsev kho mob
 - lwm yam kev kho mob mes ntsis

* Xav tau los sis yuav xav tau kev tso cai ua ntej.

- Kev sab laj thiab kuaj kab mob sib kis los ntawm kev sib deev (STDs), AIDS thiab lwm yam kab mob HIV – **qhib nkag mus rau kev pab cuam**
- Txhawb kev pab kho mob hawb pob ntxiv (rau cov tswv cuab tsim nyog muaj hnuv nyoog qis dua 21 xyooos uas kuaj pom tias muaj mob hawb pob tsis zoo, thaum muaj cov txheej txheem tshwj xeeb)
 - Kev mus ntsib tom tsev los txiav txim seb puas muaj mob hawb pob hauv cov neeg nyob hauv tsev
 - Yuav tsum tau txais los ntawm tus kws tshaj lij kev noj qab haus huv ib puag ncig, tus kws tshaj lij hauv tsev noj qab haus huv, thiab tus kws ntsuam xyuas kev pheej hmoo ua tus thawj coj. Koj lub koom haum saib xyuas kev noj qab haus huv hauv zos tuaj yeem pab koj nrhiav ib tus kws kho mob no los pab koj los sis koj tuaj yeem tiv tauj rau Lub Chaw Pab Cuam Rau Tus Qhua.
- Kev pab cuam Kho Mob Hauv Tsev: Kev sib koom tes saib xyuas rau cov tswv cuab uas xav tau kev kho mob nyuaj los sis mob ntev
- Kev kawm txog kev noj qab haus huv thiab kev sab laj (piv txwv li, kev haus luam yeeb, kev tawm tswv yim txog kev noj zaub mov, kev qhia txog ntshav qab zib)
- Kev Sib Koom Tes Ntawm Cov Kev Pab Cuam Hauv Zej Zog Txog Kev Mus Kho Mob Hauv Tsev Kho Mob (IRSC): kev sib koom tes ntawm cov kev pab cuam tsom mus rau txo cov chav kho mob xwm txheej ceev (ER) siv nyob rau qee qhov xwm txheej. Qhov kev pab cuam no hais txog kev noj qab haus huv, kev sib raug zoo, kev lag luam, thiab lwm yam kev xav tau ntawm cov tswv cuab los pab txo qis kev siv ER thiab lwm yam kev pab cuam kev noj qab haus huv.
- Kev txhaj tshuaj tiv thaiv
- Cov kev pab cuam kho ko taw (rau taw, qhov txhab voos, thiab lwm yam kev tu ko taw tsis tu ncu)
- Kev kho lub chaw ua pa
- Cov kev pab cuam ntawm tus kws saib xyuas mob nkeeg uas tau lees paub los sis tus kws saib xyuas neeg mobn tau sau npe ua hauj lwm hauv tsev kho mob pej xeeb kev noj qab haus huv nyob rau hauv ib lub koom haum tseem fwv
- Kev kho mob AIDS thiab lwm yam kab mob HIV – **TSIS YOG** kev pab cuam qhib qhov kev nkag mus. Koj yuav tsum siv tus kws kho mob hauv Txoj Phiaj Xwm hauv pab pawg koom tes
- Kev kho mob rau cov kab mob sib kis los ntawm kev sib deev (STDs) – **qhib kev pab cuam**
- Kev saib xyuas kab mob sib kis thiab saib ncaj qha ntawm kev noj tshuaj

Cov Kev Pab Cuam Uas Tsis Tau Txais Kev Pab Them:

- Txoj hauv kev ua kom cev xeeb tub (xws li kev siv tshuaj tua kab mob, suav nrog kev yug

me nyuam hauv vitro thiab lwm yam kev pab cuam, tshuaj kho kom muaj taus me nyuam thiab lwm yam kev pab cuam)

Cov Kev Pab Cuam Kev Nkag Rau Kev Txhim Kho thiab Cov Cwj Pwm Yam Sai Li Sai Tau Thaum Xub Thawj (EIDBI) (txhawm rau cov tswv cuab muaj hnuv nyoog qis dua 21 xyoos)*

Lub hom phiaj ntawm cov txiaj ntsig ntawm EIDBI yog los muab kev kho mob tsim nyog, kev cuam tshuam ntxov thiab hnyav rau cov neeg muaj Cob Kab Mob Tsis Txwm Pua (ASD) thiab lwm yam mob.

Cov tsev neeg tuaj yeem kawm paub ntau ntxiv txog EIDBI los ntawm koom EIDBI 101 qhov kev cob qhia hauv online.

(https://pathlore.dhs.mn.gov/Courseware/DisabilityServices/EIDBI/EIDBI101_F/index.html)

EIDBI Tsab Ntawv Zoo Siab Txais Tos rau Cov Neeg Saib Xyuas

(https://mn.gov/autism/assets/EIDBI-welcome-parent-letter_tcm1070-538390.pdf) muab cov lus qhia ntxiv ntawm lub khoos kas thaum tsev neeg pib nrog kev pab cuam.

Cov tsev neeg tuaj yeem kawm paub ntau ntxiv txog kev tsis taus, nrog rau cov peev txheej thiab kev txhawb nqa, los ntawm kev mus saib Phab Portal Muab Kev Pab Cuam Rau Cov Neeg Tsis Taus Hauv Minnesota (<https://mn.gov/autism/>).

Cov nyiaj pab cuam tseem yog npaj rau:

- Qhia, cob qhia thiab txhawb niam txiv thiab tsev neeg
- Txhawb tib neeg txoj kev ywj pheej thiab kev koom tes hauv tsev neeg, tsev kawm ntawv thiab lub neej hauv zej zog
- Txhim kho cov nyiaj pab cuam mus ntev thiab lub neej zoo rau tib neeg thiab lawv tsev neeg.

Cov kev pab cuam EIDBI yog muab los ntawm cov chaw muab kev pab cuam EIDBI uas muaj kev txawj ntse hauv cov qauv kev pom zoo (<https://www.dhs.state.mn.us/EIDBI-TreatmentModalities>) uas suav nrog:

- Kev Kwv Yees Tus Cwj Pwm Kev Siv (ABA)
- Kev Txhim Kho, Kev Sib Txawv Ntawm Tus Kheej, Kev Sib Raug Zoo Raws Li tus qauv (DIR)/Floortime
- Kev Pib Tus Qauv Denver (ESDM)
- Lub Khoos Kas PLAY
- Kev sib raug zoo Rau Kev Nkag Mus Rau Kev Txhim Kho (RDI)
- Kev Sib Tham Ntawm Zej Tsoom Thaum Ntxov (ESI)

* Xav tau los sis yuav xav tau kev tso cai ua ntej.

Cov Kev Pab Cuam Uas Tau Txais Kev Pab Them:

- Kev Kwv Yees Kev Paub Txog Kev Pov Hwm Them Nyiaj (CMDE) uas xav tau los txiav txim siab qhov kev tsim nyog thiab kev kho mob tsim nyog rau EIDBI cov kev pab cuam (https://www.dhs.state.mn.us/main/idcplg?IdcService=GET_DYNAMIC_CONVERSION&RevisionSelectionMethod=LatestReleased&dDocName=DHS16_195210)
- Txoj Phiaj Xwm Rau Kev Kho Mob Ntiag Tug (ITP) Kev Txhim Kho (Initial)
 - Txoj Phiaj Xwm Rau Kev Kho Mob Tus Kheej (ITP) Kev Txhim Kho thiab Kev Saib Xyuas Kev Txhim Kho (<https://www.dhs.state.mn.us/ITP>)
- Kev Cuam Tshuam Ncaj Qha: Ib Leeg, Pab Pawg, thiab/los sis sib dua tuaj (https://www.dhs.state.mn.us/main/idcplg?IdcService=GET_DYNAMIC_CONVERSION&RevisionSelectionMethod=LatestReleased&dDocName=DHS16_195212)
- Kev Soj Ntsuam thiab Kev Taw Qhia (https://www.dhs.state.mn.us/main/idcplg?IdcService=GET_DYNAMIC_CONVERSION&RevisionSelectionMethod=LatestReleased&dDocName=DHS16_195401)
- Tsev Neeg/Cov Neeg Saib Xyuas Kev Kawm thiab Kev Pab Cuam: Ib Leeg thiab/los sis Pab Pawg (https://www.dhs.state.mn.us/main/idcplg?IdcService=GET_DYNAMIC_CONVERSION&RevisionSelectionMethod=LatestReleased&dDocName=DHS16_195340)
- Lub Rooj Sib Tham Txog Kev Koom Tes Saib Xyuas (https://www.dhs.state.mn.us/main/idcplg?IdcService=GET_DYNAMIC_CONVERSION&RevisionSelectionMethod=LatestReleased&dDocName=DHS16_195209)
- Lub sij hawm mus ncig teb chaws

Kev Pab Cuam Rau Kev Kho Mob Kub Ntxhov thiab Kev Kho Mob Tom Qab Kev Ruaj Ntseg

Cov Kev Pab Cuam Uas Tau Txais Kev Pab Them:

- Cov kev pab cuam hauv chav kho mob xwm txheej ceev
- Kev saib xyuas tom qab ruaj khov
- Lub tsheb thauj neeg mob (saum huab cua los sis hauv pem teb suav nrog kev thauj mus los hauv dej)

Cov Kev Pab Cuam Uas Tsis Tau Txais Kev Pab Them:

Thaum muaj xwm txheej ceev, xwm txheej ceev, los sis lwm yam kev pab cuam kev noj qab haus huv xa los sis cov khoom tau txais los ntawm cov kws kho mob nyob sab nraud Teb Chaws Meskas (Teb Chaws Meskas). Peb yuav tsis them nyiaj rau kev saib xyuas kev noj qab haus huv rau ib tus kws kho mob los sis ib lub koom haum sab nraud ntawm Teb Chaws Meskas.

Cov Lus Sau Cim Tseg:

Yog tias koj muaj xwm txheej ceev thiab xav tau kev kho mob tam sim ntawd, hu rau 911 los

sis siv chav kho mob xwm txheej ceev. Qhia lawv koj daim npav nkag mus thiab hais kom lawv hu rau koj tus kws kho mob uas tsim nyog.

Hauv lwm qhov xwm txheej, hu rau koj tus kws kho mob uas tsim nyog, yog tias ua tau. Koj tuaj yeem hu rau tus lej 24 teev hauv ib hnuv, xya hnuv hauv ib lub lim tiam thiab tau txais cov lus qhia txog yuav ua li cas.

Yog tias koj tsis nyob hauv nroog, siv chav xwm txheej ceev tshaj plaws los sis hu rau 911. Qhia lawv koj daim npav nkag mus thiab hais kom lawv hu rau koj tus kws kho mob uas tsim nyog.

Koj yuav tsum hu rau koj tus kws kho mob uas tsim nyog tsis pub dhau 48 teev los sis sai li sai tau tom qab tau txais kev kho mob xwm txheej ceev hauv tsev kho mob uas tsis yog ib feem ntawm Txoj Phiaj Xwm hauv pab pawg koom tes.

Kev Pab Npaj Tsev Neeg

Cov Kev Pab Cuam Uas Tau Txais Kev Pab Them:

- Kev tshuaj ntsuam xyuas tsev neeg thiab kev kho mob – **qhib kev pab cuam**
- Chav Sim Kev Ntsuam Xyuas Kev Tawm Phiaj Xwm Rau Tsev Neeg thiab kev taw qhia kab mob – **qhib kev pab cuam**
- Cov hauv kev npaj rau tsev neeg (piv txwv li, tshuaj tiv thaiv kev yug me nyuam, thaj chaw, lub nplhaib, Qhov kev Rau Lub Cuab Yeej Thaiv Lub Tsev Me Nyuam (IUD), txhaj tshuaj, cov kev cog kaus hniav) – **qhib kev pab cuam**
- Cov khoom siv npaj rau tsev neeg nrog tshuaj (piv txwv li, hnab looj tes, daim txhuam cev, ua npuas ncauj, zaj duab xis, diaphragm, kos mom) – **qhib kev pab cuam**
- Kev sab laj thiab kev kuaj mob tsis muaj me nyuam, suav nrog cov kev pab cuam cuam tshuam – **qhib kev pab cuam**
- Kev kho mob rau cov teem meem muaj me nyuam nyuaj – **TSIS YOG** ib qho kev qhib nkag mus rau kev pab cuam. Koj yuav tsum siv tus kws kho mob hauv Txoj Phiaj Xwm hauv pab pawg koom tes.

Lus Cim Tseg: Qhov kev pab cuam no tsis suav nrog txoj hauv kev ua kom cev xeeb tub.

- Kev sab laj thiab kuaj kab mob sib kis los ntawm kev sib deev (STDs), AIDS thiab lwm yam kab mob HIV – **qhib kev pab cuam**
- Kev kho mob rau cov kab mob sib kis los ntawm kev sib deev (STDs) – **qhib kev pab cuam**
- Kev ua kom tsis muaj me nyuam yam yeem siab – **qhib kev pab cuam**
Lus Cim Tseg: Koj yuav tsum muaj hnuv nyoo 21 xyoos los sis tshaj saud thiab koj yuav tsum tau kos npe rau tsab ntawv tso cai ua kom tsis muaj me nyuam hauv tsoom fwv. Tsawg kawg yog 30 hnuv, tab sis tsis pub tshaj 180 hnuv, yuav tsum dhau ntawm hnuv uas koj kos npe rau daim ntawv thiab hnuv ntawm kev phais.
- Kev sab laj txog caj ces – **qhib kev pab cuam**

- Kev kuaj caj ces – **TSIS YOG** ib qho kev qhib nkag mus rau kev pab cuam. Koj yuav tsum siv tus kws kho mob hauv Txoj Phiaj Xwm hauv pab pawg koom tes.
- Kev kho mob AIDS thiab lwm yam kab mob HIV – **TSIS YOG** kev pab cuam qhib qhov kev nkag mus. Koj yuav tsum siv tus kws kho mob hauv txoj phiaj xwm hauv pab pawg koom tes.

Cov Kev Pab Cuam Uas Tsis Tau Txais Kev Pab Them:

- Txoj hauv kev ua kom cev xeeb tub (xws li kev siv tshuaj tua kab mob, suav nrog kev yug me nyuam hauv vitro thiab lwm yam kev pab cuam, tshuaj ua kom muaj me nyuam thiab lwm yam kev pab cuam)
- Kev Rov Daim Ntawm Ua Kev Sam Yam Muaj Kev Txais Siab
- Kev sam txwm tsis pub muaj me nyuam ntawm ib tug neeg nyob rau hauv kev saib xyuas/kev saib xyuas

Cov Lus Sau Cim Tseg:

Tsoom Fwv Teb Chaws thiab lub xeev txoj cai tso cai rau koj xaiv ib tus kws kho mob, tsev kho mob, tsev kho mob, tsev muag tshuaj, los yog lub koom haum npaj tsev neeg kom tau txais **kev qhib mus rau kev pab cuam**, txawm tias lawv tsis nyob hauv Txoj Phiaj Xwm hauv pab pawg koom tes.

Cov Khoos Kas Kev Noj Qab Haus Huv thiab Kev Noj Qab Nyob Zoo

Rau cov tswv cuab uas tsim nyog, UCare muaj cov khoos kas thiab cov chaw muab kev pab cuam los txhim kho koj txoj kev noj qab haus huv thiab kev noj qab nyob zoo. Yog xav paub ntxiv, nkag mus los sis tsim ib tus tswv cuab hauv online ntawm member.ucare.org. Mus rau Kev Noj Qab Haus Huv & Kev Noj Qab Nyob Zoo, tom qab ntawd Kev Noj Qab Nyob Zoo, Khoom Plig & Nyiaj Pab kom kawm paub ntau ntxiv. Koj tseem tuaj yeem mus saib ucare.org/healthwellness.

Cov Kev Pab Cuam Uas Tau Txais Kev Pab Them:

- UCare koom tes nrog Second Harvest Heartland los txuas cov tswv cuab nrog cov khoom noj hauv zos! Cov tswv cuab tuaj yeem hu los sis email kom tau txais kev pab cuam thov rau SNAP cov txiaj ntsig thiab/los sis nrhiav zaub mov hauv lawv lub zej zog suav nrog lub tsee zaub mov, Cov Nqi rau Txhua Tus, thiab ntau ntxiv!

Yog xav paub ntxiv, hu rau Second Harvest Heartland los ntawm kev hu rau 651-401-1411 los sis 1-866-844-FOOD (qhov no hu dawb) los sis email SHHCareCenter@2harvest.org.

- **Cov Khoos Kas Kev Tawm Dag Zog Rau Lub Cev**

- LivingWell Kids Kit tsim los rau cov tswv cuab muaj hnuv nyoog 17 xyoo thiab qis dua kom ua neej nyob zoo thiab zoo. Tsim nyog rau ib qho khoom siv hauv ib xyoo. Txhawm rau xaj cov khoom siv, nkag rau hauv los sis tsim ib tus as khauj hauv online ntawm **member.ucare.org**. Mus rau Kev Noj Qab Haus Huv & Kev Noj Qab Nyob Zoo, tom qab ntawd Kev Noj Qab Haus Huv, Khoom Plig & Khoom Plig los tso koj qhov kev xaj yuav khoom. Koj tseem tuaj yeem hu rau Lub Chaw Pab Cuam Tswv Cuab Ntawm UCare

ntawm tus naj npawb uas nyob sab tom qab ntawm koj daim npav ID rau tus tswv cuab txhawm rau xaj hauv xov tooj.

- Health Club Savings rau cov tswv cuab hnuv nyoog 18 xyoo thiab laus dua. Tau txais cov nyiaj them rov qab txhua hli hauv cov koom haum noj qab haus huv vim cov nqi koom nrog thaum koj mus ntsib lub koom haum noj qab haus huv yam tsawg kawg 12 zaug hauv ib hlis raws daim ntawv qhia hnuv.

- **Kev Xeeb Tub thiab Kev Txhawb Nqa Niam Txiv Tshiab**

UCare muaj ntau yam kev pab los pab cov tswv cuab uas cev xeeb tub los yog tom qab yug me nyuam, thiab cov tsev neeg hluas. Cov no muaj xws li:

- Txuas cov tswv cuab mus rau UCare cov kev pab cuam Kev Yug Me Nyuam thiab Kev Noj Qab Haus Huv Ntawm Tus Me Nyuam kom tau kev txhawb nqa hauv lub sij hawm cev xeeb tub, tom qab yug me nyuam, thiab rau cov neeg uas muaj me nyuam mos hauv chav kho mob pab cawm siav rau me nyuam mos (NICU).
 - Cov twj tso kua mis thiab cov peev txheej los pab. pub niam mis rau niam tshiab.
 - Kev kawm txog kev nyab xeeb ntawm lub tsheb thiab lub rooj zaum hauv tsheb los ntawm peb lub khoos kas Seats, Education And Travel Safety (SEATS). Rau cov tswv cuab tsim nyog uas cev xeeb tub lossis cov menyuam yaus hnuv nyoog qis dua 9 xyoos.
 - Kev saib xyuas koj phau ntawv me me thiab cov peev txheej los pab koj kom koj tus me nyuam txoj kev noj qab nyob zoo txij thaum yug mus txog ob xyoos.
 - Cov chav kawm txog kev yug menyuam, pub mis niam thiab kev xeeb tub.
 - Kev Tswj Xyuas txog Cov Kev Pab Cuam Kev Yug Me Nyuam (Management of Maternity Services, MOMS) qhov kev pab cuam los pab txhawb cov niam tsev uas muaj kev noj qab haus huv thaum thiab tom qab cev xeeb tub.
- Txuas nrog cov chaw muab kev pab cuam txog khoom noj hauv zej zog los ntawm Lub Chaw Pab Cuam Second Harvest Heartland Care. Cov tswv cuab tuaj yeem hu tuaj thov kev pab nrog kev thov txog cov txiaj ntsig ntawm SNAP thiab nrhiav cov chaw muab kev pab cuam khoom noj hauv lawv lub zej zog, suav nrog lub txe rau khoom noj, Fair for All thiab ntau yam ntxiv.

Yog xav paub ntau ntxiv, tiv tauj Second Harvest Heartland los ntawm kev hu rau 651-401-1411 los sis 1-866-844-FOOD (qhov no hu dawb xwb) los sis xa email rau SHHCareCenter@2harvest.org.

Cov Lus Cim Tseg:

Yog xav paub ntxiv txog cov khoos kas no, nkag mus los sis tsim ib tus as khauj tswv cuab hauv online ntawm **member.ucare.org**. Mus rau Kev Noj Qab Haus Huv & Kev Noj Qab Nyob Zoo, tom qab ntawd Kev Noj Qab Haus Huv, Khoom Plig & Nyiaj Pab kom kawm paub ntxiv. Koj tseem tuaj yeem mus saib tau hauv **ucare.org/healthwellness** los sis hu rau Lub Chaw Pab Cuam Tswv Cuab Ntawm UCare ntawm 612-676-3200 los sis 1-800-203-7225 (qhov no hu dawb), 8 teev sawv ntxov - 5 teev tsaus ntuj, Hnuv Monday - Hnuv Friday. Los sis hu rau peb tus lej TTY ntawm 612-676-6810 los sis 1-800-688-2534 (qhov kev hu no dawb).

Cov Khoom Pab Hnov Lus

Cov Kev Pab Cuam Uas Tau Txais Kev Pab Them:

- Cov cuab yeej pab kom hnov lus thiab cov roj teeb
- Cov khoom pab hnov lus
- Kev kho thiab hloov cov cuab yeej siv lub mloog pob ntseg vim qub raws li ib txwm, nrog kev txwv

Cov Kev Pab Cuam Kev Saib Xyuas Hauv Tsev

Cov Kev Pab Cuam Uas Tau Txais Kev Pab Them:

- Tus kws tu neeg mob tuaj xyuas
- Kev saib xyuas fwj tus neeg mob kom rov ua hauj lwm (piv txwv li, hais lus, lub cev, ua hauj lwm, ua pa)
- Kev mus cuag tus kws pab saib xyuas kev noj qab haus huv hauv tsev

Tsev kho mob

Cov Kev Pab Cuam Uas Tau Txais Kev Pab Them:

Lub tsev kho mob cov kev pab cuam muaj xws li kev pab cuam them nqi rau cov kev pab cuam hauv qab no, thaum muab ncaj qha rau teb rau cov kab mob nkeeg nyob rau ntu kawg:

- Cov kev pab cuam ntawm kws kho mob
- Cov kev pab tu neeg mob
- Cov kev pab cuam kho mob rau zej tsoom
- Kev sab laj
- Cov khoom siv kho mob thiab khoom siv
- Cov tshuaj kho mob sab nraud rau cov tsos mob thiab kev tswj qhov mob
- Kev noj haus thiab lwm yam kev sab laj
- Kev saib xyuas tus neeg mob rau lub sij hawm luv
- Kev saib xyuas so
- Kev pab cuam kho mob hauv tsev thiab cov kev pab cuam hauv tsev
- Kev kho lub cev, kev ua hauj lwm, thiab kev hais lus
- Cov neeg ua hauj lwm pab dawb
- Lwm yam khoom thiab cov kev pab cuam suav nrog hauv txoj phiaj xwm kho mob uas tsis suav nrog kev pab cuam rau kev kho mob

Cov Lus Sau Cim Tseg:

Cov tswv cuab hnub nyoog 21 xyoos thiab qis dua tseem tuaj yeem tau txais kev kho mob rau lawv tus mob ntu kawg ntxiv rau ntawm cov kev pab cuam tu mob ntu kawg ntawm lub neej.

Kev xaiv tsa Medicare

Koj yuav tsum xaiv cov nyiaj pab cuam hauv tsev kho mob kom tau txais kev pab cuam rau kev kho mob.

Yog tias koj tsim nyog rau tag nrho Kev Pab Txog Kev Kho Mob thiab xaiv lub tsev kho mob, koj yuav tsum xaiv Medicare qhov kev saib xyuas hauv tsev kho mob ntxiv rau Kev Pab Txog Kev Kho Mob qhov kev saib xyuas hauv tsev kho mob. Tsoom Fwv Teb Chaws cov txheej txheem txwv tsis pub koj xaiv kev saib xyuas tsev kho mob los ntawm ib qho kev pab cuam thiab tsis yog lwm qhov thaum koj tsim nyog rau ob qho tib si.

Yog tias koj xav siv cov kev pab cuam hauv tsev kho mob, thov hu rau Lub Chaw Pab Cuam Cov Neeg Siv Khoom ntawm tus xov tooj hauv Tshooj 1.

