

# UCare Connect + Medicare (HMO D-SNP) *Member Handbook (Buug-gacmeedka Xubinta).*

Janaayo 1, 2025 — Diseembar 31, 2025

Medicare-kaaga iyo Medical Assistance, Adeegyada iyo Taageeroyinka Muddada Dheer, iyo Caymiska Dawooyinka ee hoos yimaada UCare Connect + Medicare

**Toll free 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.

ဟ်သူၣ်ဟ်သးဘၣ်တက့ၢ်. ဝဲနမ့ၢ်လိၣ်ဘၣ်တၢ်မၤစၢၤကလီၤလၢတၢ်ကကျိးထံဝဲဒၣ်လံာ် တီလံာ်မိတခါအံၤန့ၣ်. ကိးဘၣ် လီတဲစိနီၢ်ဂံၢ်လၢထးအံၤန့ၣ်တက့ၢ်.

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

ໂປຣດຊາບ. ຖ້າທ່ານ ທ່ານຕ້ອງການການຊ່ວຍເຫຼືອໃນການແປເອກະສານນີ້ພຣີ, ຈົ່ງ ໂທໂປໂຫິໝາຍເລກຂ້າງເທິງນີ້.

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 gender identity)
- 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](mailto: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](mailto: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

Contact the **MDHR** directly to file a complaint:

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](mailto: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

American Indians can continue or begin to use tribal and Indian Health Services (IHS) clinics. We will not require prior approval or impose any conditions for you to get services at these clinics. For elders age 65 years and older this includes Elderly Waiver (EW) services accessed through the tribe. If a doctor or other provider in a tribal or IHS clinic refers you to a provider in our network, we will not require you to go to your primary care provider prior to the referral.

## Multi-Language Insert Multi-language Interpreter Services

**English:** We have free interpreter services to answer any questions you may have about our health or drug plan. To get an interpreter, just call us at **612-676-3200/1-800-203-7225**. Someone who speaks English/Language can help you. This is a free service.

**Spanish:** Tenemos servicios de intérprete sin costo alguno para responder cualquier pregunta que pueda tener sobre nuestro plan de salud o medicamentos. Para hablar con un intérprete, por favor llame al **612-676-3200/1-800-203-7225**. Alguien que hable español le podrá ayudar. Este es un servicio gratuito.

**Chinese Mandarin:** 我们提供免费的翻译服务，帮助您解答关于健康或药物保险的任何疑问。如果您需要此翻译服务，请致电 **612-676-3200/1-800-203-7225**。我们的中文工作人员很乐意帮助您。这是一项免费服务。

**Chinese Cantonese:** 您對我們的健康或藥物保險可能存有疑問，為此我們提供免費的翻譯服務。如需翻譯服務，請致電 **612-676-3200/1-800-203-7225**。我們講中文的人員將樂意為您提供幫助。這是一項免費服務。

**Tagalog:** Mayroon kaming libreng serbisyo sa pagsasaling-wika upang masagot ang anumang mga katanungan ninyo hinggil sa aming planong pangkalusugan o panggamot. Upang makakuha ng tagasaling-wika, tawagan lamang kami sa **612-676-3200/1-800-203-7225**. Maaari kayong tulungan ng isang nakakapagsalita ng Tagalog. Ito ay libreng serbisyo.

**French:** Nous proposons des services gratuits d'interprétation pour répondre à toutes vos questions relatives à notre régime de santé ou d'assurance-médicaments. Pour accéder au service d'interprétation, il vous suffit de nous appeler au **612-676-3200/1-800-203-7225**. Un interlocuteur parlant Français pourra vous aider. Ce service est gratuit.

**Vietnamese:** Chúng tôi có dịch vụ thông dịch miễn phí để trả lời các câu hỏi về chương sức khỏe và chương trình thuốc men. Nếu quý vị cần thông dịch viên xin gọi **612-676-3200/1-800-203-7225** sẽ có nhân viên nói tiếng Việt giúp đỡ quý vị. Đây là dịch vụ miễn phí.

**German:** Unser kostenloser Dolmetscherservice beantwortet Ihren Fragen zu unserem Gesundheits- und Arzneimittelplan. Unsere Dolmetscher erreichen Sie unter **612-676-3200/1-800-203-7225**. Man wird Ihnen dort auf Deutsch weiterhelfen. Dieser Service ist kostenlos.

**Korean:** 당사는 의료 보험 또는 약품 보험에 관한 질문에 대해 드리고자 무료 통역 서비스를 제공하고 있습니다. 통역 서비스를 이용하려면 전화 **612-676-3200/1-800-203-7225** 번으로 문의해 주십시오. 한국어를 하는 담당자가 도와 드릴 것입니다. 이 서비스는 무료로 운영됩니다.

**Russian:** Если у вас возникнут вопросы относительно страхового или медикаментного плана, вы можете воспользоваться нашими бесплатными услугами переводчиков. Чтобы воспользоваться услугами переводчика, позвоните нам по телефону **612-676-3200/1-800-203-7225**. Вам окажет помощь сотрудник, который говорит по-русски. Данная услуга бесплатная.

**Arabic:** إننا نقدم خدمات المترجم الفوري المجانية للإجابة عن أي أسئلة تتعلق بالصحة أو جدول الأدوية لدينا. للحصول على مترجم فوري، ليس عليك سوى الاتصال بنا على **612-676-3200/1-800-203-7225**. سيقوم شخص ما يتحدث العربية بمساعدتك. هذه خدمة مجانية.

**Hindi:** हमारे स्वास्थ्य या दवा की योजना के बारे में आपके किसी भी प्रश्न के जवाब देने के लिए हमारे पास मुफ्त दुभाषिया सेवाएँ उपलब्ध हैं। एक दुभाषिया प्राप्त करने के लिए, बस हमें **612-676-3200/1-800-203-7225** र फोन करें। कोई व्यक्ति जो हिन्दी बोलता है आपकी मदद कर सकता है। यह एक मुफ्त सेवा है।

**Italian:** È disponibile un servizio di interpretariato gratuito per rispondere a eventuali domande sul nostro piano sanitario e farmaceutico. Per un interprete, contattare il numero **612-676-3200/1-800-203-7225**. Un nostro incaricato che parla Italianovi fornirà l'assistenza necessaria. È un servizio gratuito.

**Portuguese:** Dispomos de serviços de interpretação gratuitos para responder a qualquer questão que tenha acerca do nosso plano de saúde ou de medicação. Para obter um intérprete, contacte-nos através do número **612-676-3200/1-800-203-7225**. Irá encontrar alguém que fale o idioma Português para o ajudar. Este serviço é gratuito.

**French Creole:** Nou genyen sèvis entèprèt gratis pou reponn tout kesyon ou ta genyen konsènan plan medikal oswa dwòg nou an. Pou jwenn yon entèprèt, jis rele nou nan **612-676-3200/1-800-203-7225**. Yon moun ki pale Kreyòl kapab ede w. Sa a se yon sèvis ki gratis.

**Polish:** Umożliwiamy bezpłatne skorzystanie z usług tłumacza ustnego, który pomoże w uzyskaniu odpowiedzi na temat planu zdrowotnego lub dawkowania leków. Aby skorzystać z pomocy tłumacza znającego język polski, należy zadzwonić pod numer **612-676-3200/1-800-203-7225**. Ta usługa jest bezpłatna.

**Japanese:** 当社の健康 健康保険と薬品 処方薬プランに関するご質問にお答えするために、無料の通訳サービスがあります。通訳をご用命になるには、**612-676-3200/1-800-203-7225** にお電話ください。日本語を話す人者が支援いたします。これは無料のサービスです。





## **Hordhaca Member Handbook**

Member Handbook, oo sidoo kale loo yaqaan *Caddaynta Caymiska*, ayaa wax kaaga sheegaya caymiskaaga hoos yimaada qorshahayaga illaa 12/31/2025. Wuxuu sharaxayaa adeegyada daryeelka caafimaadka, caafimaadka habdhaqanka (caafimaadka maskaxda iyo cilladaha isticmaalka maandooriyaha), caymiska dawooyinka la qoray, iyo adeegyada iyo taageerada muddada dheer haddii loo baahdo. Erayada muhiimka ah iyo qeexitaankoodu waxay u taxan yihiin sida ay alifbeeto ahaan ugu kala horreeyaan **Cutubka 12aad** ee *Buug-gacmeedkan Loogu Talagalay Xubnaha*.

### **Tani waxaa weeye waraaqo sharci oo muhiim ah. Ku xafidi meel ammaan ah.**

Marka *Buug-gacmeedkan Loogu Talagalay Xubnaha* aad ku dhex aragto ereyada “annaga”, “innaga”, “waxeeena”, ama “qorshahayaga”, waxay la macno tahay UCare Connect + Medicare.

Waxa aad ku heleysaa waraaqahan bilaash iyada oo qaab kale ah, sida farwaawayn, farta dhagoolka, ama cod adiga oo lasoo hadlaya Adeegyada Macmiilka lambarka hoosta ku qoran boga. Wicitaanku waa bilaash.

- Si aad u samayso ama aad u bedesho codsi joogto ah si aad u hesho dukumeentigan, hadda iyo mustaqbalka, oo aad ku hesho luuqad aan Ingiriisi ahayn ama qaab kale, Adeegga Macaamiisha ka wac lambarka hoose ee boggan.

Waxaan haynaa adeegyo turjumaad oo bilaash ah si aan uga jawaabno su'aalo kasta oo aad ka qabto caymiskeena caafimaadka iyo daawooyinka. Si aad u hesho turjumaan kaliya naga soo wac lambarada ku yaal xagga hoose ee bogga.

Qof ku hadla luqadaada ayaa ku caawin kara. Kani waa adeeg bilaash ah.

## **Afeef**

- UCare waa qorshe caafimaad oo HMO D-SNP ah kaas oo qandaraas kula jira labada barnaamij ee Medicare iyo Minnesota Medical Assistance (Medicaid) si gunnooyinka labada barnaamij loo siiyo dadka ka diiwaangashan. Iska diiwaangelinta UCare waxay ku xirantahay cusbooneysiinta qandaraaska.
- Caymiska hoos yimaada UCare Connect + Medicare waa caymis caafimaad oo u qalma oo loo yaqaan “caymiska ugu yar ee muhiimka ah.” Waxa uu u hogaansan yahay Sharcida Ilaalada Bukaanka iyo Daryeelka La Awoodo (Patient Protection and Affordable Care Act’s, ACA) ee shakhsiyaadka oo lagu sheego shuruudaha u qalanka. Booqo websaytka Adeega Dakhliga Gudaha (IRS). [www.irs.gov/Affordable-Care-Act/Individuals-and-Families](http://www.irs.gov/Affordable-Care-Act/Individuals-and-Families) Wixii macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan shuruudaha mas'uuliyadda la wadaago ee shakhsi ahaaneed.
- Medicare waxay ansixisay UCare Minnesota si loo bixiyo kharash-wadaaga hooseeya taas oo qayb ka ah barnaamijka naqshadaynta ee ku salaysan Qiimah Caymiska. Barnaamijkaan waxa uu Medicare u ogalaanayaa isku dayga habab cusub oo ay u hormarin karto qorsheyaasha Medicare Advantage.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

## **Cutubka 1: Bilaabidda xubin ahaanshaha**

---

### **Hordhaca**

Cutubkan waxaa ku jira macluumaadka ku saabsan UCare Connect + Medicare, qorshe caafimaad oo daboolaa dhammaan adeegyada Medicare iyo Medical Assistance, iyo xubinnimadaada. Wuxuu sidoo kale kuu sheegayaawaxaad filanayso iyo macluumaadka kale ee aad naga heli doonto. Erayada muhiimka ah iyo qeexitaankoodu waxay u soo baxayaan siday u kala horreeyaan alifbeetada cutubka ugu dambeeya ee *Member Handbook*.

### **Jadwalka Tasmada**

<b>A. Ku soo dhawoow qorshahayaga .....</b>	<b>11</b>
<b>B. Macluumaadka ku saabsan Medicare iyo Medical Assistance .....</b>	<b>11</b>
B1. Medicare.....	11
B2. Medical Assistance.....	11
<b>C. Gunnooyinka qorshahayaga.....</b>	<b>12</b>
<b>D. Aagga adeegga ee qorshahayaga.....</b>	<b>13</b>
<b>E. Maxaa keena inaad u qalanto inaad xubin ka noqoto caymiska .....</b>	<b>13</b>
<b>F. Waxa la filayo marka ugu horraysa ee aad ku biirto qorshahayaga caafimaadka .....</b>	<b>14</b>
<b>G. Kooxdaada daryeelka iyo qorshaha taageerada.....</b>	<b>14</b>
G1. Kooxda daryeelka .....	14
G2. Qorshaha Taageerada.....	15
<b>H. Kharashkaaga billaha ah ee UCare Connect + Medicare .....</b>	<b>15</b>
<b>I. <i>Kaaga-Member Handbook</i> .....</b>	<b>15</b>
<b>J. Macluumaad kale oo muhiim ah oo aad naga helayso.....</b>	<b>16</b>
J1. Kaarka aqoonsiga xubnimada .....	16
J2. <i>Provider and Pharmacy Directory (Tusaha Adeeg-bixiyaha iyo Farmashiyaha)</i> .....	17
J3. <i>List of Covered Drugs (Liiska Dawooyinka La Daboolay)</i> .....	18
J4. <i>Sharaxaada Gunnooyinka</i> .....	18
<b>K. Cusboonaysiinta diiwaanka xubinnimadaada .....</b>	<b>19</b>
K1. Sirta macluumaadka caafimaadka shakhsi ahaaneed (personal health information, PHI)20	



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

---

## A. Ku soo dhawoow qorshahayaga

Qorshahayagu wuxuu adeegyada Medicare iyo Medical Assistance siiyaa shakhsiyaadka u qalma labada barnaamijba. Qorshahayagu waxa ku jira dhakhaatiir, isbitaalo, farmashiyaal, bixiyeyaasha adeegyada iyo taageerada muddada-dheer, bixiyeyaasha caafimaadka habdhaqanka, iyo bixiyeyaasha kale. Waxaan sidoo kale leenahay isku-duwayaasha daryeelka iyo kooxaha daryeelka si ay kaaga caawiyaan maareynta adeeg-bixiyayaashaada iyo adeegyadaada. Dhamaantood way wada shaqeeyaan si ay u bixiyaan daryeelka aad u baahan tahay.

---

## B. Macluumaadka ku saabsan Medicare iyo Medical Assistance

### B1. Medicare

Medicare waxaa weeye barnaamij caymis oo federalka ah oo loogu talo geley:

- dadka da'doodu tahay 65 sano ama ka weyn,
- dadka qaar ka yar 65 oo qaba laxaad la'aanta qaar, **iy**
- dadka qaba heerka ugu dambeeya ee xanuunka kalyaha (kalyo xanuunka).

### B2. Medical Assistance

Medical Assistance waa magaca barnaamijka Medicaid ee Minnesota. Medical Assistance waxaa maamula gobolka waxaana kharashaadka bixiya gobolka iyo dowladda federaalka. Medical Assistance waxay ka caawisaa dadka dakhligoodu xaddidan yahay inay iska bixiyaan kharashaadka adeegyada iyo Taageerada Muddada dheer (LTSS) iyo kharashyada caafimaadka. Waxa uu bixiyaa adeegyo dheeraad ah iyo dawooyinka aanu bixin Medicare.

Gobol kasta ayaa go'aansada:

- waxa loo arko dakhli iyo khayraad,
- yaa u qalma,
- adeegyadee ayaa la bixiyaa, **iy**
- kharashka adeegyada.

Gobolka ayaa go'aamiya sida uu u wadayo barnaamijyadiisa, ilaa inta ay raacayaan shuruucda federaalka.

Medicare iyo gobolka Minnesota ayaa ansixiyay qorshahayaga. Waxaad adeegyada Medicare iyo barnaamijka Medical Assistance ka heli kartaa qorshahayaga ilaa inta:



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

- waxaan dooranay bixinta caymiska, **iyo**
- Medicare iyo gobolka Minnesota ayaa noo ogolaanaya inaan sii wadno bixinta qorshahan.

Xataa haddii qorshahayagu uu joojiyo inuu shaqeeyo mustaqbalka, taasi ma saamaynayso u-qalmitaankaaga Adeegyada Medicare iyo Medical Assistance.

---

## C. Gunnooyinka qorshahayaga

Hadda waxaad dhammaan adeegyadaada Medicare iyo Medical Assistance ka heli doontaa qorshahayaga, oo ay ku jiraan dawooyinka dhakhtarku qoray. **Ma bixinaysid lacag dheeraad ah si aad ugu biirto qorshahan caafimaad.**

Waxaan kaa caawinaynaa in gunnooyinkaaga Medicare iyo Medical Assistance ay si wanaagsan kuugu shaqeeyaan adiga. Waxaa kamid ah faa'idooyinka:

- Waxaad nagala shaqayn kartaa **inta badan** baahiyahaaga daryeelka caafimaadka.
- Waxaad helaysaa koox daryeel oo aad gacan ka gaysan karta isku dubaridka. Kooxdaada daryeelka waxaa laga yaabaa inay ku jiraan adiga naftaada, daryeelahaaga, dhakhaatiirta, kalkaalisooyinka, la-taliyayaasha, ama xirfadlayaasha kale ee caafimaadka.
- Waxaad marin u heli kartaa care coordinator (iskuduwaha daryeelka). Kani waa qof la shaqeeya adiga, qorshahayaga, iyo kooxdaada taageerada si gacan looga gaysto samaynta qorshe daryeel.
- Waxaad awood u leedahay inaad amarto daryeelkaaga adiga oo caawimaad ka helaya kooxdaada daryeelka iyo care coordinator (iskuduwaha daryeelka).
- Kooxdaada taageerada iyo care coordinator (iskuduwaha taageerada) ayaa kula shaqeyn doonaan si aad u samaysaan qorshe daryeel oo loogu talagalay in lagu **daboolo** baahiyahaaga caafimaad. Kooxda taageerada waxay gacan ka gaysanayaan iskudubaridka adeegyada aad u baahan tahay. Tusaale ahaan, tani waxay la macno tahay in kooxda daryeelkaagu ay xaqiijinayaan in:
  - Dhakhaatiirtaadu ay ogyihiin dhammaan dawooyinka aad qaadato si ay u xaqiijiyaan inaad qaadato daawooyinka saxda ah oo waxay yarayn karaan waxyeellooyin kasta oo aad ka yeelan karto daawooyinka.
  - Natiijooyinka baaritaankaaga lala wadaago dhammaan dhakhaatiirtaada iyo adeeg-bixiyayaasha kale, hadba sida ku habboon.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

---

## D. Aagga adeegga ee qorshahayaga

Aagga adeegayagu waxaa ka mid ah degmooyinkan Minnesota: Aitkin, Anoka, Becker, Benton, Blue Earth, Carlton, Carver, Cass, Chippewa, Chisago, Clay, Cook, Cottonwood, Crow Wing, Dakota, Faribault, Fillmore, Freeborn, Hennepin, Houston, Isanti, Itasca, Jackson, Kanabec, Kandiyohi, Kittson, Koochiching, Lac qui Parle, Lake, Lake of the Woods, Le Sueur, Lincoln, Lyon, Mahnommen, Marshall, Martin, Mille Lacs, Morrison, Mower, Murray, Nicollet, Nobles, Norman, Olmsted, Otter Tail, Pennington, Pine, Polk, Ramsey, Red Lake, Redwood, Rice, Rock, Roseau, Scott, Sherburne, St. Louis, Stearns, Swift, Todd, Wadena, Washington, Watonwan, Wilkin, Winona, Wright, iyo Yellow Medicine.

Kaliya dadka ku nool aagga adeegga ayaa ku biiri kara qorshahayaga.

**Kuma sii jiri kartid qorshahayaga haddii aad u guurto meel ka baxsan aagga adeegga.**

Tixraac **cutubka 8 Qaybta I** ee *Member Handbook* si aad u hesho wixii macluumaad dheeraad ah ee ku saabsan saamaynta ka guurista aagga adeegayaga.

---

## E. Maxaa keena inaad u qalanto inaad xubin ka noqoto caymiska

Waxaad xaq u leedahay qorshahayaga hadba inta aad:

- ku nooshahay aagga adeegayada (shakhsiyaadka xiran looma tixgalinayo inay ku nool yihiin aagga adeega xitaa haddii ay jir ahaan halkaas joogaan), **iyo**
- haysato Medicare Part A iyo Medicare Part B labadaba, **iyo**
- aad tahay muwaadin Maraykan ah ama si sharci ah u joogto Maraykanka, **iyo**
- aad hadda xaq u leedahay Medical Assistance.
- da'doodu tahay 18-64
- leedahay naafanimo lagu soo xaqiijiyay Maamulka Sooshal Sekuuritiga ama Kooxda Dib u Eegista Caafimaadka Gobolka

Haddii aad lumiso u-qalmitaanka balse lagaa filan karo inaad dib u hesho 90 maalmood gudahood markaas waxaad weli u qalantaa qorshahayaga.

Soo wac Adeega Macmiilka macluumaadka dheeraadka ah.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

---

## F. Waxa la filayo marka ugu horraysa ee aad ku biirto qorshahayaga caafimaadka

Marka ugu horraysa ee aad ku biirto qorshahayaga, waxa aad helaysaa qiimaynta khatarta caafimaadka (HRA) 60 maalmood gudahooda ka hor ama kadib taariikhda diiwaangelintaada.

Waa inaan kuu dhamaystirno HRA. HRA-dan waa aasaaska horumarinta qorshahaaga taageerada. HRA waxaa ku jira su'aalo lagu aqoonsanayo caafimaadkaaga, caafimaadka habdhaqankaaga, iyo baahiyahaaga shaqada/hawlqabadka.

Waxaan kuula soo xiriiraynaa dhamaystirka HRA. Waxaan kuu dhamaystiri karnaa HRA si qof ahaan ah, wicitaan taleefan, ama boostada.

Waxaan kuu soo diri doonaa macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan HRA.

**Haddii UCare Connect + Medicare uu kugu cusub yahay**, waxaad sii wadi kartaa isticmaalka dhakhaatiirta aad hadda isticmaasho ilaa 120 maalmood sababo gaar ah dartood. Si aad u hesho wixii macluumaad dheeraad ah, tixraac ku sameey **Cutubka 3** ee *Member Handbook*.

120 maalmood ka dib waxaad u baahan doontaa inaad isticmaasho dhakhaatiir iyo bixiyeyaasha kale ee shabakada UCare Connect + Medicare.

Bixiye shabakad waa bixiye la shaqeeya qorshaha caafimaadka. Ka eeg **Cutubka 3** ee *Member Handbook* si aad u hesho wixii macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan helitaanka daryeelka.

---

## G. Kooxdaada daryeelka iyo qorshaha taageerada

### G1. Kooxda daryeelka

Kooxda daryeelka ayaa kaa caawin karta inaad sii hesho daryeelka aad u baahan tahay. Kooxda daryeelka waxa ku jiri kara dhakhtarkaaga, isuduwaha daryeelka, ama qof kasta oo kale oo aad doorato.

Iskuduwaha daryeelka waa qof loo tababaray inuu kaa caawiyo maareynta daryeelka aad u baahan tahay. Waxaad heleysaa iskuduwaha daryeelka marka aad isdiwaangeliso qorshahayaga. Qofkani waxaa kale oo uu kuu gudbinayaa ilaha kale ee bulshada ee laga yaabo in aanu qorshahayagu ku siin karin oo waxa uu kala shaqayn doonaa kooxdaada daryeelka si ay gacan uga geystaan isku-duwidda daryeelkaaga. Naga soo wac lambarada hoose ee bogga si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan isku-duwaha daryeelkaaga iyo kooxda daryeelkaaga.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

## G2. Qorshaha Taageerada

Kooxdaada taageerada ayaa kaala shaqaynaysa samaynta qorshe daryeel. Qorshe daryeel ayaa idin sheegaya adiga iyo dhakhaatiirtaada adeegyada aad u baahan tahay iyo sida aad u heli lahaydeen. Waxaa ku jira adeegyada caafimaadkaaga, caafimaadka habdhaqankaaga, iyo LTSS.

Qorshahaaga taageerada waxaa ka mid ah:

- yoolalkaaga daryeelka caafimaadka, **iy**
- jadwalka ay tahay inaad ku hesho adeegyada aad u baahan tahay.

Kooxdaada daryeelka ayaa kula kulmaya kadib HRA-gaaga. Waxay ku weydiinayaan adeegyada aad u baahan tahay. Waxay kaloo kuu sheegayaan adeegyada laga yaabo inaad rabto inaad ka fikirto inaad hesho. Qorshahaaga daryeelka waxaa la abuurayaa iyadoo lagu salaynayo baahiyahaaga iyo yoolalkaaga. Kooxda taageerada ayaa kaala shaqaynaysa inay cusboonaysiiyaan qorshahaaga daryeelka ugu yaraan sannad kasta.

Qorshahaaga taageerada waxaa ka mid ah:

- hadafyada adeegga ka-hortagga iyo dayactirka daryeelka caafimaadka,
- iskudubaridka baahiyaha adeegyada daryeelka caafimaadka,
- yoolalkaaga daryeelka caafimaadka, iyo
- jadwalka ay tahay inaad ku hesho adeegyada aad u baahan tahay.

---

## H. Kharashkaaga billaha ah ee UCare Connect + Medicare

Qorshahayagu ma laha (premium) wax qiimo ah.

---

## I. Kaaga-Member Handbook

*Member Handbook* waa qayb ka mid ah qandaraaska aan kula jirno. Tani waxay ka dhigan tahay in aan raacno dhammaan sharciyada ku qoran dukumeentigan. Haddii aad u malaynayso inaanu samaynay wax ka hor imanaya xeerarkan, waxa laga yaabaa inaad racfaan ka qaadato go'aankayaga. Macluumaad ku saabsan rafcaannada, ka eeg **Cutubka 9** ee *Member Handbook* ama wac 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227).

Waxaad codsan kartaa *Member Handbook* adigoo Adeegga Macaamiisha ka wacaya lambarada ku yaal bogga hoose. Waxa kale oo aad tixraaci kartaa *Member Handbook* ee laga helayo websaydkeena oo linkigiisa ku yaala bogga hoose.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

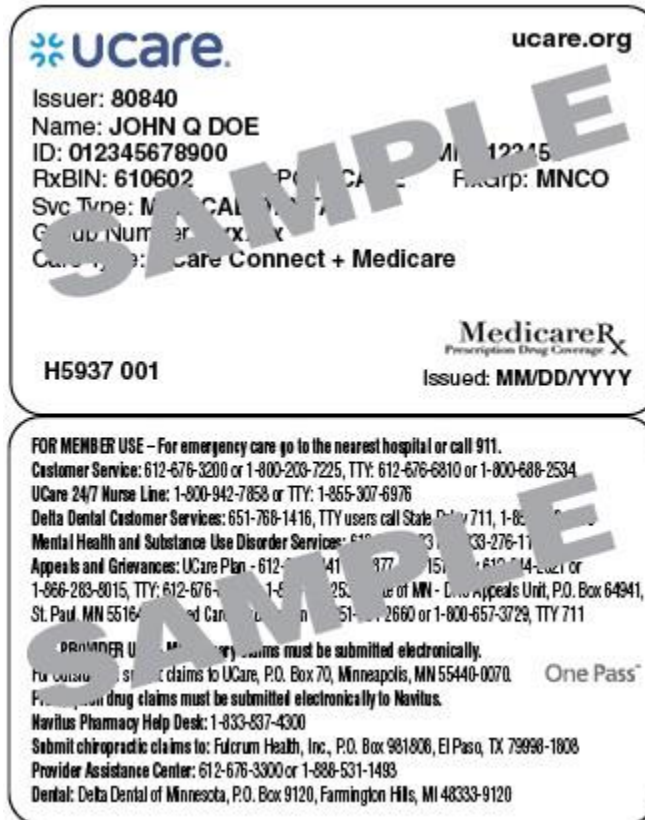
Qandaraasku wuxuu dhaqan galayaa bilaha aad iska diiwaangeliso qorshahayaga inta u dhaxaysa Janaayo 1, 2025 iyo Diseembar 31, 2025.

## J. Macluumaad kale oo muhiim ah oo aad naga helayso

Macluumaadka kale ee muhiimka ah ee aan ku siino waxaa ka mid ah Kaarka Aqoonsiga Xubinnimada, macluumaadka ku saabsan sida loo galo helo *Liiska Adeeg-bixiyaasha iyo Farmashiyaasha*, iyo macluumaadka ku saabsan sida loo galo *Liiska Dawooyinka La daboolay*, oo sidoo kale loo yaqaan *Formulary*.

### J1. Kaarka aqoonsiga xubnimada

Sida qorshahayagu ku jiro, waxaad haysataa hal kaadh oo loogu talagalay adeegyadaada Medicare iyo Medical Assistance, oo ay ku jiraan LTSS, adeegyada caafimaadka habdhaqanka qaarkood, iyo warqadaha daawada. Waxaad soo bandhigi doontaa kaarkan marka aad helayso wax adeeg ama warqad dhakhtar ah. Waa kan tusaalaha kaadhka aqoonsiga xubinta:



**?** **Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**



Haddii Kaarka Aqoonsiga Xubinnimada uu waxyeeloobo, lumo, ama la xado, Adeegga Macaamiisha ka wac lambarka hoose ee bogga isla markiiba. Waxaan kuu soo diri doonaa kaar cusub.

Ilaa iyo inta aad xubin ka tahay qorshahayaga, uma baahnid inaad isticmaasho kaarkaada casaanka, caddaanka, iyo buluugga ah ee Medicare ama kaarka Medical Assistance si aad u hesho adeegyada badankooda. Waxaad ku kaydisaa kaadhahkan meel amaan ah, si aad u hesho hadii aad hadhaw u baahato. Haddii aad soo bandhigtid kaarka Medicare-ka bedelka kaarka aqoonsiga xubinta, adeeg-bixiyaha waxa laga yaabaa in uu kharashka ku dalacsiiyo Medicare beddelka uu ku dalaci lahaa qorshahayaga, waxaana laga yaabaa inaad hesho biil lacag bixin ah. Tixraac **Cutubka 7** ee *Member Handbook* si aad u ogaato waxa la sameeyo haddii aad biil ka hesho adeeg-bixiyaha.

Gunnooyinka lagu daboolay meelaha ka baxsan qorsheheena waxaa dhici karta in aad u baahato in aad isticmaasho kaarkaaga Medical Assistance. Tixraac **Cutubka 4**, Qaybta E.

## **J2. Provider and Pharmacy Directory (Tusaha Adeeg-bixiyaha iyo Farmashiyaha)**

Tusaha *Provider and Pharmacy Directory* waxa uu taxayaa adeeg-bixiyayaasha iyo farmasiyada ku jira shabakada qorshayaashayada. In kasta oo aad xubin ka tahay qorshaheena, waa inaad isticmaashaa bixiye ku jira shabakada si aad u hesho adeegyada la daboolay.

Waxaad codsan kartaa *Provider and Pharmacy Directory* (isagoo qaab elektaroonig ah ama qaab nuqul ah) adiga oo Adeegga Macaamiisha ka wacaya lambarada ku yaal bogga hoose. Codsiyada nuqulka adag ee Tusmooyinka Adeeg-bixiyaha iyo Farmashiyaha ayaa laguugu soo diri doonaa seddex maalmood oo shaqo gudahood. Waxaad sidoo kale tixraaci kartaa *Provider and Pharmacy Directory* oo laga helo shabakadda ee bogga hoose.

Adeega Macmiilka iyo websaytka ayaa kusiin kara macluumaadka ugu danbeeyay ee ku saabsan isbadalada farmashiyaha iyo bixiyayaasha shabakada. Waxaad ka heli kartaa magacyada, cinwaanada iyo nambarda telefoonada dhakhaatiirta ku jira shabakadaha, rugaha caafimaadka, farmashiyayaasha, isbitaalada iyo qaar kaloo badan. Waxa kale oo aad heli kartaa tafaasiil kale oo ku saabsan adeeg-bixiyayaasha sida shahaadooyinka, takhasuska, dugsiga caafimaad ee ay soo barten, tababarada caafimaad ee ay soo mareen iyo heerka shahaadada guddiga.

### **Sharaxa bixiyayaasha shabakada**

- Adeeg-bixiyayaasha ku jira shabakadaha waxaa ka mid ah:
  - Dhakhaatiirta, kalkaaliyayaasha caafimaadka, iyo xirfadlayaasha kale ee daryeelka caafimaadka oo aad u isticmaali karto sidii xubin ka mid ah qorshahayaga;
  - rugaha caafimaadka, isbitaallada, xarumaha baxnaaninta, iyo meelaha kale ee bixiya adeegyada caafimaadka ee qorshahayaga; **iyo**



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

- LTSS, adeegyada caafimaadka habdhaqanka, wakaaladaha caafimaadka guriga, qeybiyayaasha qalabyada caafimaadka waara (DME), iyo kuwa kale ee bixiya alaabo iyo adeeyo aad ka helayso Medicare ama Medical Assistance.

Adeeg-bixiyayaasha ku jira shabakadu waxay ogolaadeen inay aqbalaan lacag bixinta qorshahayaga ee adeegyada la daboolay in loo bixiyo lacag bixin hal mar ah.

### Sharaxa farmasiyada dalada

- Farmashiyayaasha ku jira shabakadu waa farmashiyaal oggolaaday inay daawoyinka u buuxiyaan xubnaha qorshaheena. Isticmaal *Provider and Pharmacy Directory*si aad u hesho farsami dalada ah ee aad doonayso inaad isticmaasho.
- Marka laga tago wakhtiga lagu sugan yahay waaxda gurmada xaaladaha degdega ah, waa inaad ka qaadataa dawooyinka lagu qoray mid kamid ah farmasiyada ku jira dalada hadii aad doonayso in caymiskaagu kaa bixiyo.

Adeegga Macmiilka ka wac lambarada ku yaal bogga hoose si aad macluumaad dheeraad ah u hesho. Adeegga Macaamiisha iyo websaydkeena labaduba waxay ku siin karaan macluumaadka ugu casrisan ee ku saabsan isbeddelada farmashiyayaashayada iyo adeeg-bixiyayaashayada ku jira shabakada.

### J3. List of Covered Drugs (Liiska Dawooyinka La Daboolay)

Qorshuhu wuxuu leeyahay *List of Covered Drugs*. Waxa aanu ugu yeedhnaa marka lasoo gaabiyo *Drug List (Liiska Daawada)*. Wuxuu wax kaaga sheegayaa dawooyinka uu qorshuhu daboolayo.

*Liiska Daawadu wuxuu sidoo kale kuu sheegayaa hadii ay jiraan wax sharci ah ama xadidaado ah oo wax dawooyin ah, sida xadidaada xadiga aad heli karto. Si aad u hesho wixii macluumaad dheeraad ah, tixraac ku sameey **Cutubka 5** ee *Member Handbook*.*

Sannad kasta, waxaanu kuu soo dirnaa macluumaadka ku saabsan sida loo helo *Drug List (Liiska Dawooyinka)*, laakiin isbeddelada qaarkood ayaa dhici kara in la sameeyo inta lagu jiro sanadka. Si aad u hesho macluumaadka ugu casrisan ee ku saabsan dawooyinka la daboolay, wac Adeegga Macmiilka ama booqo boggayaga internetka adigoo isticmaalaya cinwaanka hoose ee bogga.

### J4. Sharaxaada Gunnooyinka

Markaad isticmaasho Medicare Part D gunnooyinka daawada lagu qoray, waxaanu kuu soo diri doonaa guudmarka si ay kaaga caawiso inaad fahanto oo aad la socoto lacag bixinta dawooyinkaaga Medicare Part D. Guudmarka waxa loo yaqaan *Sharaxaada Gunnooyinka (EOB)*.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

EOB waxay kuu sharaxaysaa wadarta guud ee adiga ama kuwa kale ee adiga ku magacaaban, aad ku bixiseen Medicare Part D daawooyinkii iyo wadarta cadadka aanu ku bixinay mid kasta oo ka mid ah daawooyinka Medicare Part D inta lagu jiro bishaas. EOB-kan ma aha biil. EOB waxaa ku jira macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan dawooyinka aad qaadato sida korodhka qiimaha iyo daawooyinka kale ee leh kharash-wadaaga hooseeya oo laga yaabo in la heli karo. Waxaad kala hadli kartaa dhakhtarkaaga wax ku saabsan doorashooyinkan qiimaha jaban. **Cutubka 6** ee *Member Handbook* wuxuu ku siinayaa macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan EOB iyo sida ay kaaga caawinayso in aad la socoto caymiskaaga dawada.

Waxaad sidoo kale codsan kartaa EOB. Si aad nuqul u hesho, Adeegga Macmiilka kala xiriir lambarada ku yaal xagga hoose ee bogga.

Waxaad arki kartaa 2025 Qaybta D *Sharaxaada Gunnooyinka* (Qaybta D EOB) adiga oo gelaya Afoonka Khadka Tooska ah ee Xubinta **member.ucare.org** isla markaana tagaya maktabadda Dukumentiyada Waxa kale oo aad codsan kartaa inaad joojiso helitaanka nuqulka warqadda ah ee Qaybta D EOB adiga oo wacaya Adeegga Macmiilka si aad wax badan uga ogaato.

---

## K. Cusboonaysiinta diiwaanka xubinnimadaada

Waxaad cusboonaysiin kartaa diiwaankaaga xubinnimada adiga oo noo sheegaya marka macluumaadkaaga uu isbedelo.

Waxaan u baahanahay macluumaadkan si aan u xaqiijino inaan macluumaadkaaga saxda ah ku hayno diiwaankayaga. Adeeg-bixiyeyaasha ku jira shabakadaha iyo farmasiyada sidoo kale waxay u baahan yihiin helitaanka macluumaad sax ah oo adiga kugu saabsan. **Waxay diiwaanka xubinnimadaada u isticmaalaan inay ogaadaan adeegyada iyo daawooyinka aad hesho iyo inta kugu kacayso.**

Iska markiiba noo soo sheeg arrimaha soo socda:

- isbadalka magacaaga, cinwaankaaga, ama lambarkaaga taleefanka;
- isbeddellada ku yimaada caymis kasta oo kale oo caymis caafimaad ah, sida isbeddelada loo-shaqeeyahaaga, loo shaqeeyaha lammaanahaaga, ama loo shaqeeyaha lammaanahaaga guriga, ama magdhowga shaqaalaha;
- wixii khasaare sheegasho sida sheegashada aan loo kasin ee gacantu ku dhacdo
- gelitaanka xarunta kalkaalinta ama isbitaalka;
- daryeelka isbitaalka ama qolka gurmada;
- isbeddellada ku yimaadda daryeelahaaga (ama qof kasta oo mas'uul ka ah adiga); **iyo**
- ka qaybqaadashadaada daraasad cilmi baaris caafimaad ah. ((**Fiiro gaar ah:**Khasab kuguma ahan inaad noo soo sheegto wax ku saabsan daraasad cilmi-baariseed oo aad ku



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

jirto ama aad ka mid noqotay, laakiin waxaanu kugu dhiirigelinaynaa inaad sidaas samayso.)

Haddii wax macluumaad ahi isbedelaan, Adeegga Macmiilka ka wac lambarada ku yaal bogga hoose. Waxaa dhici karta in aad cusboonaysiiso cinwaankaaga, lambarka taleefankaaga, cinwaanka iimaylka iyo xulashada Rugta Daryeelka Aasaasiga ah adoo ka galaya doorashada oonlaynka ee koontadaada xubnimada **member.ucare.org**.

Sidoo kale, waxa aad ka hadli kartaa shaqaalaha degmada si aad ugu sheegto isbadalada:

- Badalka magaca ama cinwaanka
- Dhigida guriga kaaliyaha caafimaadka
- Xubin qoys oo dheeraad ah ama dhimatay
- Waayida ama xatooyada Kaadhka Aqoonsiga Barnaamijka Caafimaadka Minnesota
- Caymiska Cusub
- Shaqo cusub ama isbadalka dakhliga

## **K1. Sirta macluumaadka caafimaadka shakhsi ahaaneed (personal health information, PHI)**

Macluumaadka ku jira diiwaanka xubinnimadaada waxaa ku jiri kara macluumaadka caafimaadka gaarka ah (PHI). Sharciyada dawladda dhexe iyo kuwa gobolka ayaa na faraya in aan ilaalino qarsoodinimada PHI-gaaga. Waanu Ilaalinayna qarsoodinimada PHI-gaaga. Faahfaahin dheeraad ah oo ku saabsan sida aan u ilaalino qarsoodinimada PHI-gaaga, ka eeg **Cutubka 8** ee Qaybta C ee *Member Handbook*.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

## **Cutubka 2: Lambarada taleefanka iyo kheyraad muhiimkas**

### **Hordhaca**

Cutubkani wuxuu ku siinayaa macluumaadka xiriirka ee ilaha muhiimka ah ee kaa caawin kara inaad ka jawaabto su'aalahaaga ku saabsan qorshahayaga iyo gunnooyinka daryeelka caafimaadkaaga. Waxa kale oo aad u isticmaali kartaa cutubkan si aad u hesho macluumaad ku saabsan sida loola xiriiro isku-duwahaaga daryeelka iyo dadka kale kuu dooda adiga. Erayada muhiimka ah iyo qeexitaankoodu waxay u soo baxayaan siday u kala horreeyaan alifbeetada cutubka ugu dambeeya ee *Member Handbook*.

### **Jadwalka Tasmada**

<b>A. Adeega Macaamiisha.....</b>	<b>23</b>
<b>B. Iskuduwaha Daryeelkaaga .....</b>	<b>33</b>
<b>C. Senior LinkAge Line® .....</b>	<b>34</b>
<b>D. Ururka Horumarinta Tayada (QIO).....</b>	<b>35</b>
<b>E. Medicare.....</b>	<b>36</b>
<b>F. Kaalinta Caafimaadka .....</b>	<b>37</b>
<b>G. Wakiilka Barnaamijyada Daryeelka Caafimaadka ee Dawladdu Maamusho.....</b>	<b>38</b>
<b>H. Xafiiska Dhexdhexaadiyaha Daryeelka Muddada Dheer (OOLTC) .....</b>	<b>39</b>
<b>I. Barnaamijyada Lagu Caawiyo Dadka Bixinta Kharashka Dawooyinka Ay Dhakhaatiirta Soo Qoreen.....</b>	<b>40</b>
I1. Caawinaad Dheeraad ah .....	40
I2. Barnaamijka Caawinta Dawooyinka ee AIDS-ka (ADAP).....	40
<b>J. Sooshiyaal sekuuritiga.....</b>	<b>42</b>
<b>K. Guddiga Hawlgabka Waddada tareenada (RRB).....</b>	<b>43</b>
<b>L. Caymiska kooxda ama caymiska kale ee loo shaqeeyaha.....</b>	<b>44</b>
<b>M. Khayraadka kale .....</b>	<b>45</b>
M1. Disability Hub MN™.....	45
M2. Sida Loola Xidhiidhayo Khadka Caafimaadka Maskaxad iyo Khalkhalka Balwada	



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Sadex Gaxalka .....	45
M3. Sida loola xidhiidhayo khadka kaaliyaha caafimaadka ee UCare 24/7.....	46



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii.  
**Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

## A. Adeega Macaamiisha

La Xiriir Adeega Macmiilka si aad caawimaad uga hesho:

- Su'aalo ku saabsan qorshaha
- Su'aalaha ku saabsan sheegashooyinka ama biilasha

Qaabka	Adeega Macaamiisha
WAC	612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaankan waa bilaash) 8 am – 8 pm, toddoba maalmood usbuucii  Waxa aanu haynaa turjubaad bilaash ah oo dadka aan ku hadal ah Ingiriisiga.
TTY	612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wicitaankan waa bilaash) 8 am – 8 pm, todoba maalmood todobaadkii.  Lambarkan waxaa loogu talagalay dadka ay ku adag tahay maqalka ama hadalka. Waa inaad haysataa qalab gaar ah oo aad ku wacdo.
FAKIS	612-676-6501 1-866-457-7145
QOR	<b>Adeega Macmiilka</b> UCare PO Box 52 Minneapolis, MN 55440-0052
WEBSAYTKA	<b>ucare.org</b>



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo ucare.org.**

- Go'aannada caymiska ee ku saabsan daryeelkaaga caafimaadka
  - Go'aamada caymiska ee ku saabsan daryeelkaaga caafimaadka waxaa weeye go'aan kugu saabsan:
    - faa'iidooyinkaaga iyo adeegyada la daboolay **ama**
    - cadadka aanu ku bixinayno adeegyadaada caafimaadka.
  - Nagala soo hadal hadii aad qabto su'aalo ku saabsan go'aamada caymiskaaga ee daryeelkaaga caafimaadka.
  - Si aad wax badan uga barato go'aamada caynsanaanta, tixraac **Cutubka 9** ee *Member Handbook*.

Qaabka	Daboolida Go'aamada Daryeelka Caafimaadka
WAC	<b>Go'aamada caymiska ee Adeega Macmiilka</b> 612-676-3310 1-855-260-9707 (wicitaankan waa bilaash), 8 am – 8 pm, todoba maalmood usbuucii.
TTY	612-676-6810 1-800-688-2534 (wicitaankan waa bilaash), 8 am – 8 pm, todoba maalmood usbuucii.  Lambarradan waxaa loogu talagalay dadka ay ku adag tahay maqalka ama hadalka. Waa inaad haysataa qalab gaar ah oo aad ugu wacdo
FAKIS	612-884-2021 1-866-283-8015 <b>Fiiro gaar ah: Rafcaanka iyo Dacwada</b>
QOR	<b>Go'aamada caymiska</b> <b>Attn: Qiimaynta Caadiga ah ee</b> UCare PO Box 52 Minneapolis, MN 55440-0052
WEBSAYTKA	<b>ucare.org</b>



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**



- Rafcaannada ku saabsan daryeelkaaga caafimaadka
  - Rafcaanku waa hab rasmi ah oo lagu codsanayo in aanu dib u eegis ku samayno go'aanka aanu ka gaarnay caymiskaaga iyo inaad na waydiisato inaanu bedelno haddii aad u malaynayso inaanu khalad samaynay ama aadan nagu raacsanayn go'aanka.
  - Si aad macluumaad dheeraadah u ogaato gudbinta rafcaanka, tixraac **Cutubka 9** ee *Member Handbook*. La xiriir Adeegga Macaamiisha.

Qaabka	Rafcaanka Daryeelka Caafimaadka
WAC	<b>Rafcaanka iyo Dacwada</b> 612-676-6841 1-877-523-1517 (wicitaankan waa bilaash) 8 am – 4:30 pm, Isniin – Jimce
TTY	612-676-6810 1-800-688-2534 (wicitaankan waa bilaash) 8 am – 4:30 pm, Isniin – Jimce  Lambarradan waxaa loogu talagalay dadka ay ku adag tahay maqalka ama hadalka. Waa inaad haysataa qalab gaar ah oo aad ugu wacdo
FAKIS	612-884-2021 1-866-283-8015 <b>Fiiro gaar ah: Rafcaanka iyo Dacwada</b>
QOR	<b>Fiiro gaar ah: Rafcaanka iyo Dacwada</b> UCare PO Box 52 Minneapolis, MN 55440-0052 Ama <b>iimayl</b> noogu soo dircag@ucare.org
WEBSAYTKA	<b>ucare.org</b>



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo ucare.org.**

- Cabashooyinka ku saabsan daryeelka caafimaadkaaga
  - Waxa aad soo gudbin kartaa cabashadaada ama wixii bixiye ah ee kale (oo ay ku jiraan bixiyaha aan dalada ahayn ama dalada ah). Adeeg-bixiye ku jira shabakadu waa adeeg-bixiye ka shaqeeya qorshaheena. Waxaad sidoo kale noo soo gudbin kartaa cabasho anaga ama Ururka Horumarinta Tayada (QIO) taas oo ku saabsan tayada daryeelka aad heshay (tixraac **Qaybta D**).
  - Waxaad na soo wici kartaa oo aad noo sharaxi kartaa cabashadaada adigoo isticmaalaya lambarada ku yaal bogga hoose.
  - Haddii cabashadaadu ay ku saabsan tahay go'aanka caymiska ee ku saabsan daryeelkaaga caafimaadka, waxaad samayn kartaa racfaan (tixraac qaybta hoose).
  - Waxaad diri kartaa cabasho ku saabsan qorshahayaga Medicare. Waxa aad sidoo kale isticmaali kartaa foomka onleynka ah ee [www.medicare.gov/MedicareComplaintForm/home.aspx](http://www.medicare.gov/MedicareComplaintForm/home.aspx). Ama waxaad wici kartaa 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227) si aad u codsato caawimaad.
  - Si aad wax badan uga ogaato samaynta ashtako ku saabsan daryeelka caafimaadkaaga, tixraac **Cutubka 9** ee *Member Handbook*.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Qaabka	Cabashooyinka ku saabsan Daryeelka Caafimaadka
WAC	<b>Adeega Macaamiisha</b> 612-676-3310 1-855-260-9707 (wicitaankan waa bilaash), 8 am – 8 pm, todoba maalmood usbuucii.
TTY	612-676-6810 1-800-688-2534 (wicitaankan waa bilaash), 8 am – 8 pm, todoba maalmood usbuucii.  Lambarradan waxaa loogu talagalay dadka ay ku adag tahay maqalka ama hadalka. Waa inaad haysataa qalab gaar ah oo aad ugu wacdo
FAKIS	612-884-2021 1-866-283-8015 <b>Fiiro gaar ah: Rafcaanka iyo Dacwada</b>
QOR	<b>Fiiro gaar ah: Rafcaanka iyo Dacwada</b> UCare PO Box 52 Minneapolis, MN 55440-0052 Ama <b>iimayl</b> noogu soo dircag@ucare.org
WEBSAYTKA MEDICARE	Waxaad si toos ah ugu gudbin kartaa cabasho ku saabsan UCare Connect + Medicare. Si aad cabasho online ah ugu gudbiso Medicare tag <a href="http://www.medicare.gov/MedicareComplaintForm/home.aspx">www.medicare.gov/MedicareComplaintForm/home.aspx</a> .



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

- Go'aannada caymiska ee ku saabsan daawooyinkaaga
  - Go'aamada caymiska ee ku saabsan dawooyinkaaga waxaa weeye go'aan kugu saabsan:
    - faa'iidooyinkaaga iyo daawooyinka la daboolay **ama**
    - caddadka lacageed ee aanu ku bixinayno daawooyinkaaga.
  - Tani waxay khusaysaa dawooyinkaga Medicare Part D, barnaamijka daawooyinka lagu qoro ee Medical Assistance iyo daawooyinka farmashiyaha laga iibsado (OTC).
  - Wixii macluumaad ah ee ku saabsan go'aanka caymiska ee dawooyinka lagu qoro, tixraac **Cutubka 9** ee *Member Handbook*.

Qaabka	Go'aamada Daboolista ee Dawooyinka Dawooyinka ee Qaybta D ee Medicare
WAC	<b>Adeega Macaamiisha</b> 612-676-3310 1-855-260-9707 (wicitaankan waa bilaash), 8 am – 8 pm, todoba maalmood usbuucii.
TTY	612-676-6810 1-800-688-2534 (wicitaankan waa bilaash), 8 am – 8 pm, todoba maalmood usbuucii.  Lambarradan waxaa loogu talagalay dadka ay ku adag tahay maqalka ama hadalka. Waa inaad haysataa qalab gaar ah oo aad ugu wacdo
FAKIS	1-855-668-8552
QOR	<b>Attn: Dib-u-eegista Medicare</b> Navitus Health Solutions PO Box 1039 Appleton, WI 54912-1039



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

- Rafcaannada ku saabsan daawooyinkaaga
  - Rafcaanku waxaa weeye qaab aad u dalban karto go'aanka caymiska.
  - Wixii dheeraad ah oo ku saabsan samaynta rafcaanka ku saabsan daawooyinkaaga dhakhtar qoray, tixraac **Cutubka 9** ee *Member Handbook*.

Qaabka	Rafcaanka Medicare Qaybta D Dawooyinka Dawooyinka lagu Qoro
WAC	<b>Rafcaanka iyo Dacwada</b> 612-676-6841 1-877-523-1517 (wicitaankan waa bilaash) 8 am – 4:30 pm, Isniin – Jimce
TTY	612-676-6810 1-800-688-2534 (wicitaankan waa bilaash) 8 am – 4:30 pm, Isniin – Jimce  Lambarradan waxaa loogu talagalay dadka ay ku adag tahay maqalka ama hadalka. Waa inaad haysataa qalab gaar ah oo aad ugu wacdo
FAKIS	612-884-2021 1-866-283-8015 <b>Fiiro gaar ah: Rafcaanka iyo Dacwada</b>
QOR	<b>Fiiro gaar ah: Rafcaanka iyo Dacwada</b> UCare PO Box 52 Minneapolis, MN 55440-0052 Or <b>iimeel</b> noogu soo dircag@ucare.org
WEBSAYTKA	<b>ucare.org</b>



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo ucare.org.**

- Cabashooyinka ku saabsan daawooyinkaaga
  - Waxa aad gudbin kartaa cabasho ku saabsan anaka ama farmasiga. Tan waxaa kamid ah cabashada ku saabsan dawooyinka laguu qoro.
  - Haddii cabashadaadu ay ku saabsan tahay go'aanka caymiska ee dawooyinka laguu qoro, waxa aad gudbin kartaa rafcaan. (La soco qaybta hoose.)
  - Waxaad diri kartaa cabasho ku saabsan xuquuqda qorshahayaga ee Medicare. Waxa aad sidoo kale isticmaali kartaa foomka onleynka ah ee [www.medicare.gov/MedicareComplaintForm/home.aspx](http://www.medicare.gov/MedicareComplaintForm/home.aspx). Ama Waxa aad la hadli kartaa 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227) si aad uga dalbato kaalmo.
  - Wixii dheeraad ah oo ku saabsan cabasho ka gudbinta daawooyinkaaga dhakhtar kuu qoray, tixraac **Cutubka 9** ee *Member Handbook*.

Qaabka	Cabashooyinka ku saabsan Medicare Qaybta D Dawooyinka laguu qoray
WAC	<b>Adeega Macaamiisha</b> 612-676-3310 1-855-260-9707 (wicitaankan waa bilaash), 8 am – 8 pm, todoba maalmood usbuucii.
TTY	612-676-6810 1-800-688-2534 (wicitaankan waa bilaash), 8 am – 8 pm, todoba maalmood usbuucii.  Lambarradan waxaa loogu talagalay dadka ay ku adag tahay maqalka ama hadalka. Waa inaad haysataa qalab gaar ah oo aad ugu wacdo
FAKIS	612-884-2021 1-866-283-8015 <b>Fiiro gaar ah: Rafcaanka iyo Dacwada</b>
QOR	<b>Fiiro gaar ah: Rafcaanka iyo Dacwada</b> UCare PO Box 52 Minneapolis, MN 55440-0052 Ama <b>iimayl</b> noogu soo dircag@ucare.org
WEBSAYTKA MEDICARE	Waxaad si toos ah ugu gudbin kartaa cabasho ku saabsan UCare Connect + Medicare. Si aad cabasho online ah ugu gudbiso Medicare tag <a href="http://www.medicare.gov/MedicareComplaintForm/home.aspx">www.medicare.gov/MedicareComplaintForm/home.aspx</a> .



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

- Lacag bixinta daryeelka caafimaadka ama daawooyinka aad hore u bixisay
  - Ma ogolaanayno bixiyayaasha UCare Connect + Medicare inay biilasha kuugu soo dallacaan adeegyada. Waxa aanu u siinaa lacagta si toos ah bixiyayaasha, oo waxa aanu kaa ilaalin doonaa wixii kharash ah. Waxa laga soo reebey hadii aad bixiso lacagta dawada lagu qoray ee Medicare Part D. Haddii aad lacag ku bixisay adeeg aad u malaynayso in aanu daboolnay, Adeegga Macmiilka kala xiriir lambarada ku yaal bogga hoose.
  - Wixii dheeraad ah oo ku saabsan sida aad nooga codsan karto inaan dib kuu soo celino lacag bixin aad samaysay, ama aan ku bixino biil aad heshay, tixraac **Cutubka 7** ee *Member Handbook*.
  - Haddii aad na weydiisato inaan bixinno biil oo aan diidno qayb kasta oo ka mid ah codsigaaga, waxaad racfaan ka qaadan kartaa go'aankayaga. Tixraac **Cutubka 9** ee *Member Handbook*.

Qaabka	Dalabyada Lacagta Daryeelka Caafimaadka ama Part D ee Dawooyinka Laguu Qoro
WAC	<p><b>Adeega Macaamiisha</b>                      612-676-3310                      1-855-260-9707 (wicitaankan waa bilaash),                      8 am – 8 pm, todoba maalmood usbuucii.</p>
TTY	<p>612-676-6810                      1-800-688-2534 (wicitaankan waa bilaash),                      8 am – 8 pm, todoba maalmood usbuucii.</p> <p>Lambarradan waxaa loogu talagalay dadka ay ku adag tahay maqalka ama hadalka. Waa inaad haysataa qalab gaar ah oo aad ugu wacdo</p>
FAKIS	<p><b>Wixii dalabyada caafimaadka ah oo kaliya:</b>                      612-884-2021                      1-866-283-8015</p> <p><b>Sheegashooyinka la xiriira daawooyinka lagu qoray oo kaliya (Navitus Health Solutions):</b>                      1-855-668-8550</p>

**?** **Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Qaabka	Dalabyada Lacagta Daryeelka Caafimaadka ama Part D ee Dawooyinka Laguu Qoro
QOR	<p><b>Cabashooyinka caafimaad ahaaneed</b>, u gudbi Waaxda Lacag celinta Xubnaha Tooska ah ee UCare (DMR):  <b>Attn: DMR Department</b>  UCare  PO Box 52  Minneapolis, MN 55440-0052</p> <p><b>Sheegashooyinka la xiriira daawooyinka laguu qoray</b>, u gudbi Navitus Health Solutions: Navitus Health Solutions  Sheegashooyinka Gacanta ah  PO Box 1039  Appleton, WI 54912-1039</p>
WEBSAYTKA	<b>ucare.org</b>



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo ucare.org.**



## B. Iskuduwaha Daryeelkaaga

Marka kowaad ee ku biirto caymiska, waxaa si toos ah laguugu qori doonaa isku duwaha daryeelka. Shaqada isku duwahaaga daryeelka waxaa weeye inuu kaa caawiyo fahanka gunooyinkaaga iyo inaad sida ugu wanaagsan uga faa'idaysato oo ugu yaraan ay kaa hadho hawsha iyo waraaqo buuxintu. Adiga, dhakhtarkaaga, uyo dadka kale ee ku siinaya daryeelka ayaa ka wada shaqayn doona dhamaan la wada shaqayn doona isku duwahaaga daryeelka. Isku duwahaaga caymiska ayaa kuu soo diri doona macluumaadkiisa xidhiidhka 10 maalmood gudahood marka aad ku biirto. Haddii aanad xasuusan magaca ama lambarka isku duwaha daryeelkaaga, waxa aad kala xidhiidhi kartaa Adeega Macmiilka lambarka hoose.

Qaabka	Adeega Macaamiisha
WAC	612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaankan waa bilaash) 8 am – 8 pm, toddoba maalmood usbuucii  Waxa aanu haynaa turjubaad bilaash ah oo dadka aan ku hadal ah Ingiriisiga.
TTY	612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wicitaankan waa bilaash), 8 am – 8 pm, todoba maalmood todobaadkii.  Lambarkan waxaa loogu talagalay dadka ay ku adag tahay maqalka ama hadalka. Waa inaad haysataa qalab gaar ah oo aad ku wacdo.
FAKIS	612-676-6501 1-866-457-7145
QOR	<b>Adeega Macmiilka</b> UCare PO Box 52 Minneapolis, MN 55440-0052
WEBSAYTKA	<b>ucare.org</b>

La xiriir isuduwaha daryeelkaaga si aad u hesho caawimaad:

- su'aalaha ku saabsan daryeelkaaga caafimaadka
- su'aalaha ku saabsan helitaanka adeegyada caafimaadka habdhaqanka (caafimaadka maskaxda iyo cilladda isticmaalka mukhaadaraadka)
- su'aalo ku saabsan gaadiidka



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

## C. Senior LinkAge Line®

Barnaamijka Kaalmada Caymiska Caafimaadka Gobolka (State Health Insurance Assistance Program, SHIP) oo waxa uu siiyaa latalin caymiska caafimaadka ah oo bilaash ah dadka haysta Medicare. Minnesota gudaheeda, SHIP-ga waxaa loo yaqaan Senior LinkAge Line®.

Senior LinkAge Line® kuma xirna shirkad caymis ama qorshe caafimaad.

Qaabka	Senior LinkAge Line® (Minnesota SHIP)
WAC	1-800-333-2433 (kani waa bilaash) Isniinta - Jimcaha 8:00 a.m. ilaa 4:30 p.m.
TTY	Kalasoo hadal Adeega Gudbinta Minnesota 711 ama isticmaal adeega gudbinta la doorbido. Wicitaanku waa bilaash.
QOR	Minnesota Board on Aging PO Box 64976 St. Paul, MN 55164-0976
IIMAYL	Senior.linkage@state.mn.us
WEBSAYTKA	<a href="http://www.mn.gov/senior-linkage-line">www.mn.gov/senior-linkage-line</a>

La xiriir Senior LinkAge Line® si aad u hesho wixii caawimaad ah oo la xiriira:

- su'aalaha ku saabsan Medicare
- Senior LinkAge Line®; lataliyaasha ayaa ka jawaabi kara su'aalahaaga ku saabsan isbadalka caymiska cusub oo kaa caawinaya:
  - inaad fahanto xuquuqdaada,
  - inaad fahanto doorashadaada caymiskaaga,
  - inaad gudbiso cabashadaada daryeelkaaga caafimaad ama daawaynta, **and**
  - in la saxo wixii mushkilado ah ee kharashkaaga ah.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

## D. Ururka Horumarinta Tayada (QIO)

Gobolkayagu waxa uu leeyahay urur la yiraahdo Livanta. Kooxdan dhakhaatiirta ah iyo xirfadlayaasha daryeelka caafimaadka ee gacan ka gaysta hormarinta tayada daryeelka dadka haysta Medicare. Livanta kuma xidhna caymiskeena.

Qaabka	Livanta (Minnesota's Quality Improvement Organization) – maclumadka xirirka
WAC	1-888-524-9900 (wicitaankan waa bilaash) Isniinta ilaa Jimcaha 9:00 am - 5:00 pm dhammaadka todobaadka iyo ciidaha, 10:00 am - 4:00 pm 24-saac fariin cod ah ayaa diyaar ah
TTY	1-888-985-8775 (wicitaankan waa bilaash) Lambarkan waxaa loogu talagalay dadka ay ku adag tahay maqalka ama hadalka. Waa inaad haysato agab taleefan oo gaar ah si aad taleefanka ula hadasho. Ama 711 ama ha isticmaalaan adeegga gudbinta ee ay doorbidayaan. Wicitaanadan waa bilaash
QOR	Livanta LLC, BFCC-QIO Program 10820 Guilford Road, Suite 202 Annapolis Junction, MD 20701-1105
WEBSAYTKA	<a href="http://www.livantaqio.com">www.livantaqio.com</a>

La xiriir Livanta si aad u hesho wixii caawimaad ah oo la xiriira:

- su'aalaha ku saabsan xuquuqahaaga daryeelka caafimaadka
- samaynta cabasho ku aadan daryeelka aad heshay haddii aad:
  - la kulanto mushkilad tayada daryeelkaaga ah,
  - waxaad ka fikirtaa joogitaanka isbitaalka inay dhamaanayso dhawaan, **ama**
  - ka fikir daryeelkaaga caafimaadka guriga, daryeelka xarunta kaaliyaha caafimaadka xirfada leh, ama adeegyada xarunta dib u dejinta bukaan socodka ee dhamaystiran (comprehensive outpatient rehabilitation facility, CORF) inay dhawaan dhamaanayaan.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

## E. Medicare

Medicare waa barnaamijka caymiska caafimaadka dawladda dhexe ee loogu talagalay dadka da'doodu tahay 65 ama ka weyn, dadka qaar ee ka yar da'da 65 ee naafada ah, iyo dadka qaba Xanuunka Kalyaha ee Heerka-Dhamaadka ah (kalyaha oo hawlgaba oo u baahan sifeynta ama badila kalyaha).

Hay'ada federaalka ee ka masuulka ah Medicare waxaa weeye Xarumaha Medicare & Adeegyada Medicaid, ama CMS.

Qaabka	Medicare
WAC	<p>1-800-MEDICARE (1-800-633-4227)</p> <p>Wicitaannada lambarkan waa bilaash, 24 saacadood maalintii, 7 maalmood todobaadkii</p>
TTY	<p>1-877-486-2048 (wicitaankan waa bilaash)</p> <p>Lambarkan waxaa loogu talagalay dadka ay ku adag tahay maqalka ama hadalka. Waa inaad haysato agab taleefan oo gaar ah si aad taleefanka ula hadasho.</p>
WEBSAYTKA	<p><a href="http://www.medicare.gov">www.medicare.gov</a></p> <p>Kani waxaa weeye websaytka rasmiga ah ee Medicare. Waxa aad ka heleysaa macluumaadka ugu danbeeyay ee Medicare. Waxaa kale oo ku jira macluumaadka ku saabsan cisbitaalada, xarumaha kalkaalinta, dhakhaatiirta, wakaaladaha caafimaadka guriga, xarumaha sifaynta, xarumaha baxnaaninta bukaan-jiifka, iyo xarumaha nasinta.</p> <p>Waxaa ku jira websaytyo waxtar leh iyo telefoono. Waxa kale oo ku jira dukumeenti aad isla markaaba ka daabacan karto kombayutarkaga.</p> <p>Hadii aanad haysan kombuyuutar, laybareerigaaga deegaanka ama xaruntaada waayeelka ayaa kaa caawin kara inaad booqato websaytkan adiga oo isticmaalaya kombuyuutarkaaga. Ama, waxa aad kala hadli kartaa Medicare lambarka sare oo waxa aad u sheegi kartaa waxa aad doonayso. Waxay macluumaadka ka heli doonaan websaydka waxayna kula eegayaan macluumaadka adiga.</p>

**?** **Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

## F. Kaalinta Caafimaadka

Medical Assistance waxay kharashaadka adeegyada iyo taageerooyinka caafimaadka ka caawisaa dadka dakhligoodu xadidan yahay iyo agabka.

Waxaad ku jirtaa Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka. Haddii aad hayso su'aalo ku saabsan kaalmada aad ka hesho Medical Assistance, wac Waaxda Adeegyada Aadanaha ee Minnesota.

Qaabka	Waaxda Adeegyada Aadanaha ee Minnesota (Minnesota's Medical Assistance (Medicaid) program)
WAC	Taageerada Iisticmaalaha ee Daryeelka Caafimaadka (HCCS) 1-651-297-3862 (Aagga Twin Cities Metro) Ama 1-800-657-3672 (ka baxsan aagga Twin Cities Metro) Wicitaankan waa bilaash.  Isniinta ilaa Jimcaha laga bilaabo 8:00 a.m. - 4:30 p.m.
TTY	711 ama ha isticmaalaan adeegga gudbinta ee ay doorbidayaan. Wicitaanadan waa bilaash.
QOR	Waaxda Adeegyada Aadanaha 444 Lafayette Road St. Paul, MN 55155
IIMAYL	DHS.info@state.mn.us
WEBSAYTKA	<a href="https://mn.gov/dhs/people-we-serve/adults/health-care/health-care-programs/programs-and-services/medical-assistance.jsp">https://mn.gov/dhs/people-we-serve/adults/health-care/health-care-programs/programs-and-services/medical-assistance.jsp</a>



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](https://www.ucarconnect.com).**

## G. Wakiilka Barnaamijyada Daryeelka Caafimaadka ee Dawladdu Maamusho

Wakiilka Barnaamijyada Daryeelka Caafimaadka ee Dadweynuhu Maamulaan waxay u shaqeeyaan qareen adi ku matala. Waxa uu kaaga jawaabi karaa su'aalaha aad qabto hadii aad qabto mushkilad ama cabasho oo waxa uu kaa caawin kartaa inaad fahanto waxa aad samaynayso. Ombudsperson for Public Care Health Care Program wuxuu kaloo kaa caawinayaa dhibaatooyinka adeega ama biilasha. Kuma xidhna caymiskeena ama wax shirkad caymis ah ama caymiska caafimaadka. Adeegyadoodu waa bilaash.

Qaabka	Wakiilka Barnaamijyada Daryeelka Caafimaadka ee Dawladdu Maamusho
WAC	1-651-431-2660 (aaga Twin Cities Metro) Ama 1-800-657-3729 (ka baxsan aagga Twin Cities Metro) Wicitaankan waa bilaash.  Isniinta ilaa Jimcaha laga bilaabo 8:00 a.m. - 4:30 p.m.
TTY	1-800-627-3529 Ama 711 ama ha isticmaalaan adeegga gudbinta ee ay doorbidayaan. Wicitaanadan waa bilaash.
QOR	Waaxda Adeegyada Bilaa Aadanka MN Ombudsperson for Public Managed Health Care Programs PO Box 64249 St. Paul, MN 55164-0249
IIMAYL	dhsombudsperson@state.mn.us
WEBSAYTKA	<a href="http://mn.gov/dhs/managedcareombudsman">mn.gov/dhs/managedcareombudsman</a>



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

## H. Xafiiska Dhexdhexaadiyaha Daryeelka Muddada Dheer (OOLTC)

OOLTC wuxuu dadka ka caawiyaa inay helaan macluumaadka ku saabsan guryaha dadka lagu xanaaneeyo iyo inay xaliyaan mashaakilaadka u dhexeeya guryaha dadka lagu xanaaneeyo iyo dadka degan ama qoysaskooda.

OOLTC kuma xirna qorshahayaga ama shirkad kasta oo caymis ama qorshe caafimaad.

Qaabka	Xafiiska Wakiilka Minnesota ee Daryeelka Muddada-dheer
WAC	1-651-431-2555 (aaga Twin Cities Metro) Ama 1-800-657-3591 (ka baxsan aagga Twin Cities Metro) (Wicitaankan waa bilaash) Isniin ilaa Jimco, 8:00 a.m. - 4:30 p.m.
TTY	1-800-627-3529 Lambarkan waxaa loogu talagalay dadka ay ku adag tahay maqalka ama hadalka. Waa inaad haysato agab taleefan oo gaar ah si aad taleefanka ula hadasho. Ama 711 ama ha isticmaalaan adeegga gudbinta ee ay doorbidayaan. Wicitaanadan waa bilaash.
QOR	Xafiiska Wakiilka Minnesota ee Daryeelka Muddada-dheer PO Box 64971 St. Paul, MN 55164-0971
IIMAYL	<a href="mailto:mba.ooltc@state.mn.us">mba.ooltc@state.mn.us</a>
WEBSAYTKA	<a href="http://www.mn.gov/ooltc">www.mn.gov/ooltc</a>



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

## I. Barnaamijyada Lagu Caawiyo Dadka Bixinta Kharashka Dawooyinka Ay Dhakhaatiirta Soo Qoreen

Websaydhka Medicare.gov ([www.medicare.gov/drug-coverage-part-d/costs-for-medicare-drug-coverage/costs-in-the-coverage-gap/5-qaab-oo-loo-helo-caawimaad-la-xariirta-qiimayaasha-daawo-qorista](http://www.medicare.gov/drug-coverage-part-d/costs-for-medicare-drug-coverage/costs-in-the-coverage-gap/5-qaab-oo-loo-helo-caawimaad-la-xariirta-qiimayaasha-daawo-qorista)) waxay bixisaa macluumaad ku saabsan sida hoos loogu dhigo qiimayaasha daawo qorista. Dadka dakhligoodu xaddidan yahay, waxa kale oo jira barnaamijyo kale oo lagu caawiyo, sida hoos lagu sharraxay.

### I1. Caawinaad Dheeraad ah

Maadaama aad xaq u leedahay Medicaid, waxaad u qalantaa oo aad “Caawimo Dheeraad ah” ka helaysaa Medicare si aad u bixiso kharashka qorshaha daawada lagu qoray. Uma baahnid inaad wax sameyso si aad u hesho “Caawinta Dheeraadka ah.”

Qaabka	Medicare
WAC	1-800-MEDICARE (1-800-633-4227) Wicitaannada lambarkan waa bilaash, 24 saacadood maalintii, 7 maalmood todobaadkii
TTY	1-877-486-2048 (wicitaankan waa bilaash) Lambarkan waxaa loogu talagalay dadka ay ku adag tahay maqalka ama hadalka. Waa inaad haysato agab taleefan oo gaar ah si aad taleefanka ula hadasho.
WEBSAYTKA	<a href="http://www.medicare.gov">www.medicare.gov</a>

### I2. Barnamijka Caawinta Dawooyinka ee AIDS-ka (ADAP)

ADAP waxay shaqsiyaadka ADAP ee u qalma ee la nool HIV/AIDS ka caawisaa inay helaan dawooyinka HIV ee nafta badbaadiya. Daawooyinka Medicare Qaybta D ee sidoo kale ku jira liiska ADAP waxay u qalmaan kaalmada la wadaago ee kharashka rijeetada. Wixii macluumaad ah, ka wac Waaxda Adeegyada Aadanaha ee Minnesota 651-431-2414 ama 1-800-657-3761, (TTY 711).

Fiiro gaar ah: Si aad ugu qalanto ADAP ee ka hawlgasha gobolkaaga, shakhsiyadaadka waa inay buuxiyaan shuruudo gaar ah, oo ay ku jiraan caddaynta deganaanshaha gobolka iyo heerka HIV, dakhliga hooseeya sida uu gobolku qeexay, iyo xaalad caymis/caymis hooseeya. Haddii aad beddesho qorshayaasha, fadlan la socodsii shaqaalaha diiwaangelinta ADAP ee deegaankaaga si aad u sii wadato helitaanka kaalmada macluumaadka ku saabsan shuruudaha u-qalmitaanka, daawooyinka la daboolay, ama sida la iskaga diiwaangeliyo barnamijka, fadlan Waaxda Adeegyada Aadanaha ee Minnesota ka wac 651-431-2414 ama 1-800-657-3761, (TTY 711).



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**



Qaabka	Barnaamijka Caawinta Dawooyinka ee AIDS-ka ee Minnesota (ADAP) - Macluumaadka Xiriirka
WAC	<p><b>Aagga metro ee magaalooyinka mataanaha ah:</b> 651-431-2398</p> <p><b>Gobolka oo dhan:</b> 1-800-657-3761 (wicitaankan waa bilaash)</p>
TTY	<p>1-800-627-3529 (Lambarkan wuxuu u baahan yahay qalab telefoon oo gaar ah waxaana loogu talagalay dadka maqalka ama hadalka ku adag.) Ama 711 ama isticmaal adeegga gudbinta ee aad door bidayso (Umabaanid aalad telefoon oo gaar ah si aad u wacdo lambarkan.)</p>
FAKIS	651-431-7414
QOR	<p>Barnaamijyada HIV/AIDS, Waaxda Adeegyada Dadweynaha PO Box 64972 St. Paul, MN 55164-0972</p>
WEBSAYTKA	<p><a href="https://mn.gov/dhs/people-we-serve/adults/health-care/hiv-aids/programs-services/medications.jsp">https://mn.gov/dhs/people-we-serve/adults/health-care/hiv-aids/programs-services/medications.jsp</a></p>



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](https://www.ucare.org).**

## J. Sooshiyaal sekuuritiga

Hay'ada Sooshiyaal Sekuuritiga ayaa go'aamisa u-qalmitaanka waxayna ka shaqeysaa diiwaangelinta Medicare. Muwaadiniinta Maraykanka iyo deganayaasha rasmiga ah ee sharciga haysta ee jira 65 iyo ka weyn, ama qaba naafanimo ama Cudurka kelyaha ee Heerka-Dhamaadka ah (ESRD) oo buuxiya shuruudaha qaarkood, waxay xaq u leeyihiin Medicare. Haddii aad hore u soo martay baaritaanada Hay'ada Sooshiyaal Sekuuritiga, isdiwaangelinta Medicare waa mid toos ah. Haddii aadan hore u soo marin baaritaanada Hay'ada Sooshiyaal Sekuuritiga, waa inaad iska diiwaan gelisaa Medicare. Si aad u codsato Medicare, waxaad wici kartaa Hay'ada Sooshiyaal Sekuuritiga ama waxaad booqan kartaa xafiiska Hay'ada Sooshiyaal Sekuuritiga ee degaankaaga.

Haddii aad guurto ama badasho cinwaankaga boostada, waa muhiim inaad la xiriirto Hay'ada Sooshiyaal Sekuuritiga si aad ula socodsiiiso.

Qaabka	Sooshiyaal sekuuritiga
WAC	1-800-772-1213 (wicitaankan waa bilaash)  Waxa la heli karaa 8:00 subaxnimo ilaa 7:00 galabnimo, Isniin ilaa Jimce.  Waxaad isticmaali kartaa adeegyadooda taleefan ee otomaatiga ah si aad u hesho macluumaadka la duubay iyo in aad qabato qaar ka mid ah ganacsiyada 24 saacadood maalintii.
TTY	1-800-325-0778  Lambarkan waxaa loogu talagalay dadka ay ku adag tahay maqalka ama hadalka. Waa inaad haysato agab taleefan oo gaar ah si aad taleefanka ula hadasho.
WEBSAYTKA	<a href="http://www.ssa.gov">www.ssa.gov</a>

**?** **Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

## K. Guddiga Hawlgabka Waddada tareenada (RRB)

Guddiga Hawlgabnimada Wadada Tareenka (RRB) waa wakaalad federaal ah oo madax banaan oo maamusha barnaamijyo faa'iido oo dhamaystiran oo loogu talagalay shaqaalaha tareenada qaranka iyo qoysaskooda. Haddii aad Medicare ka hesho RRB, waa muhiim inaad u sheegto haddii aad guurto ama aad beddesho cinwaankaaga boostada. Haddii aad hayso su'aalo ku saabsan gunnooyinkaaga RRB, la xiriir wakaaladda.

Qaabka	Guddiga Hawlgabnimada Wadada Tareenka
WAC	<p>1-877-772-5772 (wicitaankan waa bilaash)</p> <p>Haddii aad riixdo “0” waxaad la hadli kartaa wakiilka RRB laga bilaabo 9:00 subaxnimo ilaa 3:30 galabnimo, Isniin, Talaado, Khamiis, iyo Jimco, iyo 9:00 subaxnimo ilaa 12:00 galabnimo Arbacada.</p> <p>Haddii aad riixdo “1” waxaad geli kartaa khadka caawinta ee RRB oo toos ah iyo macluumaadka la duubay 24 saacadood maalintii, oo ay ku jiraan maalmaha fasaxa ah iyo fasaxyada.</p>
TTY	<p>1-312-751-4701</p> <p>Lambarkan waxaa loogu talagalay dadka ay ku adag tahay maqalka ama hadalka. Waa inaad haysato agab taleefan oo gaar ah si aad taleefanka ula hadasho. Wicitaanada lambarkan <i>ma ahan</i> bilaash.</p>
WEBSAYTKA	<a href="http://rrb.gov">rrb.gov</a>



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

## L. Caymiska kooxda ama caymiska kale ee loo shaqeeyaha

Haddii adiga (ama lammaanahaaga ama lammaanahaaga guriga) aad gunnooyinka ka heshaan loo-shaqeeyahaaga (ama loo-shaqeeyaha lammaanahaaga ama lammaanahaaga qoyska) loo-shaqeeyahaaga ama kooxda hawlgabka ah oo qayb ka ah qorshahan, waxaad wici kartaa maamulaha gunnooyinka loo-shaqeeyaha/ururka ama Adeegyada Macmiilka haddii aad wax su'aalo ah qabtid. Waxaad wax ka weydiin kartaa shaqo-bixiyahaaga (ama lammaanahaaga ama lammaanahaaga guriga) loo-shaqeeyahaaga ama gunnooyinka caafimaadka hawlgabka, khidmadaha, ama xilliga diiwaangelinta. Waxa kale oo aad wici kartaa 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227), TTY: 1-877-486-2048 adigoo waydiinaya su'aalaha la xiriira caymiskaaga Medicare ee hoos yimaada qorshahan.

Haddii aad leedahay caymis kale oo dawo lagu soo qoray adiga oo isticmaalaya (ama lammaanahaaga ama lammaanahaaga qoyskaaga) loo shaqeeyaha ama kooxda hawlgabka ah, fadlan la xiriir **maamulaha gunnooyinka kooxdaas** Maamulaha gunnooyinka ayaa kaa caawin kara go'aaminta sida caymiska dawadaada hadda uu ula shaqeeyo qorshahayaga.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

## M. Khayraadka kale

### M1. Disability Hub MN™

Disability Hub MN™ waa shabakad kheyraad gobolka oo dhan ah oo bilaash ah oo kaa caawinaysa inaad xalliso mashaakilaadka, socodsiiso nidaamka oo aad qamashayso mustaqbalkaaga. Kooxdani waxay garanaysaa waxyaabaha ka soo baxa ilaha bulshada iyo barnaamijyada dawladda, waxayna leeyihiin khibrad sannado ah oo ay dadka ku caawinayaan inay isla jaan qaadaan.

Qaabka	Disability Hub MN™
WAC	1-866-333-2466 (wicitaankan waa bilaash) Isniin ilaa Jimce laga bilaabo 8:30 am ilaa 5:00 pm
TTY	Kalaso hadal Adeega Gudbinta Minnesota 711 ama isticmaal adeega gudbinta la doorbido. La hadalka lambarkani waa bilaash.
QOR	Xarunta Naafanimada MN™ PO Box 64967 St. Paul, MN 55164-0976
WEBSAYTKA	<a href="http://www.disabilityhubmn.org">www.disabilityhubmn.org</a>

### M2. Sida Loola Xidhiidhaya Khadka Caafimaadka Maskaxad iyo Khalkhalka Balwada Sadex Gaxalka

Qaabka	Caafimaadka Maskaxda iyo Cudurada Isticmaalka Maandooriyaha Laynka Kala soocida bukaanada.
WAC	612-676-6533 ama 1-833-276-1185 (wicitaanku waa bilaash) 8 subaxnimo – 5 galabnimo, Isniin – Jimce  Waxa aanu haynaa turjubaad bilaash ah oo dadka aan ku hadal ah Ingiriisiga.
TTY	612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash) 8 am – 5 pm, Isniin - Jimco  Waxa aad u baahan tahay agab taleefan oo gaar ah si aad lambaradan ula soo hadasho.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

**M3. Sida loola xidhiidhayo khadka kaaliyaha caafimaadka ee UCare 24/7**

UCare 24/7 Nurse Line waxaa weeye adeeg taleefan oo siiya xubnaha macluumaadka caafimaadka oo lagu kalsoon yahay 24 saacadood maalintii, todoba maalmood todobaadkii. Kaaliyayaasha caafimaadka waxay bixin karaan talada caafimaadka ama jawaabta su'aalaha caafimaadka.

Qaabka	Khadka Kalkaalinta Caafimaadka ee 24/7
WAC	1-800-942-7858 (wicitaankan waa bilaash) 24 saacadood maalintii, todoba maalmood todobaadkii  Waxa aanu haynaa turjubaad bilaash ah oo dadka aan ku hadal ah Ingiriisiga.
TTY	1-855-307-6976 (wicitaankan waa bilaash) 24 saacadood maalintii, todoba maalmood todobaadkii  Waxa aad u baahan tahay agab taleefan oo gaar ah si aad lambarkan ula soo hadasho.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

## **Cutubka 3: Isticmaalka caymiska qorshahayaga daryeelkaaga caafimaadka iyo adeegyada kale ee la daboolay**

---

### **Hordhaca**

Cutubkani waxa uu leeyahay shuruudo iyo xeerar gaar ah oo aad u baahan tahay inaad ogaato si aad u hesho daryeel caafimaad iyo adeegyo kale oo la dabooloo leh qorshaheena. Waxa kale oo uu kuu sheegayaa isku-duwaha daryeelkaaga, sidaad uga heli lahayd daryeel bixiyeyaal kala duwan iyo xaalado gaar ah (ay ku jiraan adeeg-bixiyeyaasha ama farmashiyeyaasha ka baxsan shabakada), waxa la sameeyo haddii si toos ah laguugu soo dallaco adeegyada aanu daboolno, iyo sharciyada lahaanshaha Qalabka Caafimaadka Waara (DME). Erayada muhiimka ah iyo qeexitaankoodu waxay u soo baxayaan siday u kala horreeyaan alifbeetada cutubka ugu dambeeya ee *Member Handbook*.

### **Jadwalka Tasmada**

<b>A. Macluumaadka ku saabsan adeegyada iyo adeeg-bixiyeyaasha .....</b>	<b>49</b>
<b>B. Xeerarka lagu helo adeegyada qorshahayagu waxa uu daboolayaa .....</b>	<b>49</b>
<b>C. Isku duwaha daryeelkaaga .....</b>	<b>51</b>
C1. Waxa uu yahay isku daryeelku.....	51
C2. Sida aad ula xidhiidhayso isku duwahaaga daryeelka .....	51
C3. Sida aad u badali karto isku duwahaaga daryeelka .....	51
<b>D. Daryeelka adeeg-bixiyeyaasha .....</b>	<b>52</b>
D1. Daryeelka laga helo bixiyaha daryeelka aasaasiga ah (PCP).....	52
D2. Daryeelka khabiiirada iyo bixiyeyaasha kale ee dalada.....	54
D3. Marka adeeg-bixiyaha uu ka tago qorshahayaga .....	54
D4. Adeeg-bixiyeyaasha shabakada ka baxsan .....	55
<b>E. Adeegyada iyo taageerada muddada-dheer (LTSS) .....</b>	<b>56</b>
<b>F. Adeegyada caafimaadka habdhaqanka (caafimaadka maskaxda iyo cilladaha isticmaalka maandooriyaha). .....</b>	<b>56</b>
<b>G. Adeegyada gaadiidka .....</b>	<b>57</b>
<b>H. Adeegyada la daboolay marka ay jirto xaalad caafimaad oo degdeg ah, marka si degdeg ah loogu baahdo, ama marka ay musiibo jirto .....</b>	<b>57</b>
H1. Daryeelka xaalad caafimaad oo degdeg ah .....	57
H2. Daryeelka xaalada degdega ah ee aad u baahan tahay .....	58
H3. Daryeelka inta lagu jiro musiibo .....	59



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

<b>I. Waxa la sameeyo haddii si toos ah laguugu soo dallaco adeegyada qorshahayagu daboolayo.....</b>	<b>60</b>
I1. Maxaa la sameeyaa haddii qorshahayagu aanu daboolin adeegyada .....	60
<b>J. Daboolista adeegyada daryeelka caafimaadka ee daraasad cilmi-baaris caafimaad .....</b>	<b>61</b>
J1. Qeexida daraasad cilmi-baaris caafimaad .....	61
J2. Lacag bixinta adeegyada marka aad ku jirto daraasad cilmi-baaris caafimaad .....	62
J3. Wax badan oo ku saabsan daraasadaha cilmi-baarista caafimaadka.....	62
<b>K. Sida adeegyadaada daryeelka caafimaadka loogu daboolo machad diineed oo aan caafimaad ahayn.....</b>	<b>62</b>
K1. Qeexida machad daryeel diineed oo aan caafimaad ahayn .....	62
K2. Daryeelka laga helo machad daryeel caafimaad oo diineed oo aan caafimaad ahayn.....	62
<b>L. Qalab caafimaad oo waara (DME) .....</b>	<b>63</b>
L1. DME xubin ahaan qorshaheena.....	63
L2. Lahaanshaha DME haddii aad u beddesho Medicare Original .....	64
L3. Qalabka ogsijiinta ayaa faa'iido u leh xubin kamid ahaanshaha qorshahayaga .....	64
L4. Qalabka ogsijiinta marka aad u beddesho Original Medicare, ama qorshe kale oo Medicare Advantage (MA). .....	65



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii.  
**Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**



## A. Macluumaadka ku saabsan adeegyada iyo adeeg-bixiyeyaasha

**Adeegyadu** waa adeegyada iyo taageerooyinka daryeelka caafimaad, iyo kuwa muddada-dheer (LTSS), sahayda, adeegyada caafimaadka habdhaqanka, daawooyinka dhakhtar qoro iyo kuwa farmashiyaha laga soo iibsado, qalabyo iyo adeegyo kale **Adeegyada caymiska** waxaa weeye adeegyadan uu bixiyo kharashkooda caymiskeenu. Daryeelka caafimaadka ee daboolan, caafimaadka habdhaqanka, iyo LTSS waxay ku yaalliin **cutubka 4** ee *Member Handbook*. Adeegyada caymiskaaga ee dawooyinka dhakhtarku qoray iyo kuwa farmashiyaha laga iibsado waxay ku yaalaan **cutubka 5** ee *Member Handbook*.

**Adeeg-bixiyeyaashu** waa dhakhaatiir, kalkaaliyeyaal, iyo dad kale oo ku siinaya adeeg iyo daryeel. Adeeg-bixiyeyaasha waxa kale oo ka mid ah isbitaalada, wakaaladaha caafimaadka guriga, rugaha caafimaadka, iyo meelaha kale ee ku siya adeegyada daryeelka caafimaadka, adeegyada caafimaadka habdhaqanka, qalabka caafimaadka, iyo LTSS qaarkood.

**Adeeg-bixiyeyaasha** ku jira shabakadu waa adeeg-bixiyeyaal ka shaqeeya qorshaheena. Adeeg-bixiyeyaashan waxay ogolaadeen inay aqbalaan lacag-bixintayada sidii lacag-bixin buuxda. Bixiyeyaasha dalada waxay si toos ah noogu soo dalacaan kharashka daryeelka ay ku siiyeen. Markaad isticmaasho adeeg-bixiye ku jira shabakad, caadi ahaan wax kharash ah kuma bixinayso adeegyada la daboolay.

## B. Xeerarka lagu helo adeegyada qorshahayagu waxa uu daboolayaa

Qorshahayagu waxa uu daboolayaa dhammaan adeegyada ay daboolaan Medicare iyo Assistance Medical Assistance. Waxaa tan kamid ah caafimaadka habdhaqanka iyo LTSS.

Qorshahayagu wuxuu guud ahaan bixin doonaa adeegyada daryeelka caafimaadka, adeegyada caafimaadka habdhaqanka, iyo LTSS ee aad hesho markaad raacdo xeerarkayaga. Si uu caymiskeenu u daboolo:

- Daryeelka aad helayso waa inuu ahaadaa **gunnada qorshaha**. Tani waxay ka dhigan tahay inaan ku darno jaantuska gunnooyinka **cutubka 4** Qaybta D ee *Member Handbook*.
- Daryeelka caafimaad ahaan lagama maarmaanka ah ayaa ku habboon xaaladdaada. Tan waxaa kamid ah daryeelka la xidhiidha xaalad jidh iyo caafimaadka maskaxda. Waxa sidoo kale kamid ah nooca iyo heerka adeegyada. Waxa sidoo kale kamid ah tirada daawaynta. Waxaa sidoo kale kamid ah halka aad ka heleyso adeegyada iyo mudada ay soconayaan. Adeegyada caafimaad ahaan lagama maarmaanka ah waa inay:
  - inuu noqdaa adeegyada ay bixiyeyaasha kale caadiyan diri lahaayeen
  - kaa caawinaya inaad sidan dhaanta ama inaad caafimaad qabto
  - lagu baajinayo in xaaladaadu kasi darto



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

- kaa caawinaya inaad kahortagto oo aad hesho mushkilada caafimaadka
- Adeegyada caafimaadka, waa inaad haysataa adeeg **bixiyaha daryeelka aasaasiga ah ee shabakadda (PCP)** kaasoo amar ku bixiya daryeelka ama kuu sheegaya inaad isticmaasho dhakhtar kale. Xubin ahaan caymiska, waa inaad doorataa bixiye dalada ah inuu ku jiro PCP-gaaga.
  - Uma baahnid in dhakhtarkaaga (PCP) kuu soo gudbiyo daryeelka degdega ah ama daryeelka degdega ah ee aad u baahan tahay ama inaad isticmaasho adeeg-bixiyaha caafimaadka dumarka. Waxaad heli kartaa noocyo kale oo daryeel ah adigoon gudbin ka helin dhakhtarkaaga (macluumaad dheeraad ah, tixraac qaybta D ee cutubkan)
- **Waa inaad ka heshaa daryeelkaaga bixiye dalada ah.** Caadiyan, ma dabooli doono daryeelka adeeg-bixiyaha aan ka shaqayn qorshahayaga caafimaadka. Taas macneheedu waxa weeye in aad si buuxda u bixin doonto kharashaadka adeeg-bixiyaha ee adeegyada lagu siiyay. Waa kuwan xaaladaha qaarkood ee xeerkani aanu khusayn:
  - Waxaan daboolnaa daryeelka degdega ah ama xaaladaha degdega ah ee looga baahan yahay adeeg-bixiye shabakad ka baxsan (macluumaad dheeraad ah, eeg Qaybta I ee cutubkan).
  - Haddii aad u baahan tahay daryeel uu qorshahayagu daboolo oo adeeg-bixiyayaasha shabakadu aanay ku siin karin, waxaad daryeel ka heli kartaa adeeg-bixiye shabakad ka baxsan. Waa inaad marka hore ogolaanshe naga heshaa inta aanad doonan daryeelka. Xaaladdan oo kale, waxaan u daboolnaa daryeelka si la mid ah sidii inaad ka heshay adeeg-bixiye ku jira shabakadda.
  - Waxaanu daboolnaa adeegyada sifaynta kelyaha marka aad ka maqan tahay goobta adeega qorshahayaga wakhti yar ama marka adeeg-bixiyahaaga si ku meelgaar ah loo waayo ama aan la heli karin. Waxa aad ka heli kartaa adeegyadan xarunta maydhida kalyada ee Medicare siisay shahaadada.
- Waa inaad marka kowaad ku biirtaa caymiska, waxa aad sii wadan kartaa isticmaalka bixiyayaasha aad iminka isticmaasho mudo 120 maalmood ah sababaha soo socda:
  - Xaalada aad u daran.
  - Xanuun maskaxeed ama jidheed oo aad u daran.
  - Laxaad la'aan jidh ama maskaxeed taas oo lagu sheegey awood la'aan la shaqayn mid ama wax ka badan hawlaha nolosha ee waayn. Tani waxay khusaysaa laxaad la'aanta jirta muddo ka badan ama la filanayo inay jirto ugu yaraan hal sano, ama ay u badan tahay inay keento dhimasho.
  - Laxaad la'aanta ama xanuunada mudada dheer oo ku jira wakhtiga xaalada adag.
  - Waxaad helaysaa adeegyada daryeelka caafimaadka ee dhaqan ahaan kugu haboon (marka laga reebo adeegyada gaadiidka) qorshuhuna ma laha bixiye shabakadeed



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

khibrad gaar ah u leh bixinta adeegyada daryeelka caafimaadka dhaqan ahaan ku habboon.

- Kuma hadashid Ingiriisi oo caymisku malaha daryeel bixiyayaal aad is fahmaysaan, si toos ah ama iyada oo la adeegsanayo turjubaan.

Hadii daryeelka caafimaad bixiyahaaga u qalmaa uu xaqiijiyo inaad noolaanayso wax ka yar 180 maalmood, waxa aad sii wadan kartaa adeegyada inta kaaga hadhsan nolosha uu ku siiyo bixiyahaagu kaas oo aan ku jirin daladeena.

Waxa ka reebban qorshaynta qoyska, kaas oo ah adeeg gelitaan furan oo aanu ku daboolno Kaalmada Caafimaadka. Shuruucda federalka iyo gobolku waxay noo ogol yihiin in aanu doorano wixii bixiye ah, xataa hadii aanu ku jirin daladaayada, wixii adeegyada qorshaynta qoyska qaar ah. Tani waxay ka dhigan tahay in wixii dhakhtar, xarun caafimaad, isbitaal, farsami, ama xafiis qorshaynta qoys ah. Macluumaad intaas ka badan ka eeg qaybta “Adeegyada Qorshaynta Qoyska” ee Jaantuska Gunnooyinka ee **Cutubka 4** Qaybta D.

---

## C. Isku duwaha daryeelkaaga

### C1. Waxa uu yahay isku daryeelku

Care coordinator (Iskuduwaha taageerada) waxaa weeye qof sameeyo oo isku duba rida taageerooyinka iyo adeegyada lagu sheegey qorshaha taageerada.

### C2. Sida aad ula xidhiidhayso isku duwahaaga daryeelka

Marka kowaad ee ku biirto caymiska, waxaa si toos ah laguugu qori doonaa isku duwaha daryeelka. Isku duwahaaga caymiska ayaa kuu soo diri doona macluumaadkiisa xidhiidhka 10 maalmood gudahood marka aad ku biirto. Hadii aanad xasuusan magaca ama lambarka isku duwaha daryeelkaaga, waxa aad kala xidhiidhi kartaa Adeega Macmiilka lambarka hoose xaga hoose ee boga.

### C3. Sida aad u badali karto isku duwahaaga daryeelka

Waxaa macquul ah inaad badasho isku duwahaaga daryeelka hadii, waxay doonto sababtu, aanad ku qanacsanayn isku duwahaaga wakhtigan. Waxaad kala hadli kartaa Adeega Macmiilka lambarka ku qoran hoosta boga, ama waxa aad la kala hadli kartaa Isku Duwanaha Qaadashada Caafimaadka 612-676-6622, TTY 612-676-6810.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](https://www.ucare.org).**

## D. Daryeelka adeeg-bixiyayaasha

### D1. Daryeelka laga helo bixiyaha daryeelka aasaasiga ah (PCP)

Waa inaad doorato daryeel bixiyaha kowaad (PCP) si uu kuu siiyo oo uu u maamulo daryeelkaaga.

#### Qeexitaanka PCP iyo waxa uu PCP kuu qabto

A PCP waa bixiye yaqaan adiga iyo taariikhdaada caafimaad. PCP waxa lagu tobobaray inuu ku siiyo daryeelka caafimaadka aasaasiga ah. Marka aad xubin ka noqoto caymiska, waa inaad doorataa Xarunta Caafimaadka Daryeelka Kowaad. Xarunta daryeelka aasaasiga ah (PCC) waa xarun caafimaad oo ku dhex taal shabakadda UCare. Waxa aad ka arki kartaa PCP xaruntan. Noocyada bixiyeyaasha u dhaqmi kara PCP ahaan waa takhaatiirta daawaynta qoyska, dhakhaatiirta guud, takhaatiirta gudaha, takhaatiirta haweenka, takhaatiirta umuliso/gynecology, kalkaalisoooyinka umulisooyinka, caawiyayaasha takhaatiirta iyo kalkaalisoooyinka xirfadlayaasha, ama takhasusle kaas oo ah dhakhtarkaaga koowaad. Waxa aad sidoo kale heli kartaa daryeelka joogtada ah ama aas aasiga ah ee PCP kaas oo sidoo kale isku duba ridi doona adeegyada daryeelka ee hadhsan xubin ahaan caymiska.

Tan waxa kamid ah laakiin kuma xadidna:

- Shaybaadhka xanuunka
- Raajooyin
- Baaritaanada shaybaar
- Teerabiyada
- Dhigida isbitaalka
- Daryeelka dabagalka ah
- Daryeelka dhakhtarada khabiirada ah (looma baahna in lagu soo gudbiyo si aad u aragto dhakhtar khabiir ah oo ku jira dalada)

“Isku duwida” adeegyadaada waxa akamid ah eegitaanka ama la tashiga bixiyayaasha kale ee dalada wixii ku saabsan daryeelkaaga iyo sida uu u socdo. Adeegyada qaarkood waxay u baahan doonaan oggolaansho hore (eeg **cutubka 4** qaybta D wixii faahfaahin ah). Maadaama oo bixiyuhu uu isku duba ridi doono daryeelkaaga caafimaadka, waa inaad haysataa duwaanadaada daryeelka caafimaad ee hore oo loo diraa xafiiska bixiyahaaga. **Cutubka 8** Qaybta C ee *Member Handbook* waxa uu kuu sheegayaa sida aanu u ilaalino qarsoodinimada diiwaannadaada caafimaad iyo macluumaadka caafimaadkaaga shakhsi ahaaneed.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

## Dooro PCP

Markaad xubin ka tahay ama aad xubin ka noqoto UCare Connect + Medicare, waxaad dooratay ama lagu qoondeeyay PCC iyo PCP. Waxa aad badali karta PCC iyo PCP kaaga wakhti kasta.

## Ikhtiyaarka badalka PCP

Waxaad bedeli kartaa PCP-gaaga sabab kasta, wakhti kasta. Sidoo kale, waxaa suurto gal ah in PCP-gaagu uu ka tago shabakada qorshahayaga. Haddii dhakhtarkaaga (PCP) uu ka tago shabakadayada, waxaanu kaa caawin karnaa inaad hesho PCP cusub oo ku jira shabakadayada. Haddii aanu ogaano in bixiyahaagu uu ka baxay dalada, waxa aanu kugu ogaysiin doonaa qoraal.

Kaliya waxaa lagaaga baahan yahay inaad badasho PCP-ga hadii aad badalayso PCC-gaaga. Waxaad ka bedeli kartaa rugtaada waqti kasta inta lagu jiro bisha, oo dhaqan gal ah kowda bisha soo socota. Si aad u badalato xaruntaada caafimaadka, la hadal Adeega Macmiilka. Waxay kuu badali doonaan duwaankaaga xubinimada si uu uga soo baxo magaca xaruntaada caafimaad ee cusub, oo waxa lagu sheegi doonaa in la badaley xaruntaada caafimaadka ee cusub.

## Adeegyada aad ka heli karto ogolaansho la'aan dhakhtarkaaga (PCP).

Inta badan, waxaad u baahan tahay ogolaanshaha PCP-gaaga kahor inta aanad isticmaalin adeeg-bixiyeyaasha kale. Ansixintan waxaa loo yaqaan **gudbin**. Waxaad heli kartaa adeegyada sida kuwa hoos ku taxan adigoo oggolaansho ka helin PCP-gaaga marka hore:

- Adeegyada xaalada degdega ah ee bixiyeyaasha dalada ama bixiyeyaasha dalada ka baxsan.
- daryeelka degdega ah looga baahan yahay adeeg-bixiyeyaasha ku jira shabakadaha
- daryeelka degdega ah ee looga baahan yahay adeeg-bixiyeyaasha shabakadaha ka baxsan marka aadan u tagi karin adeeg-bixiye ku jira shabakadda (tusaale, haddii aad ka baxsan tahay aagga adeegga qorshahayaga ama inta lagu jiro usbuuca)

**Fiiro gaar ah:** Daryeelka degdega ah ee looga baahan yahay waa in isla markiiba looga baahan yahay oo caafimaad ahaan daruuri yahay.

- Adeegyada sifaynta kelyaha ee aad ka hesho xarunta sifaynta kelyaha ee Medicare-ka la aqoonsan yahay marka aad ka baxsan tahay aagga adeegga qorshahayaga. Wac Adeegga Macmiilka ka hor inta aanad ka bixin goobta adeega. Waxaan kaa caawin karnaa in lagu sifeeyo marka aad maqan tahay.
- Tallaalka hargabka iyo tallaallada COVID-19, sidoo kale tallaallada cagaarshowga B, iyo tallaallada oof-wareenka waase haddii aad ka helayso adeeg-bixiye ku jira shabakad.
- Daryeelka caafimaadka dumarka joogtada ah iyo adeegyada qorshaynta qoyska. Tan waxaa ku jira baarista naasaha, raajada naasaha (raajada naaska), baaritaanka Pap tests, iyo miskaha.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](https://www.ucare.org).**

- Sidoo kale, hadii aad u qalanto inaad hesho adeegyada bixiyayaasha caafimaadka Hindida, waxa aad isticmaali kartaa bixiyayaashan iyada oo aan lagu gudbin.

## D2. Daryeelka khabiirada iyo bixiyayaasha kale ee dalada

Khabiirku waxaa weeye dhakhtar bixiye daryeelka caafimaadka ee xanuun gaar ah ama qayb kamid ah jidhka. Waxaa jira noocyo badan oo takhasus leh, sida:

- Dhakhtarka burooyinka waxa uu daweyaa bukaanka qaba kansarka.
- Dhakhtarka wadnaha waxa uu daweyaa bukaanka qaba xanuunada wadnaha.
- Dhakhtarka lafuhu waxa uu daweyaa bukaanka qaba xanuunada lafaha, laalaabatooyinka, ama murqaha.

Waxa aad isticmaali kartaa khabiir ku jira dalada iskaa iyada oo aan lagu gudbin. Si aad u isticmaasho dhakhtarka ama takhasuslayaasha ka baxsan shabakada, adiga ama adeeg-bixiyahaaga waa inaad naga heshaan ogolaansho hore si adeegyadaas loo daboolo. Adeegyada qaar ayaa u baahan in bixiyahaagu uu anaka naga helo ogolaanshe hore.

Tixraac **Cutubka 4**, Qaybta D, “Shaxda Gunnooyinka Qorshahayaga” wixii macluumaad dheeraad ah.

Hadii aanad heli karin bixiye dalada ah oo u qalma, waa inaad siisaa ogolaanshahaaga hore ee taagan khabiir xirfadle ah xaalada soo socda wax kamid ah:

- Xanuunada mudada dheer (joogtada ah);
- Xanuun maskaxeed ama jidheed oo aad u daran;
- cudur ama naafanimo sii xumaanaysa;
- Wixii xaalado ama xanuuno ah ee adag ama murugsan oo u baahan inuu daweyo khabiir.

Haddii aadan naga helin ogolaansho hore marka loo baahdo, biilka waxaa laga yaabaa inaan annagu bixin. Wixii macluumaad ah, Adeegga Macaamiisha ka wac lambarka talefoonka ee ku daabacan xagga hoose ee boggan.

## D3. Marka adeeg-bixiyaha uu ka tago qorshahayaga

Adeeg-bixiyaha ku jira shabakadda ee aad isticmaasho ayaa laga yaabaa inuu ka tago qorshahayaga. Haddii mid ka mid ah adeeg-bixiyayaashaada uu ka tago qorshahayaga, waxaad leedahay xuquuq iyo ilaalin gaar ah oo lagu soo koobay hoos:

- Xitaa haddii shabakadayada adeeg bixiyayaasha isbedelaan sanadka dhexdiisa, waa inaan



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

ku siinaa si aan kala go' lahayn oo aad u hesho adeeg-bixiyeyaal xirfadleh.

- Waxaan ku ogaysiin doonaa in adeeg-bixiyahaagu uu ka tagayo qorshahayaga si aad wakhti u heshid si aad u doorato adeeg-bixiye cusub.
  - Haddii daryeelkaaga aasaasiga ah ama bixiyaha caafimaadka habdhaqanka uu ka tago qorshahayaga, waanu ku soo wargelin doonaa haddii aad aragtay adeeg-bixiyahaas saddexdii sano ee la soo dhaafay.
  - Haddii mid ka mid ah adeeg-bixiyayaashaada kale uu ka tago qorshahayaga, waan ku ogeysiin doonaa haddii lagu qoondeeyay adeeg-bixiyaha, hadda aad ka hesho daryeel, ama aad aragtay saddexdii bilood ee la soo dhaafay.
- Waxaanu kaa caawinaynaa inaad doorato adeeg-bixiye cusub oo ku jira shabakadda si aad u sii waddo maaraynta baahiyahaaga daryeelka caafimaadka.
- Haddii aad hadda ku jirto daawayn ama teerabiyo uu bixinayo adeeg-bixiyahaaga hadda, waxaad xaq u leedahay inaad waydiiso, waxaan kula shaqaynaynaa sidii aad u hubin lahayd, in daawaynta ama teerabiyada lagama maarmaanka ah ee aad qaadnayso ay u sii socoto.
- Waxaan ku siin doonaa macluumaadka ku saabsan xilliyada isdiiwaangelinta ee kala duwan ee aad diyaar u tahay iyo fursadaha aad ku beddeli karto qorshooyinka.
- Haddii aanan heli karin khabiir shabakadeed oo u qalma oo aad heli karto, waa inaan kuu diyaarinnaa khabiir ku takhasusay shabakada si uu u bixiyo daryeelkaaga. khabiir ka baxsan shabakada si uu u bixiyo daryeelkaaga marka aan la helikarin bixiye ka tirsan shabakada ama uu san buuxin karin baahiyahaaga caafimaad. Waa inaad marka hore ogolaanshe naga heshaa inta aanad doonan daryeelka. Xaaladan oo kale, waxa aanu bixin doonaa daryeelkaaga sida marka aad ka qaadato daryeelaha dalada u jira oo kale.
- Haddii aad u malaynayso inaan kuu bedelin adeeg-bixiyahaagi hore u qalma ama aanaan si fiican u maamulin daryeelkaaga, waxaad xaq u leedahay inaad cabasho u gudbiso tayada daryeelka QIO, cabashada tayada daryeelka, ama labadaba. (Waxa aad ka eegtaa **Cutubka 9** wixii macluumaad dheeraad ah ee macluumaadka.)