Tsev Kho Mob – Tus Neeg Mob

Cov Kev Pab Cuam Uas Tau Txais Kev Pab Them:

Cov kev kho mob hauv tsev kho mob tau txais kev pab cuam yog tias txiav txim siab tias tsim nyog kho mob. Qhov no suav nrog:

- Cov kev mus pw hauv tsev kho mob ntawm tus neeg mob sab hauv
- Koj chav ib nrab ntiav thiab cov puas mov
- Chav tsev ntiag tug thaum tsim nyog rau kev kho mob
- Cov kuaj mob thiab Xoos kab mob
- Kev phais plab*
- Cov tshuaj noj
- Cov khoom siv rau kev kho mob
- Cov kev pab cuam tshaj lij
- Cov kev pab cuam rau kev kho mob (piv txwv li, lub cev, kev ua hauj lwm, hais lus, ua pa)

Cov Kev Pab Cuam Uas Tsis Tau Txais Kev Pab Them:

- Cov khoom siv kev nplij siab ntiag tug, xws li TV, xov tooj, txiav plaub hau los sis kev pab cuam zoo nkauj, kev pab cuam cov neeg siv khoom
- Kev them nqi cuam tshuam nrog kev saib xyuas hauv tsev kho mob rau cov kev tshawb fawb, kev phais yas, los sis kev phais kom zoo nkauj tsis raug them tshwj tsis yog tias tau txiav txim siab kho mob tsim nyog los ntawm cov txheej txheem tshuaj xyuas

* Xav tau los sis yuav xav tau kev tso cai ua ntej.

Cov Lus Sau Cim Tseg:

Yog xav paub ntxiv txog ntau hom kev nkag mus rau hauv tus neeg mob pw kho hauv tsev kho mob suav nrog rau kev noj qab haus huv fab kev puass siab puas ntsws los sis kev siv tshuaj yeeb (SUD), thov mus saib cov tshooj tshwj xeeb hauv tus tswv cuab phau ntawv qhia no.

Kev saib xyuas tsis yog xwm txheej ceev tau txais hauv tsev kho mob yuav xav tau kev tso cai ua ntej. Thov ua hauj lwm nrog koj tus kws kho mob saib xyuas kev noj qab haus huv uas tau txais kev tso cai ua ntej thaum xav tau. Koj tseem tuaj yeem hu rau Kev Pab Cuam Cov Neeg Siv Khoom ntawm tus lej xov tooj hauv Tshooj 1 yog xav paub ntxiv.

Tsev Kho Mob – Tus Neeg Mob Sab Nraud

Cov Kev Pab Cuam Uas Tau Txais Kev Pab Them:

- Kev kho mob ceev rau cov xwm txheej uas tsis hnyav npaum li qhov xwm txheej ceev
- Lub chaw phais mob rau cov neeg mob sab nraud
- Cov kuaj mob thiab Xoos kab mob
- Kev lim ntshav
- Cov kev pab cuam hauv chav kho mob xwm txheej ceev
- Kev saib xyuas tom qab ruaj khov
- Cov kev pab cuam saib xyuas - yog tias koj tsis tau txais nkag mus ua tus neeg mob hauv tsev kho mob, koj tuaj yeem nkag mus rau "kev saib xyuas tus neeg mob sab nraud" kom txog thaum koj tus kws kho mob txiav txim siab koj tus mob yuav tsum tau txais tus neeg mob nyob hauv tsev kho mob los sis tawm hauv tsev. Cov kev pab cuam saib xyuas tau them txog li 48 teev. UCare yuav txiav txim siab txog kev saib xyuas txog li 72 teev rau qhov xwm txheej txawv txawv thaum xa nrog cov ntaub ntawv ntxiv.

Cov Lus Sau Cim Tseg:

Kev saib xyuas tsis yog xwm txheej ceev tau txais hauv tsev kho mob yuav xav tau kev tso cai ua ntej. Ua hauj lwm nrog koj tus kws kho mob saib xyuas kev noj qab haus huv uas tau txais kev tso cai ua ntej thaum xav tau. Koj tseem tuaj yeem hu rau Kev Pab Cuam Cov Neeg Siv Khoom ntawm tus lej xov tooj hauv Tshooj 1 yog xav paub ntxiv.

Kev Pab Cuam Kev Saib Xyuas Kev Ruaj Ntseg Rau Cov Chaw Nyob* (txhawm rau cov tswv cuab muaj hnuv nyoog 18 xyoo nce mus)

Cov kev pab cuam uas tau txais kev pab them:

Txoj Phiaj Xwm yuav them rau cov kev pab cuam hauv qab no rau Cov Kev Pab Cuam Kev Ruaj Ntseg Rau Vaj Tse Nyob rau cov neeg uas tsim nyog tau:

- Cov kev pab sab laj vaj tse los tsim ib txoj kev npaj rau tib neeg rau cov tib neeg uas tsis muaj kev pab cuam kho mob kev pab cuam
- Kev pab hloov tsev nyob los pab koj npaj rau, nrhiav, thiab txav mus rau hauv vaj tse
 - Kev hloov tsev nyob - cov nuj nqis rau kev tsiv siab txog \$3000 hauv ib xyoo
 - Tsuas yog rau cov tib neeg tawm hauv lub koom haum muab nyiaj pab rau Kev Pab Cuam Kev Kho Mob los sis cov chaw pab cuam tswj hwm uas tsiv mus rau hauv lawv lub tsev
 - Daim ntawv thov, kev tso nyiaj ruaj ntseg, thiab tus nqi ntawm kev ruaj ntseg cov ntaub ntawv uas yuav tsum tau ua. kom tau txais daim ntawv xauj tsev hauv tsev los sis tsev
 - Cov khoom vaj khoom tsev tseem ceeb suav nrog tej rooj tog, ntaub npog qhov rais, cov khoom siv npaj khoom noj, thiab ntaub pua txaj/ntaub da dej
 - Cov nqi teeb tsa los sis kev tso nyiaj rau kev siv hluav taws xob suav nrog xov tooj, hluav taws xob, cua sov, thiab dej
 - Cov kev pab cuam uas tsim nyog rau tus kheej txoj kev noj qab haus huv thiab kev nyab xeeb xws li kev tshem tawm cov kab tsuag thiab kev tu ib zaug ua ntej tsiv mus rau hauv
 - Kev hloov pauv hauv tsev tsim nyog
- Cov kev pab cuam chaw nyob kom ruaj khov txhawb nqa los pab koj tswj vaj tsev
- Kev thauj mus los kom tau txais Kev Pab Cuam Kev Pab Cuam Kev Saib Xyuas Kev Ruaj Ntseg Rau Cov Chaw Nyob thaum tus kws muab kev pab cuam tab tom sib tham txog cov kev xav tau ntsig txog vaj tse nyob nrog tus tswv cuab thaum tsav tsheb. Lub sij hawm no raug sau nqi ua kev hloov chaw/chaw nyob ruaj ntseg. Mais kev uas khiav tsheb mus tau yuav tsis tau txais kev them nyiaj rov qab.

Cov Kev Pab Cuam Uas Tsis Tau Txais Kev Pab Them:

- Cov nqi xauj tsev los sis qiv nyiaj
- Khoom noj
- Khaub ncaws

* Xav tau los sis yuav xav tau kev tso cai ua ntej.

- Cov khoom siv ua si, suav nrog cov khoom siv streaming, cov khoos phis tawj, TV, xaim TV, hais lus thiab lwm yam
- Cov khoom uas yog tus tswv los sis xauj los ntawm ib tus kws muab kev pab
- Txhua yam khoom, cov nuj nqis los sis cov kev pab cuam uas tau them los ntawm lwm lub khoos kas

Cov Lus Sau Cim Tseg:

Koj yuav tsum ua kom tiav kev ntsuam xyuas los ua kom paub seb koj puas tsim nyog rau Cov Kev Pab Cuam Kev Ruaj Ntseg Ntawm Vaj Tse Nyob. Yog tias koj muaj tus thawj tswj hwm qhov teeb meem uas xav tseg los sis tus thawj tswj hwm qhov teeb meem uas raug zam tseg, koj tuaj yeem thov kev pab los ua kom paub tseeb koj puas tsim nyog rau Cov Kev Pab Cuam Kev Ruaj Ntseg Ntawm Vaj Tse. Koj kuj tuaj yeem tiv tauj tus kws muab kev pab cuam txog Cov Kev Pab Cuam Kev Ruaj Ntseg Ntawm Vaj Tse los pab koj.

Lub Tuam Tsev Hauj Lwmm Saib Xyuas Kev Pab Cuam Tib Neeg (DHS) yuav tshuaj xyuas kev ntsuam xyuas los txiav txim siab seb koj puas tsim nyob rau Cov Kev Pab Cuam Kev Ruaj Ntseg Ntawm Vaj Tse. DHS yuav xa ib tsab ntawv tuaj rau koj hais txog seb koj puas tsim nyog rau Cov Kev Pab Cuam Kev Ruaj Ntseg Ntawm Vaj Tse. Yog tias koj tsim nyog lawm, tsab ntawv yuav hais tias cov kev pab cuam tau txais kev pom zoo lawm. Yog tias koj tsis tsim nyog tau, tsab ntawv yuav hais tias cov kev pab cuam tsis tau txais kev lees txais.

Ua hauj lwm nrog koj tus kws muab kev pab cuam yog tias koj xav tau kev pab nrog cov nuj nqis kev tsiv chaw. Yog tias koj tau txais kev pom zoo rau cov nuj nqis kev tsiv chaw, koj tus kws muab kev pab cuam yuav tsum xa daim ntawv them nqi tuaj rau peb rau txhua tus nqi kev tsiv chaw.

Cov Kev Pab Cuam Kws Txhais Lus

Cov Kev Pab Cuam Uas Tau Txais Kev Pab Them:

- Cov kev pab cuam txhais lus
- Kev pab txhais lus kos npe

Cov Lus Sau Cim Tseg:

Muaj kev pab cuam txhais lus los pab koj tau txais kev pab cuam uas tau txais kev pab them.

Xa mus rau Kev Pab Txhais Lus hauv Tshooj 1 rau cov ntaub ntawv tiv tauj thiab nrhiav seb tus neeg txhais lus twg koj tuaj yeem siv tau.

Cov Khoom Siv thiab Cuab Yeej Siv Kho Mob*

Cov Kev Pab Cuam Uas Tau Txais Kev Pab Them:

- Cov ceg cuav los sis cov cuab yeej tiag ko taw

* Xav tau los sis yuav xav tau kev tso cai ua ntej.

- Cov cuab yeej siv kho mob tau ntev (piv txwv li, lub rooj zaum muaj log, lub txaj pw hauv tsev kho mob, cov neeg taug kev, ru tsev, cov chaw rau cov khoom, cov khoom rau chav da dej thiab chaw tawm rooj, thiab wigs rau cov neeg uas muaj plaub hau hle vim muaj kev mob nkeeg).). Tiv Tauj rau Lub Chaw Pab CUam Cov Neeg Siv Khoom kom paub ntau ntxiv txog kev pab them nqi thiab cov nyiaj pab cuam txwv rau wigs.
- Kho cov cuab yeej kev kho mob
- Cov roj teeb txhawm rau cov khoom siv kho mob
- Qee nkawm khau suav nrog kev kho cov chaw ntim khau thaum ua tau raws li cov txheej txheem tshwj xeeb thiab, thaum tsim cov qauv tshwj xeeb los yog ib feem ntawm cov ntaub zoj ceg
- Cov pa thiab cov cuab yeej ntim cov pa oxygen
- Cov khoom siv kho mob koj yuav tsum tau saib xyuas koj tus mob, raug mob los sis kev xiam oob qhab
- Cov khoom siv thiab cov khoom ntim oxygen
- Cov cuab yeej pab kev ua pa
- Cov cuab yeej pab txhawb nqa hluav taws xob
- Cov khoom noj khoom haus/cov khoom siv nkag, thaum ua tau raws li tus qauv cai tshwj xeeb
- Cov cuab yeej pab rau kev npo zis
- Cov khoom siv npaj rau tsev neeg – **qhib kev nkag mus rau kev pab cuam**. Xa mus rau Cov Phiaj Xwm Kev Pab Cuam Rau Tsev Neeg hauv seem no.
- Cov cuab yeej kev sib txuas lus ntau ntxiv, nrog rau cov hxov tooj thej lev hluav taws xob
- Cov khoom txo kev fab tshuaj (rau cov tswv cuab tsim nyog hnuv nyoog qis dua 21 xyoos uas kuaj pom tias muaj mob hawb pob tsis zoo)
- Cov cuab yeej kuaj xyuas kev ntes

Cov Kev Pab Cuam Uas Tsis Tau Txais Kev Pab Them:

- Kev hloov kho hauv tsev, tsheb, los sis chaw ua hauj lwm, suav nrog cov tuav hauv chav dej
- Cov khoom siv sab ib puag ncig (xws li cua lim, cov tshuab lim cua, cov tshuab pauv huab cua, cov tshuab txo qhov noo) tshwj tsis yog suav nrog cov khoom txo kev fab tshuaj rau cov tswv cuab tsim nyog
- Cov cuab yeej tawm dag zog

Cov Lus Sau Cim Tseg:

Koj yuav tsum tau siv koj tus kws kho mob uas tsim nyog thiab tau txais daim ntawv xaj kom cov khoom siv kho mob thiab cov khoom siv tau txais kev pab.

Thov hu rau tus lej xov tooj ntawm cov khoom siv kho mob ruaj khov nyob rau hauv Tshooj 1 yog tias koj xav tau cov ntaub ntawv ntxiv ntawm peb cov txheej txheem kev pab them nqi kho mob.

Cov Kev Pab Cuam Rau Txoj Kev Noj Qab Haus Huv Fab Kev Puas Siab Puas Ntsws

Cov Kev Pab Cuam Uas Tau Txais Kev Pab Them:

- Lub Chaw Kuaj Mob Rau Sab Hlwb Hauv Zej Zog Uas Taus Txais Kev Tso Cai (CCBHC)
- Children's Intensive Behavioral Services (CIBHS) (rau cov tswv cuab hnuv nyoog qis dua 21 xyoos)
- Kev sab laj kev kho mob
- Cov kev pab cuam daws teeb meem nrog rau:
 - Kev kuaj kab mob
 - cov kev ntsuam xyuas
 - kev cuam tshuam
 - kev ruaj ntseg, suav nrog kev nyob ruaj khov
 - Kev cuam tshuam hauv zej zog (*rau cov tswv cuab hnuv nyoog 18 xyoo los sis laus dua*)
- Kev ntsuas ntsuas suav nrog kev tshuaj ntsuam xyuas kom muaj kev sib koom ua ke ntawm kev puas siab puas ntsws thiab kev siv yeeb tshuaj
- Kev Kho Mob Rau Sab Hlwb (DBT) Lub Khoos Kas Pab Cuam Cov Neeg Mob Yam Tsi Ntsees (IOP) (*rau cov neeg laus hnuv nyoog 18 xyoo los sis laus dua thiab cov tub ntxhais hluas hnuv nyoog 12-17 xyoo uas ua tau raws li qee yam*)
- Kev Saib Xyuas Zej Zog Rau Sab Kev Cai Lij Choj Uas Nthuav Tawm (FACT) (*txhawm rau cov tswv cuab hnuv nyoog 18 xyoo nce mus*)
- Lub tsev kho mob puas siab puas ntsws nyob hauv tsev kho mob, suav nrog kev nyob hauv tsev kho mob puas siab puas ntsws txuas ntxiv
- Tus kws kho mob puas siab puas ntsws lub sij hawm mus ncig
- Mental Kev Tswj Cov Xwm Txheej Rau Lub Hom Phiaj Sab Kev Noj Qab Haus Huv (MH-TCM)
- Cov kev pab cuam kho mob puas hlwb sab nraud suav nrog:
 - Kev piav qhia ntawm kev tshawb pom
 - Kev pab cuam sab hlwb txhawm rau tsev neeg (*rau cov tswv cuab hnuv nyoog qis dua 21 xyoos*)
 - Kev tswj cov tshuaj puas siab puas ntsws
 - Cov kev pab cuam rau sab kev kawm txog cov leeg
 - Kev kho mob hlwb (tus neeg mob thiab/los yog tsev neeg, tsev neeg, teeb meem, thiab pab pawg)
 - Kev kuaj mob hlwb

- Cov Kev Pab Cuam Sab Kev Noj Qab Haus Huv Sab Hlwb Ntawm Tus Kws Kho Mob suav nrog:
 - Kev ntsuas kev noj qab haus huv thiab tus cwj pwm/kev cuam tshuam
 - Kev mus ntsib kws kho mob
 - Kev sab laj txog kev puas siab puas ntsws rau cov kws kho mob tseem ceeb
 - Kev sab laj kws kho mob, kev ntsuam xyuas, thiab kev tswj xyuas
- Cov Kev Pab Cuam Kev Noj Qab Haus Huv Rau Sab Hlwb suav nrog:
 - Kev Kho Mob Rau Zej Zog Tiag-Tiag (ACT) (*rau cov tswv cuab hnub nyoog 18 xyoo nce mus*)
 - Hnub kev kho mob rau cov neeg laus (*txhawm rau cov tswv cuab hnub nyoog 18 xyoo nce mus*)
 - Cov Kev Pab Cuam Txhim Kho Cov Kev Noj Qab Haus Huv Rau Cov Neeg Loj (ARMHS) muaj rau cov tswv cuab hnub nyoog 18 xyoo nce mus
 - Cov kws kho mob tshwj xeeb hauv tsev neeg muaj ntawv pov thawj (*rau cov tswv cuab hnub nyoog qis dua 21 xyoos*)
 - Tus Kws Tshaj Lij Ua Tau Txais Kev Lees Txais (CPS) kev pab txhawb nqa hauv cov xwm txheej tsawg
 - Cov kev pab cuam rau kev kho mob hlwb rau me nyuam yaus (*rau cov tswv cuab hnub nyoog qis dua 21 xyoos*)*
 - Children’s Therapeutic Services and Supports (CTSS) including Children’s Day Treatment (*for members under age 21*)
 - Kev pab cuam sab hlwb txhawm rau tsev neeg (*rau cov tswv cuab hnub nyoog qis dua 21 xyoos*)
 - Cov Kev Pab Cuam Ke Kho Kev Noj Qab Haus Huv Sab Hlwb Rau Cov Neeg Laus (IRTS) (*rau cov tswv cuab hnub nyoog siab tshaj 18 xyoo nce mus*)
 - Kev kho mob hnyav Cov Kev Pab Cuam Rau Kev Saib Xyuas Kom Zoo Tuaj (*rau cov tswv cuab hnub nyoog qis dua 21 xyoos*)
 - Lub Khoos Kas Kev Mus Pw Hauv Tsev Kho Mob Ib Feem (PHP)
 - Cov Kev Pab Cuam Kev Noj Qab Haus Huv Fab Hlwb Kev Xav Uas Kho Kom Tau Sai (Intensive Rehabilitative Mental Health Services, IRMHS)/Kev Kho Mob Rau Cov Neeg Hluas Hauv Zej Tsoom (Youth ACT): Cov kev pab cuam kho mob puas siab puas ntsws loj heev (*rau cov tswv cuab muaj hnub nyoog 8 xyoo txog 20 xyoos*)
- Lub Chaw Kho Mob Rau Cov Neeg Puas Siab Puas Hlwb (PRTF) (*txhawm rau cov tswv cuab hnub nyoog qis dua 21 xyoos*)*
- Kev Kho Mob Ncua Kev Deb

Cov Kev Pab Cuam Uas Tsis Tau Txais Kev Pab Them:

- Hloov Kho Kev Kho Mob

* Xav tau los sis yuav xav tau kev tso cai ua ntej.

Cov kev pab cuam hauv qab no tsis suav nrog hauv Txpj Phiaj Xwm tab sis tuaj yeem muaj nyob hauv koj lub cheeb tsam nroog. Hu rau koj lub cheeb tsam nroog kom paub meej. Kuj mus saib rau Tshooj 9.

- Kev kho mob ntawm Txoj Cai 36 cov chaw uas tsis muaj ntawv tso cai raws li Cov Kev Pab Cuam Kev Kho Mob Hauv Chaw Nyob (IRTS)
- Chav thiab lub rooj tsav xwm cuam tshuam nrog Cov Kev Pab Cuam Kev Kho Mob Hauv Chaw Nyob (IRTS)
- Kev kho mob thiab chav thiab pawg thawj coj saib xyuas ntawm qee cov me nyuam yaus cov chaw kho mob puas hlwb hauv cov xeev ciam teb

Cov Lus Sau Cim Tseg:

Xa mus rau Lub Chaw Ua Hauj Lwm Rau Cov Kev Pab Cuam Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv Rau Sab Hlwb nyob rau tshooj 1 yog xav paub txog qhov twg koj yuav tsum hu los sis sau ntawv. Siv Txpj Phiaj Xwm hauv pab pawg koom tes tus kws kho mob rau cov kev pab cuam puas hlwb.

Yog tias peb txiav txim siab tsis muaj kev kho mob hlwb tsim nyog, koj yuav tau txais kev xav thib ob. au qhov kev xav thib ob, peb yuav tsum tso cai rau koj siv txhua tus kws tshaj lij kev noj qab haus huv uas tsim nyog uas tsis nyob hauv pab pawg koom tes Txpj Phiaj Xwm. Peb yuav them rau qhov no. Peb yuav tsum xav txog lub tswv yim thib ob, tab sis peb muaj cai tsis pom zoo rau qhov kev xav thib ob. Koj muaj cai rov hais dua peb qhov kev txiav txim siab.

Peb yuav tsis txiav txim siab txog qhov tsim nyog kho mob rau cov kev pab cuam puas hlwb hauv tsev hais plaub. Siv Txpj Phiaj Xwm hauv pab pawb koom tes rau koj qhov kev ntsuam xyuas kev puas siab puas ntsws hauv tsev hais plaub.

Lub Chaw Saib Xyuas Cov Kev Pab Cuam Rau Cov Poj Niam Cev Xeeb Tub thiab Ntshuam Xyuas Lub Tsev Me Nyuam (Obstetrics and Gynecology (OB/GYN) Services)

Cov Kev Pab Cuam Uas Tau Txais Kev Pab Them:

- Kev saib xyuas ua ntej yug me nyuam, kev yug me nyuam, thiab kev saib xyuas tom qab yug me nyuam
- Cov chav kawm txog kev yug me nyuam
- Cov kev pab cuam hauv tsev kho mob rau cov me nyuam mos
- Kev sab laj thiab kuaj tus kab mob HIV rau cov neeg cev xeeb tub – **qhib kev pab cuam**
- Kev kho mob rau cov neeg cev xeeb tub uas muaj tus kab mob HIV
- Kev kho mob rau cov me nyuam yug tshiab ntawm cov niam thiab txiv uas muaj tus kab mob HIV
- Kev kuaj xyuas thiab kev kho mob rau cov kab mob sib kis los ntawm kev sib deev (STDs) – **qhib kev pab cuam**

Member Handbook hauv xyoo 2025 rau Tsev Neeg thiab Cov Me Nyuam kuj hu ua
(Lub Khoos Kas Pab Cuam Kev Them Nyiaj Kho Mob Ua Ntej (PMAP))

- Cov kev pab cuam cev xeeb-tub uas tau txais los ntawm kev rho me nyuam tawm (tsis suav nrog cov kev pab cuam rho me nyuam)
- Doula cov kev pab cuam los ntawm ib tus kws kho mob uas tau lees paub los ntawm tus kws kho mob, tus kws saib xyuas neeg mob, los sis tus kws saib xyuas neeg mob cev xeeb tub uas muaj ntawv pov thawj thiab sau npe nrog Minnesota Lub Tuam Tsev Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv (MDH)
- Cov kev pab cuam muab los ntawm tus kws kho mob muaj ntawv tso cai ntawm cov chaw yug me nyuam uas muaj ntawv tso cai, suav nrog kev pab cuam ntawm cov kws saib xyuas neeg mob uas muaj ntawv pov thawj thiab cov kws saib xyuas menyuam yaus muaj ntawv tso cai

Cov Kev Pab Cuam Uas Tsis Tau Txais Kev Pab Them:

- Kev rho me nyuam tawm: Cov kev pab cuam no tsis muaj nyob rau hauv Txoj Phiaj Xwm. Tej zaum nws yuav raug them los ntawm lub xeev. Hu rau Minnesota Lub Chaw Pab Cuam Tswv Cuab Hauv Lub Khoos Kas Saib Xyuas Kho Mob ntawm 651-431-2670 los sis 1-800-657-3739 (qhov no hu dawb), los sis 711 (TTY) (qhov no hu dawb) los sis siv cov kev pab cuam xa rov qab uas koj nyiam rau cov ntaub ntawv pov thawj. Kuj mus saib rau Tshooj 9.
- Npaj yug hauv tsev

Cov Lus Sau Cim Tseg:

Koj muaj "kev nkag ncaj qha" rau OB-GYN cov kws kho mob uas tsis muaj kev xa mus rau cov kev pab cuam hauv qab no: kev kuaj xyuas kev tiv thaiv kev noj qab haus huv txhua xyoo, suav nrog kev soj ntsuam xyuas uas koj tus kws kho mob tsim nyog tau hais tias tsim nyog; kev zov me nyuam; kev soj ntsuam thiab kev kho mob rau kev ntsuam xyuas lub tsev me nyuam tej yam kev mob los yog thaum muaj xwm txheej ceev. Txhawm rau kom tau txais kev pab cuam ncaj qha, koj yuav tsum siv tus kws kho mob hauv Txoj Phiaj Xwm hauv pab pawg koom tes. Txhawm rau cov kev pab cuam uas sau tias **qhib nkag mus rau**, koj tuaj yeem siv ib lub chaw kho mob uas tsim nyog, tsev kho mob, tsev muag tshuaj, los sis lub koom haum saib xyuas txoj phiaj xwm rau tsev neeg.