Haddii aad ogaato in mid ka mid ah adeeg-bixiyayaashaada uu ka tagayo qorshahayaga, nala soo xiriir. Waxaan kaa caawin karnaa sidii aad u heli lahayd adeeg-bixiye cusub iyo maaraynta daryeelkaaga. Kala hadal Adeega Macaamiisha lambarka ku daabacan xaga hoose ee boga.

#### **D4. Adeeg-bixiyeyasha shabakada ka baxsan**

Si aad u isticmaasho dhakhtarka ama khabiir ka baxsan dalada, adiga ama PCP-gaagu waa inuu ogolaanshe hore naga helaa anaka si adeegyadaas kharashkooda loo bixiyo. Adeegyada qaar ayaa u baahan in bixiyahaagu uu anaka naga helo ogolaanshe hore. Waxa aad ka eegtaa **Cutubka 4** wixii macluumaad dheeraad ah ee macluumaadka.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Haddii aadan naga helin oggolaansho hore marka loo baahdo, biilka waxaa laga yaabaa inaan annagu bixin. Wixii malcuumaad dheeraad ah, kala hadal Adeega Macmiilka lambarka ku yaal xaga hoose ee boga.

Haddii aad isticmaasho adeeg-bixiye ka baxsan shabakad, adeeg-bixiyaha waa in uu xaq u leeyahay ka qayb qaadashada Medicare iyo/ama Kaalmada Caafimaadka.

- Ma bixin karno kharashka adeeg-bixiye aan u qalmin inuu ka qaybqaato Medicare iyo/ama Medical Assistance.
- Haddii aad isticmaalayso bixiye aan u qalmin inuu ka qayb galo Medicare, waa inaad si buuxda u bixisaa kharashka adeegyada aad heshey.
- Bixiyayaashu waa inay kuu sheegaan hadii aanad u qalmin inaad ka qayb gasho Medicare.

---

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

Adeegyada iyo taageerada muddada dheer (LTSS) waxaa weeye adeegyada ka caawiya dadka u baahan kaalmada qabashada hawlaha maalin kasta ee maydhashada, dhar xidhashada, cunto karinta, iyo qaadashada dawooyinka. Badanaa adeegyadan waxa ay kaa caawin karaan inaad joogto guriga oo markaa lagaaga baahna inaad u wareegto guri xanaanada ama isbitaal.

Marka xubintu hesho qiimaynta khatarta caafimaadka fool ka ka fool (HRA), waa la go'aamiyaa at that time whether or not the member is in need of LTSS and if he or she meets nursing facility level of care criteria to qualify. Haddii ay sidaa tahay, isku duwaha daryeelka ayaa ka caawin doona xubinta buuxinta foomamka shuruudaha oo u diri doona xubinta shaqaalaha maaliyada ee degmada xubinta degan tahay. Kadib marka shaqaalaha maaliyadu in xubintu ay u qalantu dhaqaale ahaan, isku duwaha daryeelka xubinta ayaa u diyaarin doona LTSS wakhtigaas.

---

## F. Adeegyada caafimaadka habdhaqanka (caafimaadka maskaxda iyo cilladaha isticmaalka maandooriyaha).

UCare waxay leedahay khadka kala soocida khalkhalgelinta caafimaadka dhimirka iyo isticmaalka muqaadaraadka si ay uga caawiso xubnaha su'aalo kasta oo ku saabsan sida looga helo daryeelka khabiirka caafimaadka dhimirka, khabiirka cilladda isticmaalka maandooriyaha ama bixiyeyaasha shabakad kale. Khadkayaga kala soocida waxaa laga heli karaa 8 am – 5 pm - Jimco 612-676-6533 ama 1-833-276-1185 (wicitaankan waa bilaash), TTY at 612-676-6810 or 1-800-688-2534 (wicitaankan waa bilaash) si loo taageero baahiyaha caafimaadka dhimirka ama isticmaalka muqaadaraadka ee xubnahayaga.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**



Waxaad ka heli kartaa macluumaadka hadda ee ku saabsan bixiyayaasha Adeegyada Caafimaadka Dhimirka iyo Istimaalka Mukhaadaraadka adigoo isticimaalaya qaybta Find a Doctor ee [care.org/searchnetwork](https://www.care.org/searchnetwork) ama adigoo wacaya Khadka Kala soocidda Caafimaadka Dhimirka iyo Istimaalka Mukhaadaraadka 612-676-6533 or 1-833-276-1185 (wicitaankan waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wicitaankan waa bilaash). Xubnuhu waxaa ay sidoo kale wici karaan UCare 24/7 Nurse Line 1-800-942-7858 (wicitaankan waa bilaash), TTY 1-855-307-6976 (wicitaankan waa bilaash) si looga caawiyo helitaanka macluumaadka adeeg-bixiyaha.

---

## G. Adeegyada gaadiidka

Haddii aad u baahan tahay gaadiid aad u raacdo kagana soo laabato adeegyada caafimaadka ee aanu daboolno, HealthRide ka wac 612-676-6830 ama 1-800-864-2157 (wicitaankaan waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wicitaankaan waa bilaash). Waxaanu bixin doonaa gaadiid raaca ugu habboon oo kharash jaban. Naguma aha waajib in aanu ku siino gaadiidka aad ku tageyso Xaruntaada Caafimaadka Daryeelka Kowaad hadii ay kuu jirto wax ka badan 30 mayl gurigaaga maa hadii aad doorato bixiye khabiir ah oo u jira wax ka badan 60 mayl gurigaaga. Adeegga Macmiilka ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wicitaanka waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wicitaanka waa bilaash) haddii aanad lahayn Rugta daryeelka aasaasiga ah oo laga heli karo meel 30 mayl u jirta gurigaaga iyo/ama haddii ay kuu jirto wax ka badan 60 mayl adeeg-bixiyahaaga takhasuska leh.

UCare waxay u baahan tahay ogaysiis laba maalmood oo shaqo ah marka aad ballansanayso raacitaanka si loo xaqiijiyo helitaanka adeeg bixiyaha.

---

## H. Adeegyada la daboolay marka ay jirto xaalad caafimaad oo degdeg ah, marka si degdeg ah loogu baahdo, ama marka ay musiibo jirto

### H1. Daryeelka xaalad caafimaad oo degdeg ah

Gurmadka degdega caafimaadku waxaa weeye xaalad caafimaad oo leh astaamo sida damqasho badan ama dhaawac daran. Xaaladu aad ayay u daran tahay, hadii aanad u helin daryeel caafimaad oo degdega ah, adiga ama qofka hel aqoonta yar ee caafimaadka iyo dawadu waxa aad ku filan kartaan natiijada:

- khatar weyn oo caafimaadkaaga ama tan ilmaha; uurka ku jira; **ama**
- khatarta wayn ku leh shaqada jidhkaaga; **ama**
- cillad daran oo ah xubin ama qayb kasta oo jirka ah, **ama**
- Xaaladda haweeney uur leh oo fool ku jirta, marka:



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wicitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wicitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](https://www.ucare.org).**

- Aanu jirin wakhti ku filan oo lagugu wareejin karo cisbitaal kale ka hor dhalmada.
- U wareejinta isbitaal kale ay khatar ku keeni karto caafimaadkaaga ama badbaadadaada ama tan ilmaha uurka ku jira.

Hadii aad qabto xaalada caafimaad oo degdeg ah:

- **U helida kaalmada sida ugu dhakhsaha badan.** Wac 911 ama isticmaal qolka gurmada ama isbitaal kuugu dhow. Wac ambalaas haddii aad u baahan tahay. Uma **baahnid** ogolaansho ama gudbinta PCP-gaaga. Uma baahnid inaad adeegsato bixiye shabakad. You may get emergency medical care whenever you need it, anywhere in the U.S. or its territories from any provider with an appropriate state license.

### Adeegyada caymisku bixiyo ee xaalada caafimaadka.

Hadii aad u baahan tahay ambalaas aad ku qabato qolka gurmada degdeg ah, caymiskeena ayaa bixinaya. Waxaan sidoo kale daboolnaa adeegyada caafimaadka inta lagu jiro xaalad degdeg ah. Si aad wax badan u ogaato, tixraac Jaantuska Gunnooyinka ee **Cutubka 4** Qaybta D ee *Member Handbook*.

Adeeg-bixiyeyaasha ku siinaya daryeelka degdeg ah ayaa go'aaminaya marka xaaladaadu ay degan tahay oo ay dhamaato xaalada degdeg ah ee caafimaadka. Way sii wadi doonaan inay ku daweeyaan waxayna nala soo xidhiidhi doonaan si aan u samayno qorshayaal haddii aad u baahan tahay daryeel dabagal ah si aad u fiicnaato.

Qorshahayagu waxa uu daboolayaa daryeelkaaga dabagalka ah. Hadii aad ka heleyso daryeelkaaga xaalada degdeg ah bixiye ka baxsan dalada, waxa aanu isku dayi doonaa in aanu kuu helno daryeelayaal ku jira dalada oo ku daryeela sida ugu dhakhsaha badan.

### Helitaanka daryeelka degdeg ah haddii aanay ahayn xaalad degdeg ah

Mararka qaar waxaa adag in la ogaato hadii aad qabto xaalada degdeg ah oo caafimaadka ama caafimaadka habdhaqanka. Waxaa laga yaabaa inaad gasho daryeelka degdeg ah oo dhakhtarkana uu yiraahdo ma ahayn xaalad degdeg ah. Haddiiba aad si macquul ah u malaynaysay in caafimaadkaagu uu khatar weyn ku jirey, waxaanu daboolaynaa daryeelkaaga.

Ka dib markii uu dhakhtarku sheego in aanay ahayn xaalad degdeg ah, waxaanu daboolaynaa daryeelkaaga dheeraadka ah oo keliya haddii:

- Waxa aad isticmaashaa adeeg-bixiye shabakada ku jira, ama
- Daryeelka dheeraadka ah ee aad hesho loo tixgeliyo “daryeel degdeg loogu baahan yahay” oo waxaad raacday sharciyada helitaanka daryeelkaas. Tixraac ku sameey qaybta xigta

## H2. Daryeelka xaalada degdeg ah ee aad u baahan tahay



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Daryeelka Degdega ah ee loo baahan yahay: Daryeel aad u hesho jirro lama filaan ah, dhaawac, ama xaalad aan ahayn xaalad degdeg ah balse u baahan daryeel isla markaaba. Tusaale ahaan, waxaa laga yaabaa in aad qabtid barar xaalada jirta ama jiro aan la filalyn.

### **Daryeelka degdega ah ee looga baahan yahay goobta adeegga ee qorshahayaga**

Meelaha qaar, waan daboolnaa daryeelka sida degdega ah loogu baahanyahay kaliya haddii:

- Aad daryeelkaan ka hesho shabakada bixiyaha **aadna**
- Raacdid shuruucaha ku qeexan cutubkaan

Haddii aysan suurtagal ahayn ama aysan macquul ahayn in aad la xiriirto adeeg-bixiye ku jira shabakad, waxaanu dabooli doonnaa daryeelka degdega ah ee aad ka hesho adeeg-bixiye shabakad ka baxsan.

Waxaad liiska bixiyeyaasha daryeelka degdega ah ee *Provider and Pharmacy Directory*, ka heli kartaa khadka **ucare.org/searchnetwork**, ama adoo wacaya Adeegga Macaamiisha lambarka ku yaal boggan dhanka hoose.

Si aad u ogaato sida aad u heli karto daryeelka xaalada degdega ah ee aad u baahan tahay, waxa aad kala hadli kartaa PCP-kaaga, ama la hadal kh UCare 24/7 Nurse Line, kaas oo shaqeeya 24 saacadood, 7 maalmood todobaadkii. (Lambarka taleefanka waxa uu ku yaalaa dhabarka kaadhka xubinta caymiskaaga.) UCare 24/7 Nurse Line waxa uu ku siin karaa macluumaadka ku saabsan sida aad u heli karto daryeelka kadib saacadaha shaqada caadiga ah.

### **Daryeelka degdega ah ee loo baahan yahay marka ka baxsan aagga adeegga ee qorshahayaga**

Marka aad ka baxsan tahay goobta adeegga ee qorshahayaga, waxaa laga yaabaa inaad daryeel ka heli karin adeeg-bixiye ku jira shabakadda. Xaaladdaas, qorshahayagu wuxuu daboolayaa daryeelka degdega ah ee aad ka hesho adeeg-bixiye kasta.

Qorshahayagu ma daboolayo daryeelka degdega ah ee loo baahan yahay ama daryeel kasta oo kale oo aad ka hesho meel ka baxsan Maraykanka iyo dhulalkiisa.

### **H3. Daryeelka inta lagu jiro musiibo**

Haddii guddoomiyaha gobolkaaga, Xoghayaha Caafimaadka iyo Adeegyada Aadanaha ee Maraykanka, ama Madaxweynaha Maraykanku uu ku dhawaaqo xaalad musiibo ama xaalad degdeg ah ee aaggaaga juqraafiga, waxaad weli xaq u leedahay inaad daryeel ka hesho qorshahayaga.

Booqo websaydkeena si aad u hesho macluumaadka ku saabsan sidaad u heli lahayd daryeelka aad u baahan tahay inta lagu jiro musiibo la sheegay: **ucare.org/important-coverage-information**.

Inta lagu jiro musiibo la sheegay, haddii aadan isticmaali karin adeeg-bixiye ku jira shabakadda,



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](https://ucare.org).**

waxaad daryeel ka heli kartaa adeeg-bixiyayaasha shabakadaha ka baxsan weliba si lacag la'aan ah. Haddii aadan isticmaali karin farmashiyaha shabakadda inta lagu jiro musiibo la sheegay, waxaad ka buuxsan kartaa daawooyinkaaga farmashiyaha ka baxsan shabakada. Si aad u hesho wixii macluumaad dheeraad ah, tixraac ku sameey **Cutub 5** ee *Member Handbook*.

---

## I. Waxa la sameeyo haddii si toos ah laguugu soo dallaco adeegyada qorshahayagu daboolayo

Ma ogolaanayno bixiyayaasha UCare Connect + Medicare inay kugu soo dallacaan adeegyadan. Waxa aanu u siinaa lacagta si toos ah bixiyayaasha, oo waxa aanu kaa ilaalin doonaa wixii kharash ah. Haddii adeeg-bixiye kuu soo diro biil bedelkii uu u diri lahaa qorshahayaga, waa inaad na weydiisataa inaan bixino biilka.

**Waa inaad adigu iska bixin biilka. Haddii aad adigab bixiso, waxaa laga yaabaa inaan dib kuugu soo celin karin lacagtaass.**

Haddii aad bixisay kharashka adeegyadaada caymiska ama haddii aad heshay biil adeegyada caafimaadka la daboolay, tixraac **Cutubka 7** ee *Member Handbook* si aad u ogaato waxa la sameeyo.

### I1. Maxaa la sameeyaa haddii qorshahayagu aanu daboolin adeegyada

Qorshahayagu wuxuu daboolayaa dhammaan adeegyada:

- kuwaas oo la go'aamiyey caafimaad ahaan inay lagama maarmaanka u yihiin, **iy**
- kuwaas oo ku taxan Jaantuska Gunnooyinka qorshahayaga (tixraac **Cutubka 4** ee *Qaybta D* ee *Member Handbook*), **iy**
- aad heleyso marka aad raacdo shuruucda caymiska.

Haddii aad hesho adeeyo aanu qorshahayagu daboolin, **adiga ayaa bixinaya kharashka oo dhan.**

Haddii aad rabto inaad ogaato haddii aan bixinno adeeg caafimaad ama daryeel, waxaad xaq u leedahay inaad na weydiiso. Waxa aad sidoo kale xaq u leedahay inaad naga dalbato qoraalkan. Haddii aanu kuu sheegno in aanaan kharashka adeegyadaada bixinaynin, waxa aad xaq u leedahay inaad ka qaadata rafcaan go'aankeena.

**Cutubka 9** ee *Member Handbook* wuxuu sharxayaa waxa la sameeyo haddii aad rabto in aanu daboolno adeeg ama shay. Wuxuu kaloo kuu sheegayaa sida aad uga dacwoon karto go'aanka caymiska. Wac Adeegga Macmiilka si aad wax badan uga ogaato xuquuqahaaga racfaanka.

Waxaan bixinaa adeegyada qaar ilaa xad. Haddii aad ka gudubto xadka, waxaad bixinaysaa



---

**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

kharashka oo dhan si aad u hesho adeeg intaas ka badan. Tixraac **Cutubka 4aad** Qaybta D ee xadka gunnooyinka gaarka ah. Wac Adeegga Macmiilka si aad u ogaato waxa ay yihiin xadka gunnooyinka iyo inta gunnooyinka aad isticmaashay.

---

## J. Daboolista adeegyada daryeelka caafimaadka ee daraasad cilmi-baaris caafimaad

### J1. Qeexida daraasad cilmi-baaris caafimaad

Daraasada cilmi baarista caafimaadka (sidoo kale loo yaqaan tijaabada caafimaadka) waxaa weeye qaabka dhakhtaradu u tijaabiyaan noocyada cusub ee daryeelka caafimaadka ama dawooyinka. Daraasad cilmi-baaris caafimaad oo ay ansixisay Medicare waxay caadi ahaan weydiisataa tabaruceyaal inay ku jiraan daraasadda.

Marka Medicare ay ogolaato daraasad aad rabto inaad ka qaybqaadato, oo aad muujiso xiisaha, qof ka shaqeeya daraasadda ayaa kula soo xiriiraya. Qofkaas ayaa kuu sheegaya daraasadda oo ogaanaya haddii aad u qalanto inaad ka mid noqoto. Waxaad ka mid ahaankartaa daraasadda ilaa inta aad ka soo baxaysoshuruudda loo baahan yahay. Waa in aad fahanto oo aqbashaa waxa ay tahay in aad daraasadda ku samayso.

Inta aad ku jirto daraasadda, waxaa laga yaabaa inaad ku sii jirto qorshahayaga. Habkaas, qorshahayagu wuxuu ku sii wadaa inuu kugu daboolo adeegyada iyo daryeelka aan khusayn daraasadda.

Haddii aad rabto in aad ka qayb qaadato mid kasta oo ka mid ah daraasadaha cilmi-baarista ee ay Medicare ogolaatay, **uma** baahnid inaad noo sheegto ama aad ogolaansho naga hesho anaga ama daryeel-bixiyaha caafimaadkaaga. Adeeg-bixiyeyaasha ku siinaya daryeelka **uma** baahna inay qayb ka ahaadaan adeeg-bixiyeyaasha ku jira shabakadda. Fadlan ogow in tani aysan ku jirin gunnooyinka uu qorshaheennu mas'uul ka yahay oo ay ku jiraan, qayb ahaan, tijaabo caafimaad ama diiwaan si loo qiimeeyo gunnooyinkaaga. Kuwaas waxaa ka mid ah gunnooyinka qaarkood ee lagu qeexay go'aaminta caymiska qaranka u baahan caymis leh hormar caddeyn (NCDs-CED) iyo daraasaddaha ka-dhaaftaanka qalabyada baaritaanka (IDE) waxaana laga yaabaa inay hoos yimaadaan helitaanka oggolaansho hore iyo sharciyada kale ee qorshaha.

### **Waxaan kugu dhiirigelinaynaa inaad noo sheegto ka hor intaadan ka qayb qaadan daraasad cilmi-baaris caafimaad.**

Haddii aad qorsheyneyso inaad ka qaybqaadato daraasad cilmi-baaris caafimaad, oo ay daboolayso dadka is-diiwaangeliyay ee Original Medicare, waxaan kugu dhiirigelinaynaa adiga ama isku-duwaha daryeelkaaga inaad la xiriirtaan Adeegga Macmiilka si aad noogu sheegtaan inaad ka qaybqaadan doonto tijaabada caafimaad.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

## J2. Lacag bixinta adeegyada marka aad ku jirto daraasad cilmi-baaris caafimaad

Haddii aad si mutadawacnimo ah ugu biirto cilmi-baaris caafimaad oo Medicare ogolaato, waxba kama bixinaysid adeegyada lagu bixiyo daraasadda. Medicare waxay bixisaa adeegyada lagu daboolay daraasadda iyo sidoo kale kharashyada joogtada ah ee la xiriira daryeelkaaga. Markaad ku biirto daraasadda cilmi-baarista bukaan-socodka ee Medicare ay oggolaatay, waxaa lagugu daboolay inta badan adeegyada iyo alaabta aad ka hesho daraasadda. Tani waxaa ka mid ah:

- qolka iyo caymiska joogitaanka cisbitaalka Medicare bixin doonto xitaa haddii aadan daraasad ku jirin
- qalliin ama hab kale oo caafimaad oo qayb ka ah daraasad cilmi baaris.
- daaweynta waxyeellooyin kasta iyo dhibaatooyinka daryeelka cusub.

Haddii aad qayb ka tahay daraasad **aanu** Medicare oggolaan, waxaad bixinaysaa kharash kasta oo ku saabsan ka qaybgalka daraasadda.

## J3. Wax badan oo ku saabsan daraasadaha cilmi-baarista caafimaadka

Waxaad wax badan ka baran kartaa ku biirista daraasadda cilmi-baadhistada caafimaadka adiga oo akhriya “Medicare & Daraasadda Cilmi-baarista Caafimaadka” ee websaydka Medicare (<https://www.medicare.gov/sites/default/files/2019-09/02226-medicare-and-clinical-research-studies.pdf>). Waxaad sidoo kale wici kartaa 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227), 24 saac maalintii, 7 maalmood todobaadkii. Isticmaalayaasha TTY waa inay wacaan 1-877-486-2048.

---

## K. Sida adeegyadaada daryeelka caafimaadka loogu daboolo machad diineed oo aan caafimaad ahayn

### K1. Qeexida machad daryeel diineed oo aan caafimaad ahayn

Machad diini ah oo aan caafimaad ahayn waa xarun daryeel caafimaad oo aad caadi ahaan ka heli karto cisbitaal ama xarun kalkaalinnada caafimaad oo xirfad leh. Haddii daryeelka isbitaal ama xarun kalkaalinnada caafimaad oo xirfad leh ay ka soo horjeedo caqiidadaada diinta, waxaan dabooli doonaa daryeelka machad aan caafimaad ahayn oo diineed.

Dheeftan waxa kaliya oo loogu talagalay adeegyada bukaan-jiifka ee Qaybta A (adeegyada daryeelka caafimaadka ee aan caafimaadka ahayn).

### K2. Daryeelka laga helo machad daryeel caafimaad oo diineed oo aan caafimaad ahayn

Si aad daryeel uga hesho machad diineed oo aan caafimaad ahayn, waa in aad saxiixdo



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](https://www.ucare.org).**

dukumeenti sharci ah oo sheegaya in aad ka soo horjeedo in aad hesho daawayn aan “aan laga reebin”

- “Aan ka reebnayn” daawaynta caafimaad waa daryeel kasta oo **iskaa wax u qabso ah oo aan u baahnayn** mid kasta oo federaal ah, gobolka, ama sharciga maxalliga ah.
- “Ka reeban” daawaynta caafimaadku waa daryeel kasta oo aan ahayn **aan ahayn ikhtiyaari oo looga baahan yahay** ee hoos yimaada federaalka, gobolka, ama sharciga deegaanka.

Si loo daboolo qorshahayaga, daryeelka aad ka hesho machad aan caafimaad ahayn oo diined waa inuu buuxiyaa shuruudaha soo socda:

- Xarunta bixisa daryeelka waa in ay shahaado ka hesho Medicare.
- Daboolista qorshaheenna adeegyada waxay ku kooban tahay dhinacyada aan diinta ahayn ee daryeelka.
- Haddii aad adeegyo ka hesho machadkan kuwaas oo lagugu siiyo xarun:
  - Waa inaad leedahay xaalad caafimaad oo kuu ogolaanaysa inaad hesho adeegyada daryeelka bukaan-jiifka ee isbitaalka ama daryeelka xarunta kalkaalinta xirfad leh.
  - Waa in aad anaga naga hesho ogolaansho ka hor inta aan lagu gelinin xarunta, haddii kale joogitaankaaga laguma **dabooli** doono caymiska.

Daboolistani ma xaddidna ilaa inta ay caafimaad ahaan lagama maarmaan tahay.

---

## L. Qalab caafimaad oo waara (DME)

### L1. DME xubin ahaan qorshaheena

DME waxaa ku jira waxyaabo caafimaad ahaan lagama maarmaan u ah oo uu dalbado adeeg-bixiyaha, sida kuraasta curyaamiinta, biraha, nidaamyada joodariga korontada ku shaqeeya, sahayda xanuunka sonkorowga, sariiraha isbitaalka ee uu dalbado adeeg-bixiyaha si loogu isticmaalo guriga, faleebada xididada (IV) bambooyinka, qalabka hadalka, qalabka ogsijiinta iyo sahayda, qalabka neefta, iyo qalabka lagu socdo.

Had iyo jeer waxaad leedahay shay gaar ah, sida qalabka wax-soo-saarka.

Qaybtan, waxaanu kaga hadlaynaa DME aad kiraysanayso. Maadaama aad tahay xubin ka tirsan qorshahayaga, badanaa ma **lahaan** doontid DME, iyada oo aan loo eegin muddada aad kiraysanayso.

Xaalado xaddidan oo gaar ah, waxaanu kugu wareejinaynaa lahaanshaha shayga DME. Wac



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegga Macmiilka si aad u ogaato shuruudaha ay tahay inaad buuxiso iyo waraaqaha aad u baahan tahay inaad bixiso.

Xitaa haddii aad lahayd DME ilaa 12 bilood oo isku xigta oo hoos imaanaya Medicare ka hor **intaadan** ku biirin qorshahayaga, ma lahaan doontid qalabkaas.

## L2. Lahaanshaha DME haddii aad u beddesho Medicare Original

Barnaamijka Medicare Asalka ah, dadka kiraystay noocyada DME qaarkood ayaa iska leh 13 bilood kadib. Qorshaha Medicare Advantage, qorshuhu wuxuu dejin karaa tirada bilaha ay tahay inay dadku kiraystaan noocyada DME ka hor intaysan yeelan.

**Fiiro gaar ah:** Waxaad qeexitaannada Original Medicare iyo Qorshaha MA ka heli kartaa **cutubka 12**. Waxaad sidoo kale ka heli kartaa macluumaad dheeraad ah oo iyaga ku saabsan buug-gacmeedka *Medicare & You 2025* Haddii aadan haysan koobiga buug-yarahaan, waxaad ka heli kartaa websaydka Medicare-ka ([www.medicare.gov/medicare-and-you](http://www.medicare.gov/medicare-and-you)) ama adigoo wacaya 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227), 24 saac maalintii, 7 maalmood todobaadkii. Isticmaalayaasha TTY waa inay wacaan 1-877-486-2048.

Waa inaad bixisaa 13 lacag bixin oo isku xigta sida hoos timaada Original Medicare, ama waa inaad bixisaa tirada lacag bixinta ee isku xigta ee uu dejiyo qorshaha MA, si aad u yeelato qalabka DME haddii:

- ma aadan noqon mulkiilaha shayga DME intaad ku jirtay qorshahayaga, **iy**
- aad ka tagto qorshahayaga oo aad gunnooyinka Medicare ka hesho meel ka baxsan qorshe kasta oo caafimaad oo ku jira barnaamijka Medicare Original ama qorshaha MA.

Haddii aad lacag ku bixisay qalabka DME ee hoos yimaada Original Medicare ama qorshaha MA ka hor intaad ku biirin qorshahayaga, lacagahaas **Original Medicare ama MA laguma xisaabinayo lacagaha aad u baahan tahay inaad bixiso ka dib markaad ka baxdo qorshahayaga.**

- Waa inaad bixisaa 13 lacag-bixinno cusub oo isku xigta oo hoos yimaada Original Medicare ama tiro lacag-bixinno cusub ah oo isku xigta oo uu dejiyo MA qorshaha lahaanshaha qalabka DME.
- Ma jiraan wax ka reeban arrintan marka aad ku laabato Original Medicare ama qorshaha MA.

## L3. Qalabka ogsijiinta ayaa faa'iido u leh xubin kamid ahaanshaha qorshahayaga

Haddii aad u qalanto qalabka ogsijiinta ee uu daboolo Medicare oo aad xubin ka tahay



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**



qorshahayaga, waxaanu daboolaynaa:

- kirada qalabka ogsijiinta
- bixinta ogsijiinta iyo waxa ku jira ogsijiinta.
- tuubo galinta iyo qalabyada la xidhiidha bixinta ogsijiinta iyo waxa ku jira ogsijiinta
- dayactirka qalabka ogsijiinta

Qalabka ogsijiinta waa in la soo celiyaa marka aysan caafimaad ahaan daruuri kuugu ahayn ama haddii aad ka tagto qorshahayaga.

#### **L4. Qalabka ogsijiinta marka aad u beddesho Original Medicare, ama qorshe kale oo Medicare Advantage (MA).**

Marka qalabka ogsijiinta caafimaad ahaan lagama maarmaan u yahay **aad ka tagto qorshahayaga oo aad u beddesho qorshe kale oo Medicare Advantage**, qorshuhu wuxuu dabooli doonaa ugu yaraan waxa Medicare-ka asalka ahi daboolo. Lacag bixinta kirada bishiiba waxay dabooshaa qalabka ogsijiinta iyo saadka iyo adeegyada kor ku xusan.

Haddii qalabka ogsijiinta uu caafimaad ahaan lagama maarmaan u yahay ka **dib markaad kireysato 36 bilood** alaab-qeybiyahaagu waa inuu bixiyaa:

- qalabka ogsijiinta, sahayda, iyo adeegyada 24 bilood oo kale
- qalabka ogsijiinta iyo sahayda ilaa 5 sano haddii caafimaad ahaan loo baahdo

Haddii qalabka ogsijiinta uu weli caafimaad ahaan lagama maarmaan u yahay **dhammaadka muddada 5-sano**:

- Alaab-qeybiyahaagu mar dambe uma baahna inuu bixiyo, waxaadna dooran kartaa inaad ka hesho qalab beddela alaab-qeybiye kasta.
- 5-sano oo cusub ayaa bilaabmaya.
- Waxaad ka kiraysanaysaa alaab-qeybiye muddo 36 bilood ah.
- Alaab-qeybiyahaagu wuxuu markaa ku siinayaa qalabka ogsijiinta, sahayda, iyo adeegyada 24 bilood oo kale.
- Wareeg cusub ayaa bilaabma 5 sanaba mar ilaa inta qalabka ogsijiinta uu caafimaad ahaan lagama maarmaan u yahay.

Marka qalabka ogsijiinta uu caafimaad ahaan lagama maarmaan u yahay oo aad **ka tagto qorshahayaga oo aad u beddesho qorshe kale oo MA**, qorshuhu wuxuu dabooli doonaa ugu yaraan waxa Original Medicare uu daboolo. Waxaad waydiin kartaa qorshahaaga cusub ee MA waxa uu yahay qalabka ogsijiinta iyo sahayda uu daboolayo iyo waxa uu noqon doono



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](https://www.ucare.org).**

kharashyadaada.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii.  
**Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](https://www.ucare.org).**

## **Cutubka 4: Jaantuska gunnooyinka**

---

### **Hordhaca**

Cutubkani waxa uu kaaga warramayaa adeegyada qorshaheenu daboolo iyo wixii xaddidaad ah ama xaddidaad ah ee adeegyadaas ah. Waxay kaloo kuu sheegaysaa dheefaha aan lagu daboolin qorshahayaga. Erayada muhiimka ah iyo qeexitaankoodu waxay u soo baxayaan siday u kala horreeyaan alifbeetada cutubka ugu dambeeya ee *Member Handbook*.

### **Jadwalka Tasmada**

<b>A. Adeegyadaada la daboolay .....</b>	<b>68</b>
<b>B. Xeerar ka soo horjeeda daryeel bixiyeyaasha kugu soo dalacaya adeegyada .....</b>	<b>68</b>
<b>C. Ku saabsan Shaxda Gunnooyinka qorshahayaga .....</b>	<b>68</b>
<b>D. Shaxda Faa'iidooyinka Qorshahayaga .....</b>	<b>73</b>
<b>E. Gunnooyinka lagu daboolay meel ka baxsan qorshahayaga.....</b>	<b>149</b>
E1. Daryeelka Hospice-ka .....	149
E2. Adeegyada Kale.....	150
<b>F. Gunnooyinka aan lagu daboolin qorshahayaga, Medicare, ama Caawinta Caafimaadka .....</b>	<b>151</b>



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

---

## A. Adeegyadaada la daboolay

Cutubkani waxa uu kaaga warramayaa adeegyada uu qorshahayagu daboolayo. Waxa kale oo aad baran kartaa shaqada aan lahayn. Macluumaadka ku saabsan gunnooyinka daroogada ayaa ku jira **Cutubka 5 ee Member Handbook**. Cutubkani waxa kale oo uu sharaxayaa xadka adeegyada qaarkood.

Maadaama aad caawimaad ka hesho Medical Assistance, waxba kama bixinaysid adeegyadaada caymiska waase haddii aad raacayso xeerarka qorshahayaga. Ka eeg **Cutubka 3 ee Member Handbook** wixii tafaasiil ah ee ku saabsan xeerarka qorshaha.

Haddii aad u baahan tahay in lagaa caawiyo fahmida adeegyada caymiska uu daboolay, care coordinator (iskuduwaha daryeelkaaga) iyo/ama Adeegga Macaamiisha ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaankan waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash) 8 am – 8 pm, toddobo maalmood usbuucii.

---

## B. Xeerar ka soo horjeeda daryeel bixiyayaasha kugu soo dalacaya adeegyada

Ma ogolin adeeg-bixiyayaashayadu inay kugu soo dallacaan kharashaadka adeegyada daboolay shabakada. Waxa aanu u siinaa lacagta si toos ah bixiyayaasha, oo waxa aanu kaa ilaalin doonaa wixii kharash ah. Tani waa run xitaa haddii aan siinno daryeel bixiyaha wax ka yar kharashka bixiyaha adeegga.

**Waa inaadan waligaa ka helin biil bixiyaha adeegyada la daboolay.** Haddii aad sameyso, tixraac **Cutubka 7 ee Member Handbook** ama wac Adeegga Macaamiisha.

---

## C. Ku saabsan Shaxda Gunnooyinka qorshahayaga

Jaantuska Gunnooyinka ayaa kuu sheegaya adeegyada uu qorshahayagu bixiyo. Waxay taxdaa adeegyada la daboolay siday u kala horreeyaan oo ay u sharraxdaa.

**Waxaan bixinaa adeegyada ku qoran Jaantuska Gunnooyinka marka sharciyada soo socda la buuxiyo.** Wax kharash ah kama bixinaysid adeegyada ku qoran Jaantuska Gunnooyinka, waase inta aad buuxinayso shuruudaha hoos lagu sharraxay.

- Waxaan bixinaa adeegyada ceymiska ee Medicare iyo Medical Assistance sida waafaqsan qawaaniinta ay dajiyeen Medicare iyo Medical Assistance.
- Adeegyada (ay ku jiraan daryeelka caafimaadka, caafimaadka habdhaqanka iyo adeegyada isticmaalka muqaadaraadka, adeegyada iyo taageerada muddada-dheer, saadka, qalabka, iyo daawooyinka) waa inay ahaadaan kuwo “caafimaad ahaan lagama maarmaan ah.” Caafimaad ahaan lagama maarmaanka u ah ayaa qeexaya adeegyada,



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

saadka, ama daawooyinka aad u baahan tahay ka hortagto, baarto, ama ku daawayso xaalad caafimaad ama si aad u ilaaliso xaaladaada caafimaad ee hadda. Tan waxa ku jira daryeelka kaa ilaalinaya inaad cosbitaalka ama xarunta kalkaalinta aado. Waxa uu sidoo kale ka dhigan yahay adeegyada, agabyada, ama dawooyinka buuxiya heerarka caadiga ah ee nidaamka caafimaad.

- Daryeelka caafimaad ahaan daruuriga ah waxaa uu ku haboon yahay xaaladaada. Tan waxa ku jira daryeelka la xidhiidha xaaladaha jidhka iyo caafimaadka hab-dhaqank(oo ay ku jirto caafimaadka dhimirka iyo Ciladaha isticmaalka mukhaadaraadka). Waxa sidoo kale kamid ah nooca iyo heerka adeegyada. Waxa sidoo kale kamid ah tirada daawaynta. Waxaa sidoo kale kamid ah halka aad ka heleyso adeegyada iyo mudada ay soconayaan. Adeegyada caafimaad ahaan lagama maarmaanka ah waa inay:
  - noqdaan adeegyada, agabka iyo dawooyinka dhakhtarku qamao ee bixiyeyaasha kale ay badanaa dalbadaan.
  - kaa caawin inaad si fiican u fiicnaato ama aad u joogtid sida aad tahay.
  - Caawinta joojinta xaaladaada inay ka sii darto.
  - caawin ka hortagga iyo helida dhibaatooyin caafimaad.
- Xubnaha cusub qorshuhu waa in uu bixiyaa ugu yaraan 90-maalmood oo kala-guur ah, wakhtigaas oo laga yaabo in qorshaha cusub ee Medicare Advantage aanu u baahnayn ogolaansho hore ee koorsada daawaynta ee socota, xitaa haddii koorsada daaweyntu ay ahayd mid loogu talagalay adeeg uu bilaaway adeeg-bixiye ka baxsan shabakada.
- Waxaad daryeelkaaga ka heleysaa adeeg-bixiye ku jira shabakadda. Adeeg-bixiye ku jira shabakadu waa adeeg-bixiye nala shaqeeya. Inta badan, daryeelka aad ka hesho adeeg-bixiye ka baxsan shabakada ma dabooli doono marka laga reebo haddii ay tahay xaalad degdeg ah ama daryeelka degdega ah ama marka laga reebo haddii qorshahaaga ama adeeg-bixiyaha ku jira shabakadu ay ku siiyaan gudbin. **Cutubka 3** ee *Member Handbook* waxaa ku jira macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan isticmaalka shabakadaha iyo adeeg-bixiyeyaasha shabakadaha ka baxsan.
- UCare ama hay'adda ansixinta ee la magacaabay waxay sii wadi kartaa oggolaanshaha hore loogu ansixiyay adeeg-bixiye ka baxsan shabakadda 120 ka maalmood ee ugu horreeya.
- Haddii bixiyaha aad doomaatay aanu ku jirin shabakadayada Qorshaha, waa inaad doorataa adeeg-bixiye kale oo shabakada ku jira oo bixiya qorshaha. Waxaa laga yaabaa inaad sii wadato isticmaalka adeegyada bixiyaha aan hadda ka tirsanayn shabakadayada Qorshaha ilaa 120 maalmood sababaha soo socda awgood:
  - Xaalad halis ah
  - Xanuun maskaxeed ama jidheed oo aad u daran.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

- Laxaad la'aan jidh ama maskaxeed taas oo lagu sheegey awood la'aan la shaqayn mid ama wax ka badan hawlaha nolosha ee waayn. Tani waxay khusaysaa laxaad la'aanta jirta muddo ka badan ama la filanayo inay jirto ugu yaraan hal sano, ama ay u badan tahay inay keento dhimasho.
- Laxaad la'aanta ama xanuunada mudada dheer oo ku jira wakhtiga xaalada adag.
- Haddii adeeg-bixiyahaaga caafimaadka u qalma uu caddeeyo inaad haysato cimri la filayo oo ah 180 maalmood ama ka yar, waxa laga yaabaa inaad sii wadato isticmaalka adeegyada noloshaada inta ka hartay adeeg bixiyaha aan ka mid ahayn shabakadayada.
- Waxaanu daboolnaa adeegyada qaarkood ee ku qoran Jaantuska Gunnooyinka oo keliya haddii dhakhtarkaaga ama adeeg-bixiyayaasha shabakad kale ay helaan oggolaansho marka hore. Tan waxa loo yaqaan oggolaanshaha hore (PA). Waxaan adeegyada caymiska ku calaamadeyneynaa jaantuska gunnooyinka ee u baahan PA calaamad (\*). Intaa waxaa dheer, waa inaad PA u heshaa adeegyadan soo socda ee aan ku qornayn Jaantuska Gunnooyinka: adeegyada baxnaaninta bukaan-jiifka, qalliinka laf-dhabarta, kicinta korriinka lafaha, kiciya xudunta laf-dhabarta, iyo baaritaanka hidda-sidaha (tusaale ahaan, baadhista kansarka ama baadhitaanka lagu saadaalinayo cudur wadnaha ah). Haddii aan bixino oggolaanshaha codsiga PA ee koorsada daaweynta, oggolaanshaha waa inuu ahaadaa mid ansax ah ilaa iyo inta ay macquul tahay caafimaad ahaan ahna mid lagama maarmaanka u ah si looga fogaado carqaladeynta daryeelka ku saleysan shuruudaha caymiska, taariikhdaada caafimaad, iyo talooyinka bixiyaha daawaynta.

### **Macluumaadka Dheefaha Muhiimka ah ee Xubnaha Xaalado Joogto ah qaarkood.**

- Haddii aad leedahay xaaladaha soo socda ee dabadheeraada oo aad ka soo baxdo shuruudaha caafimaadka qaarkood, waxa laga yaabaa inaad u qalanto dheefaha dheeraadka ah:
  - Dhiig kar
  - Cudurka dufanka daba dheeraatay
  - Xanuun joogto ah
  - Cudurka Sonkorowga
  - Cudurka wadnaha iyo xididdada dhiigga
  - Dhibaataada Istimalka Maandooriyaha
  - Daciifnimada wadnaha
- Tixraac Caawinta Xaaladaha Joogtada ah qaarkood ee Jaantuska Gunnooyinka si aad u hesho wixii macluumaad dheeraad ah.
- Fadlan nagala soo xiriir wixii macluumaad dheeraad ah



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Dhammaan adeegyada ka hortagga waa bilaash. Waxaad ka heli doontaa tufaaxan 🍏 ee ku xiga adeegyada ka hortagga ee Jaantuska Dheefaha. Waxaad ka heli doontaa calaamad (\*) ku xigta adeegyada u baahan oggolaansho hore.

### Barnaamijka Ka Faa'iidaystaha Xaddidan

- Barnaamijka Qaataha Xaddidan waxaa loogu talagalay xubnaha si xun u isticmaalay adeegyada caafimaadka. Tan waxa ku jira helida adeegyada caafimaad ee aanay xubnuhu u baahnayn, u isticmaalida qaab kharash ka badan sidii ay ahayd, ama u isticmaali kara hab khatar ku ah caafimaadka xubinta. UCare waxay ogeysiin doontaa xubnaha haddii lagu meeleyo barnaamijka qaataha xaddidan.
- Haddii aad ku jirto Barnaamijka Qaataha Xaddidan, waa inaad ka heshaa adeeg caafimaad hal bixiye daryeel aasaasiga ah ee loo qoondeeyay, hal rug caafimaad, hal isbitaal oo uu isticmaalo bixiyaha daryeelka aasaasiga ah, iyo hal farmashi. UCare waxaa laga yaabaa inaad magacowdo daryeel bixiyeyaasha kale ee daryeelka caafimaadka. Waxa kale oo laga yaabaa in lagugu meeleyo wakaalada caafimaadka guriga. Laguuma oggolaan doono inaad isticmaasho doomaashada kaalmada daryeelka shakhsi ahaaneed ama ikhtiyaarka isticmaalka dabacsan, ama adeegyada macaamiisha haga. Ma awoodi doontid in aad isticmaasho moodhelka miisaaniyadda Adeegyada iyo Taageerooyinka Koowaad ee Bulshada (Community First Services and Supports, CFSS).
- Waxa lagugu xaddidi doonaa daryeel bixiyeyaashan loo qoondeeyay daryeelka caafimaadka ugu yaraan 24 bilood ee u qalmida Barnaamijyada Daryeelka Caafimaadka Minnesota (MHCP). Dhammaan u fudbitaanada khabiiradawaa inay ka yimaadaan daryeel bixiyaha caafimaadkaaga, oo ay helaan Barnaamijka Ka Faa'iidaystaha Xaddidan ee UCare Ka faa'iidaystayaasha xaddidan waxaa laga yaabaa in aysan jeebkooda ka bixin si ay u isticmaalaan daryeel bixiye aan la magacaabin kaas oo la mid ah bixiyaha mid ka mid ah bixiyayaasha loo qoondeeyay.
- Meelaynta barnaamijka way kula jiri doontaa haddii aad beddesho qorshayaasha caafimaadka. Ku meelaynta barnaamijka sidoo kale way kula jiri doontaa haddii aad u beddesho adeegga ujrada-bixinta ee MHCP. Ma lumin doontid u-qalmitaanka MHCP sababtoo ah meelaynta barnaamijka.
- Dhamaadka 24 bilood, isticmaalkaaga adeegyada daryeelka caafimaadka dib ayaa loo eegi doonaa. Haddii aad weli si xun u isticmaashay adeegyada caafimaadka, waxaa lagu meelayn doonaa barnaamijka 36 bilood oo dheeraad ah oo aad xaq u leedahay.
- Waxaad xaq u leedahay inaad rafcaan ka qaadato meelaynta Barnaamijka Qaataha Xaddidan. Waa inaad ku xeraysataa racfaan 60 maalmood gudahooda laga bilaabo taariikhda ogeysiiska nagaga timid. Waa inaad rafcaan ku qaadato 30 maalmood gudahood si aad uga hortagto xaddidaadda in la fuliyo inta lagu jiro racfaankaaga. Waxaad codsan kartaa Racfaan Goboleed (Dhagaysi Cadaalad ah oo lala yeesho Gobolka) ka dib markii uu helo go'aankayaga ah in aanu go'aansanay in aanu dhaqan galino xaddidaadda. Tixraac **Cutubka 9**, Qaybta F3 ee *Member Handbook*, si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan xaq aad u leedahay inaad racfaan



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

qaadato.


- Barnaamijka Qaataha Xaddidan ma khuseeyo adeegyada uu daboolo Medicare. Haddii aad isticmaasho dawooyinka opioid-ka ee aad ka hesho dhakhaatiir ama farmasiyo dhowr ah, waxa laga yaabaa inaan la hadalno dhakhaatiirtaada si aan u hubinno isticmaalkaaga inuu yahay mid haboon oo caafimaad ahaan lagama maarmaan u ah. La shaqeynta dhakhaatiirtaada, haddii aan go'aansanno isticmaalkaaga daawada xashiishka ama daawooyinka dhimirka aysan badqabka lahayn, waxaa laga yaabaa inaan xaddidno sida aad u heli karto daawooyinkaas. Tixraac **Cutubka 5**, Qaybta G3 ee *Member Handbook* wixii macluumaad dheeraad ah.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**



## D. Shaxda Faa'iidooyinka Qorshahayaga

Adegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p> <b>Baaritaanka bararka halbawlaha qaar dambaha</b></p> <p>Waxaanu baadhista ultrasound-ka ee hal mar ah siin doonaa dadka khatarta ugu jira. Qorshuhu waxa uu daboolayaa kaliya baadhista haddii aad leedahay arrimo halis ah iyo haddii aad tixraac ka hesho dhakhtarkaaga, kaaliyaha dhakhtarkaaga, dhakhtarka kalkaalisada, ama kalkaalisada takhasuska leh.</p> <p>Waxaa laga yaabaa inaan daboolno baaritaanno dheeri ah haddii caafimaad ahaan loo baahdo.</p>	\$0
<p><b>Irbad ku mudista</b></p> <p>Adegyada ku daaweynta cirbadaha waxa la daboolaa marka uu bixiyo irbad yaqaan rukhsad haysta ama dhakhtar kale oo Minnesota oo rukhsad haysta oo leh tababbarka irbad ku mudista iyo aqoonsiga.</p> <p>Waxaan bixin doonaa ilaa 12 booqashooyinka toobinta maqaarka ah 90 maalmood gudahooda haddii aad qabto xanuunka dhabarka hoose ee joogtada ah, oo lagu qeexay sida:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• soconaysa 12 toddobaad ama ka badan;</li> <li>• aan gaar ahayn (aan lahayn sabab nidaamsan oo la aqoonsan karo, sida aan lala xiriirin cudurka dheef-shiid kiimikaadka, bararka, ama caabuqa);</li> <li>• aan la xiriirin qalliin; <b>and</b></li> <li>• aan la xiriirin uurka.</li> </ul> <p>Intaa waxaa dheer, waxaan bixinaa siddeed kalfadhi oo dheeraad ah oo toobinta maqaarka ah oo loogu talagalay xanuunka dhabarka hooseeya ee daba-dheeraada haddii aad muujiso horumar. Waxaa laga yaabaa inaad helin wax ka badan 20 daawaynta duritaanka maqaarka ee xanuunka dhabarka hooseeya ee daba-dheeraada sannad kasta.</p> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	\$0




**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Daaweynta duritaanka maqaarka (sii socda)</b></p> <p>Daaweynta cirbadaha waa in la joojiyaa haddii aadan raysan ama haddii aad ka sii dari weydo.</p> <p>Intaa waxaa dheer, qorshuhu wuxuu bixin doonaa ilaa 20 unug oo adeegyada acupuncture sanadkiiba iyada oo aan oggolaansho laga helin kuwa soo socda. Weydiiso oggolaansho hamae haddii qeybo dheeraad ah loo baahan yahay.</p> <p>Adeegyada duritaanka maqaarka waxaa lagu daboolaa kuwa soo socda:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• xanuun ba'an iyo mid joogto ah</li> <li>• niyad jab</li> <li>• walaac</li> <li>• xaruunka 'schizophrenia'</li> <li>• calaamada walbahaarka ka dambeeya waxyeelada</li> <li>• hurdo la'aan</li> <li>• joojinta sigaarka</li> <li>• lugaha aan nasan karin</li> <li>• xanuunka caadada</li> <li>• afka oo qalala (afka qalalan) ee la xidhiidha kuwan soo socda:       <ul style="list-style-type: none"> <li>– Cudurka idhaha iyo afka oo qala</li> <li>– ku daawaynta shucaaca</li> </ul> </li> <li>• lalabbo iyo matag la xiriira waxyaabaha soo socda:       <ul style="list-style-type: none"> <li>– nidaamyada qaliinka ka dib</li> <li>– uurka</li> <li>– daryeelka kansarka</li> </ul> </li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<b>Daaweynta duritaanka maqaarka (sii socda)</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Waxaan sidoo kale bixinaa gunnooyinka toobinta maqaarka ee dheeraadka ah sanadkiiba adeegyo dheeraad ah oo ka baxsan waxa kor ku qoran ama aan daboolin Medical Assistance. Xaddidaayo caymis oo dheeraad ah ayaa laga yaabaa inay khuseeyaan. kuwan waxaa kamida: <ul style="list-style-type: none"> <li>– Illaa 12 booqashooyin dheeraad ah oo toobinta maqaarka ah sanadkiiba xanuunka dhabarka hoose ee <u>ba'an</u>. Xanuunka dhabarka hoose ee ba'an waa xanuun si lama filaan ah u yimaada, waa muddo gaaban (wuxuu socdaa dhowr maalmood ilaa dhowr toddobaad) ka dibna taga.</li> </ul> </li> </ul>	\$0
 <b>Baaritaanka iyo la-talinta si xun u isticmaalka khamriga</b>	
<p>Waxaanu bixin doonaa kharashka hal baadhis oo si xun u isticmaalka alkoholka ee dadka waaweyn ee si xun u isticmaala aalkolada balse aan khamriga ku xirnayn. Dadkaas waxaa ku jira haweenka uurka leh.</p> <p>Haddii aad si xun u isticmaasho khamriga, waxaad heli kartaa ilaa afar kulan oo kooban, fool ka fool ah oo la-talin ah sannad kasta (haddii aad awooddo oo aad ka digtoonaato inta lagu jiro la-talinta) bixiyaha daryeelka aasaasiga ah ee u qalma (PCP) ama xirfadle ku jira daryeelka aasaasiga ah (tixraac qaybta “Adeegyada cilladda isticmaalka maandooriyaha bukaan-socodka” ee jaantuskan si aad u hesho gunnooyinka dheeraad ah oo la daboolay).</p>	\$0
<b>Adeegyada Ambalaaska</b>	
<p>Adeegyada ambalaaska ee daboolan, hadday tahay xaalad degdeg ah ama xaalad aan degdeg ahayn waxaa ka mid ah dhulka iyo hawada (diyaarad iyo helikobtar), iyo adeegyada ambalaasta. Ambalaasta ayaa ku geyn doonta meesha kuugu dhow oo ku siin karta daryeel.</p>	\$0
<b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b>	





**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Adeegyada Gaariga gurmada caafimaadka (sii socda)</b></p> <p>Xaaladdaadu waa inay noqotaa mid halis ah oo ku filan siyaabaha kale ee aad ku tagi karto meel daryeel ay khatar gelin karaan caafimaadkaaga ama noloshaada.</p> <p>Adeegyada ambalaasta ee kiisaska kale (aan degdeg ahayn) waa in aan ansixino anaga. Kiisaska aan ahayn xaalad degdeg ah, waxa laga yaabaa in aanu bixino khrashaadka ambalaasta. Xaaladaadu waa inay noqotaa mid halis ah oo hadii lagu gayn waayo meel daryeel ay khatar gelin karaan noloshaada ama caafimaadkaaga.</p>	
<p> <b>Booqashada ladnaanta sannadlaha ah</b></p> <p>Waxaad heli kartaa baaritaan sanadle ah. Tani waa in la sameeyo ama la cusboonaysiiyo qorshe ka hortag ah oo ku salaysan qodobbada khatartaada hadda ah. Waxaan bixinaa midaan hal mar 12 biloodba.</p> <p><b>Fiiro gaar ah:</b> Booqashadaada badqabka ee ugu horeysa ma dhici karto 12 bilood gudahooda ee Xilliga <b>Ku Soo Dhowaanshahaaga</b> Medicare. Si kastaba ha ahaatee, uma baahnid in lagugu <b>soo dhaweeyo booqashada Medicare</b> si aad u hesho booqashooyinka badqabka ee sanadlaha ah ka dib markaad qaadatay Part B 12 bilood.</p>	\$0
<p> <b>Cabirka culayska lafta</b></p> <p>Waxaan habraacyada qaarkood siinaa xubnaha u qalma (sida caadiga ah, qof halis ugu jira inuu lumiyo cufnaanta lafaha ama khatarta ah lafo-beelka). Nidaamyadani waxay tilmaamayaan cufnaanta lafaha, waxay ogaadaan lafo lumis, ama waxay ogaadaan tayada lafaha.</p> <p>Waxaan bixinaa adeegyada hal mar 24 bilood ama in ka badan haddii caafimaad ahaan loo baahdo. Waxa kale oo aanu bixinaa dhakhtarka si uu u eego ugana faalloodo natiijada.</p>	\$0




**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p> <b>Baaritaanka kansarka naasaha (mammograms)</b></p> <p>Waxaan bixinaa adeegyada soo socda:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• hal raajo/baaritaan oo aasaasiga ah inta u dhexeysa da'da 35 iyo 39</li> <li>• hal raajo/baaritaan oo naasaha ah 12-kii biloodba mar ee dumarka da'doodu tahay 40 iyo wixii ka weyn</li> <li>• baadhitaannada naaska hal mar 24 biloodba mar</li> </ul>	\$0
<p><b>Adeegyada baxnaaninta wadnaha (wadnaha).</b></p> <p>Waxaan bixinaa adeegyada baxnaaninta wadnaha sida jimicsiga, waxbarashada, iyo la-talinta. Xubnuhu waa inay buuxiyaan shuruudaha qaarkood oo ay haystaan amar dhakhtar.</p> <p>Waxaan sidoo kale daboolnaa barnaamijyada baxnaaninta wadnaha ee degdega ah, kuwaas oo aad uga daran barnaamijyada baxnaaninta wadnaha.</p>	\$0
<p> <b>Booqashada khatar dhimista cudurada wadnaha iyo xididada (wadnaha) (daaweynta cudurada wadnaha)</b></p> <p>Waxaan bixinaa hal booqasho sannadkii, ama ka badan haddii caafimaad ahaan loo baahdo, oo lagu aadayo daryeel bixiyahaaga aasaasiga ah (PCP) si uu kaaga caawiyo hoos u dhigida khatarta cudurrada wadnaha. Inta lagu jiro booqashada ama booqashooyinka, dhakhtarkaagu waxa laga yaabaa inuu:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• kala hadal isticmaalka aspirin,</li> <li>• hubiyo cadaadiska dhiiggaaga, <b>iyoma</b></li> <li>• Ku siiyo talooyin si aad u hubiso inaad si fiican wax u cunayso.</li> </ul>	\$0



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p> <b>Baaritaanka cudurada wadnaha iyo xididada (wadnaha).</b></p> <p>Waxaan bixinaa kharashka baaritaanka dhiigga si aan u eegno cudurada wadnaha hal mar shantii sano (60 bilood). Tijaabooyinkan dhiigga waxay sidoo kale eegaan cilladaha ay sabab u tahay khatarta sare ee cudurrada wadnaha.</p>	\$0
<p><b>Iskuduwidda daryeelka</b></p> <p>Waxaa lagu magacaabaa isku duwaha daryeelka oo kaa caawin kara inuu kugu xidho adeegyada iyo ilaha aad u baahan tahay si aad u heshod aryeelka ugu wanaagsan ee suuragalka ah. Isku duwayaasha daryeelku sidoo kale waxay kaa caawin karaan inaad barato wax badan oo ku saabsan caafimaadkaaga, xaalad kasta oo caafimaad oo aad qabto oo waxay kaa caawin karaan inaad raacdo qorshahaaga taageerada. Isku-duwayaasha daryeelka iyo shaqaalaha Adeegga Macmiilka ee UCare Connect + Medicare ayaa diyaar u ah inay ka jawaabaan su'aalaha ku saabsan UCare Connect + Medicare iyo barnaamijka SNBC.</p> <p>Kooxda isku-duwidda daryeelkaaga ayaa kula soo xiriiri doona si ay u bixiyaan qiimayn khatar caafimaad si loo go'aamiyo baahiyaha isuduwidda daryeelka.</p> <p>Isku duwida daryeelka had iyo jeer adiga waa lagu heli karaa. Waxaad joojin kartaa isticmaalka adeegan wakhti kasta adiga oo u sheegaya iskuduwaha daryeelkaaga ama la xiriir UCare Connect + Medicare. Haddii aad rabto inaad bedesho iskuduwaha daryeelkaaga, wac Adeegga Macmiilka lambarka ku yaal bogga hoose.</p> <p>Adeegyada la daboolay:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Qiimaynta in la aqoonsado isku duwaha daryeelku waxay kaa caawin kartaa adiga daryeelka caafimaadka, guriyaynta, amniga cuntadda iyo baahiyaha kale.</li> <li>• Caawimad ku aadan ballansashada, isku dubaridka, iyo helitaanka qiimaynta ama baaritaanada iyo adeegyada daryeelka caafimaadka sida ilkaha,</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	\$0




**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Iskuduwidda daryeelka (waa socotaa)</b></p> <p>caafimaadka habdhaqanka, baxnaaninta, iyo daryeelka aasaasiga ah</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Samaynta iyo cusboonaysiinta qorshahaaga taageerada, ku salaysan baahiyaha goonida ah iyo la shaqaynta dadka aad doorato.</li> <li>• Marka la helo ogolaanshiyahaaga, care coordinators (iskuduwayaasha daryeelka) UCare Connect + Medicare waxay la xiriiri karaan wakaaladaha iyo dadka kaa caawin kara daboolida baahiyahaaga</li> <li>• Kula shaqayn doonaa adiga iyo kuwa kale ee marka aad doorato inaad beddesho baahiyahaaga daryeelka caafimaadka ama cusbitaal dhigida</li> <li>• Kaa caawin doono helida ilaha aad uga baahan tahay gudaha bulshaddaada</li> <li>• Wada jir kaala shaqayn doontaa Adeegyada Guriga iyo Bulshadda Ku salaysan ka dhaafida maareeyayasha kiiska ama maareeyayaasha kale ee kiiska</li> <li>• Ka qaybqaadashadaada, care coordinators (iskuduwayaasha daryeelka) UCare Connect + Medicare waxay sidoo kale sameeyaan kuwan soo socda: <ul style="list-style-type: none"> <li>– Waxay kaa caawiyaan dejinta hadafyada caafimaadkaaga iyo fayo qabka oo kaala shaqeeyaan adiga inaad gaadho iyaga.</li> <li>– Kuula xidhiidhaan ama si joogto ah kuula kulmaan si ay uga hadlaan caafimaadkaaga iyo fayo qabka</li> <li>– Ku xasuusiyaan marka aad u baahan tahay adeegyada ka hortagga, baadhitaanada ama ballamaha qayb ka ah qorshahaaga taageerada</li> </ul> </li> </ul>	



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p> <b>Baaritaanka kansarka ilmo-galeenka iyo siilka</b></p> <p>Waxaan bixinaa adeegyada soo socda:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• loogu talagalay dhammaan haweenka: Baaritaannada Pap iyo miskaha hal mar 24 biloodba</li> <li>• Dumarka khatarta sare ugu jira kansarka ilmo-galeenka ama xubinta taranka haweenka: hal baaritaan oo Pap ah 12 biloodba mar</li> <li>• Haweenka marey baaritaanka Pap saddexdii sano ee la soo dhaafay oo da'da dhalmada ah: hal baaritaan oo lagu ogaado kansarka ilmo-mareenka 12 bilood kasta</li> </ul>	\$0
<p><b>Baaritaannada Caruurta iyo Dhallinta (C&amp;TC)</b></p> <p>Booqashooyinkan waxay muhiim u yihiin xaqijinta in carruurta, qaangaarka, iyo dhalinyaradu helaan adeegyada ka hortagga ah ee habboon, caafimaadka maskaxda, koboca iyo kuwa takhasuska ah.</p> <p>Iyaddoo ku xidhan da'da, booqashooyinkan waxaa ka mid ahaan kara:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• qiyaasaha korodhka</li> <li>• waxbarashada caafimaadka</li> <li>• taariikhda caafimaadka oo ay ku jirto nafaqeynta</li> <li>• baaritaanka Korriinka</li> <li>• baarista caafimaadka maskaxda ama shucuurta bulshada</li> <li>• baaritaanka jireed ee madax-ilaalugaha ah</li> <li>• tallaalo</li> <li>• baaritaannada shaybaarka</li> <li>• hubinta aragga</li> <li>• hubinta maqalka</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	\$0




**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**




Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Baarista Ilmaha iyo Dhallinta (C&amp;TC) (sii socota)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• caafimaadka hadalka, oo ay ku jiraan u marinta ‘fluumaide varnish’</li> </ul> <p>C&amp;TC waa barnaamij daryeel caafimaad oo ilmaha si wanaagsan loogu soo booqdo oo loogu talagalay xubnaha ka yar 21 sano.</p> <p>Booqasho kasta waxaa ku jiri kara wakhti qof-ka-qof ah oo lala yeesho bixiyaha daryeelka caafimaadka. Tani waxay qaangaarka iyo dhalinyerada siisaa fursad ay si gaar ah su’aalo u waydiiyaan oo ay u bartaan maaraynta caafimaadkooda.</p> <p>Xubnaha da’doodu ka yar tahay 21 jir waa inay la xiriiraan Kilinigooda Daryeelka Aasaasiga ah si ay u ballansadaan C&amp;TC booqashooyin caafimaad oo wanaagsan iyo ka hamatag ah.</p>	
<p><b>Adeegyada lafdhabarta*</b></p> <p>Waxaan bixinaa adeegyada soo socda: <span style="float: right;">\$0</span></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• hagaajinta lafdhabarta si loo toosiyo</li> <li>• hal qiimayn ama baaritaan sanad kasta</li> <li>• hagaajinta gacanta (habaynta) ee lafdhabarta si loo daaweeyo xubnaha lafdhabarta oo kala baxa - ilaa 24 daawaynood sanad kasta, oo ku xaddidan lix bishii. Daawaynta ka badan 24 sanad kasta ama lix bishiiba waxay u baahan yihiin ogolaansho hore.*</li> <li>• raajooyinka marka loo baahdo si loo taageero ogaanshaha subluxation ee lafdhabarta</li> </ul> <p><b>Fiiro gaar ah:</b> Qorshahayagu ma daboolayo hagaajinta kale, fiitamiinnada, sahayda caafimaadka, daawaynta, ama qalabka laga helo dhakhtarka daaweynta lafaha.</p> <p>Waxaan sidoo kale gunnooyinka dheeri ah oo daaweynta lafaha ah siinaa xubnaha qaba xanuunada muruqyada.</p> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	

**?** **Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Adeegyada lafdhabarta* (waa socdaa)</b></p> <p>Caymis waxa ku jira adeegyo dheeraad ah oo ka baxsan kuwa kor ku taxan ama aanay daboolin Medical Assistance. Xaddidaayo caymis oo dheeraad ah ayaa laga yaabaa inay khuseeyaan. kuwan waxaa kamida:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ilaa 12 booqashooyinka joogtada ah ee xanuunka lafaha iyo muruqyada sanadkiiba. Waxaa ku jira baaritaanno iyo daawaynta xag-jirnimada</li> </ul>	
<p> <b>Baaritaanka kansarka mindhicirka</b></p> <p>Waxaan bixinaa adeegyada soo socda: <span style="float: right;">\$0</span></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Baaritaanka caloosha/Colonoscopy ma laha xaddidaada ugu yar ama ugu badan da'da waxaana la daboolaa hal mar 120 bilood (10 sano) bukaanada aan khatarta sare lahayn, ama 48 bilood kadib marka baaritaanka hore oo dabacsan ee mindhicirka lagu sameeyo bukaanada aan khatarta sare ugu jirin kansarka mindhicirka, iyo hal mar 24 kasta oo loogu talagalay bukaanada khatarta sare leh ka dib baarista walamadka hore ama 'barium enema'</li> <li>• Baaritaanka dabacsan ee mindhicirka oo loogu talagalay bukaanada 45 sano iyo ka weyn. Hal mar 120 biloodba bukaanada aan halis sare ugu jirin ka dib marka bukaanku helo baarista walamadka. Hal mar 48 biloodba bukaanada khatarta sare leh ee ka imanaya baaritaanka dabacsan ee mindhicirka ee ugu dambeeyay.</li> <li>• Baadhitaannada dhiigga saxarada ee bukaanka 45 sano iyo ka weyn. Hal mar 12 biloodba.</li> <li>• DNA-ga Saxarada ee bukaanada 45 ilaa 85 da'da oo aan buuxin shuruudaha khatarta sare leh. Hal mar 3 sanaba.</li> <li>• Tijaabooyinka dhiigga-ku-salaysan ee loogu talagalay bukaannada 45 ilaa 85 da'doodu tahay oo aan buuxin shuruudaha khatarta sare leh. Hal mar 3 sanaba.</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p> <b>Baaritaanka kansarka mindhicirka (waa socotaa)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 'Barium Enema' oo ah beddelka baarista walamadka ee bukaanka khatarta sare leh iyo 24 bilood laga soo bilaabo baadhistii ugu dambaysay ee 'barium enema' ama baarista walamadka ee u dambaysay.</li> <li>• 'Barium Enema' sida beddelka baaritaanka dabacsan ee mindhicirka ee loogu talagalay bukaannada aan khatarta sare ugu jirin iyo 45 sano ama ka weyn. Hal mar ugu yaraan 48 bilood ka dib baadhistii ugu dambaysay ee 'barium enema' ama baaritaanka dabacsan ee mindhicirka.</li> </ul> <p>Baaritaannada kansarka mindhicirka waxaa ka mid ah baarista walamadka ee dabagalka ah ka dib marka Medicare uu daboolo Baaritaanka kansarka mindhicirka ee saxarada ku salaysan ee aan fiicneyn ayaa soo celisa natiijo wanaagsan.</p>	
<p><b>Adeegyada ilkaha</b></p> <p>Adeegyada ilkaha qaarkood, oo ay ku jiraan nadiifinta, buuxinta, iyo ilko-gashiga, ayaa laga heli karaa Barnaamijka Kaalmada Caafimaadka ee Ilkaha.</p> <p>Adeegyada la daboolay:</p> <p>Adeegyada baaritaanka:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• baaritaan dhamaystiran (shantii sano ee kasta) (lama samayn karo isla taariikhda ka qiimaynta xilliyeed ama qiimayn xaddidan ahaan)</li> <li>• baaritaan wakhtiyeed hal mar ah sanadkii (lama samayn karo isla taariikhda ka qiimayn xadidan ama dhamaystiran ahaan)</li> <li>• baaritaanada xaddidan (dhibaatooyinka diiradda saaraya) (hal mar maalintii) (lama samayn karo isla taariikhda la mid ah qiimayn xilliyeedka ama qiimayn afka ah ama</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	<p>\$0</p>



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Adeegyada ilkaha (sii socda)</b></p> <p>adeega nadiifinta ilkaha oo dhamaystiran)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• qiimayn afka ah oo faahfaahsan (lama samayn karo isla taariikhda afka unugyada buuxa laga soo saaray)</li> <li>• qiimaynta qaabka ilkaha (lama samayn karo isla taariikhda afka unugyada buuxa laga soo saaray)</li> <li>• daryeelka ilkaha ee casriga ah ee adeegyada ogaanshaha cillada</li> <li>• adeegyada sawir-qaadista, oo ku xaddidan: <ul style="list-style-type: none"> <li>– Sawirida ilkaha (sanadkii hal mar)</li> <li>– hal raajo si loo ogaado dhibaatooyinka (afar taariikhda adeegga kasta)</li> <li>– muuqaalka dhinacyada badan (Shantii sanaba hal mar iyo sida caafimaad ahaan loogu baahdo; Labadii sanoba mar xaaladaha xaddidan; ama leh tas-hiilaad bukaan-socod la qorsheeyay ama xarunta qalliinka ee wareegta ee bilaashka ah (ASC))</li> <li>– raajo afka oo dhamaystiran (hal mar muddo shan sano ah)</li> </ul> </li> </ul> <p>Adeegyada ka hortagga:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• nadiifinta ilkaha oo (ku xaddidan laba jeer sannadkii; ilaa ilaa afar jeer sannadkii haddii caafimaad ahaan loo baahdo)</li> <li>• fluoride varnish (hal mar lixdii biloodba mar) (lama samayn karo isla taariikhda daawaynta degdega ah ee adeega xanuunka ilkaha)</li> <li>• shaabadeynta loogu talagalay carruurta ka yar da'ada 21 (shantii sanaba hal gaws oo joogto ah)</li> <li>• dawaynta ciridka (halkii mar hal ilig 6 biloodba)</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Adeegyada ilkaha (sii socda)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• tilmaamaha nadaafadda afka</li> </ul> <p>Adeegyada soo celinta:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• buuxinta waxay ku xaddidan tahay hal mar 90-kii maalmood ilig kasta</li> <li>• buuxinta xanun yaraynta ah si loo yareeyo xanuunka (lama samayn karo isla taariikhda daawaynta degdega ah ee adeega xanuunka ilkaha)</li> <li>• jirida iliga ee kali ah (waa in laga sameeyaa bir laysu keenay oo aan daxalaysan ama walxaha lagu badalo ilkaha qurmay)</li> </ul> <p>Daaweynta cudurada gudaha ilkaha (kanaalada xididdada ilkaha) (halmar ilig kasta nolasha oo dhan)</p> <p>Qalniinka Afka</p> <p>Daaweynta qaab la'aanta ilkaha (kaliya marka caafimaad ahaan lagama maarmaanka u tahay xaaladaha aadka u xaddidan)(marka la helo Ogolaansho Hore)</p> <p>Daaweynta unugyada ku hareeraysan ilkaha:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• saarida guud ee huurada iyo daxalka ilkaha (ka saarida unugyada waxyeelobay ee afka oo dhan) (shantii sanaba hal mar) (lama samayn karo isla taariikhda adeegga nadiifinta ilkaha, baaritaanka dhamaystiran, qiimaynta afka ama xilliga adeega qiimaynta)</li> <li>• xoqin iyo xidid goynta (lama samayn karo isla maalinta nadiifinta ilkaha ama nadiifinta afka ee dhamaystiran) (hal mar labadii sanaba mar afartiiba)</li> <li>• Habraaca/qalliinka dabagalka ah (nadiifinta ilkaha) (saddex bilood oo kasta/91 maalmood ilaa labba sano) (ilaa jadwalka sanadkiib ka dib dhammaystirka ka jarida lakabyada guudka iliga iyo soo saarida jirada iliga)</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Adeegyada ilkaha (sii socda)</b></p> <p>Samaynta ilko macmal ah:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• qalabyada la saari karo (waxyabaha ilkaha lagu xajiyo iyo qaybaha kale) (hal qalab saddexdii sanaba mar ee ilko kasta)</li> <li>• hagaajinta, wax ka beddelka, dib-u-habaynta, dayactirka, iyo dib-u-dhigista qalabyada la saari karo (ilig-hayaha iyo qaybaha kale), (dayactirka ilkaha maqan ama jabay waxay ku xaddidan yihiin shan ilig 180-kii maalmoodba)</li> <li>• bedelida qalabyada ilkaha lagu xajiyo ee lumay, la xaday, ama waxyeelobay oo aan la hagaajin karin xaaladaha qaarkood</li> <li>• bedelida qalabyada ilkaha haddii qalabyada hadda jira aan wax-ka-bedel lagu samayn karin si loo daboolo baahida ilkaha</li> <li>• xadhkaha habaynta unogyada</li> <li>• lifaaqyada saxda ah iyo adeegyada</li> </ul> <p>Dheeraadka ah ee hagaajinta ilkaha</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• daawaynta degdega ah ee xanuunka ilkaha (hal mar maalintii)</li> <li>• suuxinta guud, suuxdin qotada dheer</li> <li>• xarunta daryeelka ee la kordhiyay/wacitaanka guriga ee goobaha hay'adaha qaarkood oo ay ku jiraan: xarumaha daryeelka, xarumaha kalkaalinta ee xirfada leh, guryaha daryeelka ee hoyga ah, Machadyada Cudurada Dhimirka (IMD), Xarumaha Daryeelka Dhexdhexaadka ah ee Dadka Naafada Koriinka Qaba (ICF/DDs), Guryaha Nasinta/Xannaanada, Xulashooyinka Daaweynta Dheeraadka ah ee Minnesota (METO), iyo sariiraha lulma (sariiraha kalkaalinta caafimaad ee yaala isbitaalka) (lama samayn karo isla taariikhda adeegga tilmaamaha nadaafadda afka)</li> <li>• maaraynta habdhaqanka marka loo baahdo si loo xaqiijiyo in adeega ilkaha ee la daboolay si sax ah oo badbaado leh loo fuliyay</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	





**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Adeegyada ilkaha (sii socda)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• daawooyin (kaliya marka caafimaad ahaan lagama maarmaanka u tahay xaaladaha aadka u xaddidan)</li> <li>• gaaska naytaras oksaydh (kaliya haddii adeega ilkaha ee la daboolay uu yahay mid aan loo samayn karin si badbaado leh gaaskaas la'aantiisa ama haddii kale uu u baahdo adeega in lagu sameeyo suuxinta guud ee isbitaal ama xarun qalliin)</li> <li>• hagaajinta qaniinyada afka (waxay ku xaddidan tahay hal mar maalintii)</li> <li>• Suuxinta Afka ama Daren Dilida IV (kaliya haddii adeega ilkaha ee la daboolay uu yahay mid aan loo samayn karin si badbaado leh gaaskaas la'aantiisa ama haddii kale uu u baahdo adeega in lagu sameeyo suuxinta guud ee isbitaal ama xarun qalliin)</li> </ul> <p><b>Fiiro gaar ah:</b></p> <p>Haddii aad doorato in aad gunnooyinka ilkaha ka hesho Xarunta Caafimaadka ee Dowliyan U-qalma (FQHC) ama rugta caafimaadka ilkaha ee ay dawladu maamusho, waxaad heli doontaa isla gunnooyinka aad xaqa u leedahay ee hoos yimaada Medical Assistance (Medicaid).</p> <p>Haddii aad ku cusub tahay qorshahayaga caafimaadka oo aad horeba u bilowday qorshaha daawaynta adeegga ilkaha, fadlan nala soo xiriir si aad u hesho iskuduwidda daryeelka.</p> <p>Haddii aad bilowdo adeegyada simitaanka ilkaha, uma baahnaan doonno dhamaystirka qorshaha daawaynta si aan lacag bixiyaha ugu bixinno adeegyada lagu helo.</p> <p>Waxaan bixinaa adeegyada daryeelka ilkaha qaarkood marka adeeggu uu yahay qayb muhiim ah oo ka mid ah daawaynta gaarka ah ee ka faa'iidaystaha xaaladdiisa caafimaad ee aasaasiga ah. Tusaalooyinka qaarkood waxaa ka mid ah dib-u-dhiska daanka kadib jab ama dhaawac soo gaaray, soo saarista iliga oo la sameeyo si loogu diyaariyo daaweynta</p> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	





**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Adeegyada ilkaha (sii socda)</b></p> <p>shucaaca ee kansarka ku lug leh daanka, ama baaritaan afka ah oo ka horreeya tallaalka kelyaha. oo ay ku jirto daanka, ama baaritaanka afka ayadoo loo gudbayo beerista kelida.</p> <p>Waxa kale oo aanu bixinaa gunnooyinka ilkeed oo dheeri ah sanadkiiba qaar ka mid ah adeegyada dheeraadka ah ee ka baxsan waxa kor ku taxan ama aanay daboolin Kaalmada Caafimaadka. Xaddidaayo caymis oo dheeraad ah ayaa laga yaabaa inay khuseeyaan. kuwan waxaa kamida:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Laba galaas oo lagu xirey madax bir ah oo sarreeya sannad kasta</li> <li>• Hal dayacdir oo madaxa ilkaha ah sanad kasta</li> <li>• Hal caday oo koronto ku shaqeeya saddexdii sanaba mar</li> <li>• Hal xirmo oo ah laba madax oo beddela cadayga korontada ku shaqeeya sannadkiiba</li> </ul>	<p>\$0</p>
<p> <b>Baaritaanka Niyadjabka</b></p> <p>Waxaan bixinaa hal baaritaan oo niyad jab sanad walba. Baaritaanku waa in lagu sameeyo goob daryeelka aasaasiga ah oo bixin karta daawaynta dabagalka iyo gudbinta.</p> <p>Waxaa laga yaabaa inaan daboolno baaritaanno dheeri ah haddii caafimaad ahaan loo baahdo.</p>	<p>\$0</p>
<p> <b>Baaritaanka Sokoroawga</b></p> <p>Waxaan bixinaa kharashka baaritaankan (oo ay ku jiraan baaritaanka gulukooska soonka) haddii aad leedahay mid ka mid ah arrimahan halista ah:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• caddaadiska dhigga oo sareeya (dhiigkar)</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	<p>\$0</p>


**?** **Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**



Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p> <b>Baaritaanka Sokorowga (sii socda)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• taariikhda kolestaroolka iyo heerarka ‘triglyceride’ aan caadiga ahayn (dyslipidemia)</li> <li>• cayilka</li> <li>• taariikhda sonkorta dhiiga oo sareysa (glucose)</li> </ul> <p>Baaritaanada waxaa laga yaabaa in lagu daboolo xaaladaha kale qaarkood, sida haddii aad miisaan culus tahay oo aad leedahay taariikh qoys oo sonkorow ah.</p> <p>Waxaa laga yaabaa in aad u qalanto ilaa labo baaritaan oo cudurka sokorowga ah 12 bilood ee kasta ayada oo la raacayo taariikhdiis ugu dambaysay ee baaritaanka cudurka sokorowga.</p> <p>Waxaa laga yaabaa inaan daboolno baaritaanno dheeri ah haddii caafimaad ahaan loo baahdo.</p>	
<p> <b>Tababarka is-maamulidda sonkorowga, adeegyada iyo saadka</b></p> <p>Waxaan adeegyada soo socda siinaa dhammaan dadka qaba cudurka macaanka (haddii ay isticmaalaan insulin ama haddii kale):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Alaabta lagula socdo gulukoosta dhiiggaaga, oo ay ku jiraan kuwan soo socda: <ul style="list-style-type: none"> <li>– kormeeraha gulukoosta dhiiga</li> <li>– istiribyada baaritaanka gulukooska dhiiga</li> <li>– qalabyada lancet-ka iyo lancet-yada laftooda</li> <li>– dareerayaasha xakamaynta gulukoosta ee lagu hubinayo saxnaanta aalada iyo kormeerida</li> </ul> </li> <li>• Dadka qaba cudurka sonkorowga ee qaba cudurka cagta ee sonkorowga daran, waxaan siinaa waxyaabaha soo socda:</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	\$0



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p> <b>Tababarka is-maamulidda sonkorowga, adeegyada iyo saadka (sii socda)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– hal kabo oo habaysan oo daweyn ah (ay ku jiraan kuwa la gashado), oo ay ku jiraan ku-habboonaanta, iyo laba kale oo dheeraad ah sannad kasta, <b>ama</b></li> <li>– hal kabo oo qoto dheer, oo ay ku jiraan ku habboonaanta, iyo saddex xabo oo la geliyo sannad kasta (kuma jiraan kuwa la gelin karo ee aan la beddeli karin ee lala bixiyo kabahaas)</li> <li>• Xaaladaha qaarkood waxaan bixinaa kharashka tababarka si aan kaaga caawino inaad maareyso cudurkaaga sonkorowga. Si aad wax badan u ogaato, la xiriir Adeegga Macaamiisha.</li> </ul>	
<p><b>Qalab caafimaad oo waara (DME) iyo sahayda la xidhiidha*</b></p> <p>Tixraac <b>Cutubka 12</b> ee <i>Member Handbook</i> si aad u qeexo “qalabka caafimaadka ee waara (DME).”</p> <p>Waxaan dabooli doonaa waxyaabaha soo socda:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• kuraasta curyaanka</li> <li>• biraha lugaha</li> <li>• nidaamyada joodariga ku shaqeeya</li> <li>• sahayda xanuunka cudurka sonkorowga (Si aad u aragto sahayda cudurka sonkorowga tixraac qaybta “tababarka, adeegyada, iyo sahayda iska maareynta cudurka macaanka” ee shaxda gunnooyinka.)</li> <li>• sariiraha isbitaalka oo uu dalbaday adeeg bixiyayaasha si loogu isticmaalo guriga</li> <li>• bambooyinka faleebada xididada (IV) iyo tiir</li> <li>• aaladaha hadalka dhaliya</li> <li>• qalabka ogsijiinta iyo saadka</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	<p>\$0</p>



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Qalab caafimaad oo waara (DME) iyo sahayda la xidhiidha* (sii socota)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• agabka neefsiga</li> <li>• qalabka socodka</li> <li>• gacan qalooca caadiga ah ama bakooraad afar gees ah iyo agabka beddelka</li> <li>• iidaashada afka ilmagaaleenka (albaabka dushiisa)</li> <li>• kicinta lafaha</li> <li>• qalabka daryeelka sifeynta kelyaha</li> </ul> <p>Waxaan daboolnaa waxyaabo dheeraad ah, oo ay ku jiraan:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• dayactirka qalabka caafimaadka</li> <li>• baytariyada qalabyada caafimaadka</li> <li>• qalabyada nadiifinta neefmareenka</li> <li>• qalabyada caafimaadka aad u baahan tahay si aad u daryeesho jirradaada, dhaawacaaga ama naafadaada</li> <li>• alaabta loogu talagalay kaadi ceshad la'aanta</li> <li>• alaabta nafaqada/mareenka marka shuruudo gaar ah la buuxiyo</li> <li>• Qalabyada qorsheynta qoyska (ka eeg qaybta “adeegyada qorsheynta qoyska” ee jaantuskan wixii macluumaad dheeraad ah)</li> <li>• aaladaha isgaarsiineed, oo ay ku jiraan kaniiniyada elektarooniga ah</li> <li>• qalabyada lagu ogaado qalalka</li> </ul> <p>Alaab kale ayaa laga yaabaa in caymiska uu daboolo</p> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Qalab caafimaad oo waara (DME) iyo sahayda la xidhiidha* (sii socota)</b></p> <p>Waxaan bixinaa dhammaan DME-da caafimaad ahaan lagama maarmaanka u ah ee Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka ay inta badan bixiyaan. Haddii alaab-qeybiyahayaga aaggaaga uusan wadan calaamad gaar ah ama sameeye, waxaad waydiin kartaa haddii ay si gaar ah kuugu dalbi karaan.</p>	
<p><b>Adeegyada Wax-ka-qabadka Koriinka iyo Habdhaqanka (EIDBI) *</b> (loogu talagalay xubnaha ka yar da'ada 21)</p> <p>Ujeedada dheefaha EIDBI waa in la bixiyo caafimaad ahaan lagama maarmaanka u ah, hamae iyo ka hamatagga degdega ah ee dadka qaba Cudurka Ootiisamka (ASD) iyo xaaladaha la xiriira. Qoysasku waxay wax badan ka baran EIDBI iyagoo qaadanay tababarka onlaynka ah ee <a href="#">EIDBI 101</a>.</p> <p>Qoysasku waxay wax badan ka baran karaan ootiisamka, siiba ilaha iyo taageerooyinka, iyagoo booqanaya Bogga Madasha Ootiisamka ee Minnesota (<a href="https://mn.gov/autism/">https://mn.gov/autism/</a>).</p> <p>Dheefaha waxaa sidoo kale loogu talagalay:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• In wax lagu baro, lagu tababar oo lagu taageero waalidiinta iyo qoysaska</li> <li>• Lagu hamamariyo madax-bannaanida dadka iyo ka qaybgalka qoyska, dugsiga iyo nolosha bulshadda</li> <li>• Lagu hamamariyo natiijooyinka mustaqbalka fog iyo tayada nolosha dadka iyo qoysaskooda.</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	\$0



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Adeegyada Farogelinta Koriinka iyo Habdhaqanka ee Hore (EIDBI)*</b> (loogu talagalay xubnaha ka yar da'da 21) <b>(sii socota)</b></p> <p>Adeegyada EIDBI waxaa bixiya daryeel bixiyeyaasha EIDBI ee ka diiwaan gashan kuwaas oo khibrad u leh hababka la ansixiyay oo ay ka mid yihiin:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Falanqaynta Habdhaqanka (ABA)</li> <li>• Horumarin, Isbedel Shaqsiyaded Moodhelka Xiriirka Ku Salaysan (DIR)/Floortime</li> <li>• Moodhelka Bilowga Hore ee Denver (ESDM)</li> <li>• Mashruuca PLAY</li> <li>• Wax-ka-qabadka Koboca Xiriirka (RDI)</li> <li>• Isdhexgalka Hore ee Bulshada (ESI).</li> </ul> <p><a href="https://www.dhs.state.mn.us/EIDBI-TreatmentModalities">https://www.dhs.state.mn.us/EIDBI-TreatmentModalities</a></p> <p>Adeegyada La Daboolay:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Qiimaynta Dhinacyada Badan ee Dhammaystiran (CMDE) taas oo loogu baahan yahay in go'aan laga gaadho u qalmida iyo baahida caafimaadka ee adeegyada EIDBI (<a href="https://www.dhs.state.mn.us/CMDE">https://www.dhs.state.mn.us/CMDE</a>).</li> <li>• Hormarinta Qorshaha Daaweynta Shakhsi Ahaaneed (ITP) (koowaad)</li> <li>• Hormarinta Qorshaha Daaweynta Shakhsi Ahaaneed (ITP) iyo Kamajoogteynta Hormarka (<a href="http://www.dhs.state.mn.us/ITP">www.dhs.state.mn.us/ITP</a>)</li> <li>• Farogelinta Tooska ah: Shakhsiyeed, kooxeed, iyo/ama xajmi sare (<a href="https://www.dhs.state.mn.us/EIDBI-DirectIntervention">https://www.dhs.state.mn.us/EIDBI-DirectIntervention</a>)</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Adeegyada Faragelinta Koriinka iyo Habdhaqanka ee Hore (EIDBI)*</b> (loogu talagalay xubnaha ka yar da'da 21) <b>(sii socota)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wax-ka-qabashada Kormeerida iyo Tilmaamida (<a href="http://www.dhs.state.mn.us/EIDBI-ObservationandDirection">www.dhs.state.mn.us/EIDBI-ObservationandDirection</a>)</li> <li>• Latalinta iyo Tababarka Qoyska/Daryeel-bixiyaha: Shaqsiyeed iyo/ama Kooxeed (<a href="http://www.dhs.state.mn.us/EIDBI-CaregiverTrainingandCounseling">www.dhs.state.mn.us/EIDBI-CaregiverTrainingandCounseling</a>)</li> <li>• Shirka Daryeelka La Iskuduway (<a href="https://www.dhs.state.mn.us/main/idcplg?IdcService=GET_DYNAMIC_CONVERSION&amp;RevisionSelectionMethod=LatestReleased&amp;dDocName=dhs16_195209">https://www.dhs.state.mn.us/main/idcplg?IdcService=GET_DYNAMIC_CONVERSION&amp;RevisionSelectionMethod=LatestReleased&amp;dDocName=dhs16_195209</a>)</li> <li>• Wakhtiga Safarka</li> </ul>	
<p><b>Daryeelka degdega ah</b></p> <p>Daryeelka degdega ah waxa loola jeedaa adeegyada ay yihiin:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• uu bixiyo adeeg-bixiye u tababaran inuu bixiyo adeegyada degdega ah, <b>Iyo</b></li> <li>• loo baahan yahay in lagu daweyo xaalad degdeg ah oo caafimaad.</li> </ul> <p>Xaalad degdeg ah oo caafimaad waa xaalad caafimaad oo leh xanuun daran ama dhaawac halis ah. Xaaladdu ay aad ayay halis u tahay, oo haddii aysan helin daryeel caafimaad oo degdeg ah, qof oo celcelis ahaan aqoonta caafimaadka iyo daawadu u leeyahay wuxuu filan karaa inay ka dhalan karto:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• khatar weyn oo ku aadan caafimaadkaaga ama caafimaadka ilmahaaga aan weli dhalan; <b>ama</b></li> <li>• khatarta wayn ku leh shaqada jiekaaga; <b>ama</b></li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	<p style="text-align: right;">\$0</p> <p>Haddii aad daryeel degdeg ah ka hesho cisbitaal ka baxsan shabakadda oo aad u baahan tahay daryeelka bukaan-jiif ka dib markii xaaladda degdegga ah la dejiyo, waa inaad ku noqotaa cisbitaal shabakadeed si daryeelkaagu u sii socdo. in lagu bixiyo. Waxaad joogi kartaa gudaha isbitaalka ka baxsan shabakadaada adigoo ka helaya daryeelkaaga bukaan-jiifka kaliya haddii qorshahayagu oggolaado joogitaankaaga.</p>

**?** **Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Daryeelka degdega ah (waa socotaa)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• cillad daran oo ka jirta xubin ama qayb ka mid ah jirka</li> <li>• Xaaladda haweeney uur leh oo fool ku jirta, marka: <ul style="list-style-type: none"> <li>– Ma jirto wakhti ku filan oo lagugu wareejin karo isbitaal kale ka hor dhalmada.</li> <li>– U wareejinta isbitaal kale waxay keeni kartaa khatar ku aadan caafimaadkaaga ama badbaadadaada ama tan ilmahaaga aan weli dhalan.</li> </ul> </li> </ul> <p>Caymiskan waxa kaliya oo laga heli karaa gudaha Maraykanka iyo dhulalkiisa.</p>	
<p><b>Booqashooyinka khadka tooska ah</b></p> <p>Waxaan daboolnaa booqashooyinka internetka- si ku habboon oo lagu helo ogaanshaha internetka iyo daaweynta xaaladaha yaryar lacag la'aan. Adeegyadan waxaa la heli karaa 24/7, ballan la'aan, iyada oo loo marayo virtuwel<sup>®</sup> oo laga helo <a href="http://virtuwel.com">virtuwel.com</a> iyo nidaamyada kale ee daryeelka shabakada UCare ee bixiya booqashooyinka khadka ah ee E-visits.</p> <p>Fadlan ka eeg cutubka 12 si aad u qeexo booqashada internet ahaaneed.</p>	<p>\$0</p>
<p><b>Adeegyada qorsheynta qoyska</b></p> <p>Sharcigu wuxuu kuu ogolaanayaa inaad doorato adeeg-bixiye kasta ha ahaado adeeg-bixiye ku jira shabakadda ama adeeg-bixiye shabakadda ka baxsan – si aad uga hesho adeegyada qorshaynta qoyska qaarkood. Kuwaas waxa loo yaqaan adeegyada gelitaanka furan. Taas macnaheedu waa dhakhtar kasta, rug kasta, isbitaal, farmashiye, ama xafiiska qorsheynta qoyska.</p> <p>Waxaan bixinaa adeegyada soo socda:</p> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	<p>\$0</p>


**?** **Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Adeegyada qorsheynta qoyska (sii socda)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• baaritaanka qorsheynta qoyska iyo daaweynta</li> <li>• shaybaarka qorsheynta qoyska iyo baaritaannada cudureed</li> <li>• hababka qorshaynta qoyska (IUC/IUD, qalliinada, irbado, kaniiniyada ilaalinta uurka, balastar, ama giraanta)</li> <li>• qalabyada qorsheynta qoyska oo leh warqad dhakhtar (kondom, isbuunyo, xumbo, filim, dhaayafaraam, dabool)</li> <li>• kala talinta iyo ogaanshaha dhalmo la'aanta iyo adeegyada la xiriira</li> <li>• la-talinta, baaritaanka iyo daawaynta cudurada galmada la isku qaadsiiyo (STIs)</li> <li>• kala-talinta iyo baaritaanka HIV iyo AIDS-ka, iyo xaaladaha kale ee la xiriira HIV</li> <li>• Ka-hortagga uur-qaadidda joogtada ah (Waa inaad jirtaa 21 ama ka weyn tahay si aad u doorato habkan qorsheynta qoyska. Waa inaad saxiixdaa foomka ogolaanshaha ee federaalka ugu yaraan 30 maalmood, laakiin aan ka badnayn 180 maalmood ka hor taariikhda qalliinka.)</li> <li>• kala talinta hidda-sidaha</li> </ul> <p>Waxaan sidoo kale bixinaa qaar ka mid ah adeegyada qorsheynta qoyska. Si kastaba ha ahaatee, waa inaad u isticmaashaa adeeg-bixiye ku jira shabakad si aad u hesho adeegyadan soo socda:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• daawaynta xaaladaha caafimaad ee dhalmo la'aanta (Adeeggan kuma jiraan habab macmal ah oo uur ku yeelan karo.)</li> <li>• daaweynta AIDS-ka iyo xaaladaha kale ee la xiriira HIV</li> <li>• baaritaanka hidda-sidaha</li> </ul>	



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**



Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p> <b>Barnaamijyada waxbarashada caafimaadka iyo faydaqabka</b></p> <p>UCare waxay u fidisaa xubnaha u qalma barnaamijyo si loo horumariyo caafimaadkaaga iyo ladnaantaada. Si aad wax badan u barato gal ama akoon ka samayso khadka <b>member.ucare.org</b>. Tag qaybta Health &amp; Wellness (Caafimaadka &amp; Fayo-qabka), kadibna Wellness, Rewards &amp; Allowance (Fayo-qabka, Gunnooyinka &amp; Baqshiishyada). Ama booqo <b>ucare.org/healthwellness</b>. Wac Adeegga Macmiilka ama la hadal isku-duwaha daryeelkaaga wixii faahfaahin dheeraad ah.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aalada La Socodka Dhaqdhaqaaqa sida fudud loo isticmaali karo oo lagu daray aaladda Nidaamka Ka jawaabida Degdegga ah ee Shakhsi ahaaneed (PERS). <ul style="list-style-type: none"> <li>– Adeeg bixinta 24/7 ee wicitaanka caawinta degdega ah si toos ah saacadda wakiil taageero</li> <li>– Ka caawinta inaad gaarto yoolalkaaga caafimaad tillaabooyinka iyo la socodka garaaca wadnaha</li> <li>– Ka shaqaynta meel kasta oo aad tagto - gudaha iyo dibadda gurigaaga oo leh GPS-ku-dhismay</li> <li>– Smartwatch waa aalad diyaar u ah in la isticmaalo isla marka laga soo bixiyo sanduuqa iyada oo aan loo baahnayn in la rakibo ama lagu xiriiriyo taleefanka gacanta ama Wi-Fi. Si aad wax badan uga ogaato oo aad u aragto inaad u qalanto, la xiriir care coordinator (iskuduwaha daryeelkaaga) SNBC.</li> </ul> </li> <li>• Qalabka Kormeerida Cadaadiska Dhiiga <ul style="list-style-type: none"> <li>– Loogu talagalay xubnaha qaba dhiigkar kuwaas oo durba isticmaala Aalada Kormeerka iyo Ka jawaabida Degdegga ah ee Shakhsi ahaaneed (PERS). Si aad wax badan uga ogaato oo aad u aragto inaad u qalanto, la xiriir care coordinator (iskuduwaha daryeelkaaga) SNBC.</li> </ul> </li> <li>• Gunnada Waxbarashadda Bulshadda <ul style="list-style-type: none"> <li>– Xubnaha waxay helaan \$100 sadexdii biloodba mar si ay ugu baxshaan casharada waxbarashada bulshada intooda badan ee wadanka oo dhan. Si aad u hesho</li> </ul> </li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	\$0



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

**Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo****Waxa ay tahay in aad bixiso****🍏 Barnaamijyada waxbarashada caafimaadka iyo fayoaqabka (oo socda)**


cashar, ka fiiri buug-yaraha waxbarashada bulshada ama la xiriir dugsiga degmada si aad u hesho wakhtiyada iyo goobaha casharka. Marka aad iska diiwaangelinayso cashar, isticmaal kaarkaaga Healthy Benefits+ Visa<sup>®</sup> marka aad lacagta u dhiibayso qof ahaan, adigoo isticmaalaya taleefan ama ka bixinaya khadka. Gunnada ayaa dhacaysa dhammaadka sadexdii bilood kasta ama kadib marka la joojiyo qorshaha. Kaarku ma shaqayn doono haddii aadan UCare xubin ka ahayn. UCare ayaan magdhowi doonin qarashaadka casharada kharashkooda la baxshay ayadoon aan la adeegsan kaarka Healthy Benefits+ Visa<sup>®</sup>.

- Si aad wax badan uga ogaato ama aad u hubiso haraaga kaarkaaga booqo [healthybenefitsplus.com/ucare](http://healthybenefitsplus.com/ucare) ama wac 1-833-862-8276 (wacitaanka waa bilaash); TTY 711 (wacitaanka waa bilaash). Lambarka taleefankani wuxuu sidoo kale ku yaal dhabarka dambe ee kaarka UCare Healthy Benefits+ Visa<sup>®</sup>.
- Abaalmarinta iyo Dhiirigelinta
  - Ku hel abaal-marinnada dhammaystirka baaritaanada ka-hortagga ah, baaritaanada caadiga ah ama tijaabooyinka. Lacagta abaalmarinta ah waxaa lasoo gelin doonaa kaarkaaga Healthy Benefits+ Visa<sup>®</sup>. Si aad u aragto u-qalmitaanka abaalmarinnada, soo gal akoonka xubinta onlaynka ah bogga **member.ucare.org**.
- Qiimo-dhimisyada Raashinka
  - Hel qiimo dhimista cuntooyinka caafimaadka sida caanaha, rootiga qamandiga ka samaysan, hilibka saafan, ukun, caanada yooghatka, mirooyinka, khudaarta, iyo in kale oo badan adigoo ka qaybqaadanaya barnaamijyada dukaamada raashiinka. Qiimo dhimisyada toddobaadlaha ah ayaa horay loogu sii shubay kaarkaaga UCare Healthy Benefits+ Visa<sup>®</sup>. Sida fudud iskaan gareey

**Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga**



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

**Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo****Waxa ay tahay in aad bixiso**** Barnaamijyada waxbarashada caafimaadka iyo faydaqabka (oo socda)**

Kaarka Healthy Benefits+ marka aad bixinayso kharashaadka si aad u hesho qiimo-dhimis.

- Si aad wax badan uga ogaato ama aad u hubiso haraaga kaarkaaga booqo [healthybenefitsplus.com/ucare](http://healthybenefitsplus.com/ucare) ama wac 1-833-862-8276 (wacitaanka waa bilaash); TTY 711 (wacitaanka waa bilaash). Lambarka taleefankani wuxuu sidoo kale ku yaal dhabarka dambe ee kaarka UCare Healthy Benefits+ Visa®.
- Xirmada Daryeelka Ilkaha ee Dadka Waaweyn iyo Xirmada Buufiska Ilkaha ee Dadka Waaweyn ee Ilkaha iyo Ciridka Caafimaadka qaba. U qalma hal qalab sannadkii. Si aad u dalbato xirmo, gal ama akoon xubinnimo ka samayso khadka **member.ucare.org**. Haddii aad qabto su'aalo, Adeega Macaamiisha ka wac lambarka ku qoran dhanka dambe ee kaarkaaga Aqoonsiga xubinta. Ama weydii care coordinator (iskuduwaha daryeelkaaga) Connect + Medicare ama maamulaha kiiska inuu kuu dalbado qalabka.
- Tuubbooyinka naasaha iyo agabyada si ay uga caawiyaan naas-nuujinta hooyooyinka cusub.
- Barashada badbaadada kursiga baabuurka ee bilaa kharashka ah oo laga heli karo UCare iyada oo loo marayo Barnaamijkeena Barashada Badbaadada Kuraasta, iyo Safarka (SEATS).
- Dhalmada, naasnuujinta iyo fasalada waxbarashada ee la xiriira uurka.
- Connect to Wellness Kit oo wata qalabka badqabka iyo faydaqabka si loo hamaumariyo samaqabka. U qalma hal qalab sannadkii. Si aad u dalbato xirmo, gal ama akoon xubinnimo ka samayso khadka **member.ucare.org**. Tag qaybta Health & Wellness (Caafimaadka & Faydaqabka), kadibna Wellness, Rewards & Allowance (Faydaqabka, Gunnooyinka & Baqshiishyada).

**Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga**



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

**Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo****Waxa ay tahay in aad bixiso****🍏 Barnaamijyada waxbarashada caafimaadka iyo faydaqabka (oo socda)**

- Qalabka Dawooyinka si uu kaaga caawiyo in qaadashada dawadaada ay noqoto mid fudud. U qalma hal qalab sannadkii. Si aad u dalbato xirmo, gal ama akoon xubinnimo ka samayso khadka **member.ucare.org**. Tag qaybta Health & Wellness (Caafimaadka & Fayo-qabka), kadibna Wellness, Rewards & Allowance (Fayo-qabka, Gunnooyinka & Baqshiishyada).
- Barnaamijka Maareynta Adeegyada Hooyada (MOMS) ee lagu taageerayo hooyooyinka uurka leh inay caafimaad qabaan xilliga uurka iyo ka dib.
- Gunno \$60 ee Daawooyinka Farmashiga Laga Soo Iibsan Karo ah (OTC) oo saddexdii biloodba mar lagu soo shubo kaarkaaga UCare Healthy Benefits+ Visa<sup>®</sup>. Gummada ayaa lagu iibsan karaa agabyada u qalma sida goojada qufaca, agabka gurmada degdega ah, xanuun baabi'yaasha, daawada sanboorka, daawada cadeyga iyo waxyaabo kale oo aad ka helayso tafaariiqleyda. Gunnada ayaa dhacaysa dhammaadka sadexdii bilood kasta ama kadib marka la joojiyo qorshaha. Kaarku ma shaqayn doono haddii aadan UCare xubin ka ahayn.
  - Si aad wax badan uga ogaato ama aad u hubiso haraaga kaarkaaga booqo [healthybenefitsplus.com/ucare](http://healthybenefitsplus.com/ucare) ama wac 1-833-862-8276 (wacitaanka waa bilaash); TTY 711 (wacitaanka waa bilaash). Lambarka taleefankani wuxuu sidoo kale ku yaal dhabarka dambe ee kaarka UCare Healthy Benefits+ Visa<sup>®</sup>.
- Gunnada Cunto Caafimaad Leh
  - Xubnaha laga helay xanuunka sonkorowga, dhiig karka, ama xanuunada dufanka leh waxay helayaan gunno \$75 ah bishiiiba mar ah waxayna ku helayaan kaarkooda UCare Healthy Benefits+ Visa<sup>®</sup>. Kaalmada waxaa loo isticmaali karaa in lagu gato cunto caafimaad leh oo la oggolaaday oo laga soo saaro dukaamada ka qaybqaata si fudud iyadoo la sawirayo kaadhka marka la hubinayo. Gunadu waxa ay dhacaysaa dhammaadka

**Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga**

**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

**Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo****Waxa ay tahay in aad bixiso****🍏 Barnaamijyada waxbarashada caafimaadka iyo fayoaqabka (oo socda)**

bil kasta ama kadib marka la joojiyo qorshaha. Kaarku ma shaqayn doono haddii aadan UCare xubin ka ahayn.

- Si aad wax badan uga ogaato ama aad u hubiso haraaga kaarkaaga booqo [healthybenefitsplus.com/ucare](http://healthybenefitsplus.com/ucare) ama wac 1-833-862-8276 (wacitaanka waa bilaash); TTY 711 (wacitaanka waa bilaash). Lambarka taleefankani wuxuu sidoo kale ku yaal dhabarka dambe ee kaarka UCare Healthy Benefits+ Visa®.
- Gudbinada helitaanka cuntada:
  - UCare waxay iskaashi la samaysaa Second Harvest Heartland si ay xubnaha ugu xiraan ilaha cuntada deegaanka. Xubnuhu way wici karaan ama iimayl u diri karaan si ay u helaan caawimaad ku saabsan codsashada gunnooyinka SNAP iyo/ama helidda ilaha cuntada ee deegaankooda oo ay ku jirto cuntada bilaashka ah, Fare for All, iyo qaar kaloo badan. Wixii macluumaad dheeraad ah, la xiriir Second Harvest Heartland adiga oo wacaya 651-401-1411, 1-866-844-FOOD (wacitaankan waa bilaash) ama iimayl u dir [SHHCareCenter@2harvest.org](mailto:SHHCareCenter@2harvest.org).
  - One Pass waa xal jirdhis oo dhamaystiran oo loogu talagalay jidhkaaga iyo maskaxdaada, oo lagu heli karo kharash dheeraad ah. Waxaad heli doontaa in ka badan 24,000 oo ah goobaha fayoaqabka ee dalka oo lagu daray:
    - Kumanaan fasallo jirdhis ah oo la dalban karo iyo kuwo onlayn ah
    - Dhisayaasha jimicsiga si ay u abuuraan jimicsigaaga oo ay kuugu dhex maraan jimicsi kasta

**Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga**



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

**Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo****Waxa ay tahay in aad bixiso****🍏 Barnaamijyada waxbarashada caafimaadka iyo fayoaqabka (oo socda)**

- Xirmooyinka Jimicsiga Guriga diyaar u ah xubnaha aan jidh ahaan awoodin inay soo booqdaan ama degan ugu yaraan 15 mayl ka baxsan goobta taam ee ka qaybqaadashada
- Barnaamijka tababarka maskaxda ee gaarka ah, ee khadka tooska ah si uu u caawiyo hagaajinta xusuusta, dareenka iyo diiradda
- Hawlaha bulshada, xiisadaha bulshada, iyo dhacdooyinka diyaar u ah ka qaybgalka tooska ah ama khadka tooska ah

Goobaha ka qaybqaadanaya ka raadi [ucare.org/onepass](http://ucare.org/onepass) ama wac 1-877-504-6830 (wicitaankan waa bilaash) ama haddii ay tahay TTY, isticmaal 711, (wicitaankan waa bilaash) 8 am – 9 pm, Isniin - Jimco.

- **Khadka 24/7 Nurse Line**

- Khadka 24/7 Nurse Line ayaa ku siinaysa helitaanka macluumaadka caafimaadka 24 saacadood maalintii, todobada maalmood usbuucii, oo ay ku jiraan maalmaha fasaxa ah iyo fasaxyada. Adeeggan taleefoonka waxa lagu heli karaa bilaash adiga xubin ahaan. Wac 1-800-942-7858 (wicitaankan waa bilaash). TTY: 1-855-307-6976 (wacitaankan waa bilaash).