Cov kev pab cuam kho qhov muag

Cov Kev Pab Cuam Uas Tau Txais Kev Pab Them:

- Kev kuaj qhov muag
- Cov tsom iav thaum kom pom kev, thaum tsim nyog kho mob (kev xaiv tsom iav qhov muag yuav muaj kev txwv)
- Hloov cov tsom iav thaum tsim nyog kho mob
 - Kev hloov cov tsom iav zoo tib yam rau kev poob, tub sab, los sis kev puas tsuaj dhau ntawm kev kho
- Kho cov thav duab thiab lo ntsiab muag rau cov tsom iav qhov muag raws li Txoj Phiaj Xwm
- Daim iav hloov xim, tsom iav tiv thaiv duab tshav ntuj (piv txwv li, daim iav[®]) los sis

daim iav polarized, thaum tsim nyog rau kev kho mob

- Tiv tauj lo ntsiab muag, thaum kho mob tsim nyog

Cov Kev Pab Cuam Uas Tsis Tau Txais Kev Pab Them:

- Ntxiv ib khub tsum iav
- Daim iav pom tau tshiab bifocal/trifocal (tsis muaj kab)
- Cov tshuaj pleev tiv thaiv daim iav roj hmab
- Cov khoom siv tiv thaiv cov iav

Cov Kev Pab Cuam Sab Nraud

Cov Kev Pab Cuam Uas Tau Txais Kev Pab Them:

- Ib qho kev pab cuam koj xav tau thaum tawm ib ntus ntawm thaj chaw pab cuam hauv Txoj Phiaj Xwm*. Daim ntawv tso cai ua ntej yuav tsum tau txais kev pab kho mob uas tsim nyog (tshwj tsis yog kev pab cuam ceev los sis xwm txheej ceev) thaum koj tawm hauv cheeb tsam. Hu rau Kev Pab Cuam Cov Neeg Siv Khoom ntawm tus lej xov tooj hauv Tshooj 1 yog xav paub ntxiv.
- Ib qho kev pab cuam koj xav tau tom qab koj tsiv tawm ntawm peb thaj chaw pab cuam thaum koj tseem yog tus tswv cuab Txoj Phiaj Xwm*
- Cov kev pab cuam xwm txheej kub ntxhov ceev uas xav tau kev kho mob tam sim ntawd
- Kev saib xyuas tom qab ruaj khov
- Kev kho mob yuav tsum tau kho sai sai thaum koj nyob sab nraud ntawm thaj chaw pab cuam Txoj Phiaj Xwm. (Hu rau Kev Pab Cuam Cov Neeg Siv Khoom ntawm tus xov tooj hauv Tshooj 1. kom sai li sai tau.)
- Cov kev pab cuam them nqi uas tsis muaj nyob rau hauv cheeb tsam Txoj Phiaj Xwm kev pab cuam*

Cov Kev Pab Cuam Uas Tsis Tau Txais Kev Pab Them:

- Thaum muaj xwm txheej ceev, xwm txheej ceev, los sis lwm yam kev pab cuam kev noj qab haus huv xa los sis cov khoom tau txais los ntawm cov kws kho mob nyob sab nraud Teb Chaws Meskas (Teb Chaws Meskas). Peb yuav tsis them nyiaj rau kev saib xyuas kev noj qab haus huv rau ib tus kws kho mob los sis ib lub koom haum sab nraud ntawm Teb Chaws Meskas.

* Xav tau los sis yuav xav tau kev tso cai ua ntej.

Cov Lus Sau Cim Tseg:

Yog tias koj xav siv lub tsev muag tshuaj thaum tawm ntawm thaj chaw pab cuam hauv Txoj Phiaj Xwm, hu rau Lub Chaw Pab Cuam Cov Neeg Siv Khoom ntawm tus naj npawb xov tooj hauv Tshooj 1 ua ntej koj them rau cov tshuaj noj los sis tshuaj tom khw, txawm tias cov tshuaj nyob hauv pab daim ntawv teev npe. cov tshuaj them (LOCD) (tus qauv). Peb tsis tuaj yeem them koj rov qab yog tias koj them rau nws.

Kev Pab Cuam Tsis Nyob Hauv Pab Pawg Koom Tes

Cov Kev Pab Cuam Uas Tau Txais Kev Pab Them:

- Qee qhov kev pab cuam koj xav tau uas koj tsis tuaj yeem tau txais los ntawm Txoj Phiaj Xwm*
- Cov kev pab cuam xwm txheej kub ntxhov ceev uas xav tau kev kho mob tam sim ntawd
- Kev saib xyuas tom qab ruaj khov
- Kev xav thib ob rau kev kho mob, kev noj qab haus huv ntawm lub hlwb, thiab kev siv tshuaj yeeb tshuaj
- Qhib cov kev pab cuam
- Cov kev pab cuam cev xeeb-tub uas tau txais los ntawm kev rho me nyuam tawm (*tsis suav nrog cov kev pab cuam rho me nyuam*)
- Ib qho kev pab cuam kho mob uas tsis yog thaum muaj xwm txheej ceev uas koj xav tau thaum tsis nyob hauv pab pawg koom tes los sis thaj chaw pab cuam uas yog los sis raug sau tseg, pom zoo, los sis tam sim no muab los ntawm tus kws pab cuam hauv pab pawg koom tes*
- Cov kev pab cuam cuam tshuam txog kev kuaj mob, saib xyuas, thiab kho tus kab mob uas tsis tshua muaj los sis tus mob

Cov Lus Sau Cim Tseg:

Qee zaum cov tswv cuab yuav tsum tau mus ntsib kws kho mob tshwj xeeb. Peb yuav ua hauj lwm nrog koj tus kws kho mob uas tsim nyog kom paub tseeb tias koj tau txais tus kws kho mob tshwj xeeb los sis kev pab cuam thaum koj xav tau, ntev npaum li koj xav tau, txawm tias tam sim no tus kws kho mob tsis yog tus kws kho mob hauv pab pawg koom tes. Tsis muaj nqi rau koj thaum pab tso cai rau kev saib xyuas los sis kev pab cuam ua ntej koj mus ntsib tus kws kho mob.

Tshuaj Kho Mob (rau cov tswv cuab uas tsis muaj Medicare)

Cov Kev Pab Cuam Uas Tau Txais Kev Pab Them:

- Cov tshuaj xaj los ntawm tus kws kho mob
- Cov kev tswj xyuas tshuaj kho kob (MTM)

* Xav tau los sis yuav xav tau kev tso cai ua ntej.

- Tej yam tshuaj tom khw muag khoom (*thaum muab tshuaj los ntawm ib tus kws kho mob uas tsim nyog muaj cai los sau ntawv*)

Cov Kev Pab Cuam Uas Tsis Tau Txais Kev Pab Them:

- Cov tshuaj siv los kho cov kab mob sib kis los ntawm kev sib deev los sis kev txawv txav ntawm qhov chaw mos
- Cov tshuaj siv rau txhim kho muaj me nyuam
- Cov tshuaj siv rau lub hom phiaj kev kho kom zoo nkauj nrog rau cov tshuaj los kho cov plaub hau hle
- Cov tshuaj tsis suav nrog kev pov hwm los ntawm tsoom fwv los sis lub xeev txoj cai lij choj
- Kev sim tshuaj, tshuaj ntsuam xyuas, los sis tshuaj tsis pom zoo los sis kev tso cai los ntawm Lub Chaw Tswj Xyuas thiab Tiv Thaiv Kab Mob (FDA)
- Cov tshuaj muaj yees rau sab kev kho mob

Cov Lus Sau Cim Tseg:

Cov tshuaj yuav tsum nyob rau hauv peb daim ntawv teev cov tshuaj them (tus qauv). aim ntawv teev cov tshuaj uas tau them (tus qauv) suav nrog cov tshuaj uas sau los ntawm UCare. Cov tshuaj hauv Daim Ntawv Tshuaj raug xaiv los ntawm Txoj Phiaj Xwm nrog kev pab los ntawm pab pawg kws kho mob thiab kws muag tshuaj. Daim ntawv teev npe yuav tsum zoo ib yam li cov npe uas them los ntawm Tus Nqi-rau-Qhov Kev Pab Cuam Uas Pab Rau Kev Kho Mob. Daim ntawv teev npe tseem yuav tsum suav nrog cov tshuaj uas tau teev tseg hauv Lub Tsev Hauj Lwm Saib Xyuas Kev Pab Cuam Tib Neeg 'Daim Ntawv Teev Npe Tshuaj Tshwj Xeeb (PDL).

Ntxiv nrog rau cov tshuaj kws kho mob tau them los ntawm UCare, qee cov tshuaj hauv khw muag khoom tau them raws li koj cov nyiaj pab cuam rau Qhov Kev Pab Cuam Rau Kev Kho Mo. Koj tuaj yeem tshawb nrhiav tshuaj kho mob siv peb cov cuab yeej tshawb fawb hauv online ntawm [ucare.org/mhcp-druglist](https://www.ucare.org/mhcp-druglist). Ib daim ntawv teev cov tshuaj tiv thaiv (tus qauv) kuj muab tso rau hauv tus vev xaib. Koj tseem tuaj yeem hu rau Lub Chaw Pab Cuam Rau Cov Neeg Siv Khoom thiab nug kom sau ib daim ntawv luam ntawm peb daim ntawv teev npe tshuaj (tus qauv).

Yog tias cov tshuaj uas koj tab tom noj tam sim no tsis raug them raws li koj txoj phiaj xwm tshiab, koj tuaj yeem tau txais mus txog 90-hnub cov khoom siv ib ntus. Yog xav paub ntxiv, hu rau Lub Chaw Muab Kev Pab Cuam Cov Neeg Siv Khoom.

Qee cov tshuaj tiv thaiv tej zaum yuav muaj cov kev cai ntxiv los sis kev txwv ntawm kev pab them nqi kho mob. Cov kev cai thiab kev txwv no yuav suav nrog:

- **Kev Tso Cai Ua Ntej (PA):** UCare xav kom koj los sis koj tus kws kho mob kom tau txais kev tso cai ua ntej rau qee cov tshuaj noj. Qhov no txhais tau tias koj yuav tsum tau txais kev pom zoo los ntawm UCare ua ntej koj sau koj cov tshuaj. Yog tias koj tsis tau txais kev pom zoo, UCare yuav tsis them cov tshuaj..
- **Qhov ntau ntawm cov kev txwv (QL):** Txhawm rau qee yam tshuaj, UCare txwv tus nqi ntawm cov tshuaj uas UCare yuav pab them.
- **Nyam/Tsis-Nyam (P/NP):** Txhawm rau qee pawg tshuaj, UCare xav kom koj sim cov

tshuaj uas nyiam ua ntej them rau cov tshuaj uas tsis nyiam. Txhawm rau kom tau txais cov tshuaj uas tsis nyiam, koj tus kws kho mob los sis tus kws kho mob yuav tsum tau txais kev tso cai ua ntej.

- **Txoj Kev Cai Rau Sab Hnub Nyoog:** Hauv qee kis, muaj lub hnub nyoog xav tau rau koj sim qee cov tshuaj noj. Yuav tsum muaj kev tso cai ua ntej nyob ntawm koj lub hnub nyoog thiab cov tshuaj tshwj xeeb uas tau sau tseg.
- **Hom-Tshuaj Muaj Npe Lag Luam:** Hom-tshuaj muaj npe lag luam yuav raug them los ntawm UCare tsuas yog thaum:
 1. Koj tus kws kho mob qhia rau UCare hauv kev sau ntawv tias hom tshuaj npe tshuaj yog qhov tsim nyog rau kev kho mob; LOS SIS
 2. UCare nyiam qhov kev muab tshuaj muaj npe lag luam tshuaj ntau dua lwm yam tshuaj; LOS SIS
 3. Minnesota Txoj Cai xav kom muaj kev them cov tshuaj muaj npe lag luam Koj tuaj yeem nrhiav seb koj cov tshuaj xav tau kev tso cai ua ntej, muaj qhov txwv ntau tsawg, muaj

Hom-Tshuaj Muaj Npe Lag Luam, los sis muaj hnub nyoog xav tau los ntawm kev hu rau Lub Chaw Pab Cuam Rau Tus Qhua los sis kev mus saib peb lub vev xaib ntawm ucare.org/mhcp-druglist. Kev txwv tshuaj los sis kev txwv yuav raug tshem tawm yog tias koj tus kws kho mob xa ib nqe lus los sis cov ntaub ntawv txhawb nqa qhov kev thov. Koj tseem tuaj yeem tau txais cov ntaub ntawv ntau ntiv txog kev txwv tsis pub siv rau cov tshuaj tshwj xeeb los ntawm kev tiv tauj rau Lub Chaw Pab Cuam Rau Cov Neeg Siv Khoom los sis mus saib peb tus vev xaib ntawm ucare.org/mhcp-druglist.

Yog tias UCare hloov pauv cov kev tso cai ua ntej, txwv kom muaj nuj nqis, thiab/los sis lwm yam kev txwv ntawm cov tshuaj uas koj tab tom noj tam sim no, UCare yuav ceeb toom rau koj thiab koj tus kws kho mob txog qhov kev hloov pauv tsawg kawg 10 hnub ua ntej qhov kev hloov pauv yuav siv tau.

Peb yuav them cov tshuaj uas tsis yog qauv yog tias koj tus kws kho mob tsim nyog qhia peb tias: 1) cov tshuaj uas ib txwm them tau ua rau muaj kev phom sij rau koj; 2) muaj laj thawj ntseeg tias cov tshuaj uas ib txwm them yuav ua rau muaj kev phom sij; los sis 3) cov tshuaj uas koj tus kws kho mob tsim nyog tau sau tseg yog qhov zoo rau koj ntau dua li cov tshuaj uas ib txwm them. Cov tshuaj yuav tsum nyob rau hauv ib chav kawm ntawm cov tshuaj uas tau them.

Peb yuav them rau cov tshuaj kho kab mob puas hlwb, txawm tias nws tsis nyob rau hauv peb cov npe tshuaj, yog tias koj tus kws kho mob tau lees tias qhov no yog qhov zoo tshaj rau koj. Tsis muaj kev sib koom them rau cov tshuaj tiv thaiv kab mob. Qee qhov xwm txheej, peb tseem yuav them rau lwm cov tshuaj siv los kho mob hlwb los sis kev puas siab puas ntsws txawm tias cov tshuaj tsis nyob hauv peb daim ntawv teev npe tshuaj. Peb yuav ua qhov no mus kom txog ib xyoos yog tias koj tus kws kho mob tau lees tias cov tshuaj yog qhov zoo tshaj rau koj thiab koj tau raug kho nrog cov tshuaj rau 90 hnub ua ntej: 1) peb tshem cov tshuaj ntawm peb cov npe tshuaj; los sis 2) koj tau tso npe rau hauv Txoj Phiaj Xwm.

Feem ntau cov tshuaj thiab qee yam khoom siv muaj txog li 30 hnub. Qee cov tshuaj uas koj noj tsis tu ncuu rau tus mob ntev los sis mob ntev yog muaj txog li 90-hnub cov khoom siv thiab raug txheeb xyuas nyob rau hauv daim ntawv teev cov npe tshuaj yuav them los ntawm UCare li "90 hnub."

Yog tias UCare tsis them koj cov tshuaj los sis muaj kev txwv los sis txwv rau koj cov tshuaj

uas koj tsis xav tias yuav ua hauj lwm rau koj, koj tuaj yeem ua ib yam ntawm cov no:

- Koj tuaj yeem nug koj tus kws kho mob yog tias muaj lwm yam tshuaj tiv thaiv uas yuav ua hauj lwm rau koj.
- Koj thiab/los sis koj tus kws kho mob tuaj yeem thov UCare kom "tsim" thiab npog cov tshuaj rau koj los sis tshem tawm cov kev txwv los sis kev txwv. Yog tias koj qhov kev thov tshwj xeeb raug pom zoo, cov tshuaj yuav raug them rau ntawm qhov tsim nyog generic los sis hom npe koom nrog qib.

Cov tshuaj yuav tsum nyob rau ntawm peb daim ntawv teev npe tshuaj uas tau txais kev pab them (tus qauv).

Yog tias koj tus kws kho mob tsim nyog tau sau cov tshuaj uas tsis nyob hauv peb daim ntawv teev cov tshuaj tiv thaiv los sis cov tshuaj uas yuav tsum tau tso cai ua ntej, nws yuav tsum hu rau Navitus nrog rau cov laj thawj kho mob uas tsim nyog thov kom muaj kev zam. Koj tus kws kho mob tuaj yeem xa daim ntawv tso cai ua ntej hauv hluav taws xob rau Navitus, los sis hu, los sis fev siv daim ntawv thov. Cov ntaub ntawv tiv tauj Navitus muaj nyob rau ntawm UCare tus kws kho mob tus vev xaib. Cov tswv cuab kuj tseem tuaj yeem pom cov ntaub ntawv hais txog qhov kev thov tshwj xeeb los ntawm kev nkag mus rau hauv cov tswv cuab phab portal ntawm **member.ucare.org**, mus rau nplooj ntawv My Pharmacy Benefits (Kuv Cov Txiaj Ntsig Hauv Lub Khw Muag Tshuaj) thiab ua kom tiav Daim Ntawv Thov Kev Zam. Tej zaum koj tuaj yeem hu rau Lub Chaw Pab Cuam Rau Cov Neeg Siv Khoom ntawm tus lej teev tseg hauv Tshooj 1.

Yog tias cov neeg ua hauj lwm hauv tsev muag tshuaj qhia rau koj tias cov tshuaj tsis raug them thiab thov kom koj them, thov kom lawv hu rau koj tus kws kho mob uas tsim nyog. Peb tsis tuaj yeem them koj rov qab yog tias koj them rau nws. Tej zaum yuav muaj lwm yam tshuaj uas yuav ua hauj lwm uas tau them los ntawm peb raws li Txoj Phiaj Xwm. Yog tias lub tsev muag tshuaj tsis hu rau koj tus kws kho mob uas tsim nyog, koj tuaj yeem ua tau. Koj tseem tuaj yeem hu rau Lub Chaw Pab Cuam Rau Cov Neeg Siv Khoom ntawm tus lej xov tooj hauv Tshooj 1 kom pab.

Yog hais tias cov neeg ua hauj lwm hauv lub tsev muag tshuaj qhia rau koj tias lub tsev muag tshuaj uas tsis nyob hauv pab pawg koom tes, thov tiv tauj rau Lub Chaw Pab Cuam Tus Neeg Siv Khoom.

Cov tshuaj tshwj xeeb yog siv los ntawm cov neeg muaj kab mob nyuaj los sis mob ntev. Cov tshuaj no feem ntau yuav tsum tau tuav tshwj xeeb, muab tshuaj, los sis saib xyuas los ntawm tus kws muag tshuaj tshwj xeeb.

Yog tias koj tau txais cov tshuaj uas muaj nyob rau hauv UCare Cov Tshuaj Tshwj Xeeb, koj tus kws kho mob yuav tsum xa daim ntawv xaj ntawm cov tshuaj tshwj xeeb ntawd mus rau UCare Khw Muaj Tshuaj Tshwj Xeeb.

Lub Khw Muaj Tshuaj Lub Npe Tshwj Xeeb: Lub Khw Muag Tshuaj Tshwj Xeeb Rau Fairview

Xov tooj thiab TTY: 612-672-5260 los sis 1-800-595-7140 (qhov no yog hu dawb xwb) TTY hu rau 711 thiab thov rau 1-800-595-7140 (qhov no yog hu dawb xwb)

Fev: 1-866-347-4939

Sij Hawm Ua Hauj Lwm: 8 teev sawv ntxov - 7 teev tsaus ntuj, Hnub Monday - Hnub Friday; 8 teev sawv ntxov - 4 teev tsaus ntuj, Hnub Saturday.

Muab cov kev pab cuam hu tau hauv xov tooj 24 teev toj ib hnuv, xya hnuv toj ib lub lim tiam.

Tus vev xaib:

fairviewspecialtyrx.org

Koj yuav tsum tau hu rau Lub Khw Muag Tshuaj Tshwj Xeeb ntawm 612-672-5260 los sis 1-800-595-7140 (qhov no yog hu dawb) los sis TTY hu rau Lub Chaw Pab Cuam Thoob Teb Chaws (National Relay Center) ntawm 711 thiab nug rau 1-800-595-7140 (qhov no yog hu dawb) txhawm rau teeb tsa tus as khauj. Koj yuav tsum tau muaj koj Daim Npav Txheeb Tus kheej Ua Tswv Cuab Hauv UCare (ID) thaum koj hu rau Lub Khw Muag Tshuaj Tshwj Xeeb.

UCare muab cov kev pab cuam xa ntawv los ntawm Costco Mail Order Pharmacy. Koj tsis tas yuav yog tus tswv cuab ntawm Costco uas siv qhov kev pab cuam no. Yog tias koj muaj cov tshuaj rau lub sij hawm ntev, tau txais koj cov tshuaj los ntawm kev xa ntawv tuaj yeem yog qhov kev xaiv yooj yim rau koj.

Lub Npe Tsev Muag Tshuaj Uas Xaj Yuav

Hauv Kev Xa Ntawv:

Costco Mail Order Pharmacy

Xov tooj thiab TTY:

1-800-607-6861 (qhov no hu dawb)

Cov neeg siv TTY hu rau 711 (qhov no hu dawb)

Tus Vev Xaib:

pharmacy.costco.com

Koj yuav tsum tsim ib tus as khauj ntawm Costco thiab Costco Mail Order Pharmacy tus neeg mob li ntaub ntawv qhia tus kheej ua ntej koj tuaj yeem pib sau koj cov tshuaj. Muaj ob txoj hauv kev rau npe:

- Hauv Online: Mus rau pharmacy.costco.com. Nias Rau "Pib Siv" thiab teeb tsa ib tus as khauj hauv online
- Hauv Xov Tooj: Hu rau Costco lub chaw pab cuam cov neeg siv khoom ntawm 1-800-607-6861 (qhov no hu dawb) los sis TTY, 711 (qhov no hu dawb), Hnuv Monday txog Hnuv Friday: 7 teev sawv ntxov - 9 teev tsaus ntuj, Hnuv Saturday: 11:30 teev sawv ntxov - 4 teev tsaus ntuj.

Rau kev rov ua dua ntawm koj daim ntawv xaj yuav khoom hauv kev xa ntawv, koj muaj kev xaiv los sau npe rau lub khoos kas ceeb toom uas tsis siv neeg rov qab rau koj tsis pub dhau 14 hnuv.

Txawm li cas los xij, qee zaum koj daim ntawv xaj yuav tshuaj tej zaum yuav qeeb. Yog tias koj xa ntawv xaj yuav qeeb, hu rau Lub Chaw Pab Cuam Tswv Cuab Ntawm UCare kom paub txog txoj hauv kev sau koj daim ntawv sau yuav tshuaj.

Tshuaj Kho Mob (rau cov tswv cuab uas muaj Medicare)

Cov Kev Pab Cuam Uas Tau Txais Kev Pab Them:

- Qee cov khoom muag hauv khw muag khoom, qee cov tshuaj hnoos thiab cov khoom txias, thiab qee cov vitamins uas tsis tau them raws li Medicare Txoj Hauj Lwm Saib Xyuas Kev Yuav Tshuaj (Medicare Tshooj D)

Cov Kev Pab Cuam Uas Tsis Tau Txais Kev Pab Them:

- Cov tshuaj noj uas tsim nyog tau txais kev pab raws li Medicare Txoj Hauj Lwm Saib Xyuas Kev Yuav Tshuaj (Medicare Tshooj D)
- Cov tshuaj siv los kho cov kab mob sib kis los ntawm kev sib deev los sis kev txawv txawv ntawm qhov chaw mos
- Cov tshuaj siv rau txhim kho muaj me nyuam
- Cov tshuaj siv rau lub hom phiaj kev kho kom zoo nkauj nrog rau cov tshuaj los kho cov plaub hau hle
- Cov tshuaj tsis suav nrog kev pov hwm los ntawm tsoom fwv los sis lub xeev txoj cai lij choj
- Kev sim tshuaj, tshuaj ntsuam xyuas, los sis tshuaj tsis pom zoo los sis kev tso cai los ntawm Lub Chaw Tswj Xyuas thiab Tiv Thaiv Kab Mob (FDA)
- Cov tshuaj muaj yees rau sab kev kho mob

Cov Lus Sau Cim Tseg:

Medicare yuav tsum tau them koj cov tshuaj feem ntau los ntawm Medicare Khoos Kas Saib Xyuas Tshuaj Raus Daim Ntawv Yuav Tshuaj (Medicare Tshooj D). **Koj yuav tsum tau tso npe rau hauv Medicare txoj phiaj xwm** tshuaj kho mob kom tau txais feem ntau ntawm your prescription drug services. Koj yuav tau txais koj cov kev pab cuam tshuaj kho mob los ntawm koj txoj phiaj xwm tshuaj kho mob Medicare – tsis yog los ntawm peb txoj phiaj xwm. Tej zaum koj yuav tau them tus nqi them rau cov ntawv sau tshuaj uas them los ntawm koj qhov kev npaj tshuaj kho mob Medicare.