- **Quit Smoking and Vaping Program (Barnaamijka Joojinta Sigaarka iyo Sigaarka Laydhka ah)**

- Baro sida loo joojiyo cabista sigaarka, shiishada ama tubaakada la calaanjiyo. Xubnaha UCare waxay si bilaash ah ku heli karaan caawimaad si ay u joojiyaan cabista sigaarka iyagoo u maraya Khadka Joojinta Isticmaalka Tubaakada Iyo Nikotiinka. Xirmooyinka nikotiinka, xanjada ama lozaanjesyada ayaa sidoo kale loo heli karaa xubnaha u qalma. Hel caawimaad si aad uga takhalusto caadada sigaar cabista adigoo si raaxo leh u jooga gurigaaga:
  - Wac khadka Joojinta Isticmaalka Tubaakada iyo Nikotiinka 1-855-260-9713 (wacitaankan waa bilaash) (TTY: 711), oo la heli karo 24 saacadood maalintii, todobada maalmood ee usbuuca

**Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga**



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p> <b>Barnaamijyada waxbarashada caafimaadka iyo fayoaqabka (oo socda)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Booqo <a href="http://myquitforlife.com/ucare">myquitforlife.com/ucare</a></li> <li>• Soo dejiso ablikeeshinka moobilada ee Rally Coach Quit For Life.</li> </ul>	
<p><b>Adeegyada caafimaadka</b></p> <p>Qorshuhu wuxuu bixinayaa adeegyada soo socda: <span style="float: right;">\$0</span></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Adeegyada Kalkaalisada Xirfadlaha Sare: adeegyada ay bixiso kalkaaliye caafimaad, kalkaaliye suuxiye, kalkaalisada umulisada, ama kalkaalisada takhasuska leh</li> <li>• Daaweynta xasaasiyadda iyo baaritaanka xasaasiyadda</li> <li>• Guriga Caafimaadka Habdhaqanka: iskuduwida daryeelka aasaasiga ah, adeegyada caafimaadka maskaxda iyo adeegyada bulshadda</li> <li>• Caymiska baaritaanka caafimaad <ul style="list-style-type: none"> <li>– Daryeelka Joogtada ah waxaa: 1) lagu bixiyaa qayb ka mid ah daawaynta borotokoolka ee tijaabada caafimaad; 2) waa mid caadi ah, oo ku haboon xaaladaada; oo 3) waxaa sida caadiga ah lagu bixiyaa meel ka baxsan baaritaanka caafimaadka.</li> <li>– Tan waxa ku jira adeegyada iyo agabka loo baahan yahay saamaynta daawaynta iyo dhibaatooyinka bamaotokoolka daawaynta.</li> <li>– Wixii macluumaad dheeraad ah, fadlan eeg <b>Cutubka 3</b> Qaybta K ee <i>Member Handbook</i>.</li> </ul> </li> <li>• Care coordination (Iskuduwidda daryeelka) shaqaalaha caafimaadka bulshada iyo adeegyada waxbarashada bukaanka</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Adeegyada caafimaadka (sii socda)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Adeegyada Farsamoyaqaanka Degdegga ah ee Caafimaadka Bulshada (CMET) <ul style="list-style-type: none"> <li>– Booqashooyinka ka sii-deynta xarunta ee joogitaanka isbitaalka/daryeelka kadib ah ee uu amray bixiyaha daryeelka caafimaadkaaga</li> <li>– Booqashooyinka qiimaynta badbaadada ee uu dalbaday daryeel bixiyahaaga aasaasiga ah</li> </ul> </li> <li>• Dhakhtarka Bulshada: adeegyada gaar ah uu bixiyo dhakhtarka bulshada. Adeegyadu waa inay ahaadaan qayb ka mid ah qorshaha daryeelka ee uu amray bixiyaha daryeelka caafimaadkaaga. <p>Adeegyada waxaa ku jiraa:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Qiimaynta caafimaadka</li> <li>– La-socodka iyo waxbarashada cudurrada daba-dheeraada</li> <li>– Caawinta daawooyinka</li> <li>– Tallaalka iyo tallaalada</li> <li>– Ururinta shaybaadhka</li> <li>– Daryeelka daba-galka ah ka dib markii lagu daaweeyay isbitaal</li> <li>– Hababka kale ee caafimaad ee yaryar</li> </ul> </li> <li>• Adeegyada daryeeka ee cudurka neefta ee hormarsan (loogu talagalay xubnaha u qalma ee ka yar 21 ee lagu aqoonsaday inay qabaan cudurka neefta si liidata loo maareeyo, marka heerka qiimaynta gaarka ah la buuxiyo) <ul style="list-style-type: none"> <li>– booqashooyinka guriga si loo go'aamiyo haddii ay jiraan waxyaabaha kiciya cudurka neefta ee gudaha guriga xubinta Waa inuu bixiyaa khabiirka caafimaadka deegaanka diiwaanka gashan, khabiirka guryaha caafimaadka leh, iyo qiimeeyaha khatarta hormoodka ah. Wakiilkaaga caafimaadka dadwaynaha maxaliga ah ayaa kaa caawin kara in aad hesho mid kamid ah waxyaabahan</li> </ul> </li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	




**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**



Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Adeegyada caafimaadka (sii socda)</b></p> <p>khabiirada daryeelka caafimaadka ayaa kaa caawin kara in aad la xariirto Aadeega Macaamiisha.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Isuduwidada Adeegga Bulshada Ku-saleysan ee Isbitaalka In-Reach (IRSC): iskuduwidada adeegyada lagu beegsanayo dhimista qolka gargaarka degdegga ah ee isbitaalka (ER) ee xaaladaha qaarkood. Adeegani wuxuu wax ka qabtaa caafimaadka, bulshada, dhaqaalaha, iyo baahiyaha kale ee xubnaha si loo yareeyo isticmaalka ER iyo adeegyada kale ee daryeelka caafimaadka.</li> <li>• Adeegyada kalkaalisada caafimaadka dadweynaha ama kalkaalisada diiwaangashan oo ku tababaranaysa rugta caafimaadka dadweynaha ee hoos timaada waax dawladeed</li> <li>• Kormeerka Khadka ah: isticmaalka qalab gaar ah si loogu diro xogta caafimaadka bixiyayaasha jooga meel fog, sida guriga xubinta. Bixiyayaasha waxay isticmaalaan telemonitoring si ay u caawiyaan maaraynta daryeelka caafimaad ee adag iyada oo aan loo baahnayn xubinta inuu joogo rug caafimaad ama isbitaal.</li> <li>• Maaraynta daryeelka qaaxada iyo kormeerka tooska ah ee qaadashada daawada</li> </ul>	
<p><b>Adeegyada maqalka</b></p> <p>Waxaanu bixinaa baadhista maqalka iyo dheelitirka ee uu sameeyo adeeg bixiyahaaga. Tijaabooyinku waxay kuu sheegayaan inaad u baahan tahay daaweyn. Waxay ku daboolan yihiin daryeel bukaan-socod ahaan markaad ka hesho takhtar, maqal-yaqaan, ama bixiye kale oo u qalma.</p> <p>Waxaan daboolnaa alaabo iyo adeegyo dheeraad ah, oo ay ku jiraan:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aaladaha maqalka iyo baytariyada</li> <li>• Dayactirka iyo beddelka qalabka gargaarka maqalka sabab la xiriirta dhamaanshaha caadiga ah, oo leh xaddidaadyo</li> </ul>	



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Caawinta xaaladaha daba-dheeraada qaarkood*</b></p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Qorshuhu wuxuu daboolayaa ilaa hal safar-wareeg ah maalintii oo lagu aadayo shirka Khamriga ama Xashiishka ee Qarsoodiga ah ee xubnaha lagu qiimeeyay inay qabaan cilladda isticmaalka muqaadaraadka.</li> <li>• Xubnaha laga helay xanuunka sonkorowga, dhiig karka, ama xanuunada dufanka leh waxay helayaan gunno \$75 ah bishiiba waxayna ku helayaan kaarkooda UCare Healthy Benefits+ Visa®. Kaalmada waxaa loo isticmaali karaa in lagu gato cunto caafimaad leh oo la oggolaaday oo laga soo saaro dukaamada ka qaybqaata si fudud iyadoo la sawirayo kaadhka marka la hubinayo. Gunnada ayaa dhacaysa dhammaadka bil kasta ama kadib marka la joojiyo qorshaha. Kaarku ma shaqayn doono haddii aadan UCare xubin ka ahayn.</li> </ul> <p>Si aad wax badan uga ogaato ama aad u hubiso haraaga kaarkaaga booqo <a href="http://healthybenefitsplus.com/ucare">healthybenefitsplus.com/ucare</a> ama wac 1-833-862-8276 (TTY 711). Lambarka taleefankani wuxuu sidoo kale ku yaal dhabarka dambe ee kaarka UCare Healthy Benefits+ Visa®.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Qorshuhu wuxuu daboolayaa ilaa hal gaadiid raaciid usbuucii si ay uga qaybqaataan kaalmada cuntada caafimaadka leh ee goobaha dukaanka raashinka ee xubnaha qaba xanuunka sonkorowga, dhiig karka, ama xanuunada dufanka leh.</li> </ul>	<p>\$0</p>
<p> <b>Baaritaanka HIV</b></p>	
<p>Waxaan bixinaa hal baaritaan oo HIV ah 12 biloodba mar dadka:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• weydiiso baaritaanka HIV, <b>ama</b></li> <li>• halis dheeraad ah ugu jira caabuqa HIV.</li> </ul> <p>Dumarka uurka leh, waxaan bixinaa ilaa saddex baaritaan oo HIV ah inta ay uurka leeyihiin. Baaritaanka inta lagu jiro xiliga uurka.</p> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	<p>\$0</p>

**?** **Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p> <b>Baaritaanka HIV (sii socda)</b></p> <p>Faa'iidooyin dheeraad ah ayaa laga yaabaa in aan annagu daboolno.</p>	
<p><b>Macluumaadka Adeegga Ku-saleysan Guriga iyo Bulshada</b></p> <p>Isku duwaha daryeelkaaga SNBC ayaa ku siin doona macluumaadka ku saabsan adeegyada bulshada. Shaqaalaha degmada ayaa kaa caawin doona inaad hesho adeegyo aad ku joogto gurigaaga ama beeshaada, oo kaa caawin doona inaad hesho adeegyo aad uga guurto guriga kalkaalinta ama xarun kale. Macluumaadkan waxa lagugu siin karaa boosto, telefoon, ama qof ahaan.</p> <p>Haddii aad doorato inaad booqato, waxaad xaq u leedahay in saaxiibo ama qoys ay joogaan. Waxaad magacaabi kartaa wakiil kaa caawiya inaad go'aamo samayso. Adiga ayaa go'aansan kara waxa baahidaadu tahay iyo meesha aad rabto inaad ku noolaato. Waxaad waydiisan kartaa adeegyada sida ugu wanaagsan u dabooli kara baahiyahaaga. Waxaad samayn kartaa go'aannada ugu dambeeya ee ku saabsan qorshahaaga adeegyada iyo caawinta. Waxaad dooran kartaa cidda aad rabto inaad bixiso adeegyada iyo taageerada bixiyeyaasha laga heli karo shabakada qorshahayaga.</p> <p>Booqashada ka dib, isuduwaha taageerada SNBC ayaa kuu soo diri doona warqad ku talinaysa adeegyada sida ugu fiican u daboolaya baahiyahaaga. Waxa lagu soo diri doona koobiga adeega ama qorshaha taageerada ee aad gacan ka gaysatay hormarintiisa.</p> <p>Haddii aad hadda ku jirto Helitaanka Bulshada ee Isku-darka Naafada (CADI), Daryeelka Alternative Community (CAC), Dhaawaca Maskaxda (BI), ama ka dhaafitaanka Naafada Koriinka (DD), maamulaha kiiska degmadaada ayaa isku dubaridi doona adeegyada wakaalada caafimaadka guriga SNBC gaaga isuduwaha daryeelka.</p> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Macluumaadka Adeegga Ku-saleysan Guriga iyo Bulshada (waa socotaa)</b></p> <p>Haddii aad u baahan tahay qorshaynta kala guurka iyo adeegyada iskudubarid si ay kaaga caawiyaan inaad u guurto bulshada, waxa laga yaabaa inaad u qalanto inaad hesho Isuduwidada Adeegga Dib-u-dejinta.</p>	
<p><b>Home health agency care*</b></p> <p>Kahor intaadan helin adeegyada caafimaadka guriga, takhtarku waa inuu noo sheegaa inaad u baahan tahay, waana in ay bixiyaan wakaalada caafimaadka guriga. Waa inaad tahay qof aan ka bixi karin guriga, taas oo macnaheedu yahay ka tagista guriga inay u baahan tahay dadaal weyn.</p> <p>Waxaan bixinaa adeegyada soo socda, iyo laga yaabee adeegyada kale ee aan halkan ku taxnayn:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kalkaalisoooyin xirfad leh oo wakhti dhiman shaqeeya ama ku meelgaar ah iyo adeegyada kaaliyaha caafimaadka guriga* (Si lagu daboolo gunnada daryeelka caafimaadka guriga, kalkaalinta xirfadlaha ah iyo adeegyada kaaliyaha caafimaadka guriga oo la isku daray waa in ay wadar ahaan noqdaan wax ka yar 8 saacadood maalintii iyo 35 saacadood toddobaadkii)</li> <li>• Daawaynta jidhka, daawaynta maskaxda iyo jidhka, iyo daawaynta hadalka</li> <li>• adeegyada caafimaadka iyo bulshada</li> <li>• qalabyada iyo agabyada caafimaadka*</li> <li>• daaweynta neefsashada</li> </ul>	\$0
<p><b>Daaweynta faleebada guriga</b></p> <p>Qorshahayagu waxa uu bixiyaa daawaynta faleebada guriga, oo lagu qeexay dawooyin ama walxo bayooloji ah oo lagu duro xididka ama maqaarka hoostiisa oo lagu siiyo guriga.</p> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	\$0



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Daawaynta faleebada guriga (waa socotaa)</b></p> <p>Waxyaabaha soo socda ayaa loo baahan yahay si loo sameeyo faleebo guriga:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• maandooriyaha ama walaxda noolaha, sida globulin ka-hortagga fayraska ama difaaca;</li> <li>• Agabka, sida bamka; <b>and</b></li> <li>• Alaabta, sida tubbada ama kateetarka.</li> </ul> <p>Qorshahayagu waxa uu daboolayaa adeegyada faleebada guriga oo ay ku jiraan laakiin aan ku xaddidnayn:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Adeegyada xirfadeed, oo ay ku jiraan adeegyada kalkaalinta, oo loo bixiyo si waafaqsan qorshahaaga taageerada;</li> <li>• tababarka iyo waxbarashada xubnaha aan hore loogu darin gunnada DME;</li> <li>• la socodka khadka ah; <b>iyo</b></li> <li>• adeegyada la socodka bixinta daawaynta faleebada guriga iyo dawooyinka faleebada guriga oo uu diyaariyay alaab-qeybiyaha daawaynta faleebada guriga.</li> </ul>	
<p><b>Daryeelka guriga</b></p> <p>Waxaad xaq u leedahay inaad doorato daryeelka guriga haddii bixiyahaaga iyo agaasimaha caafimaadka rugta ay go'aamiyaan inaad leedahay saadaasha dhamaadka ah. Tani waxay la macno tahay in aad qabto jirro dhiman waxaana la filayaa in aad haysato lix bilood ama ka yar si aad u noolaato. Waxaad daryeel ka heli kartaa barnaamij kasta oo bukaan-socod oo ay shahaado siiso Medicare.</p> <p>Qorshahayagu waa inuu kaa caawiyaa sidii aad u heli lahayd barnaamijyada hospice-ka ee ay ansixisay Medicare ee laga helo aagga adeega ee qorshaha. Dhakhtarkaaga daryeelka guriga wuxuu noqon karaa bixiye shabakad ama bixiye ka baxsan shabakada.</p> <p style="text-align: right;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	

**?** **Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Daryeelka daryeelka guriga (waa socotaa)</b></p> <p>Adeegyada daboolan waxaa ka mid ah:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• daawooyinka lagu daweeyo calaamadaha iyo xanuunka</li> <li>• daryeelka nasashada ee mudada gaaban</li> <li>• daryeelka guriga</li> </ul> <p><b>Adeegyada iyo adeegyada hospice-ka ee uu daboolo Medicare Qaybta A ama Medicare Qaybta B ee la xidhiidha saadaasha dhamaadkaaga waxa lagu dalacayaa Medicare.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ka eeg <b>Qaybta E</b> ee cutubkan wixii macluumaad dheeraad ah.</li> </ul> <p><b>Adeegyada uu daboolay qorshahayaga laakiin aan hoos iman Medicare Qaybta A ama Medicare Qaybta B:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Qorshaheena waxa uu daboolayaa adeegyada aan hoos imanayn Medicare Part A ama Medicare Part B. Waxaanu daboolnaa adeegyada haddii ay la xiriiraan ama aanay la xiriirin saadaashaada cudurkaaga. Waxba kama bixinaysid adeegyadan.</li> </ul> <p><b>Daawooyinka laga yaabo inay dabooli karaan gunnooyinka Medicare Qaybta D:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Daawadu waligeed isku mar ma wada daboolaan daryeelka guriga iyo qorshaheena labadaba. Si aad u hesho wixii macluumaad dheeraad ah, tixraac ku sameey <b>Cutubka 5 ee Member Handbook.</b></li> </ul> <p><b>Fiiro gaar ah:</b> Haddii aad u baahan tahay daryeel aan isbitaal ahayn, wac isku-duwaha daryeelkaaga iyo/ama adeegga macaamiisha si aad u qabanqaabisato adeegyada. Daryeelka aan nasashada ahayn waa daryeel <b>aan</b> la xiriirin saadaasha cudurka.</p> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Daryeelka daryeelka guriga (waa socotaa)</b></p> <p>Hadii aanad xasuusan magaca ama lambarka isku duwaha daryeelkaaga, waxa aad kala xidhiidhi kartaa Adeega Macmiilka lambarka hoose xaga hoose ee boga.</p> <p>Qorshahayagu waxa uu daboolayaa adeegyada la talinta hospice-ka (hal mar kaliya) oo loogu talagalay xubin aad u xanuunsan oo aan dooran gunnada hospice-ka.</p>	
<p><b>Adeegyada xasilinta guryaha*</b></p> <p>Qorshuhu wuxuu bixinayaa adeegyada soo socda xubnaha u qalma Adeegyada Dejinta Guryaha: <span style="float: right;">\$0</span></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Adeegyada la talinta guryeynta si loo hormariyo qorshe qofka ku wajahan dadka aan lahayn adeegyada maaraynta kiisaska Medical Assistance</li> <li>• Adeegyada kala guurka guriyeynta si ay kaaga caawiyaan qorshaynta, helitaanka, iyo u guurista guryeynta <ul style="list-style-type: none"> <li>– Kala-guurka guriyeynta - kharashyada guuritaanka (ku xaddidan \$3000 sanadkii)</li> <li>– Kaliya loogu talagalay dadka ka tagaya Medical Assistance ee ay maalgeliso machadka adeeg-bixiyaha ee goob kontarool oo u guuraya gurigooda.</li> <li>– Codsiyada, dhigaalka amniga, iyo kharashka sugida dukumeentiga ee looga baahan yahay in laga helo guri dabaq ama guri.</li> <li>– Alaabta muhiimka ah ee guriga looga baahan yahay in lagu noolaado oo loo isticmaalo guri-bulsho, oo ay ku jiraan alaabta guriga, daboolka daaqadaha, alaabta cuntada lagu diyaariyo, iyo sariiraha/maro qubeyska</li> </ul> </li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	




**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Adeegyada xasilinta guryeynta* (sii socota)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Khidmadaha ama dhigaalka isticmaalka tamarta ama adeegga, oo ay ku jiraan telefoonka, korontada, kuleylka iyo biyaha</li> <li>– Adeegyada lagama maarmaanka u ah caafimaadka iyo badbaadada qofka sida ka saarista cayayaanka iyo nadiifinta hal mar ka hor inta aan loo soo guurin</li> <li>– La qabsiga gelitaanka guriga ee lama huraanka ah</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 Adeegyada joogtaynta guryaynta si ay kaaga caawiyaan ilaalinta guryaynta</li> <li>• 1 Gaadiidka si aad u hesho adeegyada dejinta guriyeynta (gudaha 60 mayl dhexroor)</li> </ul> <p>Waa in lagugu sameeyaa qiimaynta u-qalmitaanka Adeegyada Xasilinta Guriyeynta oo lagu helo inaad u qalanto adeegyadan. Haddii aad u baahan tahay Adeegyada Xasilinta Guriyeynta, waxaad waydiisan kartaa qiimayn ama waxaa ku taageeraya bixiyahaaga ama maamulaha kiiska.</p> <p>Haddii aad leedahay maareeye kiis la beegsaday ama maamule kiis cafis ama iskuduwaha daryeelka sare, maareeyaha kiiska ayaa kaa taageeri kara helitaanka adeegyada, ama waxaad si toos ah ula xiriiri kartaa bixiyaha Adeegyada Xasilinta Guryeynta si uu kuu caawiyo.</p> <p>Shaqaalaha Waaxda Adeegyada Dadweynaha (DHS) waxay isticmaali doonaan natiijooyinka qiimaynta si ay u go'aamiyaan inaad buuxisay shuruudaha ku salaysan baahiyaha si aad u hesho adeeggan. DHS waxay kuu soo diri doontaa warqad ogolaansho ama diidmo ah Adeegyada Dejinta Guryaha.</p> <p>Hadii lagu ogolaado kharashaadka guuritaanka, waa in uu bixiyahaagu noosoo diraa rasiidka kharashaadka guuritaan kasta. Kala shaqey adeeg-bixiyahaaga sida lagu heli karo gunnadan.</p>	



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**



Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p> <b>Talaalada</b></p> <p>Waxaan bixinaa adeegyada soo socda: <span style="float: right;">\$0</span></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• tallaalka oofwareenka</li> <li>• tallaallada iflada/hargabka, hal mar xilli kasta oo iflada/hargabka ah ee dayrta iyo jiilaalka, oo leh tallaalada iflada/hargabka oo dheeraad ah haddii caafimaad ahaan loo baahdo</li> <li>• Talallaalka cagaarshow B haddii aad halis sare ugu jirto ama aad u dhexeeyso inaad qaado cagaarshowga B</li> <li>• Talaalada covid-19</li> <li>• Tallaalada kale haddii aad halis ugu jirto oo ay la kulmaan xeerarka caymiska ee Medicare Part B</li> </ul> <p>Waxaan bixinaa kharashaadka tallaalada kale ee buuxiya xeerarka caymiska ee Qaybta D ee Medicare. Tixraac <b>Cutubka 6aad ee Qaybta H</b> ee <i>Member Handbook</i> si aad wax badan u ogaato.</p>	
<p><b>Daryeelka isbitaalka ee bukaan-jiif*</b></p> <p>Waxaa ku jira baxnaaninta bukaan-jiifka degdega ah, isbitaallada daryeelka muddada-dheer iyo noocyada kale ee adeegyada isbitaalka bukaan-jiifka. Daryeelka isbitaalka bukaan-jiifku wuxuu ka bilaabmaa maalinta si rasmi ah isbitaalka laguugu seexiyay amar dhakhtar. Maalinta ka horraysa in lagaa saaro waa maalinta ugu dambaysa ee bukaan-jiifnimadaada.</p> <p>Waxaan bixinaa adeegyada soo socda iyo adeegyada kale ee lagama maarmaanka u ah caafimaadka ee aan halkan ku taxan:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• qol yar oo gaar ah (ama qol gaar ah haddii ay caafimaad ahaan lagama maarmaan tahay)</li> <li>• cuntooyinka, oo ay ku jiraan cuntooyinka gaarka ah</li> <li>• adeegyada kalkaalinta caadiga ah</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	<p style="text-align: right;">\$0</p> <p>Waa inaad ogolaansho ka heshaa qorshahayaga si aad u hesho daryeelka bukaan-jiif ee isbitaal ka baxsan shabakada ka dib marka xaaladaada degdega ah la dejiyo.</p>



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Daryeelka isbitaalka bukaan-jiif* (sii socda)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kharashyada qaybaha daryeelka gaarka ah, sida daryeelka degdegga ah ama yunityada daryeelka wadnaha</li> <li>• dawooyinka iyo daawaynta</li> <li>• baaritaannada shaybaarka</li> <li>• Raajooyinka iyo adeegyada kale ee shucaaca</li> <li>• qalabyada qalliinka iyo caafimaadka ee loo baahan yahay</li> <li>• qalabyada, sida kuraasta curyaanka</li> <li>• adeegyada qolka qalliinka iyo soo kabashada</li> <li>• daaweynta jirka, dhaqdhaqaaqa, iyo hadalka</li> <li>• adeegyada daaweynta cudurada isticmaalka maandooriyaha ee bukaan-jiifka ah</li> <li>• xaaladaha qaarkood, noocyada soo socda ee xubin beeritaanka/tallaalida ah: xuubna isha, kelyaha, kelyaha/ganaca, wadnaha, beerka, sambabada, wadnaha/sambabada, dhuuxa lafta, unugga isteeemka, iyo xiidmaha/mindhicirada. Ku-tallaalidda wadnaha tan waxa kale oo ka mid ah Qalabka Caawinta Ventricular oo la geliyo sidii buundada ama daawaynta teraabiyada loo socdo.</li> </ul> <p>Haddii aad u baahan tahay ku-tallaalid, xarun-tallaalid oo ay oggolaatay Medicare-ka ayaa dib u eegi doonta kiiskaaga oo go'aan ka gaari doonta haddii aad tahay musharrax ku-tallaalid. Bixiyeyaasha ku-tallaalidda waxay noqon karaan kuwo maxalli ah ama ka baxsan aagga adeegga. Haddii bixiyeyaasha deegaanka ay rabaan inay aqbalaan heerka Medicare, markaa waxaad ka heli kartaa adeegyadaada tallaalka gudaha ama ka baxsan qaabka daryeelka bulshadaada. Haddii qorshahayagu uu bixiyo adeegyo ku-tallaalid ka baxsan qaabka daryeelka bulshadayada oo aad dooratid inaad halkaas ka hesho ku-tallaaliddaada, waxaanu kuu habaynaynaa ama bixinaa kharashka hoyga iyo safarka ee adiga iyo qof kale.</p> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Daryeelka isbitaalka bukaan-jiif* (sii socda)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• dhiig, oo ay ku jiraan kaydinta iyo bixinta</li> <li>• adeegyada dhakhtarka</li> </ul> <p><b>Fiiro gaar ah:</b> Si aad u noqoto bukaan-jiif, adeeg-bixiyahaagu waa inuu qoraa amar lagugu seexinayo si rasmi ah ka bukaan-jiif ahaan. Xitaa haddii aad isbitaalka ku jirto habeen, waxaa laga yaabaa in lagu tixgeliyo “bukaan-socod.” Haddii aadan hubin inaad tahay bukaan-jiif ama bukaan-socod, waa inaad weydiisaa shaqaalaha isbitaalka.</p> <p>Waxa kale oo aad macluumaad dheeraad ah ka heli kartaa xaashida xaqiiqda Medicare ee la yiraahdo “Ma tahay Bukaan-jiid ama Bukaan-socod Isbitaalka? Haddii aad leedahay Medicare - Weydii!” Xaashidan xaqiiqda waxa laga heli karaa Shabakadda <a href="https://es.medicare.gov/publications/11435-Medicare-Hospital-Benefits.pdf">https://es.medicare.gov/publications/11435-Medicare-Hospital-Benefits.pdf</a> ama adigoo wacaya 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). TTY Isticmaalayaasha waxay wici karaan 1-877-486-2048. Waxaad u wici kartaa lambaradan si bilaash ah, 24 saacadood maalintii, 7 maalmood todobaadkii.</p>	
<p><b>Adeegyada bukaan-jiifka ee isbitaalka dhimirka</b></p> <p>Waxaan bixinaa adeegyada daryeelka caafimaadka dhimirka ee u baahan joogitaanka isbitaalka oo ay ku jiraan joogitaanka isbitaalka bukaan-jiifka dhimirka ee muddada dheer. Adeegyada daboolan waxaa ka mid ah adeegyada daryeelka caafimaadka dhimirka ee u baahan joogitaan isbitaal. Waxaa jira 190-maalmood oo xaddid nolosha ah oo loogu talagalay adeegyada bukaan-jiifka ee isbitaalka dhimirka. Xadka nololeed ee 190-maalmood ma khuseeyo adeegyada caafimaadka dhimirka ee bukaan-jiifka ee lagu bixiyo qaybta dhimirka ee isbitaalka guud.</p>	\$0
<p><b>Adeegyada turjubaanka</b></p> <p>Qorshuhu wuxuu bixinayaa adeegyada soo socda:</p> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	\$0




**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Adeegyada turjubaanka (socota)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Adeegyada turjubaanka luqadda lagu hadlo</li> <li>• Adeegyada turjubaanka luqadda dhegoolayaasha</li> </ul>	
<p><b>Adeegyada iyo agabka cudurrada kelyaha</b></p> <p>Waxaan bixinaa adeegyada soo socda: <span style="float: right;">\$0</span></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Adeegyada waxbarashada cudurka kelyaha si ay u baraan daryeelka kelyaha oo ay kaaga caawiyaan inaad go'aanno wanaagsan ka gaarto daryeelkaaga. Waa in aad qabtid marxaladda IV cudur kelyaha dabadheeraad ah, dhakhtarkaagu waa inuu ku soo gudbiyaa. Waxaan daboolnaa ilaa lix kalfadhi oo ah adeegyada waxbarashada cudurrada kelyaha.</li> <li>• Daawaynta sifaynta kelyaha bukaan-socodka, oo ay ku jiraan daawaynta sifaynta marka si ku-meel-gaadh ah looga baxo goobta adeegga, sida lagu sharraxay <b>Cutubka 3</b> ee <i>Member Handbook</i>, ama marka bixiyaha adeeggan si ku-meel-gaar ah aan loo heli karin ama aan la gaari karin.</li> <li>• Daawaynta sifaynta kelyaha bukaan-jiifka haddii lagu dhigo isbitaal ka bukaan-jiif ahaan si aad u hesho daryeel gaar ah</li> <li>• Tababarka is-sifaynta, ay ku jirto tababarka adiga iyo qof kasta oo kaa caawinaya daaweynta sifaynta kelyaha ee guriga</li> <li>• Qalabka iyo sahayda sifaynta kelyaha ee guriga</li> <li>• Adeegyada taageerada guriga qaarkood, sida booqashooyinka lagama maarmaanka ah ee shaqaalaha sifaynta u tababaran si ay u hubiyaan sifaynta ka dhacaysa gurigaaga, si ay kaaga caawiyaan xaaladaha degdegga ah, iyo si ay u hubiyaan qalabkaaga sifaynta iyo bixinta biyaha</li> </ul> <p>Gunnadaada daawo ee Medicare Qaybta B ayaa bixisa dawooyinka qaarkood ee sifaynta. Wixii macluumaad ah, tixraac “Medicare Qaybta B daawooyinka dhakhtar qoray” ee shaxdan.</p>	



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p> <b>Baaritaanka kansarka sambabka</b></p> <p>Qorshahayagu waxa uu bixinayaa baadhista kansarka sanbabada 12 biloodba mar haddii aad:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 50-77 jir tahay, <b>iyo</b></li> <li>• aad kulan latalin iyo booqasho go'aan qaadasho la yeelatay dhakhtarkaaga ama adeeg-bixiye kale oo u qalma, <b>iyo</b></li> <li>• aad cabtay ugu yaraan 1 baakidh oo sigaar ah maalintii muddo 20 sano ah adigoo yeelan astaamaha ama calaamadaha kansarka sanbabada ama aad hadda cabto sigaarka ama aad joojisay 15 sano ee la soo dhaafay</li> </ul> <p>Baaritaanka koowaad kadib, qorshahayagu waxa uu sannad kasta ku bixinayaa baaritaan kale oo qoraal ah oo ka yimaada dhakhtarkaaga ama bixiye kale oo u qalma.</p>	<p>\$0</p>




**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Barnaamijka Kalaguurka Caafimaadka leh ee Adeegyada Bulshada Lutheran</b></p> <p>Taageerada shakhsi ahaaneed, waxbarashada iyo agabyada loogu talagalay xubnaha Connect + Medicare inta lagu guda jiro 30ka maalmood ee muhiimka ah ee ugu horreeya ka dib joogitaanka isbitaalka ama xarunta baxnaaninta muddada gaaban. Xubinta guriga ku soo laabanaysa waxa weheliya shaqaale si gaar ah u tababaran oo shahaado haysta Shaqaalaha Caafimaadka Bulshada (CHW) kaas oo bixiya 4 dhibcood oo xidhiidh ah (2 gudaha guriga iyo 2 telefoon) booqashooyin inta lagu jiro mawduucyo dhowr ah dib loo eegay:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Dokumentiyada bixinta</li> <li>- Badbaadada guriga iyo khatarta dhicitaanka</li> <li>- Nafaqada</li> <li>- Daawooyinka</li> <li>- Bulsho dhex galitaan</li> <li>- Dejinta ballanta iyo gaadiidka</li> <li>- Dejinta yoolka wakhtiga gaaban</li> <li>- Khayraadka iyo u gudbinta bixiyayaasha kale</li> </ul> <p>Shaqaalaha Caafimaadka Bulshada waxay la shaqeeyaan care coordinator (iskuduwaha daryeelkaaga) Connect + Medicare iyo adiga si loo hubiyo in dhammaan baahiyaha la daboolay. Si aad wax badan uga ogaato oo aad u hubiso inaad u qalanto, la xiriir care coordinator (iskuduwaha daryeelkaaga) Connect + Medicare.</p>	\$0
<p><b>Kaalmada Caafimaadku waxay dabooshay daawooyinka dhakhtar qoray</b></p> <p>Waxa aan dabooli doonaa dawooyinka qaar ee ku jira Medical Assistance oo aanan lagu daboolin Medicare Part B iyo Medicare Part D.</p> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	\$0






**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Dawooyinka uu dhakhtarka qoray ee lagu daboolay Kaalmada Caafimaadka (sii socota)</b></p> <p>Kuwaas waxaa kamid ah waxyaabaha qaar ee laga soo iibsado dukaamada, qaar ka mid ah dawooyinka loo qoro qufaca iyo dawooyinka qabowga iyo qaar ka mid ah fitamiinada.</p> <p>Daawadu waa inay ku jirtaa liiska <i>Drug List (Liiska Daawooyinka) ee la daboolay</i> (formulary). Waxaanu dabooli doonaa dawo aan rasmi ahayn haddii dhakhtarkaagu na tuso taas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• daawada sida caadiga ah loo daboolay ay kugu keentay falcelin waxyeello leh; ama</li> <li>• ay jirto sabab lagu rumaysto in dawada sida caadiga ah loo daboolay ay keeni doonto falcelin waxyeello leh; ama</li> <li>• dawada uu dhakhtarkaagu kuu qoray ay ka waxtar badan tahay dawada sida caadiga ah loo daboolo.</li> </ul> <p>Daawadu waa inay ku jirtaa nooc dawooyin ah oo daboolan.</p> <p>Haddii shaqaalaha farmasigu ay kuu sheegaan in daawadu aanay daboolin oo ay ku weydiiyaan inaad lacag bixiso, weydii inay u wacaa dhakhtarkaaga. Kuma soo celin karno haddii aad dhiibto. Waxaa laga yaabaa inay jirto daawo kale oo shaqayn doonta oo uu daboolayo qorshahayaga. Haddii farmashiisku uusan wici doonin dhakhtarkaaga, waad awoodi kartaa. Waxaad sidoo kale wici kartaa Adeegga Macmiilka lambarka ku yaal xagga hoose ee boggan.</p>	
<p> <b>Daaweynta nafaqada caafimaad ahaaneed</b></p> <p>Faa'iidadan waxaa loogu talagalay dadka qaba cudurka macaanka ama kelyaha ee aan la sifeyn. Waxa kale oo loogu talagalay kalyaha beddelka ka dib markii dhakhtarkaagu ku amro. <span style="float: right;">\$0</span></p> <p>Waxaan bixinaa saddex saacadood oo ah adeegyada la-talinta qof-ka-qof ah inta lagu jiro sanadkaaga ugu horreeya ee aad helayso adeegyada daaweynta nafaqeynta ee hoos yimaada</p> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p> <b>Daaweynta nafaqada caafimaad ahaaneed (sii socda)</b></p> <p>Medicare Waxaa laga yaabaa inaan oggolaanno adeegyo dheeri ah haddii caafimaad ahaan loo baahdo.</p> <p>Waxaan bixinaa laba saacadood oo ah adeegyada la-talinta mid-ka-mid ah sannad kasta intaas ka dib. Haddii xaaladaada, daawaynta, ama ogaanshaha ay isbedelaan, waxa laga yaabaa inaad saacado badan oo daawaynta ku hesho amarka dhakhtarka. Dhakhtarku waa inuu kuu qoraa adeegyadan oo uu cusboonaysiiyaa dalabka sannad kasta haddii aad u baahan tahay daawayn sanadka soo socda. Waxaa laga yaabaa inaan oggolaanno adeegyo dheeri ah haddii caafimaad ahaan loo baahdo.</p> <p>Waxaa laga yaabaa inaan daboolno faa'iidooyin dheeraad ah haddii caafimaad ahaan loo baahdo.</p>	
<p> <b>Barnaamijka Ka Hortagga Sonkorowga ee Medicare(MDPP)</b></p> <p>Qorshahayagu waxa uu bixiyaa adeegyada MDPP. MDPP waxaa loogu talagalay inay kaa caawiso inaad kordhiso dabeecadaha caafimaadka qaba. Waxay ku bixisaa tababar wax ku ool ah:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• isbeddelka cuntada ee muddada-dheer, <b>iyo</b></li> <li>• dhaqdhaqaaqa jirka oo kordhay, <b>iyo</b></li> <li>• siyaabaha lagu joogteeyo dhimista culayska iyo qaab nololeed caafimaad leh.</li> </ul>	<p>\$0</p>
<p><b>Daawooyinka loo qoro Medicare Qaybta B*</b></p> <p>Daawooyinkan waxay hoos yimaadaan Qaybta B ee Medicare. Qorshahayagu waxa uu bixiyaa dawooyinka soo socda:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Daawooyinka aadan inta badan adigu qaadan karin ama lagugu duro inta aad ka helayso dhakhtarka, bukaan-socodka isbitaalka, ama adeegyada xarunta qalliinka ambalaaska</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	<p>\$0</p>

 **Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**



Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Daawooyinka Medicare Qaybta B* (waa socotaa)</b></p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Insuliin lagu diyaariyey shay ka mid ah qalabka caafimaadka ee waara (sida bamka insulinta caafimaad ahaan lagama maarmaanka ah)</li> <li>• Daawooyinka kale ee aad qaadato adiga oo isticmaalaya qalab caafimaad oo waara (sida qalabka neefta) ee qorshaheena oggolaaday</li> <li>• daawada Alzheimer's drug, Leqembi (lecanemab ee guud), ee lagu duro xididka (IV)</li> <li>• waxyaalaha dhaliya xinjirowga ee aad isku duri karto haddii aad qabto dhiig-bax</li> <li>• dawooyinka tallaalida xubnaha jirka/cadaadiya habdhiska difaaca jirka: Medicare waxay dabooshaa dawada beerista xubnaha jirka haddii ay Medicare bixisay kharashaadka beerida xubnaha jirka. Waa in aad haysataa Part A xiliga la daboolayo beerista, waa in aad haysataa Part B xiliga aad helayso dawooyinka unugyada difaaca. Medicare Part D ayaa daboosha dawooyinka unugyada difaaca haddii aysan Part B daboolin</li> <li>• dawooyinka lafo-jileeca ee la isku duro. Waxaanu bixinaa dawooyinkan haddii aad guriga ku xidhan tahay, oo aad leedahay lafo jaban oo uu dhakhtarku caddeeyey inay la xiriirto lafo-beelka caado-joogsiga kadib ah, oo aanad adigu isku duri karin daawada</li> <li>• antigens-ka qaar: Medicare waxa ay dabooshaa antigens-ka haddii dhakhtarku diyaariyo loona baray qof si fiican (kaas oo noqon kara adiga, bukaanka) lagu siiyo kormeer ku haboon.</li> <li>• qaar kamid ah dawooyinka afka ee ka hortaga kansarka: Medicare waxa ay dabooshaa qaar kamid ah dawooyinka kansarka ee afka ee aad ka qaadato afka haddii dawo lamid ah loo heli karo in qaab durniin ah ama daawadu tahay mid lamid ah (daawo ah nooca afka laga qaato taas oo, marka la laqo u kala baxda maadooyinka laga helo dawada durniinka) Inta laga helayo dawooyin kansar oo</li> </ul>	
<p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Daawooyinka Medicare Qaybta B* (waa socotaa)</b></p>	
<p>afka laga qaato, Part B ayaa laga yaabaa inay daboosho. Haddii aysan dabooli Part B waxaa daboolaya Part D</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• dawooyinka afka ee ka hortaga lalabada: Medicare waxa ay dabooshaa dawooyinka kahortaga lalabada ee aad u isticmaasho qayb kamid ah nidaamka ka hortaga kansarka ee chemotherapeutic-ka haddii horay laguugu qoray, ama 48 saacadood gudohood ee kiimoteerabiga ama si buuxda loogu isticmaalo bedelka dawada xididka ee kahortaga lalabada</li> <li>• qaar kamid ah daawooyinka afka laga qaato ee Marxalada Dhamaadka Xanuunka Keliyaha (ESRD) haddii dawo lamid ah loo heli karo qaab durniin ah ayna gunnada ESRD Part B ay daboolayso</li> <li>• Daawooyinka calcimimetic ee hoos yimaada nidaamka lacag bixinta ESRD, oo ay ku jiraan daawaynta xididada Parsabiv, iyo daawaynta afka Sensipar</li> <li>• daawooyinka qaarkood oo loogu talagalay sifeynta kelyaha ee guriga, oo ay ku jiraan heparin, daawada ka hortagga heparin (marka caafimaad ahaan loo baahdo) iyo suuxinta jirka la mariyo.</li> <li>• wakiilada kicinta erythropoiesis: Medicare waxay dabooshaa erythropoietin ee irbad ahaan loo qaato haddii aad qabto ESRD ama aad u baahan tahay daawadan si aad u daaweyso dhiig-yarida xaaladaha (sida sida Epogen<sup>®</sup>, Procrit<sup>®</sup>, Reatacrit<sup>®</sup>, Epoetin Alfa, Aranesp<sup>®</sup>, Darbepoetin Alfa<sup>®</sup>, Mircera<sup>®</sup>, ama Methoxy polyethylene glycol-epotin beta)</li> <li>• IV Immune globulin ee daaweynta guriga ee cudurada difaaca aasaasiga ah</li> <li>• nafaqeynta dibada iyo gudaha mindhicirka (IV iyo quudinta tuyuubka)</li> </ul>	
<p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Daawooyinka Medicare Qaybta B* (waa socotaa)</b></p> <p>Linkiga soo socota wuxuu ku geynayaa liiska Medicare Part B Daawooyinka laga yaabo inay hoos yimaadaan Teerabiyada Talaabada: <a href="http://ucare.org/dsnp-druglist">ucare.org/dsnp-druglist</a></p> <p>Waxaan sidoo kale daboolnaa tallaalada qaarkood oo hoos yimaada Medicare Part B iyo Medicare Part D ee gunnada daawada dhakhtar uu qoro.</p> <p><b>Cutubka 5</b> ee <i>Member Handbook</i> waxa ay sharxaysaa gunnooyinka daawada dhakhtar uu qoro ee bukaan-socod. Waxay sharxaysaa xeerarka ay tahay inaad raacdo si aad daawadu u daboosho.</p> <p><b>Cutubka 6</b> ee <i>Member Handbook</i> waxa ay sharraxaysaa kharashaadka aad ku bixinayso dawooyinka bukaan-socod ee dhakhtarka uu qoro ee qorshaheena.</p>	
<p><b>Adeegyada caafimaadka maskaxda</b></p> <p>Tixraac qaybaha soo socda ee adeegyada caafimaadka dhimirka ee la daboolay: <span style="float: right;">\$0</span></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Baaritaanka niyadjabka</li> <li>• Adeegyada bukaan-jiifka ee isbitaalka dhimirka</li> <li>• Daryeelka caafimaadka dhimirka ee bukaan-socodka</li> <li>• Adeegyada isbitaalka qayb ahaan iyo adeegyada bukaan socodka degdega ah</li> </ul>	
<p><b>Daryeelka xarunta kalkaalinta*</b></p> <p>Waxaan mas'uul ka nahay inaan bixinno wadar dhan 100 maalmood oo ah qolka kalkaalinta iyo boodhka. Tan waxaa ku jira daryeelka xannaanada. Haddii aad u baahan tahay in aad sii wado daryeelka guriga wixii ka dambeeya 100 maalmood, <span style="float: right;">\$0</span></p> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Daryeelka xarunta kalkaalinta* (waa socotaa)</b></p> <p>Waaxda Adeegyada Aadanaha ee Minnesota (DHS) waxay si toosa ah u bixin doontaa daryeelkaaga.</p> <p>Haddii DHS ay hadda bixinayso kharashka daryeelkaaga guriga kalkaalinta, DHS, ma aha qorshahayaga, way sii wadi doontaa bixinta kharashka daryeelkaaga.</p> <p>Tixraac qaybta “daryeelka xarunta kalkaalinta Xirfadlaha ah (SNF)” ee jaantuskan si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan caymiska dheeraadka ah ee guriga kalkaalinta qorshuhu bixiyo.</p> <p>Xarunta kalkaalinta (NF) waa meel bixisa daryeelka dadka aan guriga ku heli karin daryeel laakiin aan u baahnayn inay isbitaal jiifaan.</p> <p>Adeegyada aan bixinno waxaa ka mid ah, laakiin aan ku xaddidnayn, kuwan soo socda:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• qol qarsoodi ahaan dhexdhexaad ah (ama qol gaar ah haddii caafimaad ahaan loo baahdo)</li> <li>• cuntooyinka, oo ay ku jiraan cuntooyinka gaarka ah</li> <li>• adeegyada kalkaalinta</li> <li>• daawanynta jidhka, daawaynta maskaxda iyo jidhka, iyo daawaynta hadalka</li> <li>• daaweynta neefsashada</li> <li>• daawooyinka lagugu siiyay qayb ka mid ah qorshahaaga daryeelka. (Tani waxaa ku jira maaddooyinka si dabiici ah ugu jira jirka, sida arrimaha xinjirowga dhiigga.)</li> <li>• dhiig, oo ay ku jiraan kaydinta iyo bixinta</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	




**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Daryeelka xarunta kalkaalinta* (waa socotaa)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Daawooyinka iyo sahayda qaliinka sida caadiga ah ay bixiyaan xarumaha kalkaalinta</li> <li>• baaritaanada shaybaadhka sida caadiga ah ay bixiyaan xarumaha kalkaalinta</li> <li>• raajooyinka iyo adeegyada kale ee shucaaca sida caadiga ah ay bixiyaan xarumaha kalkaalinta</li> <li>• ilsticmaalka qalabyada, sida kuraasta curyaanka sida caadiga ah ay bixiyaan xarumaha kalkaalinta</li> <li>• adeegyada dhakhtarka/xirfadlaha</li> <li>• qalabka caafimaadka ee waara</li> <li>• adeegyada ilkaha, oo ay ku jiraan biraha ilkaha</li> <li>• gunnooyinka aragga</li> <li>• baaritaanada maqalka</li> <li>• daryeelka kalagoosyada lafaha</li> <li>• adeegyada daawaynta cagaha</li> </ul> <p>Caadi ahaan waxaad daryeelkaaga ka heshaa xarumaha shabakada. Si kastaba ha ahaatee, waxaad awoodi doontaa inaad daryeelkaaga ka hesho xarunta aan ku jirin shabakadayada. Waxaad daryeel ka heli kartaa meelaha soo socda haddii ay aqbalaan qadarka lacag bixinta qorshahayaga.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• xarun kalkaalin ama hay'adaha hawlgabka daryeelka joogtada ah halkaas oo aad ku noolayd ka hor intaadan aadin isbitaalka (ilaa inta ay bixinayso daryeelka xarunta kalkaalinta).</li> <li>• xarun kalkaalin oo ay lammaanahaagu ku nool yihiin wakhtiga aad ka baxayso isbitaalka.</li> </ul>	



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p> <b>Baarista buurnaanta iyo daawaynta si miisaanka loo yareeyo</b></p> <p>Haddii aad leedahay 30 ama ka badan, waxaanu bixinaa la-talin kaa caawinaysa inaad yareyso culayskaaga. Waa inaad ka heshaa la-talinta goobta daryeelka aasaasiga ah. Habkaas, waxaa lagu maarayn karaa qorshahaaga ka hortagga oo buuxa. La hadal bixiyaha xanaanada caafimaadkaaga si aad wax badan u ogaato.</p> <p>Waxaa laga yaabaa inaan daboolno faa'iidooyin dheeraad ah haddii caafimaad ahaan loo baahdo.</p>	\$0
<p><b>Adeegyada Dhakhaatiirta dhalmada iyo cudurada haweenka (OB/GYN)</b></p> <p>Adeegyada la daboolay:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Daryeelka dhalmada ka hor, xilliga dhalmada, iyo umusha ka dib ah</li> <li>• Fasalada dhalmada</li> <li>• La-talinta iyo baaritaanka HIV-ga ee dadka uurka leh-adeegga isticmaalka furan</li> <li>• Daaweynta dadka uurka leh ee HIV-ga qaba</li> <li>• Baarista iyo daaweynta cudurada galmada lagu kala qaado (STDs) – adeegga isticmaalka furan</li> <li>• Adeegyada uurka la xiriira ee la helay ee la xiriira ilmo iska soo rididda (kuma jiraan adeegyada la xiriira ilmo soo rididda)</li> <li>• Adeegyada Doula ee uu bixiyo doual sharciyeysan</li> <li>• Adeegyada uu bixiyo xirfadle caafimaad oo rukhsad u haysta xarumaha dhalmada, oo ay ku jiraan adeegyada kalkaalisada umulisooyin sharciyaysan iyo umulisooyin dhaqameed rukhsad haysta</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	\$0



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Adeegyada dhalnada iyo haweenka (OB/GYN) (waa socotaa)</b></p> <p>Adeegyada Aan La Daboolin:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ilmo soo rididda: Adeegan laguma daboolin Qorshaha. Waxa laga yaabaa in ay dawladdu daboosho. Taageerada Macaamiisha ee Daryeelka Caafimaadka DHS (HCCS) ka wac 651-297-3862 ama 1-800-657-3672 (wicitaankaan waa bilaash) ama 711 (TTY) (wicitaankaan waa bilaash) ama isticmaal adeega gudbinta ee aad doorbidayso si aad u hesho macluumaadka caymiska.</li> <li>• Dhalmooyinka guriga ee la qorsheeyay</li> </ul> <p>Waxaad “si toos ah u isticmaali kartaa” bixiyeyaasha OB-GYN adigoo lagu gudbin adeegyadan soo socda: baaritaan caafimaad oo ka hortag ah oo sannadle ah, oo ay ku jiraan baaritaannada dabagalka ah ee bixiyaha daryeelkaaga caafimaadka uu sheegay inay lagama maarmaan yihiin; daryeelka hooyada; qiimaynta iyo daawaynta xaaladaha cudurada haweenka ama xaaladaha degdega ah. Si aad u hesho adeegyada gelitaanka tooska ah, waa inaad u tagtaa bixiye ku jira shabakadda Qamashaha. Adeegyada loo calaamadeeyay sida heitaanka furan, waxaad aadi kartaa bixiye kasta oo daryeel caafimaad, rug caafimaad, isbitaal, farmashiye, ama wakaalada qamasheynta qoyska.</p>	
<p><b>Adeegyada daawaynta opioid (OTP).</b></p> <p>Qorshahayagu waxa uu bixiyaa adeegyada soo socda si loogu daweeyo xanuunka isticmaalka opioid-ka (OUD):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• hawlaha qaadashada</li> <li>• qiimaynta xilliyeed</li> <li>• daawooyinka ay ansixisay FDA iyo, haddii ay khuseyso, maaraynta iyo in lagu siiyo daawooyinkan</li> <li>• la-talinta isticmaalka maandooriyaha</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Adeegyada daawaynta opioid-ka (OTP) (sii socda)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• daawaynta shaqsiyeed iyo kooxeed</li> <li>• ka baaritaanka daroogooyinka ama kiimikooyinka jirkaaga (baaritaanka ‘toxicology’)</li> </ul>	
<p><b>Baadhitaannada bukaan-socodka iyo adeegyada iyo agabka daweynta</b></p> <p>Waxaan bixinaa adeegyada soo socda iyo adeegyada kale ee lagama maarmaanka u ah caafimaadka ee aan halkan ku taxan:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Raajooyinka</li> <li>• Daaweynta shucaaca (‘radium’ iyo walxaha borotoonka ee isku mid ah), oo ay ku jiraan qalabyada farsamada iyo saadka</li> <li>• qalabyada qalliinka, sida dhaymada</li> <li>• marada lagu duubo lafaha jaba, agabka kabitaanka, iyo aaladaha kale ee loo isticmaalo jabka iyo kala-baxa</li> <li>• baaritaannada shaybaarka</li> <li>• dhiig, oo ay ku jiraan kaydinta iyo bixinta</li> <li>• baaritaanada kale ee bukaan-socodka ee ogaanshaha cudurada</li> <li>• adeegyada shucaaca ee ogaanshaha cudurada (tusaale, iskaanada MRI, CT iyo PET)</li> </ul>	<p>\$0</p>
<p><b>Adeegyada bukaan-socodka isbitaalka.</b></p> <p>Waxaanu bixinaa adeegyada caafimaad ahaan lagama maarmaanka u ah ee aad ka hesho qaybta bukaan-socod ee isbitaalka si loo baadho ama loo daweeyo jirro ama dhaawac sida:</p> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	<p>\$0</p>