Kev Saib Xyuas Kev Zoo Los Ntawm Lub Cev (rau cov tswv cuab hnuv nyoog 21 xyoo nce mus)

Kev saib xyuas kev zoo rov qab los ntawm lub cev pab cov tswv cuab tsim nyog zam kom tsis txhob raug xa mus rau tsev kho mob. Nws muab qhov chaw nyob ncuaj sij hawm luv, kev kho mob thiab kev txhawb nqa ntev txog rau caum (60) hnuv rau cov neeg uas zoo rov qab los ntawm kev mob thiab tsis muaj tsev nyob. Qhov kev saib xyuas no yog rau cov tswv cuab uas xav tau kev pab kom rov zoo los, tab sis tsis tas yuav nyob hauv tsev kho mob.

Cov Kev Pab Cuam Uas Tau Txais Kev Pab Them Nqi:

- Kev saib xyuas neeg mob yooj yim, xws li kuaj mob thiab mob
- Kev saib xyuas qhov kiav txhab
- Kev pab nrog kev noj tshuaj
- Kev qhia txog kev noj qab haus huv
- Kev tshuaj xyuas thiab kho cov tshuaj txhaj tshuaj (kev txhaj tshuaj)
- Kev tawm phiaj xwm rau kev zoo rov qab los thiab kev mus tom tsev
- Kuaj xyuas thiab tawm phiaj xwm rau kev kho mob, kev xav, thiab kev xav tau hauv zej

tsoom

- Kev tsim thiab ua raws li kev npaj kho mob
- Pab daws teeb meem kev cai lij choj, nrhiav chaw nyob, caij tsheb, thiab lwm yam kev pab cuam hauv zej zog
- Pab nrog kev saib xyuas kev noj qab haus huv thiab lwm yam txiaj ntsig
- Ua raws li cov phiaj xwm saib xyuas
- Muab kev txhawb nqa rau kev kho mob, zej tsoom, thiab kev xav, xws li kev sab laj
- Cov kev pab cuam rau tus neeg ua hauj lwm fab kev noj qab haus huv hauv zej zog

Cov Kev Pab Cuam Uas Tsis Tau Txais Kev Pab Them Nqi:

- Cov kev pab cuam uas cuam tshuam txog ib tus tswv cuab txoj kev xav tau rau kev noj qab haus huv uas tshaj li tus kws kho mob tuaj yeem txhawb nqa
- Cov kev pab cuam uas ntsig txog Cov Tes Dej Num ntawm Kev Ua Neej Nyob Txhua Hnub (ADL) uas tus tswv cuab uas ua tsis tau ntawm lawv tus kheej, xws li sawv los sis siv chav dej
- Kev them nqi rau chav tsev thiab lub rooj tsav xwm uas cuam tshuam nrog cov kev pab cuam saib xyuas kev zoo rov qab los ntawm lub cev yog lub luag hauj lwm ntawm Minnesota Lub Tsev Hauj Lwm Saib Xyuas Cov Kev Pab Cuam Tib Neeg

Lus Cim Tseg:

Ib tus tswv cuab yuav tsum muaj kev xa mus los ntawm tsev kho mob los sis chaw kho mob kom tau txais kev saib xyuas kev zoo rov qab los ntawm lub cev.

Kev txhim kho kom zoo tuaj

Cov Kev Pab Cuam Uas Tau Txais Kev Pab Them:

- Kev kho mob txhawm rau txhim kho lub dag zog rau lub cev: lub cev kev kho mob, kev ua hauj lwm kho, kev hais lus kho
- Cov Cuab Yeej Siab Txuas Lus Ntxiv
- Cov kev pab cuam lub cuam yeej pab kom hnov lus suav nrog kev kuaj hnov lus

Cov Kev Pab Cuam Uas Tsis Tau Txais Kev Pab Them:

- Kev txhim kho txog cov hauj lwm
- Cov chaw saib xyuas kev noj qab haus huv thiab chaw zuaj ib ce (spa)

Cov Kev Pab Cuam Hauv Zej Zog Raws Tsev Kawm Ntawv (txhawm rau cov tswv cuab uas muaj hnub nyoog qis dua 21 xyoos)

Cov Kev Pab Cuam Hauv Zej Zog Raws Tsev Kawm Ntawv (School-Based Community Services, SBCS) yog tej yam kev pab cuam uas tsim nyog fab kev kho mob Minnesota Lub Khoos Kas Saib

Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv (MHCP) yuav them rov qab thaum muab rau cov me nyuam yaus hauv tsev kawm ntawv los ntawm ib tus kws kho mob uas tsim nyog ua hauj lwm los sis cog lus los ntawm lub tsev kawm ntawv. Minnesota cov tsev kawm ntawv nom tswv yuav tau them nqi rau cov kev pab no.

SBCS Lawv tsis yog cov kev pab cuam tshiab los sis nthuav dav, tab sis yog ib feem ntawm cov txiaj ntsig ntawm Kev Pab Cuam Rau Kev Kho Mob. Cov tsev kawm ntawv muaj kev xaiv hauv kev muab cov kev pab cuam los pab cov tub ntxhais kawm uas tsis tau txais kev cov kev pab cuam uas ntsig txog kev noj qab haus huv los ntawm Lub Khoos KasKev Kawm Rau Tus Kheej (IEP) los sis Txoj Phiaj Xwm Pab Cuam Tsev Neeg Rau Tus Kheej (IFSP) los sis thaum cov kev pab cuam tsis tau txais kev txheeb xyuas hauv IEP.

Cov Kev Pab Cuam Uas Tau Txais kev Pab Them:

- **Cov Kev Pab Cuam Kho Mob**
 - Lub Cuab Yeej Pab Kom Hnov Lus
 - Kev Kho Kom Ua Hauj lwm
 - Kev Kho Lub Cev
 - Kev Kho Uas Siv Lus Hais
- **Cov Kev Pab Cuam Kev Noj Qab Haus Huv Fab Hlwb Kev Xav**
 - Kev Pab Cuam thiab Kev Txhawb Nqa Kev Kho Tus Me Nyuam Yaus
 - Kev Ntsuas Kev Kuaj Mob
 - Kev Piav Qhia txog Kev Tshawb Nrhiav
 - Kev Kawm Txog Fab Hlwb Kev Xav Rau Tsev Neeg
 - Kev Ntsuas Kev Coj Tus Cwj Pwm/Kev Cuam Tshuam
 - Cov Kev Pab Cuam Kev Mob Hlwb Rau Cov Neeg Mob Sab Nraud
 - Kev Kuaj Mob Hlwb
 - Kev Siv Siab Ntsws Kho Siab
 - Kev Siv Siab Ntsws Kho Siab rau Kev Kub Ntxhov

Cov Kev Pab Cuam Uas Tsis Tau Txais Kev Pab Them:

- Kev pab rau kev saib xyuas ntiag tug
- Thev Naus Laus Zis Pab
- Kev Tu Neeg Mob Hauv Tsev
- Kev Siv Tsheb Thauj Mus Los Tshwj Xeeb
- Cov kev pab cuam ntawm Txoj Phiaj Xwm Kev Kawm Rau Ib Tug Neeg Zuj Zus (IEP) uas tau txais kev pab them los ntawm lub tsev kawm ntawv

Cov Kev Pab Cuam Txog Tsis Haum Rau Kev Siv Yeeb Tshuaj (SUD)

Cov Kev Pab Cuam Uas Tau Txais Kev Pab Them:

- Kev Kuaj/Kev Ntsuam Xyuas/Kev Kuaj Mob suav nrog Kev Kuaj Luv-Luv Cuam Tshuam Xa Mus Rau Kev kho Mob (SBIRT) authorized services
- Kev ntsuas uas muaj txhij txhua
- Kev kho mob rau tus neeg mob sab nraud
- Tus neeg mob hauv tsev kho mob
- Kev kho vaj tse nyob tsis yog tsev kho mob
- Kev pab cuam muab tshuaj kho mob rau tus neeg mob sab nraud
- Ntxuav cov kuab lom (tsuas yog thaum tus neeg mob pw hauv tsev kho mob yog qhov tsim nyog kho mob vim tias muaj mob tshwm sim los ntawm kev raug mob los sis xwm txheej kev tsav tsheb los sis teeb meem kho mob thaum lub sij hawm ntxuav cov kuab lom)
- SUD kev koom tes kho mob
- Kev txhawb nqa kev sib raug zoo
- Kev tswj kev rho nyiaj

Cov Kev Pab Cuam Uas Tsis Tau Txais Kev Pab Them:

Kev them nqi rau chav tsev thiab lub rooj tsav xwm txiav txim siab tsim nyog los ntawm kev ntsuas kev siv tshuaj yeeb dej caw yog lub luag hauj lwm ntawm Minnesota Lub Tuam Tsev Saib Xyuas Cov Kev Pab Cuam Rau Tib Neeg (Minnesota Department of Human Services).

Cov Lus Sau Cim Tseg:

Xa mus rau Tshooj 1 txhawm rau cov ntaub ntawv tiv tauj Cov Kev Pab Cuam Siv Tshuaj Tiv Thaiv Kev Siv Tshuaj Muaj Yees.

Ib tus kws kho mob uas tsim nyog uas yog ib feem ntawm Txoj Phiaj Xwm hauv pab pawg koom tes yuav ua cov lus pom zoo rau cov kev pab cuam siv tshuaj yeeb rau koj. Tej zaum koj tuaj yeem xaiv mus txog qib siab tshaj plaws ntawm kev saib xyuas pom zoo los ntawm tus kws kho mob uas tsim nyog. Koj tuaj yeem tau txais kev ntsuam xyuas ntxiv ntawm txhua qhov chaw thoob plaws koj qhov kev saib xyuas yog tias koj tsis pom zoo nrog cov kev pab cuam uas tau txais kev pom zoo. Yog tias koj pom zoo nrog qhov kev ntsuas thib ob, koj tuaj yeem nkag mus rau cov kev pab cuam raws li cov qauv kev siv tshuaj yeeb dej caw thiab qhov kev ntsuas thib ob. Koj muaj cai thov rov hais dua. Mus saib rau Tshooj 13 ntawm Phau Ntawv Tswv Cuab no.

Kev phais mob

Cov Kev Pab Cuam Uas Tau Txais Kev Pab Them:

- Lub chaw ua hauj lwm/lub chaw mus ntsib kho mob/kev phais mob
- Tshem tawm cov tias cim dub thaum yug los (wine stain birthmarks)
- Kev phais hloov pauv qhov txawv txav kom zoo li lwm tus tib neeg (piv txwv li, tom qab

kev phais ob lub mis tas, tom qab phais qhov raug mob, muaj mob los yog lwm yam kab mob; txhawm rau kev txawv txav ntawm lub cev los puag thaum yug)

- Cov kev pab cuam tshuaj loog
- Kev txiav thaum tsim nyog rau kev kho mob
- Kev phais hloov pauv poj niam txiv neej

Cov Kev Pab Cuam Uas Tsis Tau Txais Kev Pab Them:

- Kev phais kom zoo nkauj

Cov Pab Cuam Rau Kev Noj Qab Haus Huv Nyob Deb (Telehealth)

Cov Kev Pab Cuam Uas Tau Txais Kev Pab Them:

- Cov kev pab cuam rau kev noj qab haus huv nyob deb (telehealth) duav roos rau cov kev kho mob uas tsim nyog thiab kev sab laj xa los ntawm ib tus kws kho mob uas muaj ntawv tso cai los ntawm kev hu xov tooj los sis hu video nrog tus tswv cuab. Cov tswv cuab qhov chaw nyob tuaj yeem yog lawv lub tsev. Telehealth txhais tau tias yog kev xa cov kev pab cuam kev noj qab haus huv los sis kev sib sab laj los ntawm kev siv lub sij hawm tiag, ob txoj kev sib tham hauv suab thiab kev sib tham sib pom. Lub hom phiaj ntawm telehealth yog los muab los sis txhawb nqa kev kho mob thiab pab txhawb kev ntsuam xyuas, kuaj mob, kev sab laj, kev kho mob, thiab kev tswj xyuas kev saib xyuas ntawm tus neeg mob txoj kev saib xyuas kev noj qab haus huv thaum tus neeg mob nyob ntawm qhov chaw pib thiab tus kws kho mob muaj ntawv tso cai nyob ntawm qhov chaw nyob deb.

Kev saib xyuas nyob deb

Kev saib xyuas nyob deb yog kev siv thev naus laus zis los muab kev saib xyuas thiab kev txhawb nqa rau cov tswv cuab cov kev xav tau kev noj qab haus huv nyuaj los ntawm qhov chaw nyob deb xws li hauv cov tswv cuab lub tsev. Kev saib xyuas nyob deb tuaj yeem taug qab tus tswv cuab cov cim tseem ceeb uas siv lub cuab yeej los sis cov khoom siv uas xa cov ntaub ntawv hauv tshuab hluav taws xob mus rau lawv tus kws kho mob tshuaj xyuas. Piv txwv ntawm cov cim tseem ceeb uas tuaj yeem saib xyuas tau nyob deb suav nrog lub plawv dhia, ntshav siab, thiab ntshav qab zip.

Cov Kev Pab Cuam Uas Tau Txais Kev Pab Them:

- Kev saib xyuas nyob deb rau cov tswv cuab uas muaj kev pheej hmoo siab, kev kho mob nyuaj xws li mob plawv tsis ua hauj lwm, mob ntsws sij hawm ntev (COPD) los sis ntshav qab zib (thaum tsim nyog kho mob)

Rau Kev Txiaiv Luam Yeeb thiab Nicotine:

Cov Kev Pab Cuam Uas Tau Txais Kev Pab Them:

- Kev Sib Laj Tim Ntsej Tim Muag: Koj tuaj yeem tau txais kev pab txiaiv luam yeeb los sis nicotine los ntawm kev sab laj tim ntsej tim muag los sis pab pawg uas coj los ntawm cov neeg ua hauj lwm saib xyuas kev noj qab haus huv uas tau txais kev cob qhia.

- Kev Sab Laj Hauv Xov Tooj: Koj tuaj yeem hu rau Tus Xov Tooj Muab Kev Pab Txiaiv Luam Yeeb thiab Nicotine rau kev txhawb nqa. Qhov kev pab cuam no tuaj yeem nkag mus tau hauv xov tooj thiab tsis tas yuav tsum muaj vis dis aus.
 - Hu rau Tus Xov Tooj Muab Kev Pab Rau Kev Txiaiv Luam Yeeb thiab Nicotine ntawm 1-855-260-9713 (tus xov tooj hu dawb) los sis rau TTY, 711 (tus xov tooj hu dawb), 24 teev ib hnuv, xya hnuv hauv ib lub lim tiam.
 - Mus saib hauv myquitforlife.com/ucare
 - Rub tawm lub app hauv xov tooj Rally Coach Quit For Life
- Tshuaj: Koj tuaj yeem tau txais ob daim ntawv sau yuav tshuaj thiab tshuaj tom khw muag khoom uas tau txais kev pom zoo los ntawm Feem Tswj Hwm Khoom Noj thiab Tshuaj los pab koj txiaiv luam yeeb los sis nicotine.
- Kev Kho Mob Nyob Nrug Deb: Cov kev pab cuam tseem tuaj yeem muab los ntawm kev kho mob nyob nrug deb (hu vis dis aus los sis oos lais).

Lus Cim Tseg:

Tsis Muaj Kev Txwv: Tsis muaj kev txwv uas koj tuaj yeem siv cov kev pab cuam no ntau npaum li cas los sis koj tuaj yeem tau txais kev sab laj los sis tshuaj rau kev txiaiv luam yeeb thiab nicotine tau pes tsawg zaus.

Kev Pab Cuam Ntau Yam: Koj tuaj yeem siv ntau hom kev txhawb nqa tib lub sij hawm, xws li kev sab laj thiab tshuaj.

Tsis muaj kev tso cai ua ntej uas yuav tsum tau muaj rau cov kev pab cuam rau kev txiaiv luam yeeb thiab nicotine thiab tshuaj uas tau txais kev pom zoo los ntawm Feem Tswj Hwm Khoom Noj thiab Tshuaj rau kev kho kev txiaiv luam yeeb.

Kev Hloov Pauv Khoom Nruab Nrog

Cov Kev Pab Cuam Uas Tau Txais Kev Pab Them:

- Kev hloov pauv hauv nruab nrog cev thiab cov ntaub so ntswg, suav nrog: cov rog hauv pob txha, lub zeem muag, lub plawv, lub plawv-lub ntsws, txoj hnyuv, plab hnyuv-siab, raum, siab, ntsws, txiaiv, txiaiv, txiaiv-mob raum, pancreatic islet cell, qia cell, thiab lwm yam kev hloov pauv.
- Cuab Yeej Pab Rau Chav Hauv Lub Plawv Sab Hauv Qab: muab tso ua tus choj rau lub plawv hloov los sis ua qhov chaw kho mob

Cov Lus Sau Cim Tseg:

Hom kev hloov pauv yuav tsum yog: 1) teev nyob rau hauv Minnesota Lub Tuam Tsev Saib Xyuas Tus Kws Tsim Phau Ntawv Qhia Txog Cov Kev Pab Cuam Rau Tib Neeg (Minnesota Department of Human Services Manual); 2) hom kev them nyiaj los ntawm Medicare; los sis 3) pom zoo los ntawm lub xeev tus neeg saib xyuas kev kho mob.

Kev hloov pauv yuav tsum tau ua ntawm lub chaw hloov pauv uas yog Medicare qhov

chaw hloov pauv tau pom zoo.

Stem cell los sis pob txha pob txha hloov chaw yuav tsum ua raws li cov qauv tsim los ntawm Lub Tsev Hauj Lwm Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv (FACT).

Kev thauj mus rau/los ntawm Kev Pab Cuam Rau kev Kho Mob

Cov Kev Pab Cuam Uas Tau Txais Kev Pab Them:

- Lub tsheb thauj neeg mob (saum huab cua los sis hauv pem teb suav nrog kev thauj mus los hauv dej)
- Pab neeg tsav tsheb thauj mus los
- Tsis muaj kev thauj mus los (tsheb ntiav taxicab los sis tsheb thauj pej xeeb)
- Kev pab rau kev thauj mus los
- Kev thauj mus los Lift-equipped/ramp
- Kev tiv thaiv kev thauj mus los
- Kev thauj lub txaj mus los

Cov Kev Pab Cuam Uas Tsis Tau Txais Kev Pab Them:

- Them cov nqi them rov qab (piv txwv li, thaum koj siv koj tus kheej lub tsheb), noj mov, chaw pw, thiab chaw nres tsheb, kuj suav nrog kev tawm hauv lub xeev. Cov kev pab cuam no tsis muaj nyob rau hauv Txoj Phiaj Xwm tab sis tej zaum yuav muaj los ntawm lub nroog los sis lub koom haum pab pawg neeg. Hu rau koj lub cheeb tsam nroog los sis lub chaw hauj lwm pab pawg neeg hauv zos kom paub ntau ntxiv.

Cov Lus Sau Cim Tseg:

Yog tias koj xav tau kev thauj mus los thiab los ntawm cov kev pab cuam kev noj qab haus huv uas peb them, hu rau tus xov tooj ntawm kev thauj mus los hauv Tshooj 1. Peb yuav muab cov qauv kev thauj mus los uas tsim nyog thiab raug nqi tshaj.

Txoj Phiaj Xwm tsis tas yuav muab kev thauj mus los rau koj lub tsev kho mob ntiag tug yog tias nws nyob deb dua 30 mais ntawm koj lub tsev los sis yog tias koj xaiv ib tus kws kho mob tshwj xeeb uas nyob ntau dua 60 mais ntawm koj lub tsev. Hu rau tus xov tooj tsheb thauj mus los hauv Tshooj 1 yog tias koj tsis muaj chaw kho mob thawj zaug uas muaj nyob hauv 30 mais ntawm koj lub tsev thiab/los yog koj tsis muaj ib tus kws kho mob tshwj xeeb uas muaj nyob hauv 60 mais ntawm koj lub tsev.

HealthRide: Peb muab kev caij tsheb mus thiab los ntawm kev teem caij kho mob rau cov tswv cuab tsim nyog uas tsis muaj lwm txoj kev thauj mus los.

Kev thauj mus los yog them rau cov chaw uas koj tau txais cov txiaj ntsig, xws li: UCare kws kho mob lub chaw ua hauj lwm hauv pab pawg koom tes (tus kws kho mob thawj zaug thiab/los sis tus kws kho mob tshwj xeeb), kho hniav, mob hlwb, thiab cov kws kho mob siv tshuaj. Kev caij tsheb kuj muaj rau thiab los ntawm lub khw muag tshuaj mus nqa tshuaj.

Daim npav caij tsheb npav muaj kev pab cuam rau xya lub nroog Minneapolis/St. Paul metro cheeb tsam, St. Huab, Duluth, thiab ntau dua St. Lub Nroog Louis, ntawm lwm qhov chaw.

Yuav teem caij los sis tshem tawm caij tsheb li cas:

- Koj yuav tsum teem caij koj caij tsheb nrog HealthRide tsawg kawg yog ob hnuv ua hauj lwm ua ntej koj teem sij hawm kom paub meej tias muaj kev thauj mus los.
- Koj tuaj yeem xaj daim npav npav los ntawm HealthRide (yog tias muaj nyob hauv koj cheeb tsam) kaum plaub hnuv ua ntej koj teem sij hawm. Yog tias koj muaj daim npav caij tsheb npav uas koj yuav tsum siv lub npav rau kev teem caij kho mob.
- Npaj cov ntaub ntawv hauv qab no koj txhij ua ntej koj hu rau HealthRide:
 - koj tus tswv cuab tus ID,
 - hnuv yug,
 - qhov chaw nyob hauv cov ntaub ntawv nrog lub nroog,,
 - qhov chaw tos txais thiab xa tawm qhov chaw nyob, thiab
 - koj tus xov tooj hu rau (rau tuaj tos).
- Koj yuav tsum hu rau HealthRide yog tias koj xav tau tshem koj lub caij caij tsheb los sis hloov koj lub hom phiaj.

Tej yam koj yuav tsum paub txog kev siv koj cov txiaj ntsig kev thauj mus los:

- Koj tsis tuaj yeem nqa los sis tso tawm leej twg thaum koj mus ncig.
- Koj tuaj yeem nqa tus neeg saib xyuas.
- HealthRide muaj txoj cai los txheeb xyuas cov kev teem caij/tshuaj noj ua ntej muab caij tsheb.
- UCare tuaj yeem tiv tauj koj kom kuaj xyuas kev caij tsheb yog tias lwm tus neeg hu rau koj.
- Tus neeg tsav tsheb yuav muab ib daim npav los sis daim pib nrog lub tuam txhab lub npe rau koj thiab tus lej xov tooj ntawm nws. Khaws cia nrog koj thiab hu rau tus xov tooj rau koj rov qab caij tsheb.

Chaw Kho Mob Maj Ceev

Cov Kev Pab Cuam Uas Tau Txais Kev Pab Them:

- Kev saib xyuas thaum muaj xwm ceev hauv cheeb tsam muaj Txoj Phiaj Xwm kev pab cuam
- Kev saib xyuas ceev sab nraud ntawm thaj chaw Txoj Phiaj Xwm kev pab cuam

Cov Kev Pab Cuam Uas Tsis Tau Txais Kev Pab Them:

- Thaum muaj xwm txheej ceev, xwm txheej ceev, los sis lwm yam kev pab cuam kev noj qab haus huv xa los sis cov khoom tau txais los ntawm cov kws kho mob nyob sab nraud Teb Chaws Meskas (Teb Chaws Meskas). Peb yuav tsis them nyiaj rau kev saib xyuas kev noj qab haus huv rau ib tus kws kho mob los sis ib lub koom haum sab nraud ntawm Teb Chaws Meskas.

Cov Lus Sau Cim Tseg:

Ib qho mob ceev tsis yog mob hnyav li qhov xwm txheej ceev. Qhov no yog kev saib xyuas tus mob uas xav tau kev kho mob sai kom tsis txhob mob hnyav. Kev kho mob thaum muaj xwm ceev yog muaj 24 teev nyob rau ib hnuv.

Koj kuj tuaj yeem hu tau rau Tus Xov Tooj Muab Kev Pab Tu Neeg Mob tau 24/7 ntawm 1-800-942-7858 (qhov no hu dawb), TTY 1-855-307-6976 (qhov no hu dawb). Tus Xov Tooj Muab Kev Pab Tu Mob Tau 24/7 muab kev pab kho mob 24 teev hauv ib hnuv, 7 hnuv hauv ib lub lim tiam.

Nws yog qhov zoo kom paub qhov chaw kho mob ceev hauv lub network yog nyob ze koj tshaj plaws. Koj tuaj yeem nrhiav chaw kho mob ceev ntawm no: ucare.org/searchnetwork. Los sis koj tuaj yeem hu rau Lub Chaw Pab Cuam Rau Tus Neeg Siv Khoom.

Hu rau Lub Chaw Pab Cuam Rau Tus Neeg Siv Khoom ntawm tus naj npawb xov tooj hauv Tshooj 1 kom sai li sai tau thaum koj tau txais kev saib xyuas sai sab nraum thaj chaw pab cuam ntawm Txoj Phiaj Xwm.

Kev Mus Ntsib Uas Zoo Ib Yam Li tiag los sis eVisits

Tsis muaj nqi rau E-visits los sis kev mus ntsib ib yam li tiag los ntawm Virtuwell.

Cov Kev Pab Cuam Uas Tau Txai Kev Pab Them: U

Care muab kev mus ntsib ib yam li tiag (hauv online) tsis tau them nqi dab tsi los ntawm virtuwell.com los sis Fairview myChart. Kev mus ntsib ib yam li tiag muaj nyob hauv online 24/7 yam tsis tas yuav muaj kev teem caij. Koj tuaj yeem nkag mus saib xyuas yam tsis tau tawm hauv koj lub tsev thiab khaws cov tshuaj xa mus rau koj lub khw muag tshuaj hauv pab pawg koom tes.

Tshooj 8. Cov Kev Pab Cuam Peb Tsis Them

Yog tias koj tau txais cov kev pab cuam los sis cov khoom siv uas tsis tau them, koj yuav tau them rau lawv tus kheej. Qee qhov kev pab cuam thiab cov khoom siv “tsis pab them” muaj nyob hauv txhua qeb hauv Tshooj 7. Hauv qab no yog cov npe ntawm lwm cov kev pab cuam thiab cov khoom siv uas tsis muaj nyob hauv Txoj Phiaj Xwm. Qhov no tsis yog ib daim ntawv teev tag nrho. Yog xav paub ntxiv, tiv toj rau Lub Chaw Muab Kev Pab Cuam Cov Neeg Siv Khoom.

- Kev tshuaj ntsuam lub cev tuag (kev ntsuam xyuas uas ua tiav ntawm lub cev ntawm cov neeg uas tau tuag los nrhiav qhov teeb meem ua rau tuag)
- Cov txheej txheem tshuaj plev ib ce los sis kev kho mob
- Thaum muaj xwm txheej ceev, xwm txheej ceev, los sis lwm yam kev pab cuam kev noj qab haus huv xa los sis cov khoom tau txais los ntawm cov kws kho mob nyob sab nraud Teb Chaws Meskas (Teb Chaws Meskas). Peb yuav tsis them nyiaj rau kev saib xyuas kev noj qab haus huv rau ib tus kws kho mob los sis ib lub koom haum sab nraud ntawm Teb Chaws Meskas.
- Kev sim los sis kev tshawb nrhiav kev pab cuam
- Cov kev pab cuam saib xyuas kev kho mob los sis khoom siv uas tsis tsim nyog rau kev kho mob

- Cov khoom lag luam Homeopathic thiab tshuaj ntsuab
- Cov neeg mob hauv tsev kho mob hauv tsev kho mob thiab tsev laus cov kev pab cuam xwm txheej, xws li TV, xov tooj, kev txiav plaub hau thiab kev zoo nkauj, thiab kev pab cuam qhua
- Cov khoom siv uas tsis siv los rau kev kho tus mob

Tshooj 9. Cov Kev Pab Cuam Uas Tsis Muaj Nyob Hauv Txoj Phiaj Xwm Tab Sis Yuav Raug Them Los Ntawm Lwm Qhov Chaw

Cov kev pab cuam no tsis raug them raws li Txoj Phiaj Xwm, tab sis yuav raug them los ntawm lwm qhov chaw, xws li lub xeev, lub nroog, tsoom fwv, pawg neeg, los sis Medicare txoj kev npaj tshuaj kho mob. Yog xav paub ntxiv txog cov kev pab cuam no, hu rau Minnesota Lub Khoos Kas Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv (MHCP) Lub Chaw Pab Tswv Cuab ntawm 651-431-2670 los sis 1-800-657-3739 (qhov no hu dawb) los sis 711 (TTY), los sis siv cov kev pab cuam kev xa mus uas koj xav tau.

- Cov kev pab cuam txho kev rho me nyuam tawm
- Kev tswj cov xwm txheej rau cov tswv cuab uas muaj kev xiam oob khab
- Kev tswj hwm qhov xwm txheej hauv lub hom phiaj kev pab cuam me nyuam yaus
- Kev cob qhia ib hnub thiab kev ua neej nyob rau cov kev pab cuam
- Kev tswj tus neeg muaj tus kab mob HIV
- Kev Saib Xyuas Neeg Mob Hauv Tsev (HCN): Yog xav paub ntxiv txog cov kev pab cuam HCN, hu rau lub chaw saib xyuas hauv tsev kom muaj kev ntsuam xyuas. Txhawm rau nrhiav ib lub chaw saib xyuas tsev nyob hauv koj cheeb tsam, hu rau MHCP tus naj npawb Chaw Pab Cuam Tswv Cuab uas teev tseg saum toj no.
- Qhov chaw saib xyuas nruab nrab rau cov tswv cuab nrog kev xiam oob khab (ICF/DD)
- Kev cob qhia hauj lwm thiab kev pab cuam kev kawm
- Cov kev pab cuam kho mob uas tsim nyog tau teev tseg nyob rau hauv Ib Daim Ntawv Qhia Kev Kawm Ib Tus Kheej (IEP) los sis Txoj Phiaj Xwm Pab Cuam Rau Tsev Neeg Ntiag Tug (IFSP) uas yog muab los ntawm ib cheeb tsam tsev kawm ntawv thiab them rau hauv Kev Pab Cuam Rau Kev Kho Mob
- Kev them nyiaj rov qab rau qhov mus tau dej (piv txwv li, thaum koj siv koj lub tsheb), noj mov, chaw pw, thiab chaw nres tsheb. Hu rau koj lub nroog kom paub ntau ntxiv.
- Kev saib xyuas neeg mob hauv cov tsev laus
- Kev Pab Cuam Sab Kev Saib Xyuas Tus Kheej (PCA). Cov Kev Pab Cuam thiab Kev Txhawb Nqa Xub Thawj Rau Zej Zog (CFSS) yuav hloov cov kev pab cuam PCA ntawm tus tswv cuab qhov kev ntsuam xyuas hauv txhua xyoo uas pib hauv Lub Kaum Hlis Ntuj

Tim 1, 2024. Hu rau koj lub nroog ntawm qhov chaw nyob kom tau txais kev saib xyuas mus sij hawm ntev thiab kev txhawb nqa kom paub ntau ntxiv txog cov kev pab cuam CFSS (PCA) thiab npaj rau kev ntsuas.

- Ua Hauj Lwm Koom Nrog Kev Pab Cuam Zej Zog Tom Qab Kev Ntes
- Yog tias koj muaj Medicare Part A los sis Part B los sis tag nrho ob qho, Cov ntawv sau tshuaj muaj nyob hauv Medicare Txoj Hauj Lwm Tshuaj Kev Kho Mob (Medicare Tshooj D). Koj yuav tsum tau rau npe rau hauv Medicare txoj phiaj xwm tshuaj kho mob kom tau txais cov kev pab cuam no.
- Chav thiab lub rooj tsav xwm cuam tshuam nrog Cov Kev Pab Cuam Kev Kho Mob Hauv Chaw Nyob (IRTS)
- Chav pw thiab tej khoom noj khoom haus cuam tshuam nrog kev kho mob ntawm cov me nyuam yaus cov chaw kho mob puas siab puas ntsws. Chav pw thiab tej khoom noj khoom haus yuav raug them los ntawm koj lub nroog. Hu rau koj lub cheeb tsam nroog kom paub meej.
- Chav pw thiab tej khoom noj khoom haus cuam tshuam nrog kev kho mob ntawm cov me nyuam yaus cov chaw kho mob puas siab puas ntsws (Txoj Cai 5). Chav pw thiab tej khoom noj khoom haus yuav raug them los ntawm koj lub nroog. Hu rau koj lub cheeb tsam nroog kom paub meej.
- Cov kev pab cuam muab los ntawm tsoom fwv cov koom haum
- Cov kev pab cuam muab los ntawm lub xeev lub chaw kho mob hauv cheeb tsam los sis lub xeev cov chaw saib xyuas ncu ntev tshwj tsis yog tau txais kev pom zoo los ntawm peb los sis kev pab cuam tau txais kev txiav txim los ntawm lub tsev hais plaub raws li cov xwm txheej tau teev tseg hauv txoj cai lij choj
- Kev kho mob ntawm Txoj Cai 36 cov chaw uas tsis muaj ntawv tso cai raws li Cov Kev Pab Cuam Kev Kho Mob Hauv Chaw Nyob (IRTS)
- Cov Kev Pab Cuam Hauv Tsev thiab Zej Zog Kev zam

Tshooj 10. Thaum Twg Thiaj Yuav Hu Rau Koj Tus Neeg Ua Hauj Lwm Hauv Lub Cheeb Tsam Nroog

Hu rau koj tus neeg ua hauj lwm hauv cheeb tsam nroog kom tshaj tawm cov kev hloov pauv no:

- Cov kev hloov npe
- Hloov chaw nyob nrog rau kev tsiv tawm hauv Minnesota
- Hnub pib cev xeeb tub / hnub kawg
- Kev txiv los sis plam ib tus tswv cuab hauv tsev
- Pawv los sis raug nyiag lawm daim npav Qhia Txog Tus Kheej (ID) Hauv Lub Khoos Kas Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv Hauv Lub Xeev Minnesota
- Kev tuav pov hwm tshiab los sis Medicare - hnub pib / xaus

- Hloov cov nyiaj tau los nrog rau kev hloov ua hauj lwm

Tshooj 11. Siv Cov Phiaj Xwm Kev Pab Cuam Nrog Rau Lwm Yam Kev Pov Hwm

Yog tias koj muaj lwm yam kev pov hwm, qhia rau peb ua ntej koj tau txais kev saib xyuas. Peb yuav qhia rau koj paub yog tias koj yuav tsum siv lub Txoj Phiaj Xwm cov chaw muab kev pab cuam los sis cov kws kho mob siv los ntawm koj lwm yam kev pov hwm. Peb yuav koom tes nrog peb cov nyiaj them poob hauj lwm. Qhov no yog hu ua "kev sib koom tes ntawm cov txiaj ntsig." Piv txwv ntawm lwm yam kev pov hwm muaj xws li:

- Tsis muaj kev pov hwm tsheb tsis raug cai
- Cov nyiaj them rau cov neeg ua hauj lwm
- Medicare
- Tricare
- Lwm qhov kev pab cuam them nqi kho mob Lub Koom Haum Kev Tsim Kho Kev Noj Qab Haus Huv (HMO)
- Lwm yam kev tuav pov hwm kev lag luam

Thaum koj dhau los ua ib tug tswv cuab ntawm Txoj Phiaj Xwm, koj pom zoo rau:

- Cia peb xa daim nqi mus rau koj lwm yam kev pov hwm
- Cia peb tau txais cov ntaub ntawv los ntawm koj lwm yam kev pov hwm
- Cia peb tau txais cov nyiaj them los ntawm koj lwm yam kev pov hwm es tsis txhob them nyiaj xa tuaj rau koj
- Pab peb tau txais kev them nyiaj los ntawm koj lwm yam kev pov hwm

Yog tias koj lwm yam kev pov hwm hloov pauv, hu rau koj tus neeg ua hauj lwm hauv nroog.

Tshooj 12. Subrogation los sis Lwm Yam Kev Thov

Thawj kab lus no siv rau qee cov neeg tsis yog pej xeem nyob rau hauv Kev Pab Cuam Tsev Neeg thiab Me Nyuam:

Tej zaum koj yuav muaj lwm qhov kev them nyiaj rau koj qhov kev kho mob. Tej zaum lawv yuav yog los ntawm lwm tus neeg, pab pawg, tuam txhab pov hwm, los sis lwm lub koom haum. Yog tias koj muaj lus foob rau lwm qhov kev raug mob, peb yuav ua daim ntawv thov kev kho mob uas peb them rau koj. Xeev txoj cai lij choj hais kom koj pab peb ua qhov no. Qhov kev thov yuav rov qab los ntawm ib qho kev txiaj txim los sis kev txiaj txim tau txais los ntawm koj los ntawm lwm qhov chaw. Qhov no muaj tseeb txawm tias koj tsis tau them tag nrho ntawm koj daim ntawv thov. Tus nqi ntawm qhov kev thov yuav tsis ntau tshaj li lub xeev txoj cai tso cai.

Kab lus thib ob no siv tau rau cov tswv cuab hauv lub khoos kas Tsev Neeg thiab Cov Kev

Pab Cuam Me Nyuam tshwj tsis yog qee cov neeg tsis yog pej xeeb:

Tej zaum koj yuav muaj lwm qhov kev them nyiaj rau koj qhov kev kho mob. Tej zaum lawv yuav yog los ntawm lwm tus neeg, pab pawg, tuam txhab pov hwm, los sis lwm lub koom haum. Tsoom Fwv Teb Chaws thiab lub xeev txoj cai muab cov nyiaj pab kho mob tsuas yog them yog tias tsis muaj lwm qhov kev them nyiaj. Yog tias koj muaj lus foob rau lwm qhov kev raug mob, peb yuav ua daim ntawv thov kev kho mob uas peb them rau koj. Cov kev cai lij choj xav kom koj pab peb ua qhov no. Qhov kev thov yuav rov qab tau los ntawm txhua qhov chaw uas yuav yog lub luag hauj lwm rau kev them nqi kho mob uas peb them rau koj. Tus nqi ntawm qhov kev thov yuav tsis ntau tshaj li tsoom fwv thiab lub xeev txoj cai lij choj tso cai.

Tshooj 13. Kev tsis txaus siab, kev thov rov hais dua thiab Lub Xeev Kev Thov Kom Rov Qab Txiaiv Txim Dua (Rooj Plaub Txiaiv Txim Ncaj Ncees hauv lub xeev) Txheej Txheem

Nqe lus no qhia koj txog kev tsis txaus siab thiab kev thov rov hais dua nrog rau cov ntawv ceeb toom, kev tsis txaus siab (kev tsis txaus siab), kev thov rov hais dua txog kev pab them nqi kho mob, thiab Lub Xeev Kev Thov Kom Rov Qab Txiaiv Txim Dua (Lub Tsev Txiaiv Txim Ncaj Ncees nrog Lub Xeev). Nws qhia koj yuav ua li cas thiab thaum twg siv qhov kev tsis txaus siab thiab kev thov rov hais dua yog tias koj tsis txaus siab rau koj qhov kev kho mob los sis kev pab cuam los sis tsis pom zoo rau qhov kev txiaiv txim siab uas peb tau txiaiv txim. Nws qhia koj txog koj txoj cai thaum siv qhov kev tsis txaus siab thiab kev thov rov hais dua.

Thov hu rau Lub Chaw Pab Cuam Cov Neeg Siv Khoom ntawm tus xov tooj hauv Tshooj 1 yog tias koj muaj lus nug los sis xav tau kev pab ua ntawv tsis txaus siab los sis thov rov hais dua.

Kev tsis txaus siab thiab kev thov rov hais dua cov ntsiab lus kom paub:

Kev tsis txaus siab yog thaum koj tsis txaus siab rau cov kev pab cuam koj tau txais thiab tej zaum yuav suav nrog ib qho ntawm cov hauv qab no:

- kev saib xyuas zoo los sis kev pab cuam tau muab
- tsis ua raws li koj txoj cai
- kev tsis ncaj ncees ntawm tus kws kho mob los sis tus neeg ua hauj lwm kho mob
- ncuva kev kho mob los sis kev xa mus
- tsis ua raws li lub sij hawm xav tau rau kev tsis txaus siab thiab kev thov rov hais dua

Kev tsis lees paub, txiaiv tawm, los sis txo qis (DTR) (daim ntawv ceeb toom ntawm kev nqis tes ua) yog ib daim foos los sis tsab ntawv uas peb xa tuaj rau koj qhia koj txog qhov kev txiaiv txim siab peb tau ua ntawm kev thov kev pab cuam, kev them nqi ntawm kev thov, los sis lwm yam kev thov Daim ntawv ceeb toom yuav qhia koj yuav ua li cas thov kev thov rov hais dua nrog txoj kev pab them nqi kho mob los sis thov kev thov rau Xeev (Lub Tsev Txiaiv Txim Ncaj Ncees nrog Lub Xeev) yog tias koj tsis pom zoo rau peb qhov kev txiaiv txim.

Ib daim phiaj xwm kev noj qab haus huv rov hais dua yog koj thov kom peb saib xyuas qhov kev txiaiv txim peb tau ua. Koj tuaj yeem thov kom rov hais dua yog tias koj tsis pom zoo nrog peb

qhov kev txiav txim hauv ib qho ntawm cov hauv qab no **kev ua** (cov kev txiav txim):

- tsis lees paub los sis txwv tsis pub tso cai ntawm hom los sis qib kev pab cuam thov los ntawm koj tus kws kho mob
- txo qis, ncuu, los sis nres ntawm qhov kev pab cuam uas tau pom zoo ua ntej
- tsis kam lees tag nrho los sis ib feem ntawm kev them nyiaj rau ib qho kev pab cuam
- tsis muab kev pab cuam (nrog rau kev thauj mus los) hauv lub sij hawm tsim nyog
- kev tsis lees paub tus tswv cuab thov kom tau txais kev pab cuam tawm hauv pab pawg koom tes rau cov tswv cuab nyob hauv ib cheeb tsam nyob deb nroog nrog tsuas yog ib qho kev npaj kho mob xwb
- tsis muab lus teb rau koj qhov kev tsis txaus siab los sis kev thov rov hais dua hauv lub sij hawm xav tau
- tsis kam lees koj qhov kev thov kom tsis lees paub koj qhov kev lav phib xaub nyiaj txiag suav nrog kev them nyiaj thiab lwm yam kev sib faib nqi

Koj tus kws kho mob tuaj yeem thov rov hais dua los ntawm koj daim ntawv tso cai. Koj tus kws kho mob tuaj yeem thov rau qhov kev txiav txim siab Tso Cai Ua Ntej yam tsis tau koj tso cai.

Lub Xeev Kev Txiav Txim Plaub Ntug (Lub Tsev Txiav Txim Ncaj Ncees nrog lub xeev) yog koj qhov kev thov rau lub xeev los tshuaj xyuas qhov kev txiav txim peb tau ua. Koj yuav tsum rov hais dua mus rau UCare ua ntej thov kev thov rau Lub Xeev Kev Thov Kom Rov Qab Txiav Txim Dua. Yog tias peb siv sij hawm ntau tshaj 30 hnuv los txiav txim rau koj thov kom rov hais dua thiab koj tsis tau thov qhov txuas ntxiv los sis peb tsis tau ntxiv kom ncuu sij hawm ntxiv, koj tsis tas yuav tos peb qhov kev txiav txim siab thov kom thov Kev Thov Kom Rov Txiav Txim Dua ntawm Lub Xeev Kev Thov Kom Rov Qab Txiav Txim Dua. Koj tuaj yeem thov rov hais dua ib qho ntawm cov hauj lwm no (kev txiav txim siab):

- kev tsis lees paub los sis txwv kev tso cai ntawm ib hom los sis qib kev pab cuam
- txo qis, ncuu, los sis nres ntawm qhov kev pab cuam uas tau pom zoo ua ntej
- tsis kam lees tag nrho los sis ib feem ntawm ib qho kev them nyiaj rau ib qho kev pab cuam
- tsis muab kev pab cuam hauv lub sij hawm tsim nyog
- peb tsis ua raws li lub sij hawm teem tseg rau cov kev tso cai ua ntej thiab thov rov hais dua
- kev lav phib xaub nrog rau kev them nyiaj los yog lwm yam kev sib faib tus nqi
- lwm yam kev nqis tes ua

Lub Sij hawm Tseem Ceeb rau Kev Txiav Txim Siab Dua

Koj yuav tsum ua raws li lub sij hawm teem caij rau kev thov kom rov hais dua txog kev npaj kho mob, thiab Lub Xeev Kev Thov Kom Rov Qab Txiav Txim Dua (Lub Rooj Sib Hais Ncaj Ncees nrog Lub Xeev). Yog tias koj mus dhau lub sij hawm tso cai, peb yuav tsis tshuaj xyuas koj qhov kev thov rov hais dua thiab lub xeev yuav tsis lees txais koj qhov kev thov kom rov hais dua.

Koj yuav tsum thov rau peb **hauv 60 hnuv** txij hnuv tim DTR (daim ntawv ceeb toom ntawm qhov kev txiav txim). Peb tuaj yeem muab sij hawm rau koj ntxiv yog tias koj muaj qhov laj thawj zoo vim tsis muaj hnuv kawg. Koj yuav tsum thov kom rov hais dua rau peb **ua ntej koj** yuav Thov Kev Txiav Txim ntawm Lub Xeev. Yog tias peb siv sij hawm ntau tshaj 30 hnuv los

txiav txim siab koj qhov kev thov kom rov hais dua thiab koj tsis tau thov qhov txuas ntxiv los sis peb tsis tau ntxiv kom ncuva sij hawm, koj tuaj yeem thov Lub Xeev Kev Thov Kom Rov Qab Txiav Txim Dua yam tsis tau tos peb.

Koj yuav tsum thov ib daim ntawv thov hauv Xeev **hauv 120 hnuv** ntawm peb qhov kev txiav txim plaub ntug.

Yog tias peb tso tseg los sis txo qhov kev pab cuam, koj tuaj yeem tau txais kev pab cuam yog tias koj ua daim ntawv thov kev pab them nqi kho mob **hauv 10 hnuv** txij hnuv ntawm daim ntawv ceeb toom, los sis ua ntej qhov kev pab cuam raug tso tseg los sis txo qis, qhov twg yog tom qab. **Koj yuav tsum thov kom tau txais kev pab cuam ntxiv thaum koj ua ntawv thov kom rov hais dua.** Qhov kev pab cuam tuaj yeem txuas ntxiv mus txog thaum txiav txim siab thov rov hais dua. Yog tias koj poob qhov kev thov rov hais dua, koj yuav raug them nqi rau cov kev pab cuam no, tab sis tsuas yog lub xeev txoj cai tso cai rau nws.

Yog tias koj poob qhov kev thov rov hais dua, koj tuaj yeem tau txais cov kev pab cuam thaum Lub Xeev Kev Thov Kom Rov Qab Txiav Txim Dua yog tias koj thov Kev Txiav Txim Rau Lub Xeev tsis pub dhau 10 hnuv txij li hnuv txiav txim rau koj qhov kev thov rov hais dua.

Rau Qhov Kev Pab Cuam Tau Txais Kev Txwv, ib tus tswv cuab uas tau txais tsab ntawv ceeb toom txwv tsis pub tuaj yeem foob nrog peb. Koj yuav tsum ua daim ntawv thov kom rov hais dua **hauv 60 hnuv** txij hnuv tim ntawm tsab ntawv ceeb toom. Koj yuav tsum thov rov hais dua tsis pub dhau 30 hnuv txhawm rau tiv thaiv qhov kev txwv tsis pub siv thaum koj thov rov hais dua. Koj tuaj yeem thov Lub Xeev Kev Thov Kom Rov Qab Txiav Txim Dua tom qab tau txais peb qhov kev txiav txim.

Txhawm rau ua ntawv thov hais lus los yog sau ntawv nrog peb:

Koj tuaj yeem thov rov hais dua hauv xov tooj, sau ntawv, fax, los sis ntawm tus kheej. Yuav pom cov ntaub ntawv tiv tauj thiab chaw nyob muaj nyob rau hauv Tshooj 1 hauv qab "Kev Thov Rov Hais Dua thiab Qhov Tsis Txaus Siab." Koj tuaj yeem thov rov hais dua uas yog siv koj tus as khauj tswv cuab hauv online ntawm **member.ucare.org**.