**?** **Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**



Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Adeegyada isbitaalka bukaan-socod (sii socota)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Adeegyada qaybta xaaladaha degdegga ah ama rugaha bukaan-socodka, sida qalliinka bukaan-socodka ama adeegyada indho-indheynta <ul style="list-style-type: none"> <li>– Adeegyada indho-indheynta waxay ka caawiyaan dhakhtarkaaga inuu ogaado haddii aad u baahan tahay in isbitaalka lagu dhigo “bukaan-jiif ahaan.”</li> <li>– Mararka qaarkood waxaad joogi kartaa isbitaalka hal habeen waxaana weli lagu aqoonsan karaa “bukaan-socod.”</li> <li>– Waxaad macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan bukaan-jiif ama bukaan-socod ka heli kartaa xaashidan: <a href="https://es.medicare.gov/publications/11435-Medicare-Hospital-Benefits.pdf">https://es.medicare.gov/publications/11435-Medicare-Hospital-Benefits.pdf</a></li> </ul> </li> <li>• Shaybaadhka iyo baaritaanada cudur ee isbitaalku kugu soo dalaco kharashka</li> <li>• Daryeelka caafimaadka maskaxda, oo ay ku jiraan daryeelka barnaamijka qayb-isbitaalka, haddii dhakhtarku caddeeyo in daawaynta bukaan-jiif loo baahan yahay la'aanteed</li> <li>• Raajooyinka iyo adeegyada kale ee shucaaca ee uu isbitaalku kharashkooda soo dalaco</li> <li>• Qalabyada caafimaadka, sida marada lagu duubo lafaha jaba iyo agabka kabitaanka</li> <li>• Baaritaannada iyo adeegyada ka hortagga ah ee ku taxan Shaxda Gunnooyinka</li> <li>• Daawooyinka qaarkood oo aanad naftaada siin karin*</li> </ul>	
<p><b>Daryeelka caafimaadka dhimirka ee bukaan-socodka</b></p> <p>Waxaan bixinaa adeegyada caafimaadka dhimirka ee ay bixiyaan: <span style="float: right;">\$0</span></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• dhakhtarka dhimirka ama dhakhtarka haysta shatiga gobolka</li> <li>• Khabiiirka cilmi-nafsiga ee rugta caafimaadka</li> <li>• shaqaale bulsho oo caafimaad</li> <li>• kalkaaliye caafimaad oo takhasus leh</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Daryeelka caafimaadka dhimirka ee bukaan-socod (sii socota)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• la-taliye xirfad leh (LPC)</li> <li>• dhakhtarka teerabiyada guurka iyo qoyska (LMFT)</li> <li>• kalkaaliye caafimaad (NP)</li> <li>• kaaliyaha dhakhtarka (PA)</li> <li>• xirfadle haysta shahaadada Tribal Nations</li> <li>• xirfadlaha baxnaaninta caafimaadka dhimirka</li> <li>• xirfadle kasta oo kale oo u-qalma Medicare sida lagu oggol yahay sharciyada gobolka ee khuseeya</li> </ul> <p>Qorshuhu wuxuu bixin doonaa adeegyada soo socda, iyo laga yaabee adeegyada kale ee aan halkan ku taxan:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rugta Caafimaadka Habdhaqanka Bulshada ee Shahaadaysan (CCBHC)</li> <li>• Adeegyada Habdhaqanka Caafimaadka Degdega ah ee Caruurta (CIBHS) (loogu talagalay xubnaha da'doodu ka hoosayso 21)</li> <li>• Latalinta Daryeelka Caafimaadka</li> <li>• Adeegyada wax ka qabashada dhibaatooyinka oo ay ku jiraan baarista, qiimaynta, wax ka qabashada, xasilinta (ay ku jirto xasilinta deegaanka), iyo ax ka qabashada bulshada</li> <li>• Qiimaynta baaritaanka oo ay ku jiraan baaritaanka jiritaanka jirrooyinka dhimirka ee wada socda iyo cilladaha isticmaalka muqaadaraadka</li> <li>• Barnaamijka Bukaan-socodka Degdegga ah ee Daawaynta Habdhaqanka Lahjada (DBT IOP)</li> <li>• Daaweynta Xeelka Dheer ee Dadka Qaba Cudurada Dhimirka (Forensic Assertive Community Treatment, FACT)</li> <li>• Wakhtiga safarka ee Bixiyaha Caafimaadka Dhimirka</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Daryeelka caafimaadka dhimirka ee bukaan-socod (sii socota)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Maareynta Kiiska La Beegsaday ee Caafimaadka Maskaxda (MH-TCM)</li> <li>• Adeegyada caafimaadka dhimirka ee bukaan-socodka, oo ay ku jiraan sharraxaadda natiijooyinka, adeegyada baritaanka cilmi-nafsiga ee qoyska (loogu talagalay xubnaha ka yar 21 sano) maaraynta daawaynta caafimaadka dhimirka, adeegyada baaritaanada neerfaha, daaweynta cilmi-nafsiga (bukaanka iyo/ama qoyska, qoyska, qalalaasaha iyo kooxda), iyo baaritaanka cilmi-nafsiga</li> <li>• Dhakhaatiirta Adeegyada Caafimaadka Dhimirka, oo ay ku jiraan caafimaadka iyo qiimeynta/wax ka qabashada habdhaqanka, booqashooyinka bukaan-jiifka, la-talinta dhimirka ee bixiyeyaasha daryeelka aasaasiga ah, iyo la-talinta, qiimaynta, iyo maareynta dhakhtarka</li> <li>• Adeegyada Caafimaadka Dhimirka ee Baxnaaninta oo ay ka mid yihiin <ul style="list-style-type: none"> <li>– Daawaynta Bulshada ee lagu kalsoonyahay (ACT),</li> <li>– Daaweynta maalinta dadka waaweyn,</li> <li>– Adeegyada Caafimaadka Dhimirka ee Baxnaaninta Dadka Waaweyn (ARMHS),</li> <li>– Adeegyada Taageerada Takhasuska asaaga ee sharciyaysan (CPS) ee xaaladaha xaddidan,</li> <li>– Takhasusle qoys oo shahaado haysta, (loogu talagalay xubnaha ka yar 21)</li> <li>– Adeegyada daawaynta deegaanka ee caafimaadka dhimirka ee carruurta (loogu talagalay xubnaha ka yar da'da 21)</li> <li>– Adeegyada iyo Taageerada Daaweynta Carruurta (CTSS) oo ay ku jiraan Daaweynta Maalinta Carruurta (loogu talagalay xubnaha ka yar da'da 21),</li> <li>– Adeegyada waxbarashada nafsiyada qoyska (xubnaha ka yar 21 sano)</li> </ul> </li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Daryeelka caafimaadka dhimirka ee bukaan-socod (sii socota)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– AAdeegyada Daaweynta Xowliga ah ee gudaha Deegaanka (IRTS),</li> <li>– Adeegyada Daryeelka Korinta ee Daawaynta Degdega ah (loogu talagalay xubnaha ka yar da'da 21),</li> <li>– Daawaynta Cudurada Dhimirka Dhallinyarada (Youth ACT): adeegyada caafimaadka dhimirka ee baxnaaninta degdega ah ee dadka aan degaanka ahayn (loogu talagalay xubnaha da'doodu tahay 18 ilaa 20)</li> <li>– Barnaamijka isbitaal dhigista ee Qaybta ah (PHP)</li> <li>• Xarunta Daawaynta Deganaanshaha Dhimirka (PRTF) (loogu talagalay xubnaha da'doodu tahay 18 ilaa 20)</li> <li>• Telehealth</li> </ul> <p>Haddii aan go'aansanno in aan loo baahnayn daaweyn caafimaad maskaxeed habaysan, waxa laga yaabaa inaad hesho ra'yi labaad. Fikradda labaad, waa inaan kuu oggolaanno inaad isticmaasho xirfadle caafimaad oo kasta oo aan ku jirin shabakadda qorshaha. Waanu bixin doonaa lacagtatan. Waa inaan ka fekernaa fikradda labbaad, laakiin waxaanu leenahay xaq aanu ku diidno fikrada labbaad. Waxaad leedahay xaq aad rafcaan kaga qaadato go'aankayaga.</p> <p>Go'aan kama gaadhi doono baahida caafimaadka ee adeegyada caafimaadka maskaxda maxkamadu amartay. Istickmaal qorshaha shabakadda adeeg bixiyaha ee qiimaynta caafimaadka maskaxda maxkamaddu amartay.</p> <p>Adeegyada soo socda laguma daboolin qorshaha laakiin waxaa laga yaabaa in laga helo degmadaada. Wac degmadaada wixii macluumaad ah.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Daawaynta xaga xarumaha Sharciga 36 ee aan ruqsada haysan sida Adeegyada Daawaynta Hoyga ee Daryeelka Xoogan (IRTS)</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Daryeelka caafimaadka dhimirka ee bukaan-socod (sii socota)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Qolka iyo boodhka la xiriira Adeegyada Daawaynta Hoyga ee Daryeelka Xoogan (IRTS)</li> <li>• Adeegyada daawaynta iyo qolka iyo boodhka ee xarumaha daawaynta caafimaadka dhimirka ee carruurta qaarkood ee deegaanka ah ee gobollada xuduudka leh</li> </ul>	
<p><b>Adeegyada daryeelka bukaan jifka</b></p> <p>Waxaan bixinaa daawaynta jirka, daawaynta shaqada, iyo daawaynta hadalka.</p> <p>Waxaad ka heli kartaa adeegyada daryeelka bukaan socodka waaxda bukaan socodka cubsitaalka, xafiisyada dhakhtarada daawaynta madaxa banaana, xarumaha daryeelka bukaan socodka dhammayska tiran (CORFs), iyo xarumaha kale.</p>	\$0
<p><b>Adeegyada khalkhalgelinta isticmaalka mukhaadaraadka bukaan-socodka</b></p> <p>Waxaan bixinaa adeegyada soo socda, iyo laga yaabee adeegyada kale ee aan halkan ku taxnayn:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• baaritaanka si xun u isticmaalka aalkolada iyo la-talinta oo ay ku jiraan Tilmaanta Faragelinta Kooban ee u Gudbinta Daaweynta (SBIRT) adeegyada idman iyo qiimayno dhamaystiran</li> <li>• daaweynta isticmaalka maandooriyaha</li> <li>• la-talin kooxeed ama gaar ah oo uu bixiyo dhakhtar aqoon u leh</li> <li>• sun-saarista ee barnaamijka qabatinka ee deegaanka</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	\$0



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Adeegyada khalkhalgelinta isticmaalka mukhaadaraadka bukaan-socodka (sii socota)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• adeegyada khamriga iyo/ama daroogada ee xarunta daaweynta bukaan-socodka degdega ah</li> <li>• daaweynta Naltrexone (vivitrol) ee sii-daynta mudada dheer</li> <li>• daaweynta daawada bukaan socodka ee la caawiyo</li> <li>• iskuduwidda daaweynta cillada isticmaalka maandooriyaha</li> <li>• taageerada soo kabashada ee kooxaha asaaga</li> <li>• Ka saarida sunta (keliya marka isbitaal dhigista bukaan jiiifka ay caafimaad ahaan lama huraan tahay sabab la xiriirta xaaladaha ka yimid dhaawaca ama ka sii darka caafimaad muddada ka saarida sunta)</li> <li>• maaraynta ka bixitaanka isticmaalka mukhadaraadka</li> </ul> <p>Xirfad yaqaanka takhasuska leh ee qayb ka ah shabakada Orshahu waxa uu adiga kuu soo jeedin doontaa talooyinka adeegyad aisticmaalka maandooriyaha. Waxaad dooran kartaa ilaa heerka u sareeya ee adeega uu ku taliyay xirfad yaqaanka takhasuska leh. Waxaad heli kartaa qiimaynta dheeraadka ah wkhti kasta dhexda daryeelkaaga, haddii aanad aqbalin talooyinka adeegyada. Haddii aad ogolaato qiimeynta labaad, waxaad heli kartaa adeegyo iyadoo loo eegayo heerarka cilladda isticmaalka muqaadaraadka iyo qiimeynta labaad.</p> <p>Waxaad xaq u leedahay inaad rafcaan qaadato. Tixraac <b>Cutubka 9</b> ee <i>Member Handbook</i>.</p>	
<p><b>Qaliinka bukaan-socodka*</b></p> <p>Waxaan bixinaa kharashaadka qalliinka bukaan-socodka iyo adeegyada xarumaha bukaan-socodka isbitaalka iyo xarumaha qalliinka ambalaaska.</p>	<p>\$0</p>

**?** **Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Adeegyada isbitaalka qayb ahaan iyo adeegyada bukaan socodka degdega ah</b></p> <p><b>Isbitaal dhigid qayb ahaaneed</b> waa barnaamij qaabaysan oo daawayn firfircoon ee dhimirka ah. Waxaa loo bixiyaa sidii adeega bukaan socodka cusbitaalka ama xarunta caafimaadka maskaxda bulshadda. Way ka xoog badan tahay daryeelka aad ka hesho dhakhtarkaaga, daaweeyahaaga, dhakhtarka guurka iyo daaweeyaha qoyska (LMFT), ama xafiiska la-taliye xirfadeedka shatiga leh. Waxay kaa caawin kartaa inay kaa ilaaliso inaad joogto cusbitaalka,</p> <p><b>Adeegga bukaan-socodka ee degdega ah</b> waa barnaamij qaabaysan oo ah daawaynta firfircoon ee caafimaadka habdhaqanka (maskaxda) oo lagu bixiyo adeeg bukaan-socod isbitaal, xarun caafimaadka dhimirka ee bulshada, xarun caafimaad oo heer federaal ah, ama rug caafimaad oo miyiga ku taala oo ka xoog badan daryeelka laga helo dhakhtarka ama xafiiska daaweeyaha laakiin ka xoog yar isbitaal dhigista qayb ahaan ah.</p>	\$0
<p><b>Adeegyada dhakhtarka/bixiyaha, oo ay ku jiraan booqashooyinka xafiiska dhakhtarka</b></p> <p>Waxaan bixinaa adeegyada soo socda:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Adeegyada daryeelka caafimaadka ee caafimaad ahaan lama huraanka ah ama adeegyada qaliinka ee lagu bixiyo goobaha sida:</li> <li>• xafiiska dhakhtarka</li> <li>• xarunta qalliinka ambalaaska ee shatiyaysan</li> <li>• waaxda caafimaadka bukaan-socodka</li> <li>• la-talinta, cudur aqoonsashada, iyo daawaynta uu bixiyo dhakhtarka takhasuska ah</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	\$0



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Adeegyada dhakhtarka/bixiyaha, oo ay ku jiraan booqashooyinka xafiiska dhakhtarka (sii socota)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Baaritaannada maqalka iyo dheelitirka aasaasiga ah ee uu bixiyo bixiyaha daryeelkaaga aasaasiga ah <b>ama</b> khabiirka, haddii dhakhtarkaagu ku amro inay ogaadaan inaad u baahan tahay daaweyn</li> <li>• Adeegyada qaar ee teleheath, ay ku jiraan kuwan: <ul style="list-style-type: none"> <li>– Adeegyada Medicare oggolaatay, ay k jiraan adeegyada degdega loogu baahan yahay, adeeg bixiyaha daryeelka koowaad iyo booqashooyinka dhakhtarka takhsus, kullamada shakhsiga ah iyo kuwa kooxda ee caafimaadka maskxada, adeegyada dawaynta cagaha, adeegyada waxbarashadda cudurka kelyaha iyo baadhitaanka indhaha.</li> <li>– Waxaad haysataa doorashada helida adeegyadan dhexda booqashada qof ahaaneed ama telehealth. Haddii aad doorato inaad ku hesho mid ka mid ah adeegyadan telehealth, waa inaad isticmaashaa adeeg bixiyaha shabakada kaas oo bixiya adeegyada telehealth.</li> </ul> </li> <li>• adeegyada telehealth ee xanuunka kelyaha ee heerka dhamaadka maraya ee bilaha ah (ESRD) ee la xiriira booqashooyinka xubnaha sifaynta kelyaha ee guriga ee isbitaal ku salaysan ama xarun sifeynta kelyaha ee isbitaal ku salaysan, xarunta sifaynta kelyaha, ama guriga</li> <li>• Adeegyada Telehealth si loo aqoonsado, loo qiimeeyo, ama loo daweeyo astaamaha faaliga</li> <li>• Adeegyada Telehealth ee loogu talagalay xubnaha qaba cillada si xun u isticmaalka maandooriyaha ama jirada maskaxda oo isku mar uu qofku qabo</li> <li>• Adeegyada telehealth ee ogaanshaha, qiimaynta, iyo daawaynta xanuunada caafimaadka dhimirka haddii: <ul style="list-style-type: none"> <li>– Aad leedahay booqasho qof ahaaneed 6 bilood gudahood ka hor booqashadaada caafimaad ee ugu horreysa</li> </ul> </li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**



Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Adeegyada dhakhtarka/bixiyaha, oo ay ku jiraan booqashooyinka xafiiska dhakhtarka (sii socota)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Aad leedahay booqasho qof ahaaneed 12 bilood oo booqasho ah adiga oo helaya adeegyadaan telehealth</li> <li>– Ka dhaafitaano ayaa lagu samayn karaa waxyaabaha kor ku xusan xaaladaha qaarkood</li> <li>• Adeegyada caafimaadka ee booqashooyinka caafimaadka dhimirka ee ay bixiyaan Rural Health Clinics iyo Xarumaha Caafimaadka Aqoonta Federaalka</li> <li>• Baaritaanka onlaynka ah (tusaale ahaan, taleefan ahaan ama ku wada sheekaysiga fiidiyowga) iyaddoo dhakhtarkaaga aad la hadlayso ilaa 5-10 <b>haddii</b>: <ul style="list-style-type: none"> <li>– ma tihid bukaan cusub <b>iy</b></li> <li>– is diiwaanintu lama xidhiidho booqashada xafiiska 7 maalmood ee u dambaysay <b>iy</b></li> <li>– is diiwaanintu ma keento booqashada xafiiska 24 saacadood ee u dambaysay ama ballanta ugu dhakhsaha badan ee suuragalka ah</li> </ul> </li> <li>• Qiimaynta muuqaalka iyo/ama sawirada aad u dirto dhakhtarkaaga iyo turjumaada iyo dabagalka dhakhtarkaagu 24 saacadood gudahood <b>haddii</b>: <ul style="list-style-type: none"> <li>– ma tihid bukaan cusub iyo</li> <li>– qiimayntu aanay xidhiidhin booqashada xafiiska 7 maalmood ee u dambaysay <b>iy</b></li> <li>– qiimayntu ma keento booqashada xafiiska 24 saacadood gudahood ama inta ugu degdega badan ee ballanta la heli karo</li> </ul> </li> <li>• La-talinta dhakhtarkaagu la yeesho dhakhaatiirta kale qaab telefoon, intarneet, ama diiwaanka caafimaadka elektaroonigga ah haddii aadan ahayn bukaan cusub</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	




**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Adeegyada dhakhtarka/bixiyaha, oo ay ku jiraan booqashooyinka xafiiska dhakhtarka (sii socota)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fikrada labbaad ee adeeg-bixiyaha shabakada kale ka hor qaliinka</li> <li>• Daryeelka caafimaadka ilkaha aan caadiga ahayn. Adeegyada la daboolo waxay ku xadidan yihiin: <ul style="list-style-type: none"> <li>– qaliinka daanka ama meelaha la xiriira</li> <li>– hagaajinta jabka daanka ama lafaha wejiga</li> <li>– ilka jiidista ka hor daawaynta shucaaca ee kansarka fida</li> <li>– adeegyada la dabooli doono marka uu dhakhtar bixiyo</li> </ul> </li> <li>• Si aad u hesho macluumaad ku saabsan adeegyada kale ee ilkaha ee aanu daboolno, tixraac qaybta “Adeegyada Ilkaha” ee jaantuuskan.</li> <li>• Baaritaanada ka hortagga iyo jirka</li> <li>• Adeegyada qorshaynta qoyska. Macluumaadka dheeraadka ah, tixraac adeegyada qorshaynta qoyska qaybteeda jaantuuska.</li> <li>• Adeegyada ka baxsan shabakada ee la xariira baaritaanada, dabagalka iyo daawaynta xanuunada ama xaaladaha caafimaad ee naadirka ah</li> </ul>	
<p><b>Adeegyada daawaynta cagaha</b></p> <p>Waxaan bixinaa adeegyada soo socda: <span style="float: right;">\$0</span></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Daawaynta cudur aqoonshadaha iyo caafimaadka ama qaliinka dhaawacyada iyo cudurada cagta (sida faraha soo laaban ama laf ka soo taaganta cidhibta)</li> <li>• Daryeelka cagaha joogtada ah ee xubnaha leh xaaladaha saameeya lugaha, sida cudurka sonkorowga</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Adeegyada daawaynta cagaha (sii socda)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>daryeelka kale ee aan caadiga ahayn ee cagaha sida nadiifinta cidiyaha suulasha iyo jilifta iyo feexda</li> </ul> <p>Waxaanu sidoo kale bixinaa daryeelka cagaha ee caadiga ah hal booqo bishiiba oo aan la xidhiidha cudur baadhida gaarka ah ee hadda ka hor ay daboosho Medicare.</p>	
<p><b>Isku aadinta daaweynta bixinta kadib</b></p> <p>Isku aadinta daawadu waa qayb muhiim ah oo kamid ah daryeelka ka-saarista ka dib haddii aad qaadato daawooyinka dhakhtarku qoray. Waxaan bixinaa dib u heshiisiin daawaynta ka dib oo uu bixiyo farmashiistaha ka dib markii laga soo saaray xarunta bukaan-jiifka. Waxay dib kuula eegi doonaan tilmaamaha ka fasaxida cusbitaalka iyo dawooyinka adiga si loo hubiyo inaad fahanto, Waxay sidoo kale isku xidhi doonaan dawooyinkaaga cusbitaal ka bixida dawooyinka aad qaadanaysay ka hor joogidaadii bukaan jiifka.</p>	\$0
<p> <b>Baaritaannada kansarka qanjirka kaadi haysta</b></p> <p>Ragga da'doodu tahay 50 iyo wixii ka weyn, waxaanu bixinaa adeegyada soo socda hal mar 12 bilood:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>baadhitaanka dhigitaalka ah ee malawadka</li> <li>baadhitaanka walaxda difaaca jidhka u gaarka ah ee qanjidhka borostaytka (PSA)</li> </ul>	\$0
<p><b>Qalabyada la geliyo xubnaha jirka ee aartifiishalka ah iyo agabyada la xiriira</b></p> <p>Qalabka xubno jidh ardafiishal ah beddela dhammaan ama qayb jidhka ah ama shaqada. Kuwaas waxaa kamid ah laakiin aan ku xaddidnayn:</p> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	\$0



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**


Adegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Qalabyada la geliyo xubnaha jirka ee aartifiishalka ah iyo agabyada la xiriira (sii socota)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• tijaabinta, ku haboonaanta, ama tababarka isticmaalka qalabyada macmalka ah iyo lafaha</li> <li>• kiishashka xidmaha uur ku jirta laga jeexay caadiga ah iyo agabyada la xiriira daryeelka xidmaha uur ku jirta laga jeexay</li> <li>• qalabyada wadnaha</li> <li>• bahasha lagu xiro</li> <li>• kabaha macmalka ah</li> <li>• gacmaha iyo lugaha macmalka ah</li> <li>• naaska aartifiishalka ah (ay ku jiraan keesheli qaliin ka dib jarida naaska)</li> <li>• baruukada loogu talagalay dadka timaha ka daataan xaalad kasta oo caafimaad awgeed</li> <li>• kabaha qaarkood marka qayb ka mid ah qalabka tageerada lugta ama marka si gaar ah loogu sameeyo</li> </ul> <p>Waxaan bixinaa sahayda qaar ee la xiriira qalabyada la geliyo jirka. Waxaan sidoo kale bixinaa si aan u hagaajino ama u bedelno qalabyada la geliyo jirka.</p> <p>Waxaan bixinaa qaar ka mid ah caymiska ka dib ka saarista indhaha ama qalliinka indhaha. Tixraac “daryeelka aragga” dambe ee shaxdan wixii faahfaahin ah.</p>	
<p><b>Adegyada daryeelka sambabada</b></p> <p>Waxaanu bixinaa barnaamijyada baxnaaninta sambabada ee xubnaha qaba cudurka sambabada ee joogtada ah ee dhexdhexaadka ah ilaa aadka u daran (COPD). Waa inaad ka haysataa amarka baxnaanintu sambabada dhakhtarka ama bixiyaha daawaynaya COPD.</p>	<p>\$0</p>

**?** **Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>🍏 Infekshannada lagu kala qaado galmada (STIs) baaritaanka iyo la-talinta</b></p> <p>Waxa aanu bixinaa baadhista kalamiidiya, jabtada, waraabowga iyo cagaarshow B. Baadhitaanadan waxa lagu daboolaa haweenka uurka leh iyo dadka qaarkood oo halis dheeraad ah ugu jira STI. Bixiyaha daryeelka aasaasiga ah waa inuu dalbadaa baaritaannada. Waxaan daboolnaa baaritaannadan hal mar 12-kii biloodba ama waqtiyada qaarkood xilliga uurka.</p> <p>Waxaan sidoo kale bixinaa ilaa laba waji-ka-fool ah, kalfadhi la-talin dabecadeed sanad walba oo loogu talagalay dadka waaweyn ee firfircoon ee khatarta ugu jira STI-yada. Kullan kasta waxa uu noqon karaa 20 ilaa 30 daqiiqadood. Waxa aanu bixinaa kulammadan la-talinta adeeg ka-hortag ahaan keliya haddii uu bixiyo bixiyaha daryeelka aasaasiga ah. Kullamadan waa inay ka dhacaan goobta daryeelka koowaad, sida xafiiska dhakhtarka.</p>	\$0
<p><b>Xarunta Kalkaaliska Xirfada leh (SNF)</b></p> <p>Wixii ah adeegyada kalkaaliska guriga aanu daboolno, tixraac qaybta “Daryeelka xarunta Kalkaaliska”.</p> <p>Ma jirto joogida cusbitaalka loo baahan yahay. Waxaa lagu daboolaa ilaa 100 maalmood muddo kasta oo dheefeed wixii ah adeegyada bukaanka gudaha SNF si waafaqsan hagitaanada Medicare.</p> <p>Waxaan bixinaa adeegyada soo socda, iyo laga yaabee adeegyada kale ee aan halkan ku taxnayn:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• qol qarsoodi dhexdhexaad ah leh, ama qol gaar ah haddii ay caafimaad ahaan lama huraan tahay</li> <li>• cuntooyinka, oo ay ku jiraan cuntooyinka gaarka ah</li> <li>• adeegyada kalkaalinta</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	\$0



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Xarunta Kalkaaliska Xirfada leh (SNF) daryeelka* (sii socda)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• daawanynta jidhka, daawaynta maskaxda iyo jidhka, iyo daawaynta hadalka</li> <li>• Daawooyinka aad hesho oo qayb ka ah qorshahaaga ama daryeelkaaga, oo ay ku jiraan walxaha si dabiici ah ugu jira jidhka, sida arrimaha xinjirowga dhiigga</li> <li>• dhiig, oo ay ku jiraan kaydinta iyo bixinta</li> <li>• Saadka caafimaadka iyo qaliinka ee ay bixiyaan xarumaha kalkaalinta</li> <li>• Baafitaanka shaybaadhka xarumaha kalkaalinta</li> <li>• raajada iyo adeegyada kale ee raajada ee ay bixiyaan xarumaha kalkaaliska</li> <li>• Qalabyada, sida kursi curyaanka, caadi ahaan ee ay bixiyaan xarumaha kalkaaliska</li> <li>• adeegyada dhakhtarka/bixiyaha</li> </ul> <p>Caadi ahaan waxaad daryeelkaaga ka heshaa xarumaha shabakada. Si kastaba ha ahaatee, waxaad awoodi doontaa inaad daryeelkaaga ka hesho xarunta aan ku jirin shabakadayada. Waxaad daryeel ka heli kartaa meelaha soo socda haddii ay aqbalaan qadarka lacag bixinta qorshahayaga.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• xarunta kalkaalinta ama hay'adaha hawlgabka daryeelka joogtada ah halkaas oo aad ku noolayd ka hor intaadan tagin isbitaalka (ilaa inta ay bixinayso daryeelka xarunta kalkaalinta)</li> <li>• xarunta kalkaaliska halkaas oo lamaanahaaga ku nool yahay wakhtiga aad ka tagto isbitaalka</li> </ul>	
<p> <b>Joojinta sigaarka iyo tubaakada</b></p> <p>Haddii aad isticmaasho tubaakada, ma laha calaamado ama calaamadaha cudurrada tubaakada, oo aad rabto ama aad u baahan tahay inaad joojiso:</p> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	\$0



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

**Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo****Waxa ay tahay in aad bixiso**** Joojinta sigaarka iyo tubaakada (sii socda)**

- Waxaanu bixinaa laba isku dayo oo joojinta sigaar ah muddo 12 bilood gudahood ka adeeg ka hortag ahaan. Adeegani waa kuu bilaash adiga. Isku day kasta oo joojinta waxaa ku jira ilaa afar booqasho oo fool ka fool ah oo la-talin ah.

Haddii aad isticmaasho tubaakada oo lagaa helay cudur la xidhiidha tubaakada ama aad qaadanayso daawo laga yaabo in ay saamayso tubaakada:

- Waxaan bixinaa laba isku dayo oo joojinta sigaarka ah oo nasasho ah 12-bilood gudahood. Isku day kasta oo la talinta ah waxaa ku jira ilaa afar booqashooyin foolka-fool ah.

**Ilaha aad ku joojinayso sigaarka ama shiishada**

- Baro sida loo joojiyo cabista sigaarka, shiishada ama tubaakada la calaanjiyo. Xubnaha UCare waxay si bilaash ah ku heli karaan caawimaad si ay u joojiyaan cabista sigaarka iyagoo u maraya Khadka Joojinta Isticmaalka Tubaakada Iyo Nikotiinka. Xirmooyinka nikotiinka, xanjada ama lozaanjesyada ayaa sidoo kale loo heli karaa xubnaha u qalma.
- Hel caawimaad si aad uga takhalusto caadada sigaar cabista adigoo si raaxo leh u jooga gurigaaga:
  - Wac khadka Joojinta Isticmaalka Tubaakada iyo Nikotiinka bilaash ah 1-855-260-9713 (TTY 711), oo la heli karo 24 saacadood maalintii, todobada maalmood ee usbuuca
  - Booqo [myquitforlife.com/ucare](http://myquitforlife.com/ucare)
  - Soo dejiso ablikeeshinka moobilada ee Rally Coach Quit For Life.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<b>Daawaynta jimicsiga la kormeero (SET)</b>	
Waxaan bixinaa SET xubnaha qaba cudurka halbowlaha calamiga ah (PAD).	\$0
Qorshahayagu waxa uu bixinayaa:	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ilaa 36 kullan inta lagu jiro muddada 12 todobaad ah haddii dhammaan shuruuradaha SET la buuxiyo</li> <li>• 36 kullan oo kale muddo ka dib haddii ay adeeg bixiyaha daryeelka caafimaadka u arkaan lama huraan</li> </ul>	
Barnaamijka SET waa inuu ahaadaa:	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 30 ilaa 60-daqiiqo kalfadhiyo daweyn ah barnaamijka tababarka jimicsiga ee PAD ee xubnaha leh lugaha casiraad sababtoo ah socodka dhiigga oo liita (dhiig fariisad)</li> <li>• Goobta bukaan socodka isbitaalka gudaheeda ama xafiiska dhakhtarka</li> <li>• uu gudbiyo shaqaalaha takhasuska leh ee hubsado gunnada ka badata waxyeelada oo lagu tababaro gudaha daawaynta jimicsiga ee PAD</li> <li>• si waafaqsan kormeerka tooska ah ee dhakhtarka, kaaliyaha dhakhtarka, ama kalkaalisada caafimaadka khabiirka lagu tababaray labbadaba farsamooyinka taageerada nolosha ee aasaaska ah iyo kuwa hormarsan</li> </ul>	
<b>Taageerada Daryeel bixiyayaasha</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Qorshuhu wuxuu daboolayaa tababbarka iyo taageerada daryeelayaasha xubnaha aan heli karin caymiska iyadoo loo marayo Medical Assistance. Weydii isuduwaha daryeelkaaga macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan adeegan.</li> </ul>	\$0



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**



Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Masaajka/Duugista Daaweynta ah</b></p> <p>Waxaan daboolnaa ilaa 6 booqashooyin duugis ah sanadkiiba xubnaha qaba dhabar xanuunka, qoorta iyo garabka xanuun, madax-xanuun, xanuunka curcurka, cudurka kala-goysyada jirka ama ‘fibromyalgia’.</p>	\$0
<p><b>Gaadiidka</b></p> <p>Haddii aad u baahan tahay gaadiid lagu aado ama looga soo laabto adeegyada caafimaadka ee aanu daboolno, wac HealthRide 612-676-6830 ama 1-800-864-2157 (wicitaankan waa bilaash). TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wicitaankan waa bilaash). Waxaanu bixin doonaa gaadiid raaca ugu habboon oo kharash jaban. Qorshahayaga loogama baahna in aanu ku siino gaadiidka lagu aadayo rugtaada daryeelka aasaasiga ah haddii ay gurigaaga u jirto in ka badan 30 mayl ama haddii aad dooro bixiye khaas ah oo gurigaaga u jira in ka badan 60 mayl. Wac Adeegga Macmiilka 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanka waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaanka waa bilaash) haddii aadan haysan Rugta daryeelka aasaasiga ah oo laga heli karo meel 30 mayl u jirta gurigaaga iyo/ama aadan haysan bixiye khaas ah oo laga heli karo meel 60 mayl u jirta gurigaaga.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ambalaasta aan loogu talagaln xaaladaha degdega</li> <li>• Gaadiidka darawalka mutadawaca ah</li> <li>• Gaadiidka aan la caawin (tagsiga ama gaadiidka dadwaynaha)</li> <li>• Gaadiid raaca la caawiyo</li> <li>• Gaadiid xambaaris leh/bir dadka lagu dalaco leh</li> <li>• Gaadiid raaca la ilaaliyo</li> <li>• Gaadiidka leh qalabka qofka la jiiifiyo marka la qaadayo</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	\$0



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Gaadiid raaca (sii socda)</b></p> <p>Waxaanu sidoo kale daboolnaa kuwa soo socda:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• hal safar oo wareeg ah maalintii oo lagu aadayo kulamada Qarsoodiga ah ee Ka Hadalka Aalkolada iyo/ama Kulamada Qarsoodiga ah ee Ka Hadalka Nikotiinka ee loogu talagalay xubnaha lagu qiimeeyo inay qabaan cillad isticmaalka muqaadaraadka.</li> <li>• ilaa saddex safar-wareeg ah wiiggii oo lagu aadayo xarumaha faydaqabka ee ka qayb qaadanaya barnaamijka iyo fasalka waxbarashada caafimaadka caddaynta ku salaysan.</li> <li>• ilaa hal gaadiid todobaadkii oo lagu tagayo Dukaamada Gunnada Caafimaadka leh ee loogu talagalay xubnaha qaba cudurka sonkorowga, dhiig karka, xanuunada dufanka.</li> </ul> <p><b>Fiiro gaar ah:</b> Qorshaheena ma daboolayo kharash-celinta masaafada (tusaale ahaan, marka aad isticmaasho baabuurkaaga), cuntada, hoyga, iyo baarkinka, oo ay ku jirto safarka ka baxsan gobolka. Adeegyadan laguma daboolo hoosta qorshaha laakiin waxaa laga heli karaa degmada maxaliga ah ama wakaalada qabiilka. La hadal degmadaada maxaliga ah ama wakaalada qabiilka wixii macluumaad dheeraada ah.</p>	
<p><b>Daryeelka xaalada degdega ah ee aad u baahan tahay</b></p> <p>Daryeelka degdega loogu baahan yahay waa daryeelka la siiyo si loo daweeyo: <span style="float: right;">\$0</span></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Xaalad aan degdeg ahayn oo u baahan daryeel caafimaad oo degdeg ah, <b>ama</b></li> <li>• jiro aan la filayn, <b>ama</b></li> <li>• dhaawaca, <b>ama</b></li> <li>• xaalad u baahan daryeel isla markiiba ah.</li> </ul> <p>Haddii aadu baahan tahay daryeel si degdeg ah, waa inaad marka koowaad isku daydaa inaad ka hesho adeeg bixiyaha shabakada. Si kastaba ha ahaatee, waxaad isticmaali kartaa</p> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p><b>Daryeelka degdega ah ee loo baahan yahay (sii socda)</b></p> <p>adeeg-bixiyayaasha shabakadaha ka baxsan marka aanad tagi karin adeeg-bixiye shabakada ku jira sabab la xiriirta in marka loo eego wakhtiga aad haysato, goobtaada iyo duruufahaaga, aysan suurtagal ahayn, ama aysan macquul ahayn, inaad adeegyada ka hesho adeeg-bixiyayaasha shabakada (tusaale, markaad ka baxsan tahay goobta adeegga qorshaha iyo aad u baahan tahay adeegyo degdega ah oo caafimaad ahaan loogu baahan yahay xaalad aan la saadaalin laakiin aan ahayn xaalad caafimaad oo degdega ah).</p> <p>Caymiskan waxa kaliya oo laga heli karaa gudaha Maraykanka iyo dhulalkiisa.</p>	
<p> <b>Daryeelka araga</b></p> <p>Waxaan bixinaa kharashka adeegyada dhakhtarka bukaan-socodka ee ogaanshaha iyo daaweynta cudurrada iyo dhaawacyada isha. Tusaale ahaan, tan waxaa ku jira baaris sanadle ah oo indhaha ah oo loogu talagalay cudurka baaritaanka sokorta ee unug araga ee dadka qaba cudurka macaanka iyo daawaynta cillad maskaxeed oo la xiriirta da'da.</p> <p>Dadka khatarta sare ugu jira gulukoma, waxaan bixinaa hal baaritaan gulukoma sanad kasta. Dadka khatarta sare ugu jira galakoomada waxaa ku jira:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• dadka qaba galookoomada qoyska,</li> <li>• dadka qaba cudurka sonkorta,</li> <li>• Afrikaan Ameerikaan ah oo da'doodu tahay 50 iyo wixii ka weyn</li> <li>• Hisbaanik Ameerikaan oo da'doodu tahay 50 jir iyo ka weyn</li> </ul> <p>Waxaan bixinaa hal muraayad oo muraayad ah ama muraayadaha indhaha ka dib qalliin kasta oo indhaha indhaha ah marka dhakhtarku geliyo muraayadaha indhaha.</p> <p>(Haddii aad hayso labba qaliinka caadka kala goonida ah, waa inaad hesho hal ka mid ah muraayadaha indhaha ka dib qalliin kasta. Laba ma heli kartid laba muraayadood ka dib</p> <p style="text-align: center;"><b>Dheefahani waxay ku sii socotaa bogga xiga</b></p>	



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

**Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo****Waxa ay tahay in aad bixiso**** Daryeelka araga (sii socda)**

qalliinka labaad, xitaa haddii aadan helin labo muraayad ka dib qalliinka koowaad.

Waxaanu sidoo kale daboolnaa kuwa soo socda:

- Baadhitaanka indhaha
- Muraayadaha bilowga ah, marka ay caafimaad ahaan lama huraan tahay (fareemyada muraayada xulashadooda way xadidnaan kartaa)
- Beddelka muraayadaha indhaha, marka caafimaad ahaan loo baahdo. Meelaynta isku midka ah ee muraayadaha indhaha la daboolo ee lumista, tuugada, ama waxyeelada dhaafsiisan samaynta.
- Dib u samaynta fareemyada iyo muraayadaha indhaha la gashado ee lagu daboolo qorshahan
- Arag la qariyay, leh sawir-iftiimaya (sida lensiyada Transitions<sup>®</sup>), ama lenisyo caawiyaha la weyneeyay, marka caafimaad ahaan loo baahdo
- Muraayadaha wiilka isha lagu dhejiyo, marka ay caafimaad ahaan lama huraan tahay duraafaha qaarkood


Sidoo kale waxaanu bixinaa dheefta kaabida ee:

- Muraayadaha la saaray dahaarka qoraxda celiya, sannadkiiba mar
- Midabaynta lenska ee sawir-qaade (“transition”) hal mar halkii sano
- Okuyaalaha leh garaadada (aan khad lahayn), sannadkiiba mar
- Hal joog oo badel ah mar kasta oo ookiyaalaha la cusbooneysiyo sanad kasta marka loo baahdo sabab la xiriirta inuu lumay ama waxyeelo ku dhacday

**Fiiro gaar ah:** Qorshahayagu ma daboolayo muraayado dheeraad ah, dahaarka ilaalinta muraayadaha caagga ah, ama sahayda muraayadaha indhaha.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adeegyada uu qorshahayagu bixiyo	Waxa ay tahay in aad bixiso
<p> <b>“Ku soo dhawoow Medicare” booqasho ka hortag ah</b></p> <p>Waxaan daboolnaa booqashada ka hortagga ah ee “Ku Soo Dhawoow Medicare” ee hal mar ah. Booqashada waxaa ka mid ah:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• dib u eegida caafimaadkaaga,</li> <li>• waxbarashadda iyo la talinta ku saabsan adeegyada ka hortagga ah aad u baahan tahay (ay ku jirto baadhitaanka iyo mudditaanka), <b>iyo</b></li> <li>• u gudbinada daryeel kale hadidi aad u baahan tahay</li> </ul> <p><b>Fiiro gaar ah:</b> Waxaan daboolnaa booqasho ka hortag ah “Ku Soo Dhawoow Medicare” kaliya 12-ka bilood ee ugu horreeya ee aad leedahay Medicare Qaybta B. Markaad ballan samaysato, u sheeg xafiiska dhakhtarkaaga inaad rabto inaad ballansato booqashadaada ka hortagga ah ee “Ku Soo Dhawoow Medicare”.</p>	<p>\$0</p>

## E. Gunnooyinka lagu daboolay meel ka baxsan qorshahayaga

Ma daboolsho adeegyada soo socda, laakiin waxaa laga heli karaa Medicare ama Kaalmada Caafimaadka.

### E1. Daryeelka Hospice-ka

Waxaad xaq u leedahay inaad doorato daryeelka guriga haddii bixiyahaaga iyo agaasimaha caafimaadka rugta ay go'aamiyaan inaad leedahay saadaasha dhamaadka ah. Tani waxay la macno tahay in aad qabto jirro dhiman waxaana la filayaa in aad haysato lix bilood ama ka yar si aad u noolaato. Waxaad daryeel ka heli kartaa barnaamij kasta oo bukaan-socod oo ay shahaado siiso Medicare. Qorshuhu waa inuu kaa caawiyaa sidii aad u heli lahayd barnaamijyada daryeelka caafimaadka ee Medicare-shahaadeysan. Dhakhtarkaaga daryeelka guriga wuxuu noqon karaa bixiye shabakad ama bixiye ka baxsan shabakada.

Ka eeg Shaxda Gunnooyinka ee **Qaybta D** si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan waxa aanu bixino inta aad helayso adeegyada daryeelka nasinta.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

### **Adeegyada goobta daryeelka iyo adeegyada ay daboosho Medicare Qaybta A ama Medicare Qaybta B ee la xidhiidha cudurkaaga ama la dawayn karin:**

- Bixiyaha adeegga nasinta ayaa biilasha Medicare ka bixiya adeegyadaada. Medicare waxa ay bixisaa adeegyada hospice-ka ee la xiriira saadaashaada cudurka. Waxba kama bixinaysid adeegyadan.

### **Adeegyada uu daboolo Medicare Qaybta A ama Medicare Qaybta B ee aan la xidhiidhin saadaasha dhamaadka dhamaadka:**

- Adeeg bixiyaha waxa uu biil u diri doonaa adeegyadaada. Medicare waxay bixin doontaa adeegyadan ay daboosho Medicare Qaybta A ama Medicare Qaybta B. Waxba bixin maysid adeegayda.

### **Daawooyinka laga yaabo inay daboolaan dheefaha Medicare Qaybta D ee qorshaheena**

- Daawooyinka ma dhici karto inay wada daboolaan isku mar daryeelka guriga iyo qorshaheena labadaba. Si aad u hesho wixii macluumaad dheeraad ah, tixraac ku sameey **Cutubka 5** ee *Member Handbook*.

**Fiiro gaar ah:** Haddii aad u baahan tahay daryeel aan isbitaal ahayn, wac isku-duwahaaga daryeelka si aad u habayso adeegyada. Daryeelka aan isbitaal ahayn waa daryeel aan la xiriirin saadaasha cudurka.

## **E2. Adeegyada Kale**

Adeegyada soo socda anagu kuma daboolno qorshaha laakiin waxaa laga heli karaa ilo kale, sida gobolka, degmada, dowladda federaalka, ama qabiilka. Si aad wax badan oo ku saabsan adeegyadaan u ogaatid, Taageerada Macaamiisha DHS Health Care (HCCS) ka wac 1-651-297-3862 ama 1-800-657-3672 ama 711 (TTY) ama isticmaal adeegyada gudbinta ee aad doorbidayso. Wicitaankan waa bilaash.

- Maaraynta kiiska ee loogu talagalay dadka qaba naafanimada koriinka
- Maareynta kiisaska ku wajahan daryeelka carruurta
- Deeqaha Taageerada Macmiilka (CSG)
- Adeegyada HIV ee hoos yimaada Xeerka Ryan White
- Kalkaaliyaha Daryeelka Guriga
- Adeegyada Kaaliyaha Daryeelka Shakhsi ahaaneed (PCA) (Adeegyada iyo Taageerada Koowaad ee Bulshada (CFSS) ayaa bedeli doona adeegyada PCA-ga qiimaynta sannadlaha ah ee xubinta laga bilaabo Oktoobar 1, 2024)
- Iskuduwidda Adeegga Dib-u-dejinta (RSC)



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](https://www.ucare.org).**

- Adeegyada ka-dhaafitaanka ee lagu bixiyo ka-dhaafitaanka Adeegyada Ku-saleysan Guriga iyo Bulshada
- Xarunta daryeelka degdega ah ee dadka qaba naafanimada koriinka (ICF/DD)
- Daawayna xaga xarumaha Sharciga 36 ee aan ruqsada haysan sida Adeegyada Daawaynta Hoyga ee Daryeelka Xoogan (IRTS)
- Qolka iyo boodhka la xiriira Adeegyada Daawaynta Hoyga ee Daryeelka Xoogan (IRTS)
- Adeegyada uu bixiyo xarunta daawaynta gobolka ama xarunta daryeelka xiliga dheer ee gobolku leeyahay marka laga reebo haddii aanu ansixino ama adeega ay amarto maxkamadda si waafaqsan xaaladaha lagu caddeeyay sharciga
- Adeegyada ay bixiyaan hay'adaha federaalku
- Tababarka shaqada iyo adeegyada waxbarashadda
- Tababarka maalinta iyo Caawinta naafada
- Magdhowga inta mayl ee la socday (tusaale ahaan, marka aad isticmaasho baabuurkaaga), cuntooyinka, jiifka albeerkada, iyo baabuur dhigashada. La xidhiidh degmadaada wixii macluumaad dheeraada ah.
- Joogitaanada guriga kalkaaliska kaas oo qorshaheena aan masuul ka ahayn. \*Tixraac “Xarunta daryeelka kalkaaliska”: iyo “Xarunta kalkaaluska xirfada leh: ((SNF) daryeelka” qaybaha gudaha Dheefaha Jaantuuska ee macluumaadka dheeraadka ha.)
- Hay'adda Adeegyada Ilaalinta Dadka Waaweyn ee nugul
- Adeegyada ay daboosho Medical Assistance ee ay bixiyaan Xarumaha Caafimaadka ee Dawladda Dhexe (FQHC)

---

## F. Gunnooyinka aan lagu daboolin qorshahayaga, Medicare, ama Caawinta Caafimaadka

Qaybtani waxa ay kuu sheegaysaa dheefaha uu ka reebay qorshahayagu. “Laga Saaray” waxay ka dhigan tahay inaan bixinayn gunnooyinkaas. Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka iyagana ma bixiyaan.

Liistada hoose waxay sharxaysaa adeegyada iyo alaabooyinka qaarkood ee aanan ku daboolin wax shuruudo ah iyo qaar anaga laga saaray xaaladaha qaarkood.

Ma bixinno gunnooyinka caafimaad ee laga saaray qaybtan (ama meel kale oo ka mid ah *Member Handbook*) marka laga reebo xaalado gaar ah oo la taxay. Xitaa haddii aad hesho adeegyada ee xarunta degdega ah, qorshuhu ma bixin doono kharashka adeegyada. Haddii aad u malaynayso in qorshahayagu yahay inuu bixiyo adeeg aan caymin, waxaad codsan kartaa racfaan. Macluumaad ku saabsan rafcaannada, tixraac **Cutubka 9** ee *Member Handbook*.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Marka laga reebo wixii ka-reebis ah ama xaddidaad ah oo lagu sifeeyay Jaantuska Gunnooyinka, qorshahayagu ma daboolayo waxyaabaha iyo adeegyada soo socda:

- adeegyada loo tixgalinayo inaysan ahayn “macquul iyo caafimaad ahaan lagama maarmaan ah”, marka loo eego heerarka Medicare iyo Medical Assistance, marka laga reebo haddii aan u liis garayno adeegyada la daboolay ahaan.
- daawaynada caafimaadka iyo qaliinka ee tijaabada ah, shay, iyo dawooyin, marka laga reebo haddii Medicare, daraasad cilmi baadhis caafimaad oo ay ogolaatay Medicare, ama qorshaheena uu daboolo. Tixraac **Cutubka 3** Qaybta K ee *Member Handbook* wixii macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan daraasaadka cilmi-baarista caafimaad. Daawaynta tijaabada ah iyo sheeyada waa kuwan guud ahaan aanay aqbalin bulshadda caafimaadku.
- daawaynta qalliin ee buurnaanta jirrada, marka laga reebo marka caafimaad ahaan lagama maarmaanka ah iyo Medicare ama Medical Assistance ay bixiso.
- qol gaar ah oo isbitaal ku yaal, marka laga reebo marka caafimaad ahaan loo baahdo.
- sheeyada gaarka ah gudaha qolkaaga xaga isbitaalka ama xarunta kalkaaliska, sida taleefanka ama telefeeshinka.
- kharashyada uu soo dalaco qaraabadaada dhow ama xubnaha qoyskaaga.
- habraacyada ama adeegyada la doorto ama ikhtiyaariga ah (ay ku jiraan miisaan dhimista, bixida timaha, samaynta galmada, wax qabadka ciyaaraha, ujeedooyinka qurxinta wejiga, iyo wax qabadka ku lidka ah gabowga iyo maskaxda), marka laga reebo marka ay caafimaad ahaan lama huraanka tahay.
- Qaliinka qurxinta ah ama shaqada kale ee qurxinta ah, marka laga reebo haddii loo baahdo sabab la xiriirta dhaawac shil ah ama si loo horumariyo qayb jidhka ah aan weli loo qaabayn si sax ah. Si kastaba ha ahaatee, waxaan bixinaa dib u dhiska naaska ka dib marka la sameeyo qalliinka meesha ka saarista naasta iyo daaweynta naaska kale si la isugu ekaysiiyo.
- qaliin lagu sameeyo qayb isha ka mid ah, qaliinka LASIK, iyo qalabyada kale ee caawiya aragga hooseeyo.
- dib u celinta hababka jeermiska iyo sahayda ka hortagga uurka ee aan la qorin.
- Adeegyada daawo dhaqameedka (isticmaalka daawaynta dhaqameed ama dawada beddelka ah)
- Adeegyada la siiyo askartii hore ama xarumaha Arrimaha Askartii hore (VA). Si kastaba aha ahaatee askarigii hore waxa uu helaa adeegyada gurmada xaga cusbitaalka VA iyo wadaaga kharashka VA waa uu ka badan yahay kharashka lagu wadaago hoosta qorshaneena, waxaanu u magdhabi doonaa askarigii hore faraaqa. Adiga ayaa weli ka mas'uul ah qaddarka kharash-qeybsigaaga.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**



## Cutubka 5: Ku qaadashada dawooyinka lagu qoray adiga oo bukaan socodka ah

---

### Hordhaca

Cutubkan waxa uu sharaxayaa sharciyada helida dawooyinkaaga la qoro ee bukaan socodka. Dawooyinka adeeg gkuu dalbo ee aadka hesho farmasiisga ama dalabka boosta. Waxay ka mid yihiin dawooyinka hoos yimaada Medicare Qaybta D iyo Kaalmada Caafimaadka. Erayada muhiimka ah iyo qeexitaankoodu waxay u soo baxayaan siday u kala horreeyaan alifbeetada cutubka ugu dambeeya *Member Handbook*.

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

- **Daawooyinka ay daboolayso Medicare Part A.** Kuwaas guud ahaan waxaa ka mid ah dawooyinka lagu siiyo marka aad ku jirto cisbitaal ama xarunta kalkaalinta.
- **Daawooyinka ay daboolayso Medicare Part B.** Kuwaas waxaa ka mid ah dawooyinka kemotherabi qaarkood, qaar ka mid ah irbado daroogo oo lagugu siiyay booqasho xafiis oo aad la leedahay dhakhtar ama bixiye kale, iyo dawooyinka lagugu siiyo rugta sifeynta. Si aad u ogaato wax badan oo ku saabsan waxa ay daboolayaan dawooyinka Medicare Part B, tixraac Jaantuska Gunnooyinka ee **Cutubka 4** Qaybta D ee *Member Handbook*.
- Ka sakow Medicare Part D ee qorshaha iyo caymiska gunnada caafimaadka, dawooyinkaagu waxaa dabooli kara Original Medicare haddii aad ku jirto goobta Medicare. Wixii macluumaad dheeraad ah, fadlan tixraac **Cutubka 5**, Qaybta F3 “Haddii aad ku jirto barnaamijka daryeelka caafimaad ee Medicare-shahaadeysan.”

### Xeerarka caymiska daawada bukaan-socodka ee qorshaheenna

Caadi ahaan waxaanu daboolnaa daawooyinkaaga inta aad raacdo xeerarka qaybtan. Haddii daawadu tahay dawada Part D, laguma dabooli karo gunnooyinka Medical Assistance. Qaar ka mid ah warqadda daawada iyo Daawooyinka aan la qorin waxay ku hoos jiraan Kaalmada Caafimaadka. Daawooyinka waxay ku jiraan *Drug List (Liiska Daawooyinka)*.

Waa in (dhakhtar, dhakhtarka ilkaha ama adeeg-bixiye kale) kuu soo qoraa dawadaada, taas oo qasab ah inay ahaato mid ansaxan marka loo eego sharciga gobolka ee lagu dabaqi karo. Qofkan inta badan waa adeeg bixiyahaaga daryeelka koowaad (PCP). Waxa kale oo ay noqon kartaa bixiye kale haddii dhakhtarkaaga (PCP) uu kuu soo gudbiyo daryeel.

Qorahaagu waa **inaanu** ku jirin Liisaska Kareebista ama Kahortagga Medicare ama liis kasta oo la mid ah liisaska Kaalmada Caafimaadka.

Guud ahaan waa inaad isticmaashaa farmasiiga shabakada si aad u buuxiso dawo qoridaada.