Koj tuaj yeem xa cov ntaub ntawv thiab muab cov ntaub ntawv ntawm tus kheej, hauv xov tooj, los sis sau ntawv. Koj cov ntaub ntawv yuav muab khaws cia tseg raws li txoj cai. Koj yuav tau txais tsab ntawv los ntawm peb kom paub meej tias peb tau txais koj qhov kev thov rov txiav txim dua.

Koj daim ntawv thov rov hais dua yuav tsum muaj xws li:

- Koj lub npe
- Hnuv yug
- Chaw nyob
- Tus tswv cuab
- Tus xov tooj
- Cov laj thawj rau kev thov rov txiav txim dua

Koj kuj tseem muaj cov ntaub ntawv uas koj xav kom peb tshuaj xyuas, xws li cov ntaub ntawv kho mob, cov ntawv sau, los sis lwm yam ntaub ntawv uas piav qhia tias vim li cas koj xav tau cov khoom los sis kev pab cuam. Hu rau koj tus kws kho mob yog tias koj xav tau cov ntaub ntawv no. Peb pom zoo kom khaws ib daim qauv ntawm txhua yam koj xa tuaj rau peb rau koj cov ntaub ntawv.'

Kev thov rov hais dua sai yog rau cov kev pab cuam uas xav tau sai. Yog tias peb pom zoo tias nws yog qhov ceev, peb yuav muab kev txiav txim rau koj hauv 72 teev. Peb yuav sim hu rau koj nrog qhov kev txiav txim ua ntej peb xa qhov kev txiav txim hauv kev sau ntawv.

Peb yuav siv sij hawm li 14 hnuv ntxiv yog tias peb xav tau cov ntaub ntawv ntxiv thiab nws yog qhov zoo tshaj plaws rau koj los sis los sis koj tus kws kho mob qhov kev thov sij hawm ntxiv. Peb yuav qhia koj tias vim li cas peb thiaj siv sij hawm ntxiv.

Yog tias koj qhov kev thov rov hais dua tsis ceev, peb yuav qhia rau koj hauv 10 hnuv uas peb tau txais. Peb yuav muab tsab ntawv txiav txim siab rau koj hauv 30 hnuv. Peb yuav siv sij hawm li 14 hnuv ntxiv yog tias peb xav tau cov ntaub ntawv ntxiv thiab nws yog qhov zoo tshaj plaws rau koj los sis yog tias koj thov sij hawm ntxiv. Peb yuav qhia koj tias peb tab tom siv sij hawm ntxiv thiab vim li cas.

Tus neeg txiav txim siab yuav tsis yog tib tus neeg uas tau koom nrog hauv kev tshuaj xyuas ua ntej los sis kev txiav txim siab.

Yog tias peb txiav txim siab thov rov hais dua txog qhov kev pab cuam uas raug tsis lees paub vim tias nws tsis tsim nyog kho mob, qhov kev txiav txim siab yuav raug txiav txim los ntawm tus kws kho mob nrog cov kws kho mob tsim nyog los kho koj tus mob los sis kab mob.

Koj los sis koj tus neeg sawv cev tuaj yeem nthuav qhia koj cov ntaub ntawv ntawm tus kheej, hauv xov tooj, los sis sau ntawv.

Yog tias koj thov kom rov hais dua, peb yuav xa koj los sis koj tus neeg sawv cev cov ntaub ntawv raws li qhov kev thov, suav nrog cov ntaub ntawv kho mob thiab lwm yam ntaub ntawv thiab cov ntaub ntawv teev tseg uas peb tau txiav txim siab thaum lub sij hawm rov hais dua.

Txhawm rau xa tsab ntawv foob rau Xeev (Lub Tsev Txiaiv Txim Ncaj Ncees nrog Lub Xeev) nrog rau Minnesota Lub Tuam Tsev Hauj Lwm Saib Xyuas Tib Neeg:

Koj yuav tsum ua daim ntawv phiaj xwm kev noj qab haus huv Kev Rov Qab Hais Dua nrog peb **ua ntej** koj thov kom muaj ib Lub Xeev Kev Thov Kom Rov Qab Txiaiv Txim Dua. Koj yuav tsum thov nug Lub Xeev Kev Thov Kom Rov Qab Txiaiv Txim Dua **hauv 120 hnuv** txij hnuv peb txiav txim siab thov kom rov hais dua (kev daws teeb meem).

Koj qhov kev thov rov hais dua rau lub xeev yuav tsum sau ua ntawv. Koj tuaj yeem sau ntawv mus rau Minnesota Lub Tsev Hauj Lwm Saib Xyuas Tib Neeg (Minnesota Lub Tuam Tsev Saib Xyuas Cov Kev Pab Cuam Tib Neeg) txhawm rau thov kev thov rov hais dua hauv Xeev.

Sau rau: Lub Chaw Ua Hauj Lwj Saib Xyuas Cov Kev
Pab Cuam Hauv Minnesota Lub Tsev Ua Hauj

Lwm Saib Xyuas Kev Thov Rov Txiav Txim
Siab Dua.
PO Box 64941
St. Paul, MN 55164-0941

Ua ntaub ntawv hauv online tau ntawm: <https://edocs.dhs.state.mn.us/lfserver/Public/DHS-0033-ENG>

Los sis xa fev mus rau: 651-431-7523

Qhia rau lub xeev tias vim li cas koj tsis pom zoo rau qhov kev txiav txim peb tau ua. Koj tuaj yeem nug ib tus phooj ywg, kwv tij, tus kws lij choj, tus kws kho mob, lossis tus kws lij choj los pab koj. Koj tus kws kho mob yuav tsum muaj koj daim ntawv tso cai thov kev thov rau Lub Xeev Kev Thov Kom Rov Qab Txiav Txim Dua rau koj.

Tus Kws Txiav Txim Rau Tib Neeg los ntawm Lub Chaw Saib Xyuas Kev Txiav Txim Plaub Ntug yuav tuav lub rooj sib hais. Koj tuaj yeem thov kom tuaj koom lub rooj sib hais ntawm xov tooj, hauv vib dis aus, los sis ntawm tus kheej. Koj tuaj yeem nug koj tus kws kho mob los sis lwm tus los ua lus tim khawv. Koj tuaj yeem muab cov ntaub ntawv rau tus txiav txim los txiav txim.

Cov txheej txheem tuaj yeem siv sij hawm 90 hnuv. Yog tias koj lub rooj sib hais hais txog qhov kev pab cuam tseem ceeb, qhia rau Tus Kws Txiav Txim los sis Tus Neeg Saib Xyuas Hauj Lwm thaum koj hu los sis sau ntawv rau lawv.

Yog tias koj lub rooj sib hais hais txog qhov kev pab cuam uas raug tsis lees paub vim nws tsis tsim nyog kho mob, koj tuaj yeem thov kev tshuaj xyuas los ntawm kws kho mob. Tus kws kho mob muaj kev ywj pheej ntawm lub xeev thiab UCare. Lub xeev them rau qhov kev tshuaj xyuas no. Tsis muaj nqi rau koj.

Yog tias koj tsis pom zoo nrog tus kws txiav txim plaub ntug txiav txim plaub ntug, koj tuaj yeem thov kom lub xeev rov xav txog lawv qhov kev txiav txim. Xa ib tsab ntawv thov kom rov txiav txim siab dua mus rau Minnesota Lub Tsev Hauj Lwm Saib Xyuas Kev Pab Cuam Tib Neeg Lub Chaw Hauj Lwm Pab Cuam Kev Txiav Txim Siab hauv 30 hnuv txij li hnuv tau txiav txim siab. Cov ntaub ntawv tiv tauj tau teev ua ntej hauv ntu no.

Yog tias koj tsis pom zoo nrog lub xeev qhov kev txiav txim, koj tuaj yeem thov mus rau lub tsev hais plaub hauv koj lub cheeb tsam nroog.

Kev Tsis Txaus Siab (Cov lus piav qhov tsis txaus siab)

Koj tuaj yeem xa daim ntawv Tsis Txaus Siab nrog peb **thaum twg los tau** rau cov teeb meem los sis cov kev txhawj xeeb uas tau tshwm sim thaum koj raug tswj nyob hauv txoj phiaj xwm kev noj qab haus huv. Tsis muaj lub sij hawm ua ntawv tsis txaus siab nrog peb.

Thov xa ib tsab ntawv tsis txaus siab rau peb:

Hu rau Lub Chaw Pab Cuam Cov Neeg Siv Khoom ntawm tus xov tooj hauv Tshooj 1 thiab qhia peb txog qhov teeb meem.

Peb yuav muab kev txiav txim rau koj hauv 10 hnuv. Peb yuav siv sij hawm li 14 hnuv ntxiv los txiav txim siab yog tias peb xav tau cov ntaub ntawv ntxiv thiab nws yuav yog qhov zoo tshaj plaws rau koj los sis yog tias koj los sis koj tus kws kho mob qhov kev thov sij hawm ntxiv. Peb yuav qhia koj hauv 10 hnuv uas peb tau siv sij hawm ntxiv thiab yog vim li cas.

Yog tias koj qhov kev tsis txaus siab yog hais txog peb qhov kev tsis lees txais kev thov rov hais dua sai los sis tsis txaus siab txog cov teeb meem kho mob ceev, peb yuav muab kev txiav txim rau koj hauv 72 teev.

Txhawm rau sau ntawv tsis txaus siab nrog peb:

Xa ib tsab ntawv rau peb txog koj qhov kev tsis txaus siab. Sau rau qhov chaw nyob uas tau teev nyob rau hauv Tshooj 1 hauv qab "Kev Thov Kom Rov Hais Dua thiab Tsis Txaus Siab." Los sis koj tuaj yeem fev tsab ntawv tuaj rau peb siv tus lej fev uas tau teev tseg hauv Tshooj 1. Koj kuj tseem tuaj yeem qhia peb txog koj qhov kev tsis txaus siab uas yog siv tus tswv cuab portal ntawm **member.ucare.org**.

Peb tuaj yeem pab koj sau koj qhov kev tsis txaus siab hauv kev sau ntawv. Hu rau Lub Chaw Pab Cuam Cov Neeg Siv Khoom ntawm tus xov tooj hauv Tshooj 1 yog tias koj xav tau kev pab.

Peb yuav qhia koj tias peb tau txais koj qhov kev sau ntawv tsis txaus siab hauv 10 hnuv.

Peb yuav muab tsab ntawv txiav txim siab rau koj hauv 30 hnuv. Peb yuav siv sij hawm li 14 hnuv ntxiv yog tias peb xav tau cov ntaub ntawv ntxiv thiab nws yog qhov zoo tshaj plaws rau koj los sis koj tus kws kho mob thov sij hawm ntxiv. Peb yuav qhia koj tias peb tab tom siv sij hawm ntxiv thiab vim li cas.

Yog tias koj tsis pom zoo nrog peb qhov kev txiav txim, koj tuaj yeem xa koj qhov kev tsis txaus siab mus rau Minnesota Lub Tsev Hauj Lwm Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv.

Sau ntawv mus rau: Minnesota Lub Tuam Tsev Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv
Tsoj Cai Tswjfwim Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv thiab Kev
Tswj Xyuas Kev Ua Raws Cai Lub Lab Npauv Saib Xyuas Uas Tswj
Tseg Lawm
Lub Thawv Xav Ntawv Pais Xab Nis 64882
St. Paul, MN 55164-0882

Hu rau: 1-800-657-3916 (qhov no yog hu dawb) los sis 651-201-5100

TTY: 711, los sis siv cov kev pab cuam relay uas koj nyiam

Mus saib: health.state.mn.us/facilities/insurance/clearinghouse/complaints.html

Koj kuj tseem tuaj yeem hu rau Tus Kws Ntsuam Xyuas Daim Av txhawm rau Cov Khoos Kas Tswj Hwm Txog Kev Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv Rau Pej Xeev kom tau txais kev pab. Cov ntaub ntawv tiv tauj tau teev tseg tom qab seem no.

Cov ntaub ntawv tseem ceeb hais txog koj cov cai thaum ua ntawv tsis txaus siab, thov rov hais dua, los sis thov kev thov rov hais dua hauv Xeev (Lub Tsev Txiaiv Txim Ncaj Ncees nrog Lub

Xeev):

Yog tias koj txiav txim siab ua daim ntawv tsis txaus siab los sis thov rov hais dua, los sis thov Kev Thov Kom Rov Qab Txiaiv Txim Dua Hauv Lub Xeev, nws yuav tsis cuam tshuam rau koj qhov kev tsim nyog tau txais kev pab cuam kho mob. Nws kuj tseem yuav tsis cuam tshuam rau koj qhov kev tso npe rau hauv peb txoj kev npaj kho mob.

Koj tuaj yeem muaj ib tus txheeb ze, phooj ywg, tus kws lij choj, tus kws kho mob, los sis tus kws lij choj pab nrog koj qhov kev tsis txaus siab, thov rov hais dua, los sis Lub Xeev Kev Thov Kom Rov Qab Txiaiv Txim Dua.

Tsis muaj nqi them rau koj rau kev foob daim phiaj xwm kev noj qab haus huv, kev tsis txaus siab, los sis Kev Thov Kom Rov Txiaiv Txim Dua Hauv Lub Xeev. Tej zaum peb yuav them rau qee cov nuj nqis xws li kev thauj mus los, kev saib xyuas me nyuam yaus, luam ntawv, thiab lwm yam.

Yog tias koj nug koj cov ntaub ntawv kho mob los sis lwm cov ntaub ntawv uas peb tau siv los txiav txim siab los sis xav tau cov ntawv luam, peb los sis koj tus kws kho mob yuav tsum muab rau koj yam tsis tau them nqi. Yog tias koj nug, peb yuav tsum muab ib daim ntawv ntawm cov lus qhia uas peb tau siv los txiav txim rau koj, tsis muaj nqi rau koj. Tej zaum koj yuav tau sau koj daim ntawv thov.

Yog tias koj xav tau kev pab nrog koj qhov kev tsis txaus siab, thov rov hais dua txoj phiaj xwm kev noj qab haus huv, los sis Lub Xeev Kev Txiaiv Txim Siab, koj tuaj yeem hu los sis sau ntawv mus rau Tus Kws Ntsuam Xyuas Daim Av txhawm rau Cov Khoos Kas Tswj Hwm Txog Kev Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv Rau Pej Xeem. Tej zaum lawv yuav pab tau koj txog kev nkag, kev pab cuam, los sis teeb meem them nqi. Lawv kuj tseem tuaj yeem pab koj ua daim ntawv tsis txaus siab los sis thov rov hais dua nrog peb los sis thov kom muaj Lub Xeev Kev Thov Kom Rov Qab Txiaiv Txim Dua.

Hu rau: 651-431-2660 or 1-800-657-3729 (qhov no yog hu dawb) los sis 711 (TTY), los sis siv cov kev pab cuam xa rov qab uas koj nyiam..
Cov sij hawm ua hauj lwm yog Hnub Monday txog Hnub Friday, 8:00 teev sawv ntxov txog 4:30 teev tsaus ntuj.

Los sis

Sau rau: Tus Neeg Ntsuam Xyuas Daim Av Hauv Lub Khoos Kas
Ua Hauj Lwm Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv Rau Pej
Xeem PO Box 64249
St. Paul, MN 55164-0249

Fev rau: 651-431-7472

Tshooj 14. Cov Ntsiab Lus

Cov no yog cov ntsiab lus ntawm qee cov lus hauv Member Handbook no.

Chaw Pab Cuam: Thaj chaw uas ib tug neeg yuav tsum nyob kom muaj peev xwm los ua los sis tseem yog ib tug tswv cuab ntawm Txoj Phiaj Xwm. Hu rau Chaw Pab Cuam Cov Neeg Siv Khoom ntawm tus lej xov tooj hauv Tshooj 1 kom paub meej txog thaj chaw pab cuam.

Tus Nqi Sib Koom Them / Kev Sib Koom Them Ua Ke: Tus nqi tas li koj tuaj yeem them raws li koj qhov feem ntawm tus nqi txhua zaus koj tau txais qee yam kev pab cuam, khoom siv, los sis tshuaj noj. Cov nyiaj them sib koom feem ntau yog them thaum lub sij hawm cov kev pab cuam, khoom siv, los sis cov tshuaj noj. Piv txwv li, koj tuaj yeem them \$1 - \$3.50 rau cov kev pab cuam, khoom siv los sis tshuaj noj.

Cov Cuab Yeej Kho Mob Siv Tau Ntev (DME): Tej yam khoom siv kho mob uas koj tus kws kho mob xaj kom siv tom tsev. Piv txwv yog cov neeg taug kev, lub rooj zaum muaj log, cov khoom siv oxygen thiab cov khoom siv.

Cov Kev Pab Cuam Kho Lub Cev: Cov kev pab cuam muab los ntawm ib tus neeg muaj ntawv tso cai raws li lub xeev txoj cai lij choj los xyaum tshuaj los sis kab mob pob txha po. Cov kev pab kho mob ib tus kws kho mob muaj ntawv tso cai (MD – Tus Kws Kho Mob lossis D.O. – Tus Kws Kho Mob Kho Mob Sab Pob Txha Po) muab los sis tswj xyuas.

Cov kev pab cuam uas tau txais kev pab them: Cov kev pab kho mob uas tsim nyog tau txais kev them nyiaj.

Cov Kev Xav Tshwj Xeeb BasicCare (SNBC): Lub Khoos Kas kev pab cuam txaus siab saib xyuas rau cov neeg xiam oob qhab. SNBC yog muaj rau cov neeg uas muaj Kev Pab Cuam Rau Kev Kho Mob (Medicaid) thiab muaj hnuv nyoog 18-64 xyoos. SNBC them rau cov kev pab cuam rau kev kho mob qib yooj yim (Medicaid), tshwj tsis yog kev pab cuam ntiag tug thiab kev saib xyuas hauv tsev.

Cov Kws Kho Mob Hauv Pab Pawg Koom Tes: Cov no yog cov neeg muab kev pab cuam uas pom zoo ua hauj lwm nrog txoj phiaj xwm kho mob thiab lees txais peb cov nyiaj them thiab tsis them nyiaj rau peb cov tswv cuab ntxiv. Thaum koj yog ib tug tswv cuab ntawm peb txoj phiaj xwm, koj yuav tsum siv cov chaw muab kev pab cuam hauv pab pawg koom tes kom tau txais kev pab cuam. Cov neeg muab kev pab cuam hauv pab pawg koom tes tseem hu ua cov kws kho mob los sis cov kws pab cuam koom nrog.

Cov Kws Kho Ob Tsis Nyob Hauv Pab Pawg Koom Tes los sis Cov Khoom Pab Kom Muaj Kev Yooj Yim Tsis Nyob Hauv Pab Pawg Koom Tes: Ib tus kws kho mob los sis chaw ua hauj lwm uas tsis ua hauj lwm, muaj, los sis ua hauj lwm los ntawm peb txoj kev npaj thiab tsis nyob hauv daim ntawv cog lus los muab kev pab cuam them rau cov tswv cuab ntawm peb txoj phiaj xwm. Qhov no tseem hu ua tus muab kev pab cuam uas tsis koom nrog.

Cov tshuaj: Cov tshuaj thiab tshuaj xaj los ntawm tus kws kho mob.

Daim Ntawv Qhia Tshuaj: Ib txoj kev npaj kho mob uas pab them rau cov tshuaj thiab tshuaj noj. Kuj xa mus rau “Medicare Lub Khoos Kas Saib Xyuas Tshuaj Raws Daim Ntawv Yuav Tshuaj.”

Hauv Pab Pawg Koom Tes: Peb cov kws kho mob tau cog lus rau txoj phiaj xwm.

Kev kho mob hauv tsev kho mob: Kev saib xyuas hauv tsev kho mob uas yuav tsum tau txais kev tso npe ua tus neeg mob hauv tsev thiab feem ntau yuav tsum tau nyob ib hmos.

Kev Kho Mob Tom Qab Muaj Kev Ruaj Khov: Kev pab cuam hauv tsev kho mob xav tau los pab tus neeg mob nyob ruaj khov tom qab muaj kev saib xyuas xwm txheej ceev. Nws pib thaum lub tsev kho mob thov kom peb pom zoo rau kev pab them nqi kho mob. Nws txuas ntxiv mus txog thaum: tus neeg raug tso tawm; peb lub koom haum Txoj Phiaj Xwm hauv pab pawg koom tes tsim nyog tus kws kho mob pib saib xyuas; los yog peb, lub tsev kho mob, thiab tus kws kho mob uas tsim nyog tau pom zoo rau ib qho kev npaj sib txawv.

Kev Kho Mob Yuav Tsum Tau: Qhov no piav qhia txog cov kev pab cuam, khoom siv, los sis tshuaj uas koj xav tau los tiv thaiv, kuaj xyuas, los sis kho koj tus mob los sis tswj koj li kev noj qab haus huv tam sim no. Qhov no suav nrog kev saib xyuas uas ua rau koj mus rau hauv tsev kho mob los sis tsev laus. Nws kuj txhais tau hais tias cov kev pab cuam, khoom siv, los sis tshuaj ua tau raws li cov qauv kev lees paub ntawm kev kho mob. Kev kho mob tsim nyog rau kev saib xyuas kev kho mob ntawv kom tsim nyog rau koj tus mob. Qhov no suav nrog kev saib xyuas cuam tshuam txog lub cev thiab kev noj qab haus huv ntawm tus cwj pwm kev noj qab haus huv (xws li Kev Noj Qab Haus Huv Sab Hlwb thiab Qhov Tsis Haum Ntawm Kev Siv Tshuaj Muaj Yees). Nws suav nrog hom thiab qib ntawm cov kev pab cuam. Nws suav nrog qhov ntau ntawm cov kev kho mob. Nws kuj suav nrog qhov chaw koj tau txais cov kev pab cuam thiab lawv txuas ntxiv mus ntev npaum li cas. Cov kev kho mob tsim nyog yuav tsum:

- yog cov kev pab cuam, cov khoom siv thiab cov tshuaj noj uas lwm tus kws kho mob feem ntau yuav xaj
- pab koj kom zoo los yog nyob zoo li koj
- pab tiv thaiv koj tus mob kom tsis txhob mob hnyav
- pab tiv thaiv los sis nrhiav cov teeb meem kev noj qab haus huv

Kev Npaj Rau Tsev Neeg: Cov ntaub ntawv, kev pab cuam, thiab cov khoom siv uas pab tus neeg txiav txim siab txog kev muaj me nyuam. Cov kev txiav txim siab no suav nrog kev xaiv kom muaj me nyuam, thaum twg yuav muaj me nyuam los sis tsis muaj me nyuam.

Kev Nqis Ua: Qhov no suav nrog:

- kev tsis lees paub los sis txwv kev tso cai ntawm ib hom los sis qib kev pab cuam
- txo qis, ncu, los sis nres ntawm qhov kev pab cuam uas tau pom zoo ua ntej
- tsis kam lees tag nrho los sis ib feem ntawm kev them nyiaj rau ib qho kev pab cuam
- tsis muab kev pab cuam hauv lub sij hawm tsim nyog
- tsis ua raws li lub sij hawm xav tau rau kev tsis txaus siab thiab kev thov rov hais dua
- kev tsis lees paub tus tswv cuab thov kom tau txais kev pab cuam tawm ntawm lub network rau cov tswv cuab nyob hauv ib cheeb tsam nyob deb nroog nrog ib txoj phiaj xwm kev noj qab haus huv nkaus xwb

Kev Pab Caum Vaj Tsev Nyob Ruaj Khov: Cov kev pab cuam los pab cov neeg xiam oob khab, suav nrog kev mob hlwb thiab kev siv yeeb tshuaj, thiab cov neeg laus nrhiav thiab khaws vaj tse. Lub hom phiaj ntawm cov kev pab cuam no yog los txhawb ib tus neeg txoj kev hloov mus rau hauv vaj tse, ua kom muaj kev ruaj ntseg mus ntev hauv vaj tse hauv zej zog, thiab zam lub sij hawm yav tom ntej ntawm kev tsis muaj tsev nyob los sis kev ua hauj lwm hauv tsev.

Kev Pab Cuam Cais Tawm: Cov kev pab cuam uas txoj phiaj xwm tsis them rau. Kev Pab Cuam Rau Kev Kho Mob (Medicaid) yuav tsis them rau lawv thiab.

Kev Pab Cuam Hauv Cheeb Tsam: Kev saib xyuas kev noj qab haus huv tau muab rau ib tus tswv cuab los ntawm tus kws kho mob sab nraud sab nraud ntawm thaj chaw pab cuam txoj phiaj xwm.