Daawadaada lagu qoray waa inay ku jirtaa liiska dawooyinka la *daboolay ee qorshahayaga*. Waxaan ku magacawnaa *Drug List (Liiska Dawooyinka)*, marka la soo gaabiyo (Ka tixraac



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Qaybta B ee cutubkaan)

- Haddii aanay ku jirin *Drug List (Liiska Dawooyinka)*, waxaanu awoodi doonaa inaanu daboolno anaga oo ku siinaynsa ka-dhaafitaan.
- Tixraac **Cutubka 9** si aad wax uga barato weydiinta ka reebban.

Dawadaadu waa in loo isticmaalaa tilmaanta caafimaad ahaan la aqbali karo. Tan waxay la micno tahay isticmaalka dawadu waa in dawada ay ogolaatay Maamulka Cuntada iyo Dawooyinka (FDA) ama ay taageerto tixraacyo caafimaad qaarkood. Waxaa laga yaabaa in dhakhtarkaagu gacan ka gaysto aqoonsiga tixraacyada caafimaadka si uu u taageero isticmaalka la codsado ee daawada lagu qoray.

Waxaa dhici karta in daawadaadu ay u baahan tahay ansixin inta aanan daboolin. Tixraac **Qaybta C** ee cutubkan.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

## Jadwalka Tasmada

<b>A. Buuxinta dawo qoridaada.....</b>	<b>156</b>
A1. Buuxinta daawooyinkaaga ee farmashiyaha shabakada ku jira .....	156
A2. Isticmaalka Kaadhkaaga Xubinta Aqoonsiga marka aad buuxin doonto dawo qorida... 156	
A3. Maxaa la sameeyaa haddii aad bedesho farmashiyaha shabakada ku jira .....	156
A4. Maxaa la sameeyaa haddii farmashiyahaagu ka baxo shabakada.....	157
A5. Isticmaalka farmasiiga la gaar yeelay .....	157
A6. Isticmaalka adeegyada boostada si aad u hesho dawooyinkaaga .....	158
A7. Helida saadka dawooyinka xiliga dheer.....	158
A8. Isticmaalka farmashiyaha aan ku jirin shabakada qorshaheena.....	159
A9. In lagu soo celiyo warqad dhakhtar kuu qoray .....	160
<b>B. Drug List (Liiska Dawooyinka) ee qorshaheena .....</b>	<b>160</b>
B1. Daawooyinka ku jira <i>Drug List (Liiska Dawooyinka)</i> .....	160
B2. Sida loogu helo dawo <i>Liiska Dawooyinka</i> .....	161
B3. Daawooyinka kuma jiraan Drug List (Liiska Dawooyinka) .....	162
B4. Heerarka qiimaha wadaaga ah ee <i>Drug List (Liiska Daawooyinka)</i> .....	162
<b>C. Xadadka qaybo dawada ah .....</b>	<b>163</b>
<b>D. Sababaha dawadaadu aan loo daboolayn .....</b>	<b>164</b>
D1. Helitaanka sahay ku meelgaar ah.....	165
D2. Codsashada sahay ku meelgaar ah.....	166
<b>E. Isbeddellada caymiska daawooyinkaaga.....</b>	<b>166</b>
<b>F. Daboolida dawada xaaladaha gaarka ah .....</b>	<b>169</b>
F1. Isbitaal ama goob kalkaalin caafimaad oo xirfad leh oo joogitaankeedu uu qorshaheena daboolayo .....	169
F2. Xarunta daryeelka muddada-dheer .....	169
F3. Gudaha barnaamijka nasinta ee Medicare ee shatiyaysan .....	169
<b>G. Barnaamijyada ku saabsan badbaadada dawada iyo maaraynta dawada.....</b>	<b>170</b>
G1. Barnaamijyo kaa caawinaya inaad si badbaado leh u isticmaasho daawooyinka.....	170
G2. Barnaamijyo kaa caawinaya inaad maareyso daawooyinkaaga.....	170
G3. Barnaamijka maareynta mukhaadaraadka ee isticmaalka badbaadada leh ee daawooyinka opioid-ka .....	171



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

## A. Buuxinta dawo qoridaada

### A1. Buuxinta daawooyinkaaga ee farmashiyaha shabakada ku jira

Inta badan, waxaanu bixin doonaa daawaynta kaliya marka laga buuxiyo farmasiyada shabakadaha midkood. Farmashiyaha shabakadu waa dukaan daroogo oo ogolaada inuu buuxiyo warqadaha daawada xubnaha qorshahayaga. Waxaad isticmaali kartaa mid kastoo ka mid ah farmasiyada shabakada

Si aad u heshid farmashiye shabakada ku jira, tixraac *Provider and Pharmacy Directory*, booqo websaydkeena ama la xiriir Adeegga Macaamiisha ama care coordinator (iskuduwaha daryeelkaaga).

### A2. Isticmaalka Kaadhkaaga Xubinta Aqoonsiga marka aad buuxin doonto dawo qorida.

Si aad u soo buuxsato daawo uu dhakhtar qoray, **muuji aqoonsiga kaarka** xubinimadaada markaad tagto farmashiyaha ku jira shabakada. Farmashiyaha shabakada ku jira wuxuu nagu soo dalacaa qaybtayada kharashka daawada lagu qoray.

Haddi aanad haysan kaadhka aqoonsiga xubinta marka aad buuxinayso dawadaada, waydii farmashiyaha inuu nala soo xiriiro si aanu u helno macluumaadka lagama maarmaanka ah ama waxaad waydiisan kartaa farmashiyaha inuu eego macluumaadkaaga diiwaangelinta qorshahaaga.

Haddii farmashiisku aanu heli karin macluumaadka lagama maarmaanka ah, waxaa laga yaabaa inaad bixiso kharashka buuxa ee daawada marka aad soo qaadato. Waxaad na weydiisan kartaa inaan lacag kugu soo celino. **Haddii aadan iska bixin karin dawada, la xiriir Adeegga Macmiilka isla markaaba.** Waxaan sameyn doonaa wax walba oo aan ku caawin karno.

- Si aad nooga codsato inaan lacag kugu soo celino, tixraac **Cutubka 7** ee *Member Handbook*.
- Haddii aad u baahan tahay in lagaa caawiyo buuxinta rijeetada, la xiriir Adeegga Macaamiisha ama care coordinator (iskuduwaha daryeelkaaga).

### A3. Maxaa la sameeyaa haddii aad bedesho farmashiyaha shabakada ku jira

Haddii aad bedesho farmashiyaha oo aad u baahato dib u buuxinta rijeetada, waxaad codsan kartaa in lagu qoro dawo cusub ama aad waydiiso farmasigaaga in uu ku wareejiyo dawada farmasiga cusub hadii ay jiraan wax dib u buuxin ah oo hadhay.

Haddii aad u baahan tahay in lagaa caawiyo beddelka farmasigaaga shabakada, la xiriir Adeegga Macmiilka ama isku-duwaha daryeelkaaga.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

#### A4. Maxaa la sameeyaa haddii farmashiyahaagu ka baxo shabakada

Haddii farmashiyaha aad isticmaashid uu ka baxo shabakada qorshahayaga, waxaad u baahan tahay inaad hesho farmashiye cusub oo ku jira shabakada.

Si aad u heshid farmashiye cusub oo shabakada ku jira, tixraac *Provider and Pharmacy Directory*, booqo websaydkeena ama la xiriiir Adeegga Macaamiisha ama care coordinator (iskuduwaha daryeelkaaga).

#### A5. Isticmaalka farmasiiga la gaar yeelay

Wakhtiyada qaarkood dawo qorida waa in lagu buuxiyo farmasiiga la gaaryeelay. Farmasiiyada la gaar yeelay waxaa ka mid ah:

- Farmashiyada guriyada geeya dawooyinka loogu talagalay daawaynta faleebada. Faleebada guriga saadka farmasiiga dawooyinka guriga loogu talo galay daawaynta faleebada guriga, laakiin ma qaato daawaynta. Qorshahayagu waxa uu dabooli doonaa daawaynta faleebada guriga haddii:
  - Dawooyinka lagu qoray waxay ku jiraan *Drug List (Liiska Dawooyinka)* ee qorshaha ama ka reeban dawooyinka lagu qoray.
  - Dawo qoridaada waxaa qoray dawo qoraha la oggolaaday.

Fadlan tixraac *Adeeg bixiyaha iyo Diiwaanka Farmasiiga* si aad u hesho adeeg bixiyaha farmasiiga faleebada guriga aagaaga. Wixii macluumaad dheeraad ah, la xidhiidh Adeega Macmiilka.

- Farmashiyeyaasha siiya dawooyinka dadka deggan xarunta daryeelka muddada-dheer, sida xarunta kalkaalinta.
  - Caadi ahaan, xarumaha daryeelka xiliga dheer waxay leeyihiin farmasiyadooda. Haddii aad degan tahay xarunta daryeelka muddada-dheer, waxaanu hubinaynaa inaad ka heli karto daawooyinka aad u baahan tahay farmashiyaha xarunta.
  - Haddii farmashiyahaaga rugta daryeelka muddada-dheer aanu ku jirin shabakadayada ama ay kugu adagtahay inaad dawooyinkaaga ku hesho xarun daryeel wakhti-dheer, la xiriiir Adeegga Macaamiisha.
- Farmashiyeyaasha u adeega Adeega Caafimaadka Hindida/Barnaamijka Caafimaadka Qabiilka/Magaalka. Laga reebo xaalada gurmada ah, keliya Dadka Dhaladka Maraykanka ah ama Dhaladka Alaska ayaa isticmaali kara farmasiyadan.
- Farmashiyeyaasha siiya daawooyinka ay ku xaddidday FDA meelo gaar ah ama u baahan maarayn gaar ah, iskudubaridka adeeg-bixiyaha, ama barashada isticmaalkooda. (Fiio gaar ah: Dhacdadani waa inay dhacdaa si dhif ah.)



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Si aad u heshid farmashiye cusub oo shabakada ku jira, tixraac *Provider and Pharmacy Directory*, booqo websaydkeena ama la xiriir Adeegga Macaamiisha ama care coordinator (iskuduwaha daryeelkaaga).

## **A6. Isticmaalka adeegyada boostada si aad u hesho dawooyinkaaga**

Noocyada dawooyinka qaarkood, waxaad isticmaali kartaa adeegyada dalbashada boostada ee qorshahayaga. Guud ahaan, dawooyinka lagu heli karo dalbashada boostada waa daawooyin aad u qaadato si joogto ah oo joogto ah ama xaalad caafimaad oo waqti dheer ah.

Adeega dalabka boostada ee qorshaha adiga waxa uu kuu oggolaadaa inaad dalbato saadka 100 maalmood. Saad gaaraya 100-maalmood ayaa leh kharash bixin la mid ah saadka halka bil ah.

### **Buuxinta daawooyinka lagu qoray boostada**

Si aad u hesho foomamka dalbashada iyo macluumaadka ku saabsan buuxinta dawooyinkaaga iyadoo la isticmaalayo boostada wac Adeegga Macmiilka ama Costco Mail Order Pharmacy kala xiriir 1-800-607-6861 (wicitaankan waa bilaash). Isticmaalayaasha TTY waxay wacaan 711 (wacitaankan waa bilaash). Waxa kale oo aad booqan kartaa [pharmacy.costco.com](http://pharmacy.costco.com) oo guji “Bilow” si aad u samaysato akoon oo aad u buuxiso astaanta bukaanka si aad u bilowdo buuxinta daawooyinka. Haddii aad isticmaasho farmashi-dalabka boostada oo aan ku jirin shabakada qorshaha, dawadaada lama dabooli doono.

Caadiyan, daawooyinka boostada laga dalbado waxay ku yimaadaan 14 maalmood gudahood. Si kastaba ha ahaatee, mararka qaarkood dalabka boostada ayaa laga yaabaa in dib loo dhigo. Haddii dalabkaaga boostada la daahiyo, Adeega Macmiilka si uu u ogaado sida loo buuxiyo dawi qoridaada.

### **Nidaamyada dalabka boosta**

Adeegga dalbashada boostada waxa uu leeyahay habab kala duwan oo loogu talagalay dawooyinka cusub ee lagaa helo, qoraalo cusub oo ay si toos ah uga helaan xafiiska bixiyahaaga, oo ay dib ugu buuxiyaan warqadaha dalbashada boostada.

U ogolow farmashiyaha inuu ogaado siyaabaha ugu wanaagsan ee lagula xiriiri karo si ay kuu soo gaaraan si ay u xaqiijiyaan dalabkaaga ka hor inta aan la dhoofin. Adeegga Macaamiisha Costco Mail Order Pharmacy ka wac 1-800-607-6861 (wacitaankan waa bilaash).

Isticmaalayaasha TTY waxay wacaan 711 (wacitaankan waa bilaash). Waxaad sidoo kale booqan kartaa [pharmacy.costco.com](http://pharmacy.costco.com) oo aad gujin kartaa “Bilow” si aad u samaysato akoon oo aad u buuxiso astaanta bukaanka si aad u bilowdo buuxinta daawooyinka.

## **A7. Helida saadka dawooyinka xiliga dheer.**

Waxaad saadka xiliga dheer ee dawooyinka ka heli kartaa *Drug List (Liiska Dawooyinka)* ee qorshaheena. Dayactirka dawooyinku waa dawooyinka aad u qaadato hab caadi ah wxii ah xaalada caafimaad ee raagta ama xiliga dheer. Marka aad hesho sahayda mudda dheer ee



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

dawada, qayb-bixintaada ayaa laga yaabaa inay yaraato.

Farmashiyeyaasha shabakadaha qaarkood ayaa kuu oggolaanaya inaad hesho dawooyinka dayactirka ee muddada-dheer. Saad gaaraya 100-maalmood ayaa leh kharash bixin la mid ah saadka halka bil ah. *Provider and Pharmacy*

*Directory* wuxuu kuu sheegaya farmashiyeyaasha ku siin kara sahayda dawooyinka dayactirka muddada-dheer. Waxaad sidoo kale wici kartaa care coordinator (iskuduwaha daryeelkaaga) ama Adeegga Macaamiisha si aad u hesho wixii macluumaad dheeraad ah.

Noocyada gaarka ah ee dawooyinka, waxaad isticmaali kartaa qorshaha shabakada adeegyada dalabka boostada si aad u hesho saadka dawooyinka xiliga dheer. Tixraac **Qaybta A6** ee cutubkan si aad wax uga ogaato adeegyada dalbashada boostada.

## **A8. Isticmaalka farmashiyaha aan ku jirin shabakada qorshaheena**

Guud ahaan, waxaanu bixinaa dawooyinka laga buuxiyo farmashiyaha ka baxsan shabakada kaliya marka aadan awoodin inaad isticmaasho farmashiyaha shabakada. Waxaanu leenahay farmasiiyada ka baxsan shabakada ee aagayaga adeega halka aad ka heli karto dawo qorida la buuxiyo sidii xubin qorshahayaga ah. Xaaladahan oo kale markay dhacaan, ka hubi care coordinator (iskuduwaha daryeelkaaga) ama Adeegga Macaamiisha marka hore si aad u ogaato haddii uu jiro farmashiye shabakada ku jira oo kuu dhow.

Waxaan bixinaa daawooyinka lagu soo qoray farmashiyaha ka baxsan shabakada xaaladaha soo socda:

### **1. Xaalada gurmada caafimaadka.**

Waxaanu dabooli doonaa dawo qorida lagu buuxiyo xaga farmasiiga shabakada ka baxsan haddii dawo qorida ay la xidhiidho daryeelka gurmada caafimaadka ama daryeelka degdeg loogu baahan yahay.

### **2. Xaaladaha kale.**

Waxaanu dabooli doonaa dawo qoridaada farmasiiga shabakada ka baxsan haddii ugu yaraan hal ka mid ah kuwa soo socda ay habboon tahay:

- Haddii aanad awoodin inaad wakhti habboon ku hesho daawo caymiska ku jirta ee aagayaga adeega sabab la xiriirta inaysan jirin farmashi shabakada ku jira oo masafo yar oo macquul ah lagu gaari karo oo bixiya adeega 24 saacadood ah.
- Haddii aad isku deyaaso inaad buuxiso dawo la dabobay ee sida caadiga ah aan mar walba laga helayn tafaariqlayda shabakada ama dalabka boostada farmashiga. (Dawooyinkan waxaa ku jira dawooyinka cudurada dhifta ah ama dawooyinka qaaliga ah.)
- Haddii aad ku safrayso gudaha Maraykanka, laakiin ka baxsan aagga adeega, oo aad xanuunsato, lumiso ama kaa dhammaato dawooyinka lagu qoray, waxaanu dabooli



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

doonaa daawoyinka lagu qoray farmashiyaha ka baxsan shabakada haddi aad raacdo dhamaan sharciyada caynsanaanta iyo farmashiyaha shabakad aan la heli karin. Ma bixin karno wax dawo qorid ah oo lagu buuxiyo meel ka baxsan Maraykanka, xataa wixii ah gurmada caafimaadka.

Haddii badhasaabka Minnesota. Xogahaya Caafimaadka Maraykanka iyo Adeegyada Aadamaha, ama Madax waynaha Maraykanku waxa uu ku dhawaaqaa xaalada masiibada ama gurmada aagaaga juqraafiga, weli waxaad xaq u leedahay daboolida. Fadlan booqo **ucare.org/important-coverage-information** macluumaadka muhiimka ah ee ku saabsan caymiska inta lagu jiro musiibo la sheegay.

## A9. In lagu soo celiyo warqad dhakhtar kuu qoray

Haddii ay tahay inaad isticmaashid farmashiye ka baxsan shabakada, waa inaad guud ahaan bixisaa kharashka oo dhan halkii aad ka bixin lahayd kharashka marka aad hesho warqadda daawada. Waxaad na weydiisan kartaa inaan lacag kugu soo celino. UCare looma ogola in ay u soo celiso xubnaha kaalmada caafimaadka dawooyinka daboolan.

Si aad wax badan uga barato, tixraac **Cutubka 7** ee *Member Handbook*.

**Fiiro gaar ah:** Haddii daawadu ay ku jirto Gargaarka Caafimaadka (Medicaid), ma ogolaanayno UCare Connect + Medicare Bixiyayaasha si ay kuugu dallacaan dawooyinkan. Waxa aanu u siinaa lacagta si toos ah bixiyayaasha, oo waxa aanu kaa ilaalin doonaa wixii kharash ah. Tani waa run haddii aanu bixino adeeg bixiyaha wax ka yar kharashyada adeeg bixiyaha. Haddii aad bixiso dawadaada aad u malaynayso inaanu daboolno, la xidhiidh Adeega Macmiilka lambarka xaga hoose ee boggan.

---

## B. Drug List (Liiska Dawooyinka) ee qorshaheena

Waxaan haynaa *Liiska Dawooyinka la daboolay*. Waxa aanu ugu yeedhnaa *Drug List (Liiska Dawooyinka)* marka lasoo gaabiyo.

Waxaanu dooranaa daawooyinka ku jira *Drug List (Liiska Dawooyinka)* anagoo kaashanayna koox dhakhaatiir ah iyo farmasiilayaal. Ad *Drug List (Liiska Dawooyinka)* waxa kale oo uu kuu sheegayaa xeerarka aad u baahan tahay inaad raacdo si aad u hesho daawooyinkaaga.

Waxaan guud ahaan daboolnaa daawada ku jirta *Drug List (Liiska Dawooyinka)* ee qorshaheena marka aad raacdo xeerarka aan ku sharaxno cutubkan.

### B1. Daawooyinka ku jira Drug List (Liiska Dawooyinka)

*Drug List (Liiska Dawooyinka)* waxa ka mid ah dawooyinka hoos yimaada Medicare Part D iyo qaar ka mid ah dawooyinka dhakhtarku qoray iyo kuwa laga soo iibsano karo farmashiyaha (OTC) iyo alaabo lagu daboolay Medical Assistance.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**



*Drug List (Liiska Dawooyinka)* waxa ka mid ah dawooyinka magaca summada leh, dawooyinka guud, iyo kuwa badeecooyinka noolaha ah (kuwaas oo ay ku jiri karaan ‘biosimilars’).

Daawada magac summada ah leh waa daawo dhakhtar qoray oo lagu iibiyo magac calaamadeysan oo ay leedahay soo saaraha daawada. Dawooyinka bayolajikadu waa dawooyin ka adag dawooyinka caadiga ah. *Drug List (Liiska Dawooyinka)*, marka aan sheegno "daawo" tani waxay macnaheedu noqon kartaa daawo ama badeeco bayooloji ah.

Daawooyinka magaca guud waxaa ku jira maadooyin la mid ah waxyaabaha ku jira dawada summada leh. Dawooyinka bayolajikada waxa ay leeyihiin kuwo bedel u ah oo loo yaqaano ‘biosimilars’. Guud ahaan, daawooyinka guud iyo daawooyinka bedelka ah waxay u shaqeeyaan si la mid ah daawooyinka magaca sumadda ama agabka bayoolijiga oo sida caadiga ahna way ka qiimo yar yihiin. Waxaa jira dawooyin guud oo lagu beddelo ama daawooyinka bedelka ah ee dawooyin badan oo magac guud leh iyo qaar ka mid ah badeecada noolaha ah. Qaar kamid ah daawooyinka bedelka ah waa daawooyin la isku bedelan karo iyada oo ku xiran sharciga gobolka, waxaa dawada bayolajikada asalka ah lagu farmashiyaha looga bedelikaraa ayada oo aan loo baahnayn daawo qoris cusub, sida loogu bedelikaro daawooyinka caadiga ah loogu bedeli karo dawooyinka cusub.

Tix raac **Cutubka 12** qeexitaanada loogu talo galay noocyada dawooyinka ku jiri kara *Drug List (Liiska Dawooyinka)*.

Qorshahayagu waxa kale oo uu daboolayaa daawooyinka iyo alaabta OTC qaarkood. Daawooyinka OTC qaarkood waxay ku kacayaan wax ka yar daawooyinka dhakhtar qoray waxayna u shaqeeyaan si la mid ah. Wixii macluumaad dheeraad ah, wac Adeegga Macmiilka.

## **B2. Sida loogu helo dawo *Liiska Dawooyinka***

Si aad u ogaato in daawada aad qaadata ay ku jirto *Drug List (Liiska Dawooyinka)* waxaad awoodaa:

- Booqato websaydka qorshaheena oo ah [ucare.org/dsnp-druglist](https://www.ucare.org/dsnp-druglist). *Drug List (Liiska Dawooyinka)* ee laga helo websaydkeena had iyo jeer waa mid cusboonaysiisan.
- Wac Adeegga Macaamiisha si aad u ogaato haddii daawadu ku jirto *Drug List (Liiska Dawooyinka)* ama si aad u weydiiso koobiga liiska.
- Isticmaal “Qalabka Gunnada Wakhtiga Dhabta ah” adiga oo gelaya Akoonkaaga Khadka Tooska ah ee Xubinta UCare ee [member.ucare.org](https://www.member.ucare.org) oo dooro Gunnooyinka Farmashiyaha ama adoo wacaya Adeegga Macaamiisha. Aaladaan waxa aad ku baadigoobi kartaa dawooyinka ku jira *Drug List (Liiska Dawooyinka)* si aad u hesho qiyaasta waxa aad bixin doonto iyo haddii ay jiraan dawooyin bedel ah oo ku jira *Drug List (Liiska Dawooyinka)* taas oo lagu dawayn karo isla xaaladaan.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](https://www.ucare.org).**

### B3. Daawooyinka kuma jiraan Drug List (Liiska Dawooyinka)

Ma dabooosho dhammaan daawooyinka dhakhtarku qoro. Daawooyinka qaar kuma jiraan *Liiska Dawooyinka* sababtoo ah sharcigu ma ogola inaan daboolno daawooyinkaas. Xaalado kale, waxaan go'aansanay inaan ku darin daawo *Drug List (Liiska Dawooyinka)*.

Qorshahayagu ma bixiyo noocyada daawooyinka lagu tilmaamay qaybtan. Kuwan waxaa loogu yeedhaa **daawooyinka laga saaray**. Haddii aad hesho warqad dhakhtar laga saaray, waxaa laga yaabaa inaad u baahato inaad adigu iska bixiso. Haddii aad u malaynayso in aanu bixino kharashka daawada laga saaray kiiskaaga dartii, waxaad samayn kartaa racfaan. Si aad u hesho macluumaad ku saabsan rafcaannada, tixraac **Cutubka 9** ee *Member Handbook*

Waxaa halkan ah saddex sharci oo dawooyinka ka reeban ah:

1. Qorshahayaga caymiska bukaan-socodka (oo ay ku jiraan Medicare Qaybta D iyo dawooyinka barnaamijka Kaalmada Caafimaadka) ma bixin karaan kharashka daawada Medicare Qaybta A ama Medicare Qaybta B ay hore u daboooshay. Qorshaheena wuxuu daboolayaa dawooyinka hoos yimaada Medicare Part A ama Medicare Part B oo bilaash ah, laakiin dawooyinkan looma tixgalinayo qayb ka mid ah gunnooyinka daawada dhakhtar kuu qoray ee bukaan-socodka.
2. Qorshahayaga ma dabooli karo dawada laga iibsaday dibada Maraykanka iyo Dhulalkiisa.
3. Isticmaalka daawada waa in ay ogolaato FDA ama ay taageerto tixraacyo caafimaad qaarkood si ay u daaweeyaan xaaladaada. Waxaa laga yaabaa in dhakhtarkaagu kuu qoro dawooyin gaar ah si loo daweeyo xaaladaada, inkastoo aan loo ogolayn in lagu daweeyo xaaladaada. Tani waxaa loogu yeeraa “isticmaalka ka baxsan calaamada.” Qorshahayagu inta badan ma daboolo dawooyinka loo qoray isticmaalka calaamada ka baxsan.

Sidoo kale, sharci ahaan, Medicare ama Medical Assistance ma dabooli karaan noocyada daawooyinka hoos ku qoran.

- Dawooyinka la isticmaalo si kor loogu qaado ilma dhalida
- Dawooyinka ujeedooyinka qurxinta ah ama si sare loogu qaado koboca timaha
- Daawooyinka loo isticmaalo daawaynta cilladda galmada ama kacsiga
- Daawooyinka bukaan-socod ee ay samaysay shirkad amraysa in lagugu sameeyo baadhitaano ama adeegyo ay sameeyeen iyaga oo kaliya

### B4. Heerarka qiimaha wadaaga ah ee Drug List (Liiska Dawooyinka)

Dawo kasta oo ku jirta *Drug List (Liiska Dawooyinka)* waxay ku jirtaa mid ka mid ah laba heer. Heerku waa koox dawooyin ah oo guud ahaan isku nooc ah (tusaale ahaan, magaca astaanta,



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

daawooyinka guud, ama daawooyinka OTC).

Si aad u ogaato heerka qaybsiga kharashka dawadaadu ku jirto, ka raadi daawada ku jirta *Drug List (Liiska Dawooyinka)*

**Cutubka 6** ee *Member Handbook* waxa ay sheegaysaa qaddarka aad ka bixiso daawooyinka heer kasta.

---

## C. Xadadka qaybo dawada ah

Daawooyinka qaarkood, sharciyada gaarka ah ayaa xaddidaya sida iyo goorta qorshahayagu daboolayo. Guud ahaan, sharciyadayada waxay dhiirigelinayaan adigu inaad hesho dawada ku habboon xaaladaada caafimaadka oo badbaado iyo waxtarba leh. Marka nabdoon, daroogo qiimo jaban ay u shaqeyso si la mid ah dawooyinka qiimaha sare leh, waxaanu ka filaynaa adeeg bixiyahaaga inuu kuu qoro daawada jaban.

**Haddii uu jiro sharci gaar ah oo loogu talagalay dawadaada, badanaa waxay ka dhigan tahay adiga ama bixiyahaaga waa inaad noo qaadaan tillaabooyin dheeraad ah si aan u daboolno daawada.** Tusaale ahaan, adeeg bixiyahaagu waxa uu noo sheegi karaa wax ku saabsan cudur aqoonsashadaada ama waxa uu bixiyaa natiijooyinka baadhitaanka dhiiga koowaad. Haddii adiga ama adeeg bixiyahaagu u maleeyo in xeer kayagu aanu khusayn xaaladaada, na weydiiso inaanu samayno ka-dhaafitaan. Waxaa laga yaabaa inaan ku heshiino ama ku golaano inaad isticmaasho daawada adoon qaadin talaabooyin dheeri ah.

Si aad u ogaato wax badan oo ku saabsan weydiinta ka-reebitaanka, tixraac **Cutubka 9** ee *Member Handbook*.

### 1. Xaddidaadda isticmaalka dawada caanka ah ama alaabada bayoolojiga ee asalka ah marka la heli karo nooc guud ama mid beddel u ah daawada

Guud ahaan, daawada guud ama biosimilar la beddeli karo waxay la mid tahay dawada magaca summadaha ama badeecada bayoolojiga ee asalka ah oo caadi ahaan kharash yar. Xaaladaha intooda badan, haddii uu jiro nooc daawada ah oo guud ama daawada la isku bedelan oo ah dawada magaca summada ama badeecada asalka ah, farmashiyeyaashayada shabakada ku jira waxay ku siinayaan nooca nool ee guud ama la beddeli karo.

- Caadi ahaan ma bixinno dawada magaca sumadda ama badeecada asalka ah ee bayoolojiga marka ay jirto nooc guud oo la heli karo.
- Si kastaba ha ahaatee, haddii adeeg-bixiyahaagu uu noo sheegay sababta caafimaad in daawada guud **ama** daawada bedelka ah aysan ku shaqeyn doonin ama ku qoran “Beddel ma lahan” warqadda daawada lagu qoray ee magaca calaamadda ama badeecada asalka



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

ah ama uu noo sheego sababta caafimaad ee daawada guud ama daawada lagu beddelan karo **ama** dawooyinka kale ee caymisku daboolay ee daaweysa xaalad caafimaad oo taas la mid ah aysan kuu shaqayn doonin, markaas waxaanu dabooli doonaa dawada magaca sumadda.

## 2. Helida oggolaanshaha qorshaha wakhti hore

Daawooyinka qaar, adiga ama dhakhtarkaagu waa inaad qorshaheena ka heshaan oggolaansho ka hor inta aanad buuxin riijeetada. Haddii aadan helin oggolaansho, waxaa laga yaabaa inaan daboolin daawada.

## 3. Isku dayga dawo ka duwan marka koowaad

Guud ahaan, waxaan rabnaa inaad isku daydo daawooyinka qiimaha jaban ee waxtarka leh ka hor inta aanad daboolin daawooyinka kharash badan. Tusaale ahaan, haddii Daawada A iyo Daawada B ay daaweeyaan isla xaalad caafimaad, oo Daawada A qiimaheedu ka yar yahay Daawada B, waxa laga yaabaa in aanu kaaga baahanno inaad isku daydo daawada A marka hore.

Haddii daawada A **kuuma** shaqaynayso, markaa waxaanu daboolnaa Dawooyinka B. Tan waxa loo yaqaan daawaynta tallaabo.

## 4. Xadadka tayoooyinka

Dawooyinka qaarkood, waxaanu xadidnaa qadarka dawada aad haysato. Tan waxaa loogu yeedhaa xadka dawada. Tusaale ahaan, waxaa laga yaabaa inaan xaddidno inta ay le'eg tahay daawada aad heli karto mar kasta oo aad buuxiso riijeetada.

Si aad u ogaato haddii wax sharciyada kor ku xusan lagu dabaqi karo dawo aad qaadato ama aad doonayso inaad qaadato, eeg *Drug List (Liiska Dawooyinka)* Si aad u hesho macluumaadka ugu casrisan, wac Adeegga Macmiilka ama ka hubi websaydkayaga [ucare.org/dsnp-druglist](http://ucare.org/dsnp-druglist). Haddii aadan ku raacsanayn go'aankayaga caymiska ee ku salaysan mid ka mid ah sababaha kor ku xusan waxaad codsan kartaa racfaan. Fadlan tixraac **Cutubka 9** ee *Member Handbook*.

## D. Sababaha dawadaadu aan loo daboolayn

Waxaan isku dayeynaa inaan ka dhigno caynsanaanta daawadu inay si fiican kuugu shaqeyso, laakiin mararka qaarkood waxaa laga yaabaa inaan daawadu loo daboolin sida aad jeceshahay. Tusaale ahaan:

- Qorshaheena ma daboolayo daawada aad rabto inaad qaadato. Daawadu waxa laga yaabaa inaanay ku jirin *Drug List (Liiska Dawooyinka)* Waxaa laga yaabaa inaan daboolno nooc guud oo daawada ah laakiin ma dabooli karno nooca magaca astaanta aad rabto inaad qaadato. Daawadu waxay noqon kartaa mid cusub, walina uma aynaan eegin badbaadada iyo waxtarkeeda.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

- Qorshaheena waxa uu daboolaa dawada, laakiin waxa jira xeerar gaar ah ama xadidaad caymis. Sida lagu sharraxay qaybta sare, Qaybta C, daawooyinka qaar ee qorshaheenu daboolo waxay leeyihiin sharciyo xaddidaya isticmaalkooda. Xaaladaha qaarkood, adiga ama dhakhtarkaaga ayaa laga yaabaa inaad rabto inaad na waydiiso ka reeban.

Waxaa jira waxyaabo aad sameyn karto haddii aanaan u daboolin daawada sida aad rabto inaan u daboolno.

## D1. Helitaanka sahay ku meelgaar ah

Xaaladaha qaarkood, waxaanu ku siin karnaa dawo ku meelgaar ah marka aanay daawadu ku jirin *Drug List (Liiska Dawooyinka)* ama ay si uun u xaddidan tahay. Tani waxay ku siinaysaa wakhti aad kala hadasho adeeg bixiyahaaga sidii aad u heli lahayd daawo kale ama aad na waydiiso inaanu daboolno daawada.

**Si loo helo saad ku meel gaadh ah oo dawada ah, waa inaad buuxisaa labbada sharci ee hoose:**

1. Daawooyinka aad qaadanaysay:
  - laga saaray *Drug List (Liiska Dawooyinka)* **ama**
  - Waligeedba aysan ku jirin *Drug List (Liiska Dawooyinka)* **ama**
  - Hadda ay si uun u xaddidan tahay.
2. Waa inaad ku jirtaa mid ka mid ah xaaladahan:
  - Aad ku jirtay qorshaheena sannadkii hore.
    - Waxaanu daboolnaa sahayda ku meelgaarka ah **inta lagu guda jiro dawadaada 90 maalmood ee ugu horeeya sanadka kalandarka.**
    - Sahaydan ku meelgaarka ahi waa ilaa 30 maalmood.
    - Haddii warqadda dawada lagu qoray maalmo intaas ka yar, waxaanu oggolaanaynaa in dib-u-buuxin badan lagu siiyo ugu badnaan 30 maalmood oo daawo ah. Waa inaad Kansaa ka qayb galka xaga shabakada farmasiiga.
    - Farmasiiyada daryeelka xiliga dheer waxay bixin karaan dawo qorida qaybo yaryar ah wakhtigiiba si looga hortaggo khasaaraha.
  - Aad ku cusub tahay qorshaheena.
    - Waxaan daboolnaa sahayda ku meelgaarka ah **inta lagu guda jiro dawadaada 90 maalmood ee ugu horreeya xubnimadaada qorshaheena.**
    - Sahaydan ku meelgaarka ahi waa ilaa 30 maalmood.
    - Haddii warqadda dawada lagu qoray maalmo intaas ka yar, waxaanu oggolaanaynaa



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

in dib-u-buuxin badan lagu siiyo ugu badnaan 30 maalmood oo daawo ah. Waa inaad Kansaa ka qayb galka xaga shabakada farmasiiga.

- Farmasiiyada daryeelka xiliga dheer waxay bixin karaan dawo qorida qaybo yaryar ah wakhtigiiba si looga hortaggo khasaaraha.
- Aad ku jirtay qorshaheena in ka badan 90 maalmood, aad ku nooshahay xarun daryeel oo wakhti dheer ah, aadna u baahan tahay sahay isla markiiba.
  - Waxaan daboolnaa sahay hal 31-maalmood ah, ama wax ka yar haddii warqadda daawada lagu qoray ay tahay maalmo ka yar. Tani waxay u dheer tahay sahayda ku meel gaarka ah ee kor ku xusan.
  - **Kuwan xubanaha hadda ah ee qorshaha iyo kuwa u wareegaya heer ka duwan oo daryeelka ah:** Waxaanu dabooli doonaa saadka 31-ka maalmood ah, ama ka yar haddii dawo qoridaada la qoray dhow maalmood. Haddii aad tahay xubin hadda, la oggolaaday ama laga saaray rugta daryeelka muddada-dheer, waxaa lagu oggolaan doonaa in “dib-u-buuxinta-dhaqso-dhow” laga dhaafto si loo hubiyo inaad hesho sahay ku filan oo ah daawooyinkaaga.

## D2. Codsashada sahay ku meelgaar ah

In la waydiiyo saadka ku meel gaadhka ah ee dawada, soo wac Adeega Macmiilka.

Markaad hesho sahayda ku meel gaadhka ah ee dawada, la hadal bixiyahaaga sida ugu dhakhsaha badan si aad u go'aansato waxa aad samaynayso marka saadkaagu dhamaado. Waa kuwan doorashooyinkaagu:

- U beddelo daawo kale.

Qorshahayagu waxa laga yaabaa inuu daboolo daawo kale oo adiga kuu shaqaynaysa. Wac Adeega Macmiilka si aad u waydiiso liiska dawooyinka aanu daboolno ee daaweeya isla xaalad caafimaad. Liisku wuxuu ka caawin karaa bixiyahaaga inuu helo dawo la daboolay oo laga yaabo inay ku shaqeyso.

### AMA

- Codso ka-dhaafitaan.

Adiga iyo adeeg bixiyahaagu waxaad na waydiisan kartaan inaanu samayno ka reebis. Tusaale ahaan, waxaad na weydiisan kartaa inaan daboolno dawada aan ku jirin *Drug List (Liiska Dawooyinka)* ama waxaad na weydiisan kartaa inaan dawada u daboolno xad la'aan. Haddii adeeg-bixiyaaga uu sheego inaad haysato sabab wanaagsan oo caafimaad si lagu siiyo ka-dhaafitaan, waxay kaa caawin karaan inaad mid codsato.

---

## E. Isbeddellada caymiska daawooyinkaaga



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Inta badan isbeddelada caymiska daawooyinka waxay dhacaan Janaayo 1, laakiin waxa laga yaabaa inaan daawooyin ku darno ama ka saarno *Drug List (Liiska Daawooyinka)* inta lagu gudo jiro sanadka. Waxaanu sidoo kale beddeli karnaa sharciyadayada ku saabsan daawooyinka.

Tusaale ahaan, waxaan laga yaabaa:

- Go'aanso inaad u baahan tahay ama aadan u baahnayn helitaanka oggolaansho hore (PA) ee daawada (oggolaansho anaga nalaga helo ka hor inta aadan qaadan daawada).
- Ku dar ama beddel cadadka daawada aad heli karto (xaddidaadyada tirada).
- Ku dar ama beddelo xannibaadaha daawaynta tillaabada ee daawada (waa inaad isku daydaa hal daawo ka hor inta aynaan daboolin daawo kale).

Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan xeerarka daroogada, tixraac **Qaybta C**

Haddii aad qaadato daawo aanu daboolnay **bilawga** sanadka, guud ahaan kama saari doono ama beddeli mayno **caymiska dawadaas inta sanadka ka haray marka laga** reebo haddii:

- daawo cusub oo ka qiimo jaban ay suuqa soo gasho taas oo u shaqeysa si la mid ah daawada ku jirta hadda *Drug List (Liiska Dawooyinka)* hadda, **ama**
- aanu ogaano in dawadu badbaado aanay lahayn, **ama**
- dawada laga saaray suuqa.

### Maxaa dhacaya haddii caymisku uu bedelo daawada aad qaadanayso?

Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan waxa dhacaya marka *Drug List (Liiska Dawooyinka)* uu isbedelo, waxaad had iyo jeer:

- Ka hubi *Drug List (Liiska Dawooyinka)* ee hadda onlayn **ucare.org/dsnp-druglist** ama
- wac Adeegga Macmiilka lambarka xagga hoose ee bogga si aad u hubiso Liiska Dawooyinka ee hadda. *Drug List (Liiska Dawooyinka)*.

### Isbeddellada aan ku samayn karno *Drug List (Liiska Dawooyinka)* ee adiga saamaynaya inta lagu jiro sannadka qorshaha

Isbeddela qaarkood ee *Drug List (Liiska Dawooyinka)* waxa ay dhici doonaan isla markaaba.

Tusaale ahaan:

- Daawo magaca guud ee cusub la heli karo. Wakhtiyada qaarkood, dawada magaca guud leh ama dawada bedelka u ah ee timaada suuqa oo u shaqaysa si la mid ah dawada magaca summada ama daawada asalka ah ee ku jirta *Drug List (Liiska Dawooyinka)* hadda. Marka ay taas dhacdo, waxaanu ka saari karnaa magaca dawada summada leh oo waxaan ku dari karnaa dawo cusub oo magaca kimikada leh, laakiin kharashkaaga dawada cusub waxa uu ahaan doonaa isku mid ama wuu ka jabnaan doonaa.

Marka aanu ku darno daawada bilaa magaca shirkada ah, waxaanu sido kale go'aamin



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

doonaa si uu u lahaad summada magaca dawada ku jirta liiska laakiin beddelka sharciyada daboolideeda ama xadidnaanta.

- Waxa dhici karta in aanaan kuu sheegin adiga ka hor inta aanaan samayn isbeddelkan, laakiin waxaanu kuu soo diri doonaa macluumaadka ku saabsan isbeddelka gaarka ah ee aanu samaynay marka aanu samayno.
- Adiga ama adeeg-bixiyahaaga waxaaad waydiisan kartaan “ka-dhaafitaanka” isbeddeladan. Waxaanu kuu soo diri doonaa ogaysiiska wata tallaabooyinka aad qaadi karto si loo waydiiyo ka reebida. Fadlan tixraac **Cutubaka 9** ee buug yarahan si aad u hesho wixii macluumaad dheeraada ah ee ku saabsan ka-dhaafitaanada.
- **Daawada suuqa laga saaray.** Haddii FDA ay sheegto in daawada aad qaadanayso aanay ammaan ahayn ama soo saaraha daawada uu suuqa ka saaro daawada, waxaanu ka saaraynaa *Drug List (Liiska Dawooyinka)*. Haddii aad isticmaalayso dawada, waxa aan kuusoo diri doonaa ogaysiis marka aan bedelno kadib. Markay tani dhacdo, waa inaad la hadasho dhakhtarkaaga ama dawo qoraha kale. Isaga ama ayada waxa ay kaa caawin karaan in aad go'aansato haddii dawo lamid ahi oo ku jirta *Drug List (Liiska Dawooyinka)* aad qaadan karto taas bedelkeeda.

**Waxaanu samayn karnaa isbeddelo kale oo saameeya dawooyinka aad qaadato.** Waxaan si hormaris ah kuugu sii sheegaynaa isbeddeladan kale ee lagu sameeyay *Drug List (Liiska Dawooyinka)*. Isbeddeladan waxay dhici karaan haddii:

- FDA ay bixiso hagitaan cusub ama ay soo baxaan hagitaano caafimaad oo cusub oo ku saabsan dawooyinka.

Marka isbeddeladan dhacaan, annagu, waxaan:

- Waxaan kuu sheegaynaa ugu yaraan 30 maalmood ka hor inta aanaan isbeddel ku samayn *Drug List (Liiska Dawooyinka)* **ama**
- Waxaan ku ogaysiin doonaa 30-maalmood oo dawada ah kadib markaad codsato dib-u-buuxin.

Tani waxay ku siinaysaa wakhti aad la hadasho dhakhtarkaaga ama qoraha kale. Waxay kaa caawin kartaa inaad go'aan gaadho:

- Haddii dawo la mid ah ay ku jirto *Drug List (Liiska Dawooyinka)* waxaad qaadan kartaa beddelkeeda **ama**
- Haddii ay tahay inaad codsato in lagaa dhaafo isbeddeladan si aad u sii wadato daawada ama nooca dawada aad qaadanaysay. Si aad u ogaato wax badan oo ku saabsan weydiinta ka-dhaafitaanka, tixraac **Cutubka 9** ee *Member Handbook*.

**Isbeddellada aan ku samayn karno *Drug List (Liiska Dawooyinka)* ee adiga aan ku saamaynayn inta lagu jiro sannadka qorshaha**



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**



Waxaa laga yaabaa inaan wax ka bedelno daawooyinka aad qaadato oo aan hadda saameyn kugu yeelan. Isbeddelada noocaas ah, haddii aad qaadnayso daawo aanu daboolnay **bilowga** sanadka, guud ahaan kama saarno ama ma beddelno caymiska daawadaas **inta lagu jiro sannadka intiisa kale**.

Tusaale ahaan, haddii aanu dawo ka saarno waxaad qaadnayso ama xadidaysaa isticmaalkeeda, markaa isbeddelku ma saamayn doono isticmaalkaaga dawada inta hadhay sanadka.

Hadii ay wax isbedeladaan mid ka mid ahi ku dhacaan dawada aad qaadnayso (marka laga reebo isbedelada lagu xusay qaybta sare), isbedelku ma saamayn doono isticmaalkaaga ilaa Janaayo 1 sanadka xiga.

Kuuma sheegi doono wax ku saabsan noocyada isbedelada si toos ah sanadkan. Waxa aad u baahan doontaa in aad eegto *Drug List (Liiska Dawooyinka)* qorshaha sanadka xiga (marka uu liisku diyaar noqdo inta lagu guda jiro isdiiwaangelinta furan) si aad u aragto hadii ay jiraan isbedelo saamayn kugu yeelan doona inta lagu guda jiro sanadka qorshaha ee xiga.

---

## F. Daboolida dawada xaaladaha gaarka ah

### F1. Isbitaal ama goob kalkaalin caafimaad oo xirfad leh oo joogitaankeedu uu qorshaheena daboolayo

Haddii lagu dhigo cusbitaal ama xarun kalkaalin caafimaad oo xirfad leh si aad u joogtid qorshahayagu, waxaanu guud ahaan daboolnaa kharashka dawooyinka lagu qoray muddada aad joogtid. Ma bixin doontid lacag-bixin. Marka aad ka baxdo cisbitaalka ama xarunta kalkaalinta ee xirfada leh, waxaanu dabooli doonaa daawayntaada ilaa iyo inta ay dawooyinku ka soo baxayaan dhammaan xeerarka caymiskayaga.

### F2. Xarunta daryeelka muddada-dheer

Caadiyan, xarunta daryeelka muddada-dheer, sida xarunta kalkaalinta, waxay leedahay farmashi u gaar ah ama farmashiye u siiya dawooyinka dhammaan dadka deggan. Haddii aad ku nooshahay xarunta daryeelka xiliga dheer, waxaad ka heli kartaa dawo qoridaada dhexda xarunta farmasiiga, haddii ay qab ka tahay xarunta farmasiiga shabakadayada.

Fiiri *Provider and Pharmacy Directory* si aad u ogaatid in farmasiigaaga xarunta daryeelka muddada-dheer uu qayb ka yahay shabakadayada. Haddii aysan ahayn ama haddii aad u baahan tahay macluumaad dheeraad ah, la xiriir Adeegga Macmiilka.

### F3. Gudaha barnaamijka nasinta ee Medicare ee shatiyaysan

Darogadu waligeed isku mar ma wada daboolaan daryeelka guriga iyo qorshaheena labadaba.

- Waxaa laga yaabaa in lagu diiwaan geliyo isbitaalka Medicare oo aad u baahan tahay daawooyin gaar ah (tusaale, daawada xanuunka, dawooyinka lalabo, dawooyinka



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

caloosha jilcisa, ama daawooyinka ka hortagga welwelka) taas oo isbitaalkaagu uusan daboolin sababtoo ah lama xiriiraan saadaalinta xanuunka ku haya iyo xaaladaada caafimaad. Xaaladaas darteed, qorsheheenu waa in uu fariin ka helaa daawo qorahaaga ama daawo bixiyahaaga in ay tahay mid aanan la xariirin ka hor inta aanan daboolin.

- Si looga hortago dib u dhac ku yimaada helitaanka dawooyinka aan la xiriirin ee qorshaheena ay tahay inuu daboolo, waxaad waydiisan kartaa bixiyahaaga nasinta ama daaweeyahaaga si aad u hubiso inaanu hayno ogaysiinta in daawadu aanay xiriir la lahayn ka hor inta aanad waydiisan farmashiyaha inuu buuxiyo daawada.

Haddii aad ka baxdo hospice-ka, qorshahayagu wuxuu daboolayaa dhammaan daawooyinkaaga. Si looga hortago dib u dhac kasta oo ka dhaca farmashiyaha marka ay dhamaato dheefaha hospice-ka ee Medicare, u qaado dukumeenti farmashiyaha si aad u xaqiijiso inaad ka tagtay hospice-ka.

Tixraac qaybaha hore ee cutubkan oo ka warramaya daawooyinka qorshaheenu daboolayo. Tixraac **Cutubka 4** ee *Member Handbook* si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan gunnada nasinta.

---

## **G. Barnaamijyada ku saabsan badbaadada dawada iyo maaraynta dawada**

### **G1. Barnaamijyo kaa caawinaya inaad si badbaado leh u isticmaasho daawooyinka**

Wakhti kasta oo aad buuxso dawo qorida, waxanu raadinaa dhibaatooyinka suuragalka ah, sida khaladaadka dawada ama dawooyinka:

- ayaa laga yaabaa inaan loo baahnayn sababtoo ah waxaad qaadataa daawo kale oo la mid ah
- aan badbaado u noqon karin da'daada ama jinsigaaga
- waxyeelo kuu gaysan kara haddii aad isticmaasho isku mar
- ay ku jiraan maadooyin laga yaabo ama aan laga yaabin inaad xasaasiyad ku leedahay
- ku jira xadi opioid ah oo loogu talagalay xanuun baabi'in

Haddii aan ku aragno dhibaato suurtagal ah isticmaalkaaga dawooyinka dhakhtarku qoray, waxaanu kala shaqaynaa bixiyahaaga si aan u saxno dhibaataada.

### **G2. Barnaamijyo kaa caawinaya inaad maareyso daawooyinkaaga**

Qorshahayagu waxa uu leeyahay barnaamij lagu caawinayo xubnaha leh baahiyaha caafimaad ee adag. Xaaladahan oo kale, waxa laga yaabaa inaad u qalanto inaad hesho adeegyo, lacag la'aan,



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

iyada oo loo marayo barnaamijka maaraynta daawaynta teerabiyada (MTM). Barnaamijkani waa ikhtiyaari waana bilaash. Barnaamijkani waxa uu idinka caawinayaa adiga iyo adeeg bixiyahaaga in aad hubisaan in daawayntaadu ay ka shaqaynayso hagaajinta caafimaadkaaga. Haddii aad u qalanto barnaamijka, farmashiistaha ama xirfadle kale oo caafimaad ayaa ku siin doona dib u eegis dhamaystiran dhammaan daawooyinkaaga oo kaala hadli doona:

- sida loo helo gunnada ugu wanaagsan ee dawooyinka aad qaadato
- walaacyo kasta oo aad qabto, sida kharashyada dawada iyo falcelinta dawada
- sida ugu wanaagsan ee loo qaato daawadaada
- su'aalo kasta ama dhibaatooyinka aad qabto ee ku saabsan dawo qoridaada iyo dawooyinka farmashiga laga soo iibsano

Kadib, waxay ku siin doonaan:

- Qoraal kooban oo dooddan ah. Soo koobiddu waxa ay leedahay qorshe hawleed daawad kaas oo ku talinaya waxa aad ka qaban karto sida ugu wanaagsan ee isticmaalka daawooyinkaaga.
- Liiska dawooyinka gaarka ah oo ay ku jiraan dhammaan daawooyinka aad qaadato, inta aad qaadato, iyo goorta iyo sababta aad u qaadato.
- Macluumaad ku saabsan in si badbaado leh loo tuuro daawooyinka dhakhtarku qoray ee ah walxaha la xakameeyey.

Waa fikrad wanaagsan inaad kala hadasho dhakhtarkaaga qorshahaaga waxqabad iyo liiska daawada.

- Qorshe-hawleedkaaga iyo liiska daawada hore u qaado xilliga booqashadaada ama wakhti kasta oo aad la hadlayso dhakhaatiirta, farmashiistayaasha, iyo bixiyeyaasha kale ee daryeelka caafimaadka.
- Qaado liiskaaga daawada haddii aad aado isbitaalka ama qolka gargaarka degdega ah.

Barnaamijyada MTM waa tabaruc waana bilaash xubnaha u qalma. Haddii aanu hayno barnaamij ku habboon baahiyahaaga, waxaanu ku diwaangelinaynaa barnaamijka oo aanu kuu soo dirnay macluumaad. Haddii aadan rabin inaad ka mid noqoto barnaamijka, nala soo socodsii, annaguna waan kaa saari doonaa.

Haddii aad hayso su'aalo ku saabsan barnaamijyadan, la xidhiidh Adeegga Macmiilka ama isku-duwaha daryeelkaaga.

### **G3. Barnaamijka maareynta mukhaadaraadka ee isticmaalka badbaadada leh ee daawooyinka opioid-ka**

Qorshahayagu waxa uu leeyahay barnaamij ka caawin kara xubnaha inay si badbaado leh u



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

isticmaalaan dawooyinka opioid ee loo soo qoray iyo daawooyinka kale ee sida badan loo isticmaalo. Barnaamijka waxaa loogu yeedhaa Barnaamijka Maaraynta Dawada (DMP).

Haddii aad isticmaasho dawooyinka obiyodhka ee aad ka hesho dhowr dhakhaatiir ama farmashiyo ama haddii aad dhawaan qaadatay dawo badan oo obiyodh ah, waxaa laga yaabaa inaan la hadalno dhakhtarkaaga si aanu u xaqiijino in isticmaalkaaga dawada obiyodhka uu yahay mid habboon oo dawa ahaan lama huraan ah. La shaqeynta dhakhaatiirtaada, haddii aan go'aansanno isticmaalkaaga daawada xashiishka ama daawooyinka dhimirka aysan badqab kuu lahayn, waxaa laga yaabaa inaan xaddidno sida aad u heli karto daawooyinkaas. Xadidnaanta waxaa ka mid ah:

- In lagaaga baahdo inaad dhammaan rijeetada daawooyinka ka hesho farmashiye gaar ah iyo/ama dhakhtar gaar ah
- Xaddidda inta ay le'eg yihiin daawooyinka aan kuu daboolno

Haddii aan u maleyno in mid ama in ka badan ay ku khuseyso, waxaan horay kuugu soo diri warqad. Warqaddu waxay kuu sheegi doontaa haddii aan kuu xaddidno caynsanaanta daawooyinkan, ama haddii laga rabo inaad ka hesho dawooyinka daawooyinkan kaliya bixiye gaar ah ama farmashiye.

**Waxaad haysan doontaa fursada aad noogu sheegto kuwa ay yihiin dhakhtarada ama farmashiyada aad doorbidayso inaad isticmaasho iyo macluumaad kasta oo muhiim noo ah inaanu ogaano.** Haddii aan go'aansanno inaan xaddidno caymiskaaga daawooyinkan ka dib markaad fursad u hesho inaad ka jawaabto, waxaan kuu soo direynaa warqad kale oo xaqiijinaysa xaddidaadda.

Haddii aadu malaynayso inaanu khalad samaynay, waxaad diiday inaad khatar ugu jirto si khaldan u isticmaalka dawo qorida, ama waad khilaaftay xadidka, adiga iyo dawo qorahaaga waxaad soo xarayn kartaa rafcaan. Haddii aad rafcaan qaadato, waxaanu dib u eegi doonaa kiiskaaga oo aanu ku siin doonaa go'aankayaga. Haddii aan sii wadno in aan diidno qayb ka mid ah rafcaankaaga ee la xidhiidha xaddidaadda gelitaankaaga dawooyinkan, waxaanu si toos ah kiiskaaga ugu diraynaa Ururka Dib-u-eegista Madax-bannaan (IRO). (Si aad wax badan uga barato rafcaannada iyo IRO, tixraac **Cutubka 9** ee *Member Handbook*.)

DMP kuguma habboonaan doonto haddii aad:

- qabto xaalado caafimaad oo kale, sida kansarka ama cudurka unugyada dhiiga cas ee la dhaxlo.
- aad helayso daryeel caafimaad guri, xanuun baabi'iyee, ama daryeelka dhamaadka nolosha, **ama**
- ku nooshahay xarunta daryeelka muddada-dheer.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

## Cutubka 6: Waxa aad ku bixiso daawooyinkaaga Medicare iyo Medical Assistance

### Hordhaca

Cutubkan waxa uu sheegayaa waxa aad ku bixiso dawo qoridaada bukaan socodka. Ee “dawooyinka,” waxaanu ujeednaa:

- Daawooyinka Medicare Part D, **iyo**
- Daawooyinka iyo alaabta lagu daboolay Medical Assistance, **iyo**
- Daawooyinka iyo walxaha uu qorshaheena u daboolay gunnooyinka dheeraadka ah ahaan.

Sababtoo ah waxaad xaq u leedahay Kaalmada Caafimaadka, waxaad ka helaysaa “Caawimo Dheeraad ah” Medicare si ay kaaga caawiso bixinta daawooyinkaaga Medicare Qaybta D.

**Caawimada dheeraadka ah** aa barnaamijka Medicare ee caawiya dadka leh dakhliga xadidan iyo ilaha yareeya Medicara Qaybta D kharashyada dawo qorida sida lacagta caymiska, jarjarida, iyo kharashka la wada bixiyo. Caawimada Dheeraadka ah sidoo kale waxaa loogu yeedhaa “Kaabida Dakhliga hoose,” ama “LIS.”

Erayada kale ee muhiimka ah iyo qeexitaankoodu waxay u soo baxayaan siday u kala horreeyeen alifbeetada cutubka u dambeeya *Member Handbook*.

Si aa u barato wax badan oo ku saabsan dawo qorida, waxaad eegi kartaa meelahan:

- Liiskeena *Dawooyinka La Daboolay*.
  - Tan waxaan ugu yeernaa *Drug List (Liiska Dawooyinka)*. Waxay kuu sheegtaa:
    - Daawooyinka aan bixino
    - Haddii ay jiraan wax xad ah oo daroogada ah
    - Haddii aad u baahan tahay koobiga *Drug List (Liiska Dawooyinka)*, wac Adeegga Macmiilka. Waxaad sidoo kale ka heli kartaa nuqulka ugu dambeeya ee *Drug List (Liiska Dawooyinka)* websaydkeena [ucare.org/dsnp-druglist](http://ucare.org/dsnp-druglist).
- **Cutubka 5** ee *Member Handbook*.
  - Wuxuu kuu sheegayaa sida aad qorshaheena caymiska uga heli karto dawooyinkaaga bukaan-socod.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

- Waxaa ka mid ah, sharciyada aad u baahan tahay inaad raacdo. Waxa kale oo ay sheegtaa noocyada dawooyinka dhakhtarku qoray ee aanu qorshahayagu daboolin.
- Marka aad isticmaasho qorshaha “Real Time Benefit Tool” si aad u fiiriso caymiska dawada (tixraac **Cutubka 5**, Qaybta B2), kaharshka lagu muujiyey “real time” macneheedu waa qiimaha la soo bandhigay aalada in ay dib u saamaynayso xiliga waqtiga si loo bixiyo qiyaasta qiimayaasha laga bixiyo jeebka ee aad filan karto in aad bixiso. Waxaad wici kartaa care coordinator (iskuduwaha daryeelkaaga) ama adeegga macaamiisha wixii macluumaad dheeraad ah.
- Tusaheena Provider and Pharmacy Directory.
  - Badanka xaaladahda, waa inaad isticmaashaa shabakada farmasiiyada si aad u hesho dawadaada la daboolay. Farmashiyeyaasha shabakadu waa farmasiyo oggolaaday inay nala shaqeeyaan.
  - Tusaha *Provider and Pharmacy Directory* wuxuu liis gareeyaa farmashiyeyaasha shabakada ku jira. Tixraac **Cutubka 5** ee *Member Handbook* wixii macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan farmasiyada shabakada.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

## Jadwalka Tasmada

<b>A. Sharaxaada <i>Gunnooyinka</i> (EOB).....</b>	<b>176</b>
<b>B. Sida loola socdo kharashyada daawadaada .....</b>	<b>177</b>
<b>C. Wax kharash ah kama bixinaysid sahayda halka-bil ah ama dawooyinka waqtiga dheer .....</b>	<b>178</b>
C1. Heerarka qaybsiga kharashka.....	178
C2. Doorashada farmashiyahaaga.....	179
C3. Helitaanka sahayda daawada muddada-dheer.....	179
<b>D. Tallaalada.....</b>	<b>179</b>
D1. Waxa aad u baahan tahay inaad ogaato ka hor inta helin tallaalka.....	180



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

## A. Sharaxaada *Gunnooyinka* (EOB)

Qorshahaynu wuxuu ilaalinayaa dawooyinka lagu qoray. Waxaan la soconaa laba nooc oo kharash ah:

- **kharashka ka baxa jeebkaaga.** Tani waa tirada lacagta adiga ama dadka kale ee magacaaga ku hadlaya aad ku bixisaan daawooyinkaaga. Waxaa ka mid ah kharashaadka aad bixiso marka aad hesho dawada Qaybta D ee caymisku daboolay, kharash bixin kasta oo daawo ah oo ay sameeyaan qoyskaaga ama asaxaabtaada, kharash bixin kasta oo daawo ah oo ay bixiso “Extra Help” kana socda Medicare, loo-shaqeeye ama qorshayaasha caafimaadka midaysan, TRICARE, Indian Health Service, barnaamijyada caawinta dawada AIDS, deeqaha, iyo inta badan Barnaamijyada Kaalmada Daawada ee Gobolka (SPAPs).
- **Kharashyada guud ee daawada.** Tani waa wadarta dhammaan lacagihii lagu bixiyay dawadaada Part D ee la daboolay. Waxaa ka mid ah kharashaadka qorshuhu bixiyay, iyo kharashaadka barnaamijyada kale ama ururadu ku bixiyeen daawooyinkaaga Part D ee caymisku daboolay.

Marka aad ka hesho dawooyinka lagu soo qoray qorshahayaga, waxaanu kuu soo diri doonaa kooban oo loo yaqaan *Sharaxaada Gunnooyinka*. Waxa aanu ugu yeernaa EOB si kooban. EOB maaha biil. EOB-ga wuxuu haayaa macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan daawooyinka aad qaadato. EOB ga waxaa ku jiraa.

- **Macluumaadka loogu talagalay bisha.** Soo koobiddu waxay sheegaysaa daawooyinka lagu qoray ee aad heshay bishii hore. Waxay tusinaysaa wadarta kharashka dawada, waxa aanu bixinay, iyo waxa adiga iyo dadka kale ee adiga ku bixinayaba aad bixisay.
- **Macluumaadka sannad-ila-taariikheed.** Tani waa wadarta kharashkaaga daawada iyo wadarta lacag bixinta aad bixisay ilaa Janaayo 1.
- **Macluumaadka qiimaha daawada.** Tani waa wadarta qiimaha dawada iyo isbeddel kasta oo boqolkiiba ah ee ku yimaadda qiimaha daawada tan iyo buuxintii ugu horreysay.
- **Beddelka qiima hooseeya leh.** Marka la heli karo, waxay kasoo baxayaan soo koobida daawooyinkaaga hadda. Waxaad la hadli kartaa dhakhtarkaaga si aad wax badan u ogaato.

Waxaan bixinaa caymiska dawooyinka aan hoos iman Medicare.

- Lacagaha lagu bixiyo dawooyinkaan kuma xisaabsana wadarta kharashyada ka baxa jeebkaaga.
- Si aad u ogaato daawooyinka uu qorshahayagu daboolayo, tixraac *Drug List (Liiska Dawooyinka)*. Marka lagu daro dawooyinka hoos yimaada Medicare, qaar ka mid ah dawooyinka dhakhtarku qoro iyo kuwa aan farmashiyaha laga iibsanaa ayaa lagu daboolay



**Haddii aad qabto su'aalo,** fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**



Kaalmada Caafimaadka. Daawooyinkaan waxay ku jiraan *Drug List (Liiska Dawooyinka)*.

## B. Sida loola socdo kharashyada daawadaada

Si aad ula socoto kharashaadkaaga dawada iyo lacagaha aad bixiso, waxaanu isticmaalnaa diiwaanada aanu ka helno adiga iyo farmashiyahaaga. Halkaan waxaa ah sida aad nagu caawin karto:

### 1. Isticmaal Kaarka Aqoonsiga Xubinta.

Tus kaarka aqoonsiga xubinta mar kasta oo lagu soo qoro warqad dhakhtar. Tani waxay naga caawinaysaa inaan ogaano warqadaha daawada ee aad buuxiso iyo waxa aad bixiso.

### 2. Hubi inaan hayno macluumaadka aan u baahanahay.

Na sii koobiyada rasiidhada dawooyinka la daboolay ee aad bixisay. Waxaad na weydiisan kartaa inaan lacag kugu soo celino.

Halkan waxaa ah waqtiyada qaarkood marka ay tahay inaad na siiso nuqullada rasiidhadaada:

- Marka aad dawo caymisku daboolay ka iibsato farmashiyaha shabkada ku jira weliba qiimo gaar ah ama adigoo isticmaalaya kaarka qiimo dhimista ee aan qayb ka ahayn gunnooyinka qorshaheena
- Markaad bixiso kharash-wadaaga dawooyinka ee aad ka hesho barnaamijka kaalmada bukaanka ee daawooyinka
- Marka aad dawooyinka caymisku daboolo ka soo iibsato farmashiye ka baxsan shabakada
- Markaad bixiso qiimaha buuxa ee daawada caymisku daboolay

Si aad u hesho wixii macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan inaad naga codsato inaan dib kuugu celino qaybteena kharashka daawada, tixraac **Cutubka 7** ee *Member Handbook*.

### 3. Noo soo dir macluumaadka ku saabsan lacagaha ay dadka kale kuu sameeyeen.

Lacagaha ay bixiyaan dad iyo ururo kale ayaa sidoo kale lagu tiriyaa adiga kharashyada jeebka ka baxsan. Tusaale ahaan, lacagaha ay bixiso barnaamijka gargaarka daroogada ee AIDS-ka (ADAP), Adeegga Caafimaadka Hindiya, iyo inta badan hay'adaha samafalku waxay ku xisaabtamaan kharashyadaada jeebka ka baxsan.

### 4. Fiiri EOB-yada aan kuu soo dirno.

Markaad EOB ku hesho boostada, hubi inay dhamaystiran tahay oo sax tahay.

- **Ma aqoonsantahay magaca farmashi kasta?** Hubi taariikhaha. Maalintaas miyaad heshay daawooyinka?
- **Ma heshay daawooyinka liiska ku jira?** Miyay waafaqsam ujoom kuwa ku qoran



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

rasiitkaaga? Daawooyinka miyay waafaqsan yihiin waxa dhakhtarkaagu kuu soo qoray?

Wixii macluumaad dheeraad ah, waxaad wici kartaa Adeegga Macaamiisha ee UCare Connect + Medicare ama waxaad akhrin kartaa *Member Handbook* ee UCare Connect + Medicare. Waxaad sidoo kale tixraaci kartaa *Member Handbook* oo ku jira websaydkeena **ucare.org/formembers**.

### **Ka warran haddii aad khaladaad ka hesho qoraalkan kooban?**

Haddii ay wax jahawareersan yihiin ama aysan sax ugu muuqan EOB, fadlan wac UCare Connect + Medicare Adeegga Macmiilka ee. Waxaad sidoo kale jawaabaha ku aadan su'aalo badan ka heli kartaa websaydkeena: **ucare.org**.

### **Ka warran khiyaamo suurtagal ah?**

Haddii qoraalkan koobani muujinayo daroogooyinka aanad qaadanayn ama wax kale oo kuu muuqda inaad ka shakisan tahay, fadlan nala soo xidhiidh.

- Khadka Tooska ah ee U Hogaansanaanta/khiyaanada UCare ka wac 1-877-826-6847 (wacitaankan waa bilaash), 24 saacadood maalintii, 7 maalmood todobaadkii; Isticmaalayaasha TTY waxay wici karaan 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash); 8 am – 8 pm, 7 maalmood usbuucii; ama waxaad iimayl u diri kartaa [compliance@ucare.org](mailto:compliance@ucare.org). Waxaad ilaashan kartaa qarsoodinimadaada.
- Ama, Medicare ka wac 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). Isticmaalayaasha TTY waa inay wacaan 1-877-486-2048. Waxaad wici kartaa lambaradan si bilaash ah, 24 saacadood maalintii, 7 maalmood todobaadkii.

Haddii aad u malaynayso inay wax khaldan yihiin ama maqan yihiin, ama haddii aad wax su'aalo ah qabtid, wac Adeegga Macaamiisha. Waxaad sidoo kale dib u eegi kartaa Part D EOB adiga oo gelaya akoonkaaga khadka tooska ah ee Xubinnimada UCare ee **member.ucare.org** isla markaana eegaya Part D EOB billaha ah ee maktabadda Dukumentiyada. Ilaasho EOB-yadan. Waa diiwaano muhiim ah oo ku saabsan kharashaadkaaga dawada.

---

## **C. Wax kharash ah kama bixinaysid sahayda halka-bil ah ama dawooyinka waqtiga dheer**

Qorshahayaga, wax kharash ah kama bixinaysid dawooyinka la daboolay haddiiba aad raacayso xeerarkeena.

### **C1. Heerarka qaybsiga kharashka**

- Dawooyinka heerka 1 waxay leeyihiin kharasha wadaag \$0 ah.
- Dawooyinka magaca summada ee heerka 1 waxay leeyihiin kharasha wadaag \$0 ah.
- OTC-yadu waxay leeyihiin kharasha wadaag \$0 ah.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

## C2. Doorashada farmashiyahaaga

Inta aad dawada ku bixinayso waxay ku xidhan tahay inaad dawada ka heshay:

- farmashi shabakada ku jira, **ama**
- farmashiye ka baxsan shabakada Xaalado xaddidan, waxaanu daboolnaa daawoyinka lagu qoray farmasiyada ka baxsan shabakada. Tixraac **Cutubka 5** ee *Member Handbook* si aad u ogaato goorta aan sidaas samayn doono.
- Farmashiyaha boostada lagu dalbado

Tixraac **Cutubka 9** ee *Member Handbook* si aad u ogaato sida loo xareeyo rafcaanka haddii lagu sheego in dawada aan la dabooli doonin. Si aad wax badan uga barato doorashooyinkan farmashiyaha, eeg **Cutubka 5** ee *Member Handbook* iyo *Tusaha Provider and Pharmacy Directory*.

## C3. Helitaanka sahayda daawada muddada-dheer

Daawooyinka qaarkood, waxaad heli kartaa sahay waqti dheer ah (sidoo kale loo yaqaan sahayda la dheereeyey') markaad buuxiso riijeetada. Sahayda muddada-dheer waa ilaa sahay 100 maalmood ah. Ma jiro wax kharash ah oo kaaga baxaya saadka wakhtiga dheer.

Faahfaahinta ku saabsan halka iyo sida loo helo dawooyinka muddada-dheer, tixraac **Cutubka 5** Qaybta A7 ee *Member Handbook* ama tusaha *Provider and Pharmacy Directory*.

---

## D. Tallaalada

**Fariin Muhiim ah oo Ku saabsan Waxa aad Ka Bixinayso Talaalada:** Talaalada qaarkood waxaa loo tixgeliyaa gunnooyin caafimaad waxaana lagu daboolaa Medicare Part B. Talaalada kale waxaa loo tixgeliyaa dawooyinka Medicare Part D. Waxaad tallaalan ka heli kartaa liiska ku jira *Liiska Dawooyinka la daboolay ee qorshaha (Formulary)*. Qorshaheena waxa uu daboolaa inta badan tallaalada Medicare Part D ee dadka qaangaarka ah iyada oo aan wax kharash ah kaaga bixin. Tixraac *Liiska Dawooyinka La Dabooshay ee qorshahaaga (Formulary)* ama la xirii Adeegga Macaamiisha si aad u hesho faafaahinta caymiska iyo wadaagista kharashka ee ku saabsan tallaalada gaarka ah.

Waxaa jira laba qaybood oo daboolaya tallaallada Qaybta D ee Medicare:

1. Qaybta hore ee caymiska waxa loogu talagalay kharashka **tallaalku laftiisa**. Tallaalku waa daawo dhakhtar qoray.
2. Qaybta labaad ee caymiska waxa loogu talagalay kharashka **ku siinaya tallaalka**. Tusaale



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

ahaan, mararka qaarkood waxaa laga yaabaa inaad u qaadata tallaalka uu dhakhtarkaagu ku siiyo.

## **D1. Waxa aad u baahan tahay inaad ogaato ka hor inta helin tallaalka**

Waxaan kugula talineynaa inaad wacdo Adeegga Macmiilka haddii aad qorsheyneyso inaad hesho tallaalka.

- Waxaan kuu sheegi karnaa sida qorshahayagu u daboolo tallaalkaaga waxaan kuu sharixi karnaa qaybta kaaga soo aadaysa kharashka



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii.  
**Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

## **Cutubka 7: Naga codsashada inaan bixinno qaybtayada biilka adeegyada la daboolay ama daawooyinka**

---

### **Hordhaca**

Cutubkani waxa uu kuu sheegayaa sida iyo goorta aad noo soo diri lahayd biilka si aad u weydiiso lacag bixinta. Waxa kale oo ay kuu sheegaysaa sidarafcaan loo qaato haddii aadan ku raacsanayn go'aanka caymiska. Erayada muhiimka ah iyo qeexitaankoodu waxay u soo baxayaan siday u kala horreeyaan alifbeetada cutubka ugu dambeeya *Member Handbook*.

### **Jadwalka Tasmada**

<b>A. Naga codsashada inaan bixino kharashaadka adeegyadaada ama daawooyinkaaga.....</b>	<b>182</b>
<b>B. Noo soo diraya codsi lacag bixin ah .....</b>	<b>185</b>
<b>C. Go'aannada ceymiska .....</b>	<b>186</b>
<b>D. Racfaanada.....</b>	<b>186</b>



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

## A. Naga codsashada inaan bixino kharashaadka adeegyadaada ama daawooyinkaaga

Waa inaad helin biil lagu dalacay adeegyada shabakada ku jira ama daawooyinka lagu daboolay Medical Assistance. Bixiyayaasha shabakadayadu waa inay dallacaan qorshaha adeegyadaada iyo daawooyinkaaga la daboolay ka dib markaad hesho. Bixiye shabakad waa bixiye la shaqeeya qorshaha caafimaadka.

Ma ogolin bixiyayaasha UCare Connect + Medicare inay kugu soo dalacaan adeegyadan ama daawooyinkan. Waxa aanu u siinaa lacagta si toos ah bixiyayaasha, oo waxa aanu kaa ilaalin doonaa wixii kharash ah.

**Haddii aad hesho biilka daryeelka caafimaadka ama daawooyinka, ha bixin biilka oo noo soo dir biilka.** Si aad noogu soo dirto biil, tixraac qaybta B ee cutubkan.

- Haddii adeegyada ama daawooyinka ay yihiin kuwo aan daboolno, waxaan si toos ah kharashka u siin doonaa adeeg-bixiyaha.
- Haddii adeegyada ama daawooyinka ay yihiin kuwo aan daboolno oo aad hore u bixisay kharash ka badan qaybtaada kharashka, waxa aad xaq u leedahay in lagu soo celiyo.
  - Haddii aad bixisay adeegyada uu daboolay Medicare, waanu kuu soo celin doonaa.
  - Haddii aad bixisay kharashka adeegyada lagu daboolay Medical Assistance, kuuma soo celin karno kharashka, laakiin adeeg-bixiyaha ayaa bixin doona. Adeegga macaamiisha ama care coordinator (iskuduwaha daryeelkaaga) ayaa kaa caawin kara inaad la xiriirto xafiiska adeeg-bixiyaha. Tixraac xagga hoose ee bogga si aad u hesho lambarka taleefanka Adeegga Macaamiisha.
- Haddii aanaan daboolin adeegyada ama daawooyinka, waan kuu sheegi doonaa.

La xidhiidh Adeegga Macmiilka ama isku-duwaha daryeelkaaga haddii aad wax su'aalo ah qabtid. Haddii aad hesho biil oo aadan garanayn waxaad ka samayn lahayd, waan ku caawin karnaa. Waxaad sidoo kale wici kartaa haddii aad rabto inaad noo sheegto macluumaadka ku saabsan codsi lacag-bixineed oo aad horay noogu soo dirtay.

Waa kuwan tusaalooyin waqtiyo ah marka laga yaabo inaad u baahato inaad na weydiisato inaan dib kuu siinno ama aad bixiso biil aad heshay:

**FIIRO GAAR AH:** Haddii daawada ay ku jirto caymiska Medical Assistance (Medicaid), ma oggolin in adeeg-bixiyayaasha UCare Connect + Medicare in ay kugu soo dallacaan kharashaadka dawooyinkan. Waxa aanu u siinaa lacagta si toos ah bixiyayaasha, oo waxa aanu kaa ilaalin doonaa wixii kharash ah. Tani waa run haddii aanu bixino adeeg bixiyaha wax ka yar kharashyada adeeg bixiyaha. Haddii aad lacag ku bixisay adeeg ama shay aad u malaynayso in aanu daboolnay, Adeegga Macaamiisha kala xiriir lambarka ku yaala xagga hoose ee boggan.



**Haddii aad qabto su'aalo,** fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

## 1. Markaad hesho daryeel caafimaad oo degdeg ah ama degdeg ah oo aad uga hesho bixiye ka baxsan shabakada

Weydiiso bixiyaha inuu noo soo dallaco.

- Haddii aad bixiso lacagta dhamaystiran marka aad hesho daryeelka, na weydiiso inaan dib kuu soo celinno kharashka. Noo soo dir biilka iyo caddaynta lacag kasta oo aad bixisay.
- Waxaa laga yaabaa inaad adeeg-bixiye ka hesho biil ku weydiinaya lacag bixin aad u malaynayso inaan lagugu lahayn. Noo soo dir biilka iyo caddaynta lacag kasta oo aad bixisay.
  - Haddii bixiyaha lacag la siiyo, waxaan si toos ah u siin doonaa bixiyaha.
  - Haddii aad durba bixisay kharashaadka adeegyada uu daboolay Medicare, waanu kuu soo celin doonaa kharashka.

## 2. Marka bixiyaha shabakadu biil kuu soo diro

Bixiyeyaasha shabakadu waa inay had iyo jeer nagu soo dallacaan. Waa muhiim in la tusiyo kaadhka aqoonsiga xubinta marka aad hesho wax adeeg ama warqad dhakhtar ah. Laakiin mararka qaarkood way qaldamaan, oo waxay ku weydiiyaan inaad bixiso kharashaadka adeegyadaada ama in ka badan qaybta kaaga soo aadaysa kharashyada. **Wac Adeegga Macaamiisha ama care coordinator (iskuduwaha daryeelkaaga)** adigoo iticmaalaya lambarka ku yaala boggan hoose **haddii aad hesho wax biil ah.**

- Maadaama aan bixino dhammaan kharashka adeegaaga, mas'uul kama tihid inaad wax kharash ah bixiso. Bixiyeyaasha waa inaysan lacag kugu dalacin adeegyadan.
- Mar kasta oo aad biil ka hesho adeeg-bixiye ku jira shabakada, noo soo dir biilka. Waxaan si toos ah ula xiriiri doonaa bixiyaha waxaan xalin doonaa dhibaataada.
- Haddii aad durba bixisay biil kaaga yimid adeeg-bixiye shabakada ku jira oo loogu talagalay adeegyada uu daboolo Medicare, noo soo dir biilka iyo caddaynta lacag kasta oo aad bixisay. Waxaan dib kuugu soo celin doonaa kharashaadka adeegyada caymiska uu daboolay.

## 3. Haddii aad si firfircoon uga diiwaangashan tahay qorshahayaga

Mararka qaarkood diiwaangelintaada qorshaha waxay noqon kartaa dib u dhac. (Tani waxay ka dhigan tahay in maalintii ugu horreysay ee isdiiwaangelintaadu ay dhaaftay. Waxaa laga yaabaa inay xitaa ahayd sannadkii hore.)

- Haddii dib lagu diiwaan geliyey oo aad bixisay biil ka dib taariikhda isdiiwaangelinta, waxaad na waydiisan kartaa inaan dib kuu soo celino kharashka.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

- Noo soo dir biilka iyo caddaynta lacag kasta oo aad bixisay.

#### 4. Markaad isticmaasho farmashiyaha ka baxsan shabakada si aad u hesho warqad dhakhtar kuu qoray

Haddii aad isticmaasho farmashiyaha ka baxsan shabakada, waxaad bixinaysaa kharashka buuxa ee daawada lagu qoray.

- Xaalado tiro yar oo keliya, waxaanu dabooli doonaa dawooyinka laga buuxiyey farmashiye ka baxsan shabakada. Noo soo dir nuqul ka mid ah rasiidhkaaga marka aad naga codsato inaan dib kuu soo celino.
- Tixraac **Cutubka 5** ee *Member Handbook* si aad wax badan uga ogaato farmashiyeyaasha ka baxsan shabakada.
- Waxaa laga yaabaa inaan dib kuu siinin faraqa u dhexeeya waxa aad ku bixisay dawada ee farmashiyaha ka baxsan shabakada iyo cadadka aan ka bixin lahayn farmashiyaha shabakada ku jira.

#### 5. Markaad bixiso kharashka buuxa ee daawooyinka sabab la xiriirta inaad haysan Kaarka Aqoonsiga Xubinnimada

Haddi aanad haysan Kaarka Aqoonsiga Xubinnimada, waxa aad farmashiyaha ka codsan kartaa in uu nala soo xiriiro ama uu eego macluumaadkaaga diiwaangelinta qorshahaaga.

- Haddii farmashiistaha aanu isla markiiba heli karin macluumaadka, waxaa laga yaabaa inaad adigu iska bixiso kharashka daawada oo dhan ama aad ku soo noqoto farmashiyaha adiga oo wata Kaarka Aqoonsiga Xubinnimada.
- Noo soo dir nuqul ka mid ah risiitka marka aad naga codsanayso inaan dib kuugu soo celino kharashka.
- Waxaa laga yaabaa inaan dib kuugu soo celinin kharashka oo dhan ee aad bixisay haddii qiimaha lacagta caddaanka ah ee aad bixisay uu ka sarreeyo qiimaha laga gorgortamay ee daawada.

#### 6. Markaad bixiso kharashka buuxa ee daawo aan caymisku daboolin

Waxaa laga yaabaa inaad bixiso kharashka daawada oo dhan sababtoo ah daawadu ma daboolna.

- Daawadu waxa laga yaabaa in aanay ku jirin *Liiska Dawooyinka Caymisku daboolay (Drug List)* ee ku yaala websaydkeena, ama waxa laga yaabaa in ay leedahay shuruud ama xaddidaad aanad garanayn ama aanad u malayn in ay adiga ku khusayso. Haddii aad go'aansato inaad hesho daawada, waxaa laga yaabaa inaad u baahato inaad bixiso kharashka oo dhan.
  - Haddii aadan bixin kharashka dawada laakiin aad u malaynayso inaan daboolno, waxaad codsan kartaa go'aanka caymiska (tixraac **Cutubka 9** ee *Member Handbook*).
  - Haddii adiga iyo dhakhtarkaaga ama dhakhtar kale u malaysaan inaad u baahan tahay daawada isla markiiba (24 saacadood gudahood), waxaad codsan kartaa go'aan



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**



caymis degdeg ah (tixraac **Cutubka 9** ee *Member Handbook*).

- Noo soo dir nuqulka risiitka marka aad naga codsanayso inaan dib kuugu soo celino kharashka. Xaaladaha qaarkood, waxa laga yaabaa inaan u baahanahay inaan macluumaad dheeraad ah ka helno dhakhtarkaaga ama dhakhtar kale si laguugu soo celiyo qaybta aad ka bixisay kharashka daawada. Waxaa laga yaabaa inaan dib kuugu soo celinin kharashka oo dhan ee aad bixisay haddii qiimaha lacagta caddaanka ah ee aad bixisay uu ka sarreeyo qiimaha laga gorgortamay ee daawada.

Markaad noo soo dirto codsi lacag-bixineed, waanu dib u eegeynaa oo waxaan go'aansanaynaa in adeegga ama dawada la daboolo. Tan waxa loo yaqaan samaynta 'go'aanka daboolida.' Haddii aan go'aansanno in adeegga ama daawada la daboolo, waxaan bixinaynaa qaybteena kharashka.

Haddii aan diidno codsigaaga lacag-bixinta, waxaad racfaan ka qaadan kartaa go'aankayaga. Si aad u ogaato sida rafcaan loo sameeyo, tixraac **Cutubka 9** ee *Member Handbook*.

---

## B. Noo soo diraya codsi lacag bixin ah

Ma oggolin in adeeg-bixiyayaasha UCare Connect + Medicare ay biilasha kuugu soo dallacaan adeegyada. Waxa aanu u siinaa lacagta si toos ah bixiyayaasha, oo waxa aanu kaa ilaalin doonaa wixii kharash ah.

**Waa inaad adigu iska bixin biilka. noo soo dir biilka.** Waxa kale oo aad caawinaad waydiisan kartaa isku-duwahaaga daryeelka. Tixraac Qaybta A ee cutubkan ama **Cutubka 9**, Qaybta E5.

Noo soo dir biilkaaga iyo caddaynta lacag kasta oo aad ku bixisay Adeegyada Medicare. Caddaynta lacag-bixintu waxay noqon kartaa koobiga jeegga aad qortay ama rasiid bixiyaha. **Waa fikrad wanaagsan inaad koobi ka sameyso biilkaaga iyo risiityada si aad u gashato diiwaannada.** Waxaad caawinaad waydiisan kartaa isuduwaha daryeelkaaga.

Codsiga lacag-bixinta ku soo dir dhammaan biilasha ama rasiidhada cinwaankan: Codsiyada lacag bixinta caafimaadka:

**Attn: DMR Department**

UCare

PO Box 52

Minneapolis, MN 55440-0052

Codsiyada lacag bixinta daawada ee Qaybta D:

**Attn: Medicare Qaybta D**

Navitus Health Solutions



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

PO Box 1039  
Appleton, WI 54912-1039

**Waa inaad noo soo gudbisaa dacwadaada hal sano gudaheed laga bilaabo taariikhda aad heshay adeega, shayga, ama daroogada.**

---

## C. Go'aannada ceymiska

**Markaan helno codsigaaga lacag-bixinta, waxaan sameynaa go'aan caymis. Tani waxay ka dhigan tahay inaan go'aansanayno haddii qorshahayagu uu daboolayo adeeggaaga, shayga, ama daroogada.** Waxaan sidoo kale go'aaminnaa cadadka lacagta, haddii ay jiraan, ee ay tahay inaad bixiso.

- Waanu ku ogaysiin doonaa haddii aanu kaaga baahanahay macluumaad dheeraad ah.
- Haddii aan go'aansanno in qorshaheena uu daboolo adeegga, shayga, ama daawada oo aad raacdo dhammaan sharciyada helitaanka, waxaanu bixin doonaa qaybteena kharashka. Haddii aad hore u bixisay kharashka adeegga ama daawada, waxaanu kuu soo diri doonaa jeegga qaybteena kharashka. Haddii aad bixisay kharashka daawada oo dhan, waxaa laga yaabaa inaad helin lacag celinta cadadka buuxa ee aad bixisay (tusaale ahaan, haddii aad daawada ka heshay farmashiye ka baxsan shabakada ama haddii qiimaha lacagta caddaanka ah ee aad bixisay uu ka sarreeyo qiimaha gorgortanka). Haddii aadan lacag bixin, waxaan si toos ah u siin doonaa adeeg-bixiyaha.

**Cutubka 3** ee *Member Handbook* waxa uu sharxayaa xeerarka lagu helayo adeegyadaada.

**Cutubka 5** ee *Member Handbook* waxa uu sharxayaa xeerarka lagu heli karo dawooyinka ku jira caymiska Medicare Part D.

- Haddii aan go'aansanno in aanaan bixin qaybta nagaga aadan kharashka adeegga ama daawada, waxaanu kuu soo diri doonaa warqad ay ku qoran yihiin sababaha. Warqaddu waxay sidoo kale sharxaysaa xuquuqdaada inaad racfaan ka qaadato.
- Si aad wax badan uga barato go'aamada caymiska, tixraac **Cutubka 9** ee *Member Handbook*.

---

## D. Racfaanada

Haddii aad u malaynayso in aanu khalad samaynay in aanu diidnay codsigaga lacag bixinta, waxa aad na waydiin kartaa in aanu bedelno go'aankayaga. Tan waxa loo yaqaan rafcaan qaadashada. Waxaad sidoo kale sameyn kartaa racfaan haddii aadan ku raacsaneyn qaddarka aan bixinno.

Habka rafcaanka rasmiga ah wuxuu leeyahay habraacyo faahfaahsan iyo waqtiyada kama



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

dambaysta ah. Si aad wax badan uga barato rafcaannada, eeg **Cutubka 9** ee *Member Handbook*.

- Si aad rafcaan uga qaadato dib u soo celinta lacagta adeega daryeelka caafimaadka, tixraac **Cutubka 9** Qaybta E ee *Member Handbook*.
- Si aad rafcaan uga qaadato dib u soo celinta lacagta daawada, tixraac **Cutubka 9** Qaybta F ee *Member Handbook*.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

## **Cutubka 8: Xuquuqahaaga iyo waajibaadyadaada**

### **Hordhaca**

Cutubkan waxa ku jira xuquuqahaaga iyo waajibaadkaaga xubinta qorshaheena. Waa inaan ixtiraamna xuquuqahaaga. Erayada muhiimka ah iyo qeexitaankoodu waxay u soo baxayaan siday u kala horreeyaan alifbeetada cutubka ugu dambeeya *Member Handbook*.

### **Jadwalka Tasmada**

<b>A. Xaqa aad u leedahay inaad ku hesho adeegyada iyo macluumaadka hab buuxinaya baahiyahaaga .....</b>	<b>189</b>
<b>B. Mas'uuliyadda naga saaran helitaankaaga wakhtiga ku habboon adeegyada iyo dawooyinka .....</b>	<b>190</b>
<b>C. Mas'uuliyaddayada inaanu ilaalino macluumaadkaaga caafimaadka gaarka ah (PHI) .....</b>	<b>191</b>
C1. Sida aan u ilaalino macluumaadkaaga caafimaadka ee gaarka ah .....	191
C2. Xaqa aad u leedahay inaad eegto diiwaankaaga caafimaadka .....	191
<b>D. Mas'uuliyaddayada ah inaan ku siino macluumaadka.....</b>	<b>192</b>
<b>E. Awood la'aanta bixiyeyaasha shabakadu inay si toos ah kuugu soo dallacaan.....</b>	<b>194</b>
<b>F. Xaqa aad u leedahay inaad ka tagto qorshahayaga .....</b>	<b>194</b>
<b>G. Xaqa aad u leedahay inaad go'aamo ka gaadho daryeelkaaga caafimaadka.....</b>	<b>194</b>
G1. Xaqa aad u leedahay inaad ogaato xulashooyinka daawaynta iyo in aad gaarto go'aamo .....	194
G2. Xaqa aad u leedahay inaad sheegto waxa aad rabto inay dhacaan haddi aanad awoodin inaad adigu go'aan ka gaarto daryeelka caafimaadka .....	195
G3. Maxaa la sameeyaa haddii tilmaamahaaga aan la raacin .....	196
<b>H. Xaqa aad u leedahay inaad cabasho samayso oo aad na weydiiso inaan dib u eegno go'aannadayada .....</b>	<b>197</b>
H1. Waxa laga sameeyo cadaalad darada ama si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan xuquuqdaada.....	197
<b>I. Mas'uuliyadahaaga xubin qorshe ahaan.....</b>	<b>198</b>
<b>J. Xuquuqda aad u leedahay inaad faallo ka bixiso xuquuqda iyo masuuliyadaha xubinta siyaasadda .....</b>	<b>200</b>



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).

## A. Xaqa aad u leedahay inaad ku hesho adeegyada iyo macluumaadka hab buuxinaya baahiyahaaga

Waa in aan hubinno in **dhammaan** adeegyada lagu siiyo si dhaqan ahaan karti iyo helid la heli karo. Waa inaan sidoo kale kaaga sheegnaa faa'iidooyinka qorshahayaga iyo xuquuqdaada si aad u fahmi karto. Waa inaan kuu sheegnaa xuquuqdaada sanad walba inaad qorshahayaga ku jirto.

- Si aad u hesho macluumaadka u qoran hab aad fahmi karto, wac care coordinator (iskuduwaha daryeelkaaga) ama Adeegga Macaamiisha. Qorshahayagu waxa uu leeyahay adeegyo turjubaano bilaash ah oo diyaar ah si looga jawaabo su'aalaha luuqado kala duwan.
- Qorshaheena caymiska wuxuu sidoo ku siin karaa agabyo u qoran qaabab ah sida far waaweyn, farta indhoolaha, ama maqalka. Si aad u heshid agab mid ka mid ah qaababkan kale, fadlan wac Adeegga Macmiilka ama u qor UCare, PO Box 52, Minneapolis MN 55440-0052.
- Si aad u samayso ama aad u bedesho codsi joogto ah si aad u hesho dukumeentigan, hadda iyo mustaqbalka, aadna ugu hesho luqad aan Ingiriisi ahayn ama qaab kale, wac Adeegga Macaamiisha adigoo isticmaalaya lambarka hoose ee boggan.

Haddii ay dhibaato kala kulanto helista macluumaadka qorshahayaga sababtoo ah dhibaatooyinka luqadda ama naafanimada oo aad rabto inaad gudbiso cabasho, wac:

- Medicare 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). Waxaad wici kartaa 24 saacadood maalintii, 7 maalmood todobaadkii. Istimaalayaasha TTY waa inay wacaan 1-877-486-2048.
- Adeegga Macaamiisha ee UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaankan waa bilaash) 8 am – 8 pm, todoba maalmood todobaadkii. Istimaalayaasha TTY waa inay wacaan 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wicitaankan waa bilaash), 8 am – 8 pm, todoba maalmood usbuucii.
- Iskuduwaha Xuquuqda Madaniga ah, Waaxda Adeegyada Aadanaha ee Minnesota, 651-431-3040 ama isticmaal adeegga gudbinta ee aad doorbidayso.
- Xaafiiska Xuquuqaha Madaniga ah 1-800-368-1019. Istimaalayaasha TTY waa inay wacaan 1-800-537-7697.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

## B. Mas'uuliyadda naga saaran helitaankaaga wakhtiga ku habboon adeegyada iyo dawooyinka

Waxaad xaq u leedahay xubin ka mid ah qorshahayaga,

- Waxaad xaq u leedahay inaad bixiyaha daryeelka aasaasiga ah (PCP) ka doorato shabakadeena. Adeeg-bixiye ku jira shabakadu waa adeeg-bixiye nala shaqeeya. Waxaad macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan noocyada adeeg-bixiyayaasha laga yaabo inay u dhaqmaan PCP ahaan iyo sida loo doorto PCP ka heli kartaa **Cutubka 3** ee *Member Handbook*.
  - Wac care coordinator (iskuduwaha daryeelkaaga) ama Adeega Macaamiisha ama tixraac *Provider and Pharmacy Directory* si aad wax badan uga ogaato adeeg-bixiyayaasha ku jira shabakada iyo dhakhaatiirta aqbalaya bukaano cusub.
- Waxaad xaq u leedahay inaad hesho khabiirka caafimaadka dumarka adigoon helin gudbin. Tixraaca waa oggolaanshaha PCP-gaaga inuu isticmaalo bixiye aan ahayn takhtarkaaga (PCP).
- Waxaad xaq u leedahay inaad adeegyo caymiska ku jira ka hesho adeeg-bixiyayaasha shabakada wakhti macquul ah gudaheed.
  - Tan waxaa ku jira xaqa aad u leedahay inaad hesho adeegyo waqtiyeysan oo ay bixiyaan khabiiro.
  - Haddii aadan adeegyada ku heli karin waqti macquul ah, waa inaan bixinaa kharashak daryeelka ka baxsan shabakada.
- Waxaad xaq u leedahay inaad hesho adeegyo degdeg ah ama daryeel si degdeg ah loogu baahan yahay iyadoon lagugu xujayn oggolaansho hore (PA).
- Waxaad xaq u leedahay in laguugu buuxiyo dawadaada mid ka mid ah farmashiyeyaasha shabakada ku jira iyada oo aan dib u dhac imaan.
- Waxaad xaq u leedahay inaad ogaato goorta aad isticmaali karto adeeg-bixiye ka baxsan shabakada. Si aad u ogaato wax ku saabsan adeeg-bixiyeyaasha shabakada ka baxsan, eeg **Cutubka 3** ee *Member Handbook*.

**Cutubka 9** ee *Member Handbook* wuxuu sheegayaa waxa aad samayn karto haddii aad u malaynayso in aanad adeegyadaada ama daawooyinkaaga ku helin wakhti macquul ah. Waxa kale oo ay kuu sheegaysaa waxa aad samayn karto haddii aan diidno caymiska adeegyadaada ama daroogada oo aadan ku raacsanayn go'aankayaga.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

## C. Mas'uuliyaddayada inaanu ilaalino macluumaadkaaga caafimaadka gaarka ah (PHI)

Waxaanu ilaalinaynaa PHI-gaaga sida ay farayaan sharciyada federaalka iyo gobolka.

PHI-gaaga waxaa ku jira macluumaadka aad na siisay markii aad isdiiwaangelisay qorshahayaga. Waxa kale oo ku jira diiwaankaaga caafimaadka iyo macluumaadka kale ee caafimaadka iyo caafimaadka.

Waxaad leedahay xuquuq marka ay timaado macluumaadkaaga iyo inaad maamusho sida PHI-gaaga loo isticmaalo. Waxaanu ku siinay ogeysiis qoraal ah oo ka hadlaya xuquuqdan oo sharxaya sida aanu u ilaalinayno sirtaada PHI. Ogeysiiska waxaa loo yaqaan 'Ogaysiinta Dhaqanka Qarsoonnimada.'

### C1. Sida aan u ilaalino macluumaadkaaga caafimaadka ee gaarka ah

Waxaanu hubinaynaa in aanay dad aan la ogolayn aanay eegin ama bedelin diiwaanadaada.

Marka laga reebo kiisaska hoos ku xusan, ma siino PHI-gaaga qof aan ku siin daryeelkaaga ama aan bixinayn kharashka daryeelkaaga. Haddi aanu yeelno, waa in aanu marka hore ka helnaa ogolaansho qoraal ah. Adiga, ama qof si sharci ah loogu oggolaaday inuu go'aano kuu gaaro, waxaad ku siin kartaa ogolaansho qoraal ah.

Mararka qaarkood uma baahnid inaan marka hore helno ogolaanshahaaga qoran. Ka-reebitaankan waa la ogol yahay ama sharcigu u baahan yahay.

- Waa inaan u sii daynaa PHI hay'adaha dawladda ee hubinaya tayada daryeelka ee qorshaheena.
- Waa inaan PHI ku sii daynaa amar maxkamadeed.
- Waa inaan Medicare siinaa PHI-gaaga. Haddii Medicare u sii daayo PHI-gaaga cilmi-baaris ama isticmaallo kale, waxay u sameeyaan si waafaqsan sharciyada federaalka.
- Anaga, iyo adeeg-bixiyeyaasha caafimaadka ee ku daryeela, waxaan xaq u leenahay inaan eegno macluumaadka ku saabsan daryeelka caafimaadkayaga. Markaad iska diiwaan geliso Barnaamijka Daryeelka Caafimaadka Minnesota, waxaad na siisay ogolaanshahaaga inaan tan samayno. Xogtan waanu ilaalin doonaa sida sharcigu qabo.

### C2. Xaqa aad u leedahay inaad eegto diiwaankaaga caafimaadka

- Waxaad xaq u leedahay inaad eegto diiwaannadaada caafimaad iyo inaad hesho koobiga diiwaannadaada.
- Waxaad xaq u leedahay inaad na weydiisato inaan cusbooneysiinno ama saxno diiwaannadaada caafimaad. Haddii aad naga codsato inaan sidaas samayno, waxaanu



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

bixiyaha daryeelka caafimaadkaaga kala shaqaynaa go'aaminta haddii ay tahay in isbedel la sameeyo.

- Waxaad xaq u leedahay inaad ogaato haddii iyo sida aanu PHI-gaaga ula wadaagno dadka kale.

Haddii aad hayso su'aalo ama walaac ku saabsan sirtaada PHI, wac Adeegga Macmiilka.

---

## D. Mas'uuliyaddayada ah inaan ku siino macluumaadka

Maadaama aad ka tahay qorshaheena caymiska, waxaad xaq u leedahay inaad naga hesho macluumaadka ku saabsan qorshahayaga, adeeg-bixiyeyaasha shabakada ku jira, iyo adeegyadaaga la daboolay

Haddii aadan ku hadlin Ingiriisiga, waxaan haynaa adeegyo turjubaan si aan uga jawaabno su'aalaha aad ka qabto qorshahayaga. Si aad u hesho turjumaan, wac Adeegga Macmiilka. Kani waa adeeg bilaash ah adiga. Waxaan sidoo kale ku siin karnaa macluumaadka far waaweyn, farta indhoolaha, ama maqalka.

Haddii aad rabto macluumaad ku saabsan mid ka mid ah kuwan soo socda, wac Adeegga Macmiilka:

- Sida loo doorto ama loo beddelo qorshayaasha
- Qorshaheena, oo ay ku jiraan:
  - warbixin dhaqaale
  - sida xubnaha qorshaha ku jira ay noo qiimeeyeen
  - Tirada rafcaannada ay sameeyeen xubnaha
  - sida looga baxo qorshahayaga
  - Natijoooyinka daraasadaha dib-u-eegista tayada ee Gobolka
- Adeeg-bixiyeyaasha ku jira shabakada iyo farmashiyada ku jira shabakada, oo ay ku jiraan:
  - Sida loo doorto ama loo beddelo adeeg-bixiyeyaasha daryeelka aasaasiga ah
  - shahaadooyinka adeeg-bixiyeyaasha iyo farmashiyada ku jira shabakada
  - Sida aan u bixino kharashaadka adeeg-bixiyeyaasha ku jira shabakada
  - Haddii aan isticmaalno qorshaha dhiirigelinta dhakhtarka ee saameeya isticmaalka adeegyada gudbinta iyo faahfaahinta qorshaha



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**



- Liiska adeeg-bixiyayaasha iyo farmashiyada ku jira shabakada. Tani waxa laga heli karaa tusaha *Provider and Pharmacy Directory* ee websaydkeena [ucare.org/searchnetwork](https://ucare.org/searchnetwork) ama adigoo Adeega Macaamiisha ka wacaya lambarka hoose ee boggan si aad u hesho macluumaad dheeraad ah iyo si aad u codsato koobiga tusaha *Provider and Pharmacy Directory*.
- Adeegyada iyo dawooyinka la daboolay, oo ay ku jiraan:
  - adeegyada (tixraac **Cutubyada 3 iyo 4** ee *Member Handbook*) ama daawooyinka (tixraac **Cutubada 5 iyo 6** ee *Member Handbook*) laguna daboolay qorsheheena
  - xaddidaadaha caymiskaaga iyo daawooyinka
  - sharciyada ay tahay inaad raacdo si aad u hesho adeegyada iyo daawooyinka la daboolay
- Sababta aan waxyaabaha qaar loo daboolin iyo waxa aad ka samayn karto (tixraac **Cutubka 9** ee *Member Handbook*), oo ay ku jirto in aad naga codsato:
  - inaan qoraal ka dhigno sababta wax loo dabooli waayay
  - inaan beddelno go'aan aanu gaarnay
  - inaan bixino biil aad heshay
- Sida UCare u qiimayso tignoolajiyada cusub si loogu daro gunnooyinka la daboolay
  - Marka tignoolajiyada cusub ay soo galaan suuqa (qalabka, hababka ama daawooyinka), hogaamiyayaasha caafimaadka ee UCare ayaa si taxadar leh u qiimeeya waxtarkooda. Waxaan u isticmaalnaa macluumaadka laga soo ururiyay ilo badan iyo ururro dejineed qiimayntayada.
  - Guddiyada caafimaadka iyo tayada ee UCare iyo agaasimayaasha caafimaadka si taxadar leh u baadhaan oo dib u eegaan teknoolojiyadda cusub ka hor inta aysan go'aamin baahidooda caafimaad iyo/ama habboonaanta.
  - UCare waxay isticmaashaa xogta ilo badan dadaalkayaga qiimaynta, oo ay ku jiraan Hayes, Inc. Warbixinnada Qiimaynta Tignoolajiyada, bayaanka caafimaadka ee asxaabta la daabacay, bayaannada la isku raacsan yahay iyo tilmaamaha ururada caafimaadka qaranka iyo ururada takhasuska dhakhaatiirta, Maamulka Cuntada iyo Dawooyinka ee Mareykanka (FDA), hay'adaha kale ee sharciyeynta, iyo ilo khabiiri gudaha iyo dibadda ah.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](https://ucare.org).**

---

## E. Awood la'aanta bixiyeyaasha shabakadu inay si toos ah kuugu soo dallacaan

Dhakhaatiirta, isbitaalada, iyo bixiyayaasha kale ee shabakadayada kama dhigi karaan inaad bixiso adeegyada la daboolay. Sidoo kale ma dheelitiri karaan biilka ama kuma dalaci karaan haddii aan bixinno wax ka yar inta uu bixiyaha nagu soo dalacay. Si aad u ogaato waxa la sameeyo haddii adeeg-bixiyaha shabakada ku jira uu isku dayo in uu kugu dalaco kharashaadka adeegyada la daboolay, tixraac **Cutubka 7** ee *Member Handbook*.

---

## F. Xaqa aad u leedahay inaad ka tagto qorshahayaga

Qofna kuma yeeli karo inaad ku sii jirto qorshahayaga haddii aadan rabin.

- Waxaad xaq u leedahay inaad inta badan adeegyadaada daryeelka caafimaadka ka hesho Original Medicare ama qorshe kale oo Medicare Advantage (MA) ah.
- Waxaad Gunnooyinka daawada Medicare Part D ka heli kartaa qorshaha daawada dhakhtar qoro ama qorshe kale oo MA ah.
- Tixraac **Cutubka 10** ee *Member Handbook*:
  - Wixii macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan goorta aad ku biiri karto MA cusub ama qorshaha gunnooyinka daawada laguu qoro.
  - Wixii macluumaad ah ee ku saabsan sida aad u heli doonto dheefaha Medical Assistance haddii aad ka tagto qorshaheena.

---

## G. Xaqa aad u leedahay inaad go'aamo ka gaadho daryeelkaaga caafimaadka

Waxaad xaq u leedahay in aad xog buuxda ka hesho takhaatiirtaada iyo bixiyeyaasha kale ee daryeelka caafimaadka si ay kaaga caawiyaan inaad go'aan ka gaarto daryeelkaaga caafimaadka.

### G1. Xaqa aad u leedahay inaad ogaato xulashooyinka daawaynta iyo in aad gaarto go'aamo

Bixiyeyaashaadu waa inay u sharxaan xaaladaada iyo daawayntaada qaab aad fahmi karto. Waxaad xaq u leedahay:



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

- **Ogow xulashooyinkaaga.** Waxaad xaq u leedahay in lagu sheego dhammaan xulashooyinka daawaynta ee lagu taliyay xaaladaada, iyada oo aan loo eegin waxa ay ku kacayaan ama haddii ay ku jiraan qorshahayagu.
- **Ogow khataraha.** Waxaad xaq u leedahay in lagu sheego khatar kasta oo ku lug leh. Waa inaan horay kuugu sii sheegnaa haddii adeeg ama daaweyn ay qayb ka tahay tijaabada cilmi-baarista. Waxaad xaq u leedahay inaad diido daawaynta tijaabada ah.
- **Hel ra'yi labaad.** Waxaad xaq u leedahay inaad isticmaasho dhakhtar kale ka hor inta aanad go'aansan daawaynta.
- **Maya dheh.** Waxaad xaq u leedahay inaad diido wax daaweyn ah. Tan waxaa ku jira xaqa aad u leedahay inaad ka baxdo isbitaal ama goob kale oo caafimaad, xitaa haddii dhakhtarkaagu kugula taliyo inaad. Waxaad xaq u leedahay inaad joojiso qaadashada daawada lagu qoray. Haddii aad diido daaweynta ama aad joojiso qaadashada daawada lagu qoray kaa saari mayno qorshahayaga. Si kastaba ha ahaatee, haddii aad diido daaweynta ama aad joojiso qaadashada daroogada, waxaad aqbashaa mas'uuliyadda buuxda waxa kugu dhaca.
- **Na weydiiso inaan sharaxno sababta adeeg-bixiyaha u diiday daryeelka.** Waxaad xaq u leedahay inaad anaga sharax ka hesho haddii bixiye