Kev Pab Cuam Ncaj Qha: Koj tuaj yeem siv ib tus kws kho mob hauv txoj phiaj xwm hauv pab pawg koom tes kom tau txais cov kev pab cuam no. Koj tsis tas yuav muaj kev xa mus los sis kev tso cai ua ntej los ntawm koj tus PCP los sis PCC ua ntej tau txais kev pab cuam.

Kev Pab Cuam Sim Tshuaj: Ib qho kev pab cuam uas tsis tau raug pov thawj tias muaj kev nyab xeeb thiab siv tau zoo.

Kev Pab Cuam Tiv Thaiv: Cov kev pab cuam uas pab koj noj qab haus huv, xws li kev noj qab haus huv, kev txhaj tshuaj, thiab kev saib xyuas neeg zoo. Cov kev pab cuam no pab nrhiav thiab tiv thaiv teeb meem kev noj qab haus huv. Ua raws li cov xwm txheej uas tau kuaj pom (xws li kuaj ntshav qab zib) **tsis yog** tiv thaiv.

Kev Pab Cuam Tsev Kho Mob Rau Tus Neeg Mob Sab Nraud: Cov kev pab cuam muaj nyob rau hauv tsev kho mob los sis chaw kho mob sab nraud uas tsis nyob rau them kev saib xyuas neeg mob. Cov kev pab cuam no kuj tseem muaj nyob hauv koj lub tsev kho mob los sis lwm qhov chaw kho mob.

Kev Pab Cuam Tshawb Fawb: Ib qho kev pab cuam uas tsis tau raug pov thawj tias muaj kev nyab xeeb thiab siv tau zoo.

Kev Pab Cuam Tsis Yog Hauv Pab Pawg Koom Tes: Kev kho mob muab rau ib tug tswv cuab los ntawm ib tug kws kho mob uas tsis yog ib feem ntawm txoj phiaj xwm hauv pab pawg koom tes.

Kev Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv Hauv Tsev: Kev pab kho mob rau tus mob los sis raug mob hauv tsev los sis hauv zej zog uas cov kev ua neej nyob ib txwm koj tus tswv cuab.

Kev Saib Xyuas Neeg Mob Txawj Ntse: Kev saib xyuas los sis kev kho mob uas tsuas yog ua tau los ntawm cov kws saib xyuas neeg mob muaj ntawv tso cai xwb.

Kev Saib Xyuas Tsim Nyog Thaum Muaj Xwm Ceev Kev saib xyuas koj tau txais kev mob sai-sai tau, raug mob, los sis mob uas tsis yog xwm txheej ceev tab sis xav tau kev saib xyuas tam sim ntawd. Qhov no tseem hu ua Kev Saib Xyuas Thaum Muaj Xwm Txheej Ceev.

Kev Saib Xyuas Tus Neeg Mob Sab Nraud Hauv Lub Tsev Kho Mob: Kev saib xyuas hauv tsev kho mob uas feem ntau tsis tas yuav nyob ib hmos.

Kev Saib Xyuas Tus Neeg Tsav Dav Hlau: Ib tug neeg uas muaj los pab cov tswv cuab tau txais kev pab cuam rau kev kho mob. Tus kws saib xyuas kev noj qab haus huv tuaj yeem pab cov tswv cuab nkag mus rau kev saib xyuas kev tiv thaiv, tsim/hloov tus kws kho mob thawj zaug, los sis xa mus rau kev sib koom tes saib xyuas, kev pab kho mob, thiab lwm yam kev pab cuam raws li xav tau.

Kev Saib Xyuas Xwm Txheej Ceev/Cov Kev Pab Cuam: Cov kev pab them nqi kho mob uas tau muab los ntawm tus kws kho mob tau cob qhia los muab kev pab cuam xwm txheej ceev thiab xav tau los kho mob xwm txheej ceev. Qhov no tseem hu ua Kev Saib Xyuas Hauv Chav Kho Mob Xwm Txheej Ceev.

Kev Sim Kho Mob: Ib qho kev ntsuam xyuas kev kho mob uas tsim nyog uas yog: raws li kev txheeb xyuas cov phooj ywg; txhawb nqa los ntawm kev tshawb fawb soj ntsuam uas ua tau raws li tsoom fvv thiab lub xeev cov cai thiab cov qauv pom zoo; thiab nws cov txiaj ntsig tseeb raug tshaj tawm.

Kev Thauj Mus Los Rau Kev Kho Mob Xwm Txheej Ceev: Kev pab cuam tsheb thauj neeg mob rau kev kho mob xwm txheej ceev.

Kev Thov Kom Rov Txiav Txim Siab Dua: Ib txoj hauv kev rau koj los tawm tsam peb qhov kev txiav txim yog tias koj xav tias peb ua yuam kev. Koj tuaj yeem hais kom peb hloov qhov kev txiav txim siab them nyiaj los ntawm kev ua ntawv sau los sis hais lus rov hais dua.

Kev Tshawb Fawb Txog Kev Thim Xav Kev Saib Sab Nraud: Kev tshawb fawb txog qhov ua tau zoo, ncuaj sij hawm thiab kev saib xyuas tau zoo li cas los ntawm UCare. Txoj kev tshawb fawb no yog sab nraud thiab ywj pheej.

Kev Tshuaj Xyuas Me Nyuam thiab Hluas (C&TC): Ib txoj kev kho mob tshwj xeeb ntawm kev mus ntsib me nyuam yaus zoo rau cov tswv cuab hnuv nyoog qis dua 21 xyoos. Nws suav nrog kev tshuaj ntsuam xyuas kev noj qab haus huv. Nws kuj suav nrog kev xa mus rau kev kuaj mob thiab kev kho mob, yog tias tsim nyog.

Kev Tsis Haum Rau Kev Siv Yeeb Tshuaj: Siv cawv los sis tshuaj yeeb yam ua rau koj raug mob.

Kev tsis lees paub, Kev Txiav Txim los sis Kev Txiav Txim (DTR) (Daim Ntawv Ceeb Toom Txog Kev Ua): Ib daim ntawv los sis tsab ntawv uas peb xa tuaj rau koj qhia koj txog kev txiav txim siab ntawm kev thov, kev pab cuam, los sis lwm yam kev txiav txim los ntawm peb.

Kev Tsis Txaus Siab Saib Xyuas Zoo: Rau lub hom phiaj ntawm phau ntawv no, "kev tsis txaus siab ntawm kev saib xyuas zoo" txhais tau hais tias kev tsis txaus siab hais txog cov kev pab cuam kev noj qab haus huv uas ua rau muaj peev xwm los sis muaj kev puas tsuaj rau tus tswv cuab. Kev tsis txaus siab ntawm kev saib xyuas zoo yuav suav nrog: kev nkag mus, tus kws kho mob thiab cov neeg ua hauj lwm uas muaj peev xwm, kev kho mob tsim nyog ntawm kev saib xyuas, kev sib txuas lus; tus cwj pwm, chaw thiab ib puag ncig xav txog; thiab lwm yam uas tuaj yeem cuam tshuam txog kev pab cuam kev noj qab haus huv zoo.

Kev tsis txaus siab: Ib qho kev tsis txaus siab uas koj tau hais txog peb los sis ib qho ntawm hauv peb pab pawg koom tes muab kev pab cuam los sis chaw muag tshuaj. Qhov no suav nrog kev tsis txaus siab txog kev saib xyuas koj zoo.

Kev Tso Cai Pab Cuam: Peb qhov kev pom zoo uas xav tau rau qee qhov kev pab cuam ua ntej koj tau txais lawv. Qhov no tseem hu ua kev pom zoo ua ntej los sis kev tso cai ua ntej.

Kev Tso Cai Sawv Cev: Sau ntawv tso cai los ntawm peb siv tus kws tshaj lij tawm hauv pab pawg koom tes ntau tshaj ib zaug (rau kev saib xyuas tsis tu ncu)

Kev Tso Cai Ua Ntej: Peb qhov kev pom zoo uas xav tau rau qee qhov kev pab cuam ua ntej koj tau txais lawv. Qhov no tseem hu ua kev tso cai ua ntej los yog kev tso cai rau kev pab cuam.

Kev txais ntu sij hawm ntxiv: Peb txoj cai los sau nyiaj hauv koj lub npe los ntawm lwm tus neeg, pab pawg, los sis tuam txhab tuav pov hwm. Peb muaj txoj cai no thaum koj tau txais kev pab them nqi kho mob raws li txoj phiaj xwm no rau cov kev pab cuam uas tau them los ntawm lwm qhov los sis lwm tus neeg them nyiaj.

Kev Txawj Ntse Rau Sab Kab Li Kev Cai: Kev coj noj coj ua thiab kev txawj lus yog lub peev xwm ntawm cov koom haum saib xyuas thiab cov kws kho mob hauv lawv lub network los muab kev saib xyuas rau cov tswv cuab nrog ntau yam txiaj ntsig, kev ntseeg, thiab kev coj tus cwj pwm, thiab kho kom haum rau kev saib xyuas kom tau raws li cov tswv cuab cov kev xav tau ntawm kev sib raug zoo, kab lis kev cai, thiab lus. Lub hom phiaj kawg yog kev saib xyuas kev noj qab haus huv thiab cov neeg ua hauj lwm uas tuaj yeem xa cov kev saib xyuas zoo tshaj plaws rau txhua tus neeg mob, tsis hais haiv neeg twg, haiv neeg, keeb kwm ntawm kab lis kev cai, kev paub lus, kev nyeem ntawv, hnuv nyoog, poj niam txiv neej, kev xav ntawm kev sib deev, kev tsis taus, kev ntseeg, los sis qhov xwm txheej txog kev noj qab haus huv hauv zej tsoom.

Kev Txhim Kho Cov Kev Pab Cuam thiab Cov Cuab Yeej: Kev kho mob thiab khoom siv uas koj tau txais los pab koj rov qab los ntawm kev mob, kev sib tsoo los sis kev ua hauj lwm loj.

Kev Xaiv Thib Ob: Yog tias koj tsis pom zoo nrog cov kev xav uas koj tau txais los ntawm Txoj Phiaj Xwm hauv pab pawg koom tes tus kws kho mob, koj muaj cai tau txais kev pom zoo los ntawm lwm tus kws kho mob. Peb yuav them rau qhov no. Rau kev pab cuam kev puas hlwb, qhov kev xav thib ob yuav yog los ntawm tus kws kho mob sab nraud. Rau cov kev pab cuam tsis zoo rau kev siv yeeb tshuaj, qhov kev xav thib ob yuav yog los ntawm ib tus neeg soj ntsuam uas muaj peev xwm sib txawv uas tsis tas yuav nyob hauv txoj phiaj xwm hauv pab pawg koom tes. Peb yuav tsum xav txog qhov kev xav thib ob tab sis tsis tas yuav tsum lees txais qhov kev xav thib ob rau kev siv tshuaj yeeb los sis kev pab cuam kev puas hlwb.

Khoos Kas Kev Pab Cuam Rau Sab Kev Kho Mob Hom Them Nyiaj Ua Ntej Kho Mob (PMAP): Ib txoj hauj lwm uas lub xeev tau cog lus nrog cov phiaj xwm kev noj qab haus huv los them thiab tswj cov kev pab cuam kev noj qab haus huv rau Kev Pab Cuam Rau Kev Kho Mob (Medicaid) rau cov me nyuam kawm ntawv.

Lub Tsev Kho Mob Ntiag Tug: Lub chaw kho mob tseem ceeb (PCC) koj xaiv rau koj qhov kev saib xyuas niaj hnuv. Lub tsev kho mob no yuav muab kev kho mob rau koj feem ntau.

Lub Xeev Kev Thov Kom Rov Qab Txiav Txim Dua (Lub Tsev Txiav Txim Ncaj Ncees nrog Lub Xeev): Lub rooj sib hais hauv lub xeev los tshuaj xyuas qhov kev txiav txim los ntawm peb. Koj yuav tsum thov kom muaj lub rooj sib hais hauv kev sau ntawv. Koj tus kws kho mob tuaj yeem thov rau Lub Xeev Kev Thov Kom Rov Qab Txiav Txim Dua nrog koj daim ntawv pom zoo. Tej zaum koj yuav thov kom lub rooj sib hais tau yog tias koj tsis pom zoo nrog ib qho hauv qab no:

- kev tsis lees paub, txiav tawm, los sis txo cov kev pab cuam
- kev tso npe kawm hauv Txoj Phiaj Xwm
- tsis kam lees ntawm ib feem los sis tag nrho ntawm kev thov rau kev pab cuam
- peb tsis ua raws li lub sij hawm teem tseg rau cov kev tso cai ua ntej thiab thov rov hais dua
- lwm yam kev nqis tes ua

Me nyuam: Cov tswv cuab hnuv nyoog qis dua 21 xyoos.

Medicare Txoj Hauj Lwm Saib Xyuas Tshuaj: Cov txiaj ntsig tshuaj noj rau Medicare cov tswv cuab. Tej zaum nws yog hu ua Medicare Tshooj D. Kev pab tshuaj yog muab los ntawm Medicare txoj phiaj xwm tshuaj kho mob.

Medicare Txoj Phiaj Xwm Tshuaj Kho Mob: Ib txoj kev pab them nqi kho mob uas muaj Medicare Qhov Khoos Kas Npaj Tshuaj Raws Daim Ntawv Yuav Tshuaj (Medicare Tshooj D) cov txiaj ntsig tshuaj.

Medicare: Tsoom fwm teb chaws txoj kev pov hwm kev noj qab haus huv rau cov neeg muaj hnuv nyoog 65 xyoos nce mus. Nws kuj tseem yog rau qee cov neeg muaj hnuv nyoog qis dua 65 xyoos uas muaj kev xiam oob qhab, thiab cov neeg muaj mob raum kawg.

Nqi sib faib: Cov nyiaj uas koj yuav tau them rau koj cov kev pab kho mob. Saib Tshooj 6 kom paub txog kev sib faib nqi.

Nyob Hauv Tsev Kho Mob: Kev nyob hauv tsev kho mob los sis chaw kho mob uas feem ntau kav 24 teev los sis ntau dua.

Phau Ntawv Qhia Rau Tswv Cuab: Nov yog daim ntawv koj nyeem. Cov ntaub ntawv no qhia koj tias cov kev pab cuam twg raug them raws li Txoj Phiaj Xwm. Nws qhia tias koj yuav tsum ua dab tsi kom tau txais cov kev pab cuam. Nws qhia koj txoj cai thiab lub luag hauj lwm. Nws kuj qhia peb txoj cai thiab lub luag hauj lwm.

Qauv Tshuaj: Cov npe tshuaj uas muaj nyob rau hauv Txoj Kev Npaj.

Qhib Cov Kev Pab Cuam: Tsoom Fwm thiab lub xeev txoj cai tso cai rau koj xaiv ib tus kws kho mob uas tsim nyog, chaw kho mob, tsev kho mob, tsev muag tshuaj, los sis chaw ua hauj lwm npaj tsev neeg - txawm tias tsis nyob hauv peb pab pawg koom tes - kom tau txais cov kev pab cuam no.

Qhov Kev Pab Cuam Tau Txais Kev Txwv (RRP): Ib qhov kev pab cuam rau cov tswv cuab uas tau txais kev kho mob thiab tsis tau ua raws li cov cai los yog siv cov kev pab cuam tsis raug. Yog tias koj nyob hauv txoj hauj lwm no, koj yuav tsum tau txais kev pab cuam kev noj qab haus huv los ntawm ib tus kws kho mob tshwj xeeb, ib lub tsev muag tshuaj, ib lub tsev kho mob los sis lwm tus kws kho mob raug xaiv. Koj yuav tsum ua qhov no tsawg kawg 24 lub hlis ntawm kev tsim nyog rau Cov Khoos Kas Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv Hauv Xeev Minnesota. Cov tswv cuab hauv qhov kev pab cuam no uas tsis ua raws li txoj cai ntawm txoj hauj lwm yuav tsum tau mus txuas ntxiv hauv txoj hauj lwm ntxiv rau 36 lub hlis.

Qhov xwm txheej ceev: Kev kho mob xwm txheej ceev yog thaum koj, los sis lwm tus neeg uas muaj kev paub txog kev noj qab haus huv thiab tshuaj, ntseeg tias koj muaj cov tsos mob uas xav tau kev kho mob tam sim los tiv thaiv kev tuag, poob ntawm lub cev, los sis tsis ua hauj lwm ntawm lub cev los sis tuaj yeem ua rau mob hnyav rau lub cev los sis lub hlwb. Cov tsos mob ntawm kev kho mob uas tej zaum yuav raug mob loj los sis mob hnyav. Qhov no tseem hu ua Xwm Txheej Thaum Muaj Kev Kho Mob Maj Rawm.

Teb Chaws Meskas: Txhawm rau lub hom phiaj ntawm Phau Ntawv Taw Qhia Tswv Cuab no, Teb Chaws Meskas suav nrog tsib caug lub xeev, Cheeb Tsam ntawm Columbia, Lub Teb Chaws Puerto Rico, Pov Txwv Av Virgin, Guam, Asmeskas Samoa, thiab Pov Txwv Av Virgin Northern Mariana.

Thim Kev Rau Npe los sis Kev Thim Kev Rau Npe: Tus txheej txheem ntawm kev xaus koj cov tswv cuab hauv peb txoj phiaj xwm.

Tsev kho mob: Ib txoj hauj lwm tshwj xeeb rau cov tswv cuab uas muaj mob hnyav rau ntu kawg thiab tsis xav tias yuav nyob ntau dua rau lub hlis kom nyob tau yooj yim rau cov tswv cuab lub sij hawm. Nws muaj kev pab cuam tshwj xeeb rau tus tswv cuab thiab lawv tsev neeg. Qhov no tseem hu ua Cov Kev Pab Cuam Hauv Tsev Kho Mob.

Tshuaj Loog: Cov tshuaj uas ua rau koj tsaug zog rau kev ua hauj lwm.

Tus kws kho mob thawj zaug: Koj tus kws kho mob tseem ceeb (PCP) yog tus kws kho mob los sis lwm tus kws kho mob tsim nyog uas koj mus ntsib hauv koj lub tsev kho mob thawj zaug. Tus neeg no yuav tswj xyuas koj txoj kev noj qab haus huv.

Tus Kws Kho Mob Txoj Phiaj Xwm Txhawb Dej Siab: Kev npaj them nyiaj tshwj xeeb ntawm peb thiab tus kws kho mob los sis pab pawg kws kho mob uas yuav cuam tshuam rau kev siv kev xa mus. Nws kuj tseem yuav cuam tshuam rau lwm cov kev pab cuam uas koj xav tau.

Tus kws kho mob: Ib tug kws kho mob uas tsim nyog los yog qhov chaw pom zoo raws li lub xeev txoj cai los muab kev kho mob.

Tus Kws Saib Xyuas Kev Ncaj Ncees txhawm rau Cov Khoos Kas Tswj Hwm Txog Kev Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv Rau Pej Xeem: Ib tug neeg ntawm Minnesota Lub Tuam Tsev Hauj Lwm Saib Xyuas Cov Kev Pab Cuam Tib Neeg uas tuaj yeem pab koj txog kev nkag mus, kev pab cuam los sis teeb meem them nqi. Tus Kws Ntsuam Xyuas Daim Av tseem tuaj yeem pab koj ua ntawv hhais qhov kev tsis txaus siab los sis thov rov hais dua los sis thov qhov Lub Xeev Kev Thov Kom Rov Qab Txiaiv Txim Dua (Lub Rooj Sib Hais Ncaj Ncees nrog Lub Xeev).

Tus kws tshaj lij: Tus kws kho mob uas muab kev kho mob rau ib yam kab mob los sis ib feem ntawm lub cev.

Tus Neeg Saib Xyuas: Tus neeg saib xyuas kev saib xyuas yog ib tus neeg tsim kho, tus kws koom tes thiab muab (qee cov) kev txhawb nqa thiab kev pab cuam uas tau teev tseg hauv txoj kev npaj kho mob Tus neeg no ua hauj lwm nrog peb.

Tus nqi kev tuav pov hwm: Them sij hawm them rau Medicare, lub tuam txhab tuav pov hwm, los sis ib qho kev pab them nqi kho mob rau kev noj qab haus huv los sis kev pab them nqi kho mob.

Tus Nqi-rau-Kev Pab Cuam (FFS): Ib txoj hauv kev them nyiaj rau kev pab cuam kev noj qab haus huv. Tus kws kho mob sau nqi rau Minnesota Lub Tuam Tsev Pab Cuam Tib Neeg (DHS) ncaj qha. DHS them tus kws kho mob rau cov kev pab kho mob. Txoj kev no yog siv thaum koj tsim nyog rau Minnesota Cov Khoos Kas Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv tab sis tsis tau rau npe rau hauv ib txoj kev npaj kho mob.

Tus tswv cuab: Ib tug neeg uas tau txais kev pab cuam los ntawm ib qho kev pab cuam, xws li Minnesota Lub Khoos Kas Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv los sis Medicare.

Txoj Phiaj Xwm: Ib lub koom haum uas muaj cov kws kho mob, tsev kho mob, khw muag tshuaj, cov chaw muab kev pab mus sij hawm ntev, thiab lwm cov chaw muab kev pab. Nws kuj muaj tus saib xyuas saib xyuas los pab koj.

Tshooj 15. Cov Ntaub Ntawv Ntxiv

Cov Kev Kawm Txog Cov Khoos Kas Kev Noj Qab Haus Huv thiab Kev Noj Qab Nyob Zoo

UCare muab rau cov tswv cuab tsim nyog cov kev pab cuam los txhim kho koj txoj kev noj qab haus huv thiab kev noj qab haus huv. Rau ib daim ntawv teev tag nrho ntawm peb cov kev pab cuam, mus saib ucare.org/healthwellness.

- Tau txais kev pab txiav luam yeeb, zom luam yeeb thiab luam yeeb cuav los ntawm kev qhia nrog Haus Luam Yeeb thiab Txoj Luam Yeeb Tus Xov Tooj.

Cov Khoos Kas Kev Ua Si Lub Cev

- LivingWell Kid Cov Khoom Siv tsim los rau cov tswv cuab uas muaj hnuv nyoog 17 xyoo thiab qis dua kom ua neej nyob zoo thiab muaj kev xav zoo. Tsim nyog rau ib qho khoom siv toj ib xyoos.
- Health Club Savings rau cov tswv cuab hnuv nyoog 18 xyoo nce mus. Tau txais cov nyiaj them rov qab txhua hli hauv lub koom haum saib xyuas kev noj qab haus huv vim cov nqi koom nrog thaum koj mus ntsib lub koom haum noj qab haus huv tsawg kawg 12 zaug hauv ib hlis.

Txo nqi

- Kev Kawm Hauv Zej Zog txo nqi ntawm cov chav kawm tsim nyog los ntawm cov tsev kawm ntawv hauv cheeb tsam.
- Txuag cov khoom noj uas tsim nyog ua ntej xws li mis nyuj, nqaij ntshiv, qe, txiv hmab txiv ntoo, zaub thiab lwm yam nrog rau Lub Khoos Kas Kev Txuag Nyiaj Rau Kev Noj Qab Haus Huv (Healthy Savings program). Rub lub app pub dawb, luam theej duab nws thaum them nyiaj thiab tau txais luv nqi tam sim ntawd.

Cov Kev Txuag Nyiaj Txhawm Rau Kev Noj Qab Haus Huv yog ib lub cim lag luam ntawm Solutran, Inc.

Kev Txhawb Nqa Poj Niam Cev Xeeb Tub thiab Nkawm Niam Txiv Tshiab

UCare muaj ntau yam kev pab cuam los pab cov tswv cuab cev xeeb tub los sis tom qab yug me nyuam, thiab cov tsev neeg hluas. Cov no suav nrog:

- Cov twj tso kua mis thiab cov peev txheej los pab pub mis rau cov niam yug me nyuam tshiab.
- Lub rooj zaum hauv tsheb thiab kev kawm txog kev nyab xeeb ntawm lub tsheb tsis raug nqi los ntawm UCare los ntawm peb qhov kev pab cuam Seats, lub khoos kas Kev Kawm Ntawv Thiab Kev Ncig Teb Chaws Muaj Kev Nyab Xeeb (SEATS). Txhawm rau cov tswv cuab tsim nyog uas cev xeeb tub, los sis cov me nyuam yaus hnuv nyoog qis dua 8 xyoos.
- Kev saib xyuas koj tus me nyuam phau ntawv thiab cov peev txheej los pab koj kom koj tus me nyuam noj qab nyob zoo txij thaum yug mus txog ob xyoos.

- Cov kev qhia txog kev yug me nyuam, pub mis niam thiab cov chav kawm txog kev xeeb tub.
- Cov Kev Pab Cuam Kev Tswj Xyuas Yug Me Nyuam (MOMS) qhov kev pab cuam los pab txhawb cov niam tsev uas muaj kev noj qab haus huv thaum thiab tom qab cev xeeb tub.

Yog xav paub ntxiv txog cov kev pab cuam no, mus saib ucare.org/healthwellness los sis hu rau UCare Lub Chaw Pab Cuam Cov Neeg Siv Khoom ntawm 612-676-3200 los sis 1-800-203-7225 (qhov no yog hu dawb xwb), 8 teev sawv ntxov – 5 teev tsaus ntuj, Hnub Monday – Hnub Friday. Los sis hu rau peb tus naj npawb TTY ntawm 612-676-6810 los sis 1-800-688-2534 (qhov no yog hu dawb xwb).

Kev Sib Ntsib Nyob Deb los sis Kev Mus Ntsib Hauv Oos Lais

Tsis-muaj nqi E-mus ntsib los sis mus ntsib virtual los ntawm Virtuwel:

UCare muab kev mus ntsib virtual (hauv online) tsis pub dhau los ntawm virtuwel.com los sis [Fairview myChart](https://fairviewmychart.com). Kev mus ntsib nyob sib nrug deb muaj nyob online 24/7 yam tsis tas teem sij hawm li. Koj tuaj yeem nkag mus saib xyuas yam tsis tas yuav tawm hauv koj lub tsev thiab khaws cov tshuaj xa mus rau koj lub tsev muag tshuaj hauv pab pawg koom tes.

Kev tswj tus kab mob

Kev kawm thiab kev txhawb nqa kom nkag siab zoo dua thiab tswj hwm koj txoj kev noj qab haus huv. Tau txais kev pab cuam tswj xyuas koj tus mob los ntawm UCare cov khoos kas Kev Tswj Xyuas Kab Mob. Peb muaj ntau lub khoos kas thiab txoj hauv kev los koom nrog rau hauv xov tooj, kev saib xyuas nyob deb thiab xov tooj raws li cov khoos kas app. Dab tsi ntxiv, cov neeg koom tau txais cov cuab yeej los pab teeb tsa thiab ua kom tau raws li cov hom phiaj kev noj qab haus huv ntawm tus kheej. Pib koj txoj kev noj qab haus huv hnub no!

- **Lub Khoos Kas Kev Kawm Txog Kab Mob Hawb Pob (cov laus thiab me nyuam yaus):** Kev kawm tus kheej hauv xov tooj los pab koj paub txog thiab tswj koj tus mob hawb pob, tsos mob thiab tshuaj. Koj yuav mus hla koj Txoj Phiaj Xwm Ua Hauj Lwm Mob hawb pob thiab kawm thaum twg los nrhiav cov lus qhia kho mob los sis saib xyuas koj tus mob hawb pob.
 - Tau Txais Kev Sib Txuas Lus Kev Teb Ua Suab los sis ntawv sau kawm paub txog tus mob hawb pob los sis mob ntshav qab zib hauv koj lub xov tooj. Mloog koj li IVR los sis nyeem koj cov ntawv xov xwm kev kawm ntawm lub sij hawm uas yooj yim rau koj!
- **Mob ntshav qab zib, Mob plawv tsis ua hauj lwm thiab Migraine Kev Cob Qhia Kev Noj Qab Haus Huv (cov neeg laus):** Kev cob qhia kev noj qab haus huv ntawm tus kheej hauv xov tooj los ntawm tus kws qhia noj qab haus huv uas nkag siab txog koj tus mob thiab nws cuam tshuam rau lub neej txhua hnub. Tus kws qhia noj qab haus huv yuav ua hauj lwm nrog koj los txhim kho, ntsuas thiab kho koj cov hom phiaj kev noj qab haus huv. Cov hom phiaj ntawm txoj hauj lwm yog rau koj los tswj hwm koj tus kheej thiab txhim kho koj txoj kev noj qab haus huv thiab kev noj qab nyob zoo.
 - Mob Ntshav Qab Zib: Tau Txais Kev Sib Txuas Lus Kev Teb Ua Suab los sis ntawv sau kawm paub txog tus mob ntshav qab zib hauv koj lub xov tooj. Mloog koj li IVR los sis nyeem koj cov ntawv xov xwm kev kawm ntawm lub sij hawm uas yooj yim rau koj!

- Plawv Tsis Ua Hauj Lwm: Kev saib xyuas nyob deb txhua hnub nrog kev txhawb nqa tus neeg saib xyuas mob los pab tswj tus kheej ntawm koj tus mob.
- **Mob ntshav qab zib thiab ntshav siab:** Tswj koj cov ntshav qab zib thiab/los sis ntshav siab ntawm koj lub xov tooj nrog kev kawm thiab kev ceeb toom los pab koj tswj koj txoj kev noj qab haus huv. Lub app cia koj tham nrog kws kho mob thiab kws kho mob hauv lub sij hawm tiag tiag kom tau txais kev txhawb nqa koj xav tau, thaum twg koj xav tau.

Yog xav paub ntxiv txog cov kev pab cuam no, mus saib hauv [ucare.org/healthwellness](https://www.ucare.org/healthwellness) los sis hu rau UCare Pab Pawg Tswj Xyuas Kab Mob ntawm 866-863-8303 (qhov no yog hu dawb xwb). Los sis hu rau peb tus naj npawb TTY ntawm 800-688-2534 (qhov no yog hu dawb xwb).

Cov lus nug thiab lus teb txog cov lus qhia txog kev kho mob Minnesota Txoj Cai Lij Choj

Minnesota txoj cai tso cai rau koj qhia rau lwm tus txog koj qhov kev xav tau kev kho mob. Koj muaj cai hais qhia koj qhov kev xav los sis xaiv tus neeg sawv cev sau ntawv kom lwm tus paub tias koj xav tau dab tsi yog tias koj tsis tuaj yeem qhia lawv vim muaj mob los sis raug mob. Cov ntaub ntawv hauv qab no qhia txog cov lus qhia txog kev kho mob thiab yuav npaj li cas. Nws tsis muab txhua yam ntawm txoj cai.

Daim ntawv qhia kev noj qab haus huv yog dab tsi?

Daim ntawv qhia kev saib xyuas kev noj qab haus huv yog ib daim ntawv sau uas qhia rau lwm tus txog koj qhov kev xav txog koj txoj kev kho mob. Nws tso cai rau koj sau ib tus neeg ("tus neeg sawv cev") los txiav txim rau koj yog tias koj tsis tuaj yeem txiav txim siab. Nws kuj tso cai rau koj sau npe tus neeg sawv cev yog tias koj xav kom lwm tus txiav txim siab rau koj. Koj yuav tsum muaj hnub nyoog tsawg kawg yog 18 xyoo los ua daim ntawv qhia kev noj qab haus huv.

Vim li cas thiaj muaj tsab ntawv qhia kev noj qab haus huv?

Daim ntawv qhia kev saib xyuas kev noj qab haus huv tseem ceeb yog tias koj tus kws kho mob tuaj koom txiav txim siab tias koj tsis tuaj yeem sib txuas lus koj cov kev xaiv kho mob (vim qhov muaj peev xwm ntawm lub cev los sis lub hlwb). Nws yog qhov tseem ceeb heev yog tias koj xav kom lwm tus txiav txim siab txog kev kho mob. Qee qhov xwm txheej, koj cov lus qhia yuav hais tias koj xav kom lwm tus neeg uas tsis yog tus kws kho mob tuaj koom txiav txim siab thaum koj tsis tuaj yeem txiav txim siab koj tus kheej.

Kuv puas yuav tsum muaj daim ntawv qhia kev noj qab haus huv? Yuav ua li cas yog tias kuv tsis muaj?

Koj tsis tas yuav muaj daim ntawv qhia kev noj qab haus huv. Tab sis kev sau ntawv yuav pab kom paub tseeb tias koj qhov kev xav tau ua raws. Koj tseem yuav tau txais kev kho mob yog tias koj tsis muaj daim ntawv qhia. Cov kws saib xyuas kev noj qab haus huv yuav mloog cov neeg nyob ze koj hais txog koj qhov kev nyiam kho mob, tab sis txoj hauv kev zoo tshaj plaws kom paub tseeb tias koj xav tau ua raws li yog kom muaj lus qhia txog kev kho mob.

Kuv yuav ua daim ntawv qhia kev noj qab haus huv li cas?

Muaj cov ntawv qhia txog kev kho mob. Koj tsis tas yuav siv daim ntawv, tab sis koj daim ntawv qhia kev noj qab haus huv yuav tsum ua raws li cov cai hauv qab no kom raug cai:

- Ua ntawv sau thiab rau hnub tim.
- Qhia koj lub npe.
- Tau kos npe los ntawm koj los sis ib tus neeg koj tso cai kos npe rau koj, thaum koj tuaj yeem nkag siab thiab sib tham txog koj qhov kev xav tau kho mob.
- Kom koj kos npe pov thawj los ntawm ib tug neeg pov thawj los sis ob tug neeg tim khawv.
- suav nrog kev teem caij tus neeg sawv cev los txiav txim siab txog kev kho mob rau koj thiab/los sis cov lus qhia txog kev xaiv kho mob uas koj xav ua.

Ua ntej koj npaj los sis hloov kho koj cov lus qhia, koj yuav tsum tham txog koj qhov kev xav tau kev kho mob nrog koj tus kws kho mob los sis lwm tus kws kho mob. Cov ntaub ntawv hais txog yuav ua li cas thiaj li tau txais cov ntaub ntawv rau kev npaj koj cov lus qhia txog kev noj qab haus huv tuaj yeem nrhiav tau ntawm qhov kawg ntawm daim ntawv no, nyob rau hauv "Yuav ua li cas kom tau txais cov ntaub ntawv ntxiv."

Kuv tau npaj kuv cov lus qhia hauv lwm lub xeev. Puas tseem zoo?

Cov lus qhia txog kev noj qab haus huv tau npaj rau hauv lwm lub xeev raug cai yog tias lawv ua tau raws li lwm lub xeev txoj cai lij choj los sis Minnesota cov cai. Tab sis kev thov rau kev pab tua tus kheej yuav tsis ua raws.

Kuv tuaj yeem sau dab tsi hauv daim ntawv qhia kev noj qab haus huv?

Koj muaj ntau txoj kev xaiv uas yuav muab tso rau hauv koj daim ntawv qhia kev noj qab haus huv. Piv txwv li, koj tuaj yeem suav nrog:

- Tus neeg uas koj ntseeg ua koj tus neeg sawv cev los txiav txim siab txog kev kho mob rau koj. Koj tuaj yeem sau npe rau lwm tus neeg sawv cev yog tias thawj tus neeg sawv cev tsis muaj, los sis tus neeg sawv cev sib koom ua ke.
- Koj lub hom phiaj, qhov tseem ceeb, thiab kev nyiam ntawm kev kho mob.
- Hom kev kho mob uas koj xav tau (los sis tsis xav tau).
- Yuav ua li cas koj xav kom koj tus neeg sawv cev los sis tus neeg sawv cev txiav txim siab.
- Qhov twg koj xav tau kev saib xyuas.
- Cov lus qhia txog kev noj zaub mov zoo thiab kev muab dej rau haus.
- Cov kev kho mob puas siab puas ntsws uas siv hluav taws xob hlawv los sis tshuaj kho kab mob puas hlwb.
- Cov lus qhia yog tias koj cev xeeb tub.
- Kev pub khoom nruab nrog cev, hlab hluas nqaij, thiab qhov muag.

- Kev npaj pam tuag.
- Koj xav tau leej twg raws li koj tus neeg saib xyuas los sis tus saib xyuas yog tias muaj kev txiav txim plaub ntug hauv tsev hais plaub.

Tej zaum koj yuav npaj ib qho tshwj xeeb los sis nthuav dav raws li koj xav tau. Koj tuaj yeem xaiv qhov teeb meem los sis kev kho mob twg los daws hauv koj daim ntawv qhia kev noj qab haus huv.

Puas muaj kev txwv rau qhov kuv tuaj yeem tso rau hauv kuv daim ntawv qhia kev noj qab haus huv?

Muaj qee qhov txwv txog yam koj tuaj yeem tso rau hauv koj daim ntawv qhia kev noj qab haus huv. Piv txwv li:

- Koj tus neeg sawv cev yuav tsum muaj hnub nyoog tsawg kawg yog 18 xyoo.
- Koj tus neeg sawv cev tsis tuaj yeem yog koj tus kws kho mob, tshwj tsis yog tus kws kho mob tsis yog ib tus neeg hauv tsev neeg los sis koj muab cov laj thawj rau npe tus neeg sawv cev hauv koj cov lus qhia.
- Koj tsis tuaj yeem thov kev kho mob uas tsis yog kev kho mob tsim nyog.
- Koj tsis tuaj yeem thov kev pab tua tus kheej.

Daim ntawv qhia kev noj qab haus huv yuav kav ntev npaum li cas? Kuv puas tuaj yeem hloov tau?

Koj daim ntawv qhia kev noj qab haus huv yuav kav mus txog thaum koj hloov los sis tshem tawm. Tsuav yog cov kev hloov pauv tau raws li cov lus qhia txog kev saib xyuas kev noj qab haus huv uas tau teev tseg saum toj no, koj tuaj yeem thim koj cov lus qhia los ntawm ib qho ntawm cov hauv qab no:

- Ib tsab ntawv sau hais tias koj xav rho tawm nws.
- Rhuav tshem nws.
- Qhia tsawg kawg yog ob tus neeg koj xav rho tawm.
- Sau tsab ntawv qhia kev kho mob tshiab.

Yuav ua li cas yog tias kuv tus kws kho mob tsis kam ua raws li kuv cov lus qhia txog kev kho mob?

Koj tus kws kho mob feem ntau yuav ua raws li koj cov lus qhia txog kev kho mob, los sis ib qho lus qhia los ntawm koj tus neeg sawv cev, tsuav qhov kev kho mob ua raws li kev kho mob tsim nyog. Tab sis koj los sis koj tus neeg sawv cev tsis tuaj yeem thov kev kho mob uas yuav tsis pab koj los sis tus kws kho mob muab tsis tau. Yog tias tus kws kho mob tsis tuaj yeem ua raws li koj tus neeg sawv cev cov lus qhia txog kev kho mob lub neej, tus kws kho mob yuav tsum ceeb toom rau tus neeg sawv cev. Tus kws kho mob yuav tsum sau tsab ntawv ceeb toom hauv koj cov ntaub ntawv kho mob. Tus kws kho mob yuav tsum tso cai rau tus neeg sawv cev npaj xa koj mus rau lwm tus kws kho mob uas yuav ua raws li tus neeg sawv cev cov lus qhia.

Yuav ua li cas yog tias kuv twb tau npaj ib daim ntawv kho mob? Puas tseem zoo?

Ua ntej lub Yim Hli Ntuj Tim 1, 1998, Minnesota txoj cai tau muab rau ntau hom kev qhia, suav nrog kev ua neej nyob, lub zog saib xyuas kev noj qab haus huv ntawm tus kws lij choj, thiab cov lus tshaj tawm txog kev mob hlwb. Txoj cai hloov pauv kom tib neeg siv tau ib daim ntawv rau tag nrho lawv cov lus qhia txog kev noj qab haus huv. Cov ntawv tsim ua ntej lub Yim Hli Ntuj Tim 1, 1998, tseem raug cai yog tias lawv ua raws li txoj cai lij choj siv thaum sau ntawv. Lawv kuj raug cai yog tias lawv ua tau raws li txoj cai tshiab (uas tau piav qhia saum toj no). Tej zaum koj yuav xav tshuaj xyuas cov ntaub ntawv uas twb muaj lawm kom paub tseeb tias lawv hais qhov koj xav tau thiab ua tau raws li txhua qhov kev xav tau.

Kuv yuav ua li cas nrog kuv daim ntawv qhia kev noj qab haus huv tom qab kuv tau kos npe?

Koj yuav tsum qhia rau lwm tus txog koj cov lus qhia txog kev noj qab haus huv thiab muab luam rau tib neeg. Tej zaum koj yuav xav qhia rau cov neeg hauv tsev neeg, koj tus neeg saib xyuas kev noj qab haus huv los sis cov neeg sawv cev, thiab koj cov kws kho mob tias koj muaj lus qhia txog kev kho mob. Koj yuav tsum muab ib daim ntawv theej rau lawv. Nws yog ib lub tswv yim zoo los tshuaj xyuas thiab hloov kho koj cov lus qhia thaum koj xav tau hloov pauv. Khaws cia rau hauv qhov chaw nyab xeeb uas nws pom tau yooj yim.

Yuav ua li cas yog tias kuv ntseeg tias tus kws kho mob tsis tau ua raws li cov lus qhia txog kev kho mob?

Kev tsis txaus siab ntawm hom no tuaj yeem xa mus rau Lub Chaw Hauj Lwm Saib Xyuas Kev Tsis Txaus Siab ntawm 651-201-4200 los sis 1-800-369-7994 (qhov no yog hu dawb xwb). Cov neeg siv TTY, thov hu rau 651-201-5797. Los sis xa email rau: health.ohfc-complaints@state.mn.us.

Yuav ua li cas yog tias kuv ntseeg tias daim phiaj xwm kev noj qab haus huv tsis tau ua raws li cov lus qhia txog kev kho mob?

Kev tsis txaus siab ntawm hom no tuaj yeem xa mus rau MDH Lub Chaw Saib Xyuas Uas Tau Txais Kev Tswj Xyuas ntawm 651-201-5176 los sis 888-345-0823 (qhov no hu dawb). Cov neeg siv TTY, thov hu rau 651-201-5797. Xa Email: health.mcs@state.mn.us.

Yuav tau txais cov ntaub ntawv ntxiv li cas

Yog tias koj xav paub ntau ntxiv txog cov lus qhia txog kev noj qab haus huv, thov hu rau koj tus kws kho mob, koj tus kws lij choj, los sis Minnesota Pawg Neeg Saib Xyuas Kev Laus Laus LinkAge Line[®] at 1-800-333-2433. TTY: Minnesota Lub Chaw Pab Cuam ntawm 711 los sis 1-800-627-3529. Cov kev hu no yog hu dawb xwb. Daim ntawv qhia kev saib xyuas kev noj qab haus huv tau pom zoo muaj nyob hauv is taws nem ntawm lightthelegacy.org/health-care-directive-downloads.

Yuav ua li cas UCare ntsuas cov thev naus laus zis tshiab

Yog tias koj tus kws kho mob pom zoo rau cov cuab yeej tshiab uas tsis tau them tam sim no, UCare muaj cov txheej txheem los ntsuas cov thev naus laus zis tshiab. Thaum cov thev naus laus zis tshiab nkag mus rau hauv kev ua lag luam (cov cuab yeej, cov txheej txheem los sis tshuaj), UCare pab pawg txiav txim kho mob thiab cov kws kho mob zoo thiab cov thawj koj

kho mob ua tib zoo tshawb fawb thiab tshuaj xyuas cov thev naus laus zis tshiab ua ntej txiav txim siab lawv qhov tsim nyog kho mob thiab/los sis qhov tsim nyog. Peb siv cov ntaub ntawv sau los ntawm ntau qhov chaw hauv peb qhov kev ntsuam xyuas, suav nrog Hayes, Inc. Cov Ntawv Qhia Txog Kev Tshawb Fawb Txog Thev Naus Laus Zis, luam tawm cov ntaub ntawv kho mob tshuaj xyuas, cov lus pom zoo thiab cov lus qhia los ntawm cov koom haum kho mob hauv teb chaws thiab cov koom haum kws kho mob tshwj xeeb, Lub Koom Haum Tswj Hwm Zaub Mov thiab Tshuaj Kev tswj hwm (FDA), lwm lub koom haum tswj hwm, thiab cov kws tshaj lij sab hauv thiab sab nraud.

Kev tso cai thiab kev ceeb toom

UCare xav kom koj tau txais kev saib xyuas tsism nyog tshaj plaws rau koj cov kev xav tau tshwj xeeb. Ua li no, peb ua hauj lwm ze nrog koj tus kws kho mob los tshuaj xyuas ntau qhov kev pab cuam thiab cov txheej txheem. Phau Ntawv Tswv Cuab qhia txog kev saib xyuas thiab kev pab cuam uas tej zaum yuav tsum tau ceeb toom UCare los sis kev tso cai. Thov nco ntsoov tias daim ntawv teev npe no raug hloov pauv. Cov kev piv txwv ntawm cov kev pab cuam no suav nrog kev phais txha caj qaum thiab kev kho mob hauv tsev.

Kev ceeb toom

Cov tsev kho mob yuav tsum tau ceeb toom rau UCare yog tias koj tau mus pw hauv tsev kho mob, chaw zov me nyuam mus sij hawm ntev (LTAC), Kev Kho Mob Hauv Tus Neeg Mob Uas Mob Hnyav Kom Zoo Rov Qab Los (Acute Inpatient Rehabilitation, AIR), Chaw Tus Neeg Mob Uas Muaj Kev Txawj Ntse (Skilled Nursing Facility, SNF) los sis Swing Bed. UCare pawg kws kho mob ua hauj lwm nrog koj cov kws kho mob kom paub tseeb tias koj tau txais kev kho mob tsim nyog uas koj xav tau. Tsis tas li ntawd, pab pawg kho mob UCare tseem tuaj yeem pab tswj kev saib xyuas tom tsev kho mob yog tias tsim nyog los sis xav tau.

Kev tso cai

Qee qhov kev pab cuam xav tau kev pom zoo UCare. Qhov kev pom zoo no yuav tsum tshwm sim ua ntej, thaum lub sij hawm los sis sai tom qab kev pab cuam tiav. Koj tus kws kho mob muaj lub luag hauj lwm kom tau txais kev pom zoo. Qhov no muaj tseeb rau cov neeg muab kev pab cuam hauv pab pawg koom tes ntawm UCare thiab cov chaw muab kev pab cuam tsis yog hauv pab pawg koom tes.

Kev tso cai ua ntej, los sis kev tshuaj xyuas ua ntej, txhais tau hais tias ua ntej koj tau txais kev pab cuam, koj tus kws kho mob yuav tsum muab cov ntaub ntawv rau UCare thiab thov kev pom zoo. Yog tias xav tau kev tso cai ua ntej rau qhov kev pab cuam, nws tsuas yog them yog tias tau tso cai pom zoo.

Kev tshuaj xyuas sai li sai tau thiab sib koom ua ke feem ntau tshwm sim thaum LTAC los sis SNF nyob. Qhov no muab sij hawm rau UCare los tshuaj xyuas koj txoj phiaj xwm kev kho mob. Thaum lub sij hawm tshuaj xyuas, UCare yuav pom tias qee qhov kev saib xyuas koj yuav xav tau txuas ntxiv los sis yog xav tau kev saib xyuas txawv.

Kev tshuaj xyuas tom qab kev pab cuam yog xav tau yog tias koj tus kws kho mob tsis tau thov kev tshuaj xyuas ua ntej. Tej zaum koj qhov kev thov yuav raug tsis lees paub thaum xub thawj vim tias yuav tsum muaj kev tso cai rau kev pov hwm. Koj tus kws kho mob yuav

tsum muab cov ntaub ntawv qhia rau UCare txhawm rau kev tshuaj xyuas. UCare pab neeg kho mob yuav tshuaj xyuas koj txoj phiaj xwm kev kho mob kom paub tseeb tias koj tau txais kev pab them nqi kho mob uas koj muaj cai los ua tus tswv cuab UCare. Txhawm rau txiav txim siab txog kev pab them nqi kho mob, UCare pawg kws kho mob tshuaj xyuas yog tias qhov kev pab cuam tsim nyog, tsim nyog thiab siv tau rau koj cov kev xav tau.

Yog tias peb tsis kam lees qhov kev thov los ntawm koj los sis koj tus kws kho mob, koj los sis koj tus kws kho mob tuaj yeem rov hais dua peb qhov kev txiav txim. Thaum ua ntawv thov rov hais dua, koj los sis koj tus kws kho mob tuaj yeem xa cov ntaub ntawv ntxiv. Cov kev thov kom rov hais dua uas tau txais kev tshuaj xyuas los ntawm cov kws kho mob tawm tsam cov pov thawj kho mob tam sim no thiab koj cov phiaj xwm nyiaj pab cuam. Yog tias koj qhov kev thov kom rov hais dua raug tsis kam lees, koj yuav tau txais cov ntaub ntawv hais txog yuav ua li cas ua daim ntawv thov rov hais dua theem ob.

Rau kev paub ntxiv, mus rau **ucare.org**.



PO Box 52
Minneapolis, MN 55440-0052

612-676-3200 los sis 1-800-203-7225 (tus xov tooj no yog hu dawb).
TTY: 612-676-6810 los sis 1-800-688-2534 (qhov no yog hu dawb xwb)
8 teev sawv ntxov – 5 teev tsaus ntuj, Hnub Monday – Hnub Friday

ucare.org

U13755 Hmong (U2545) (12/2024) © 2023 UCare. Txwv tsis pub yuam txhua txoj cai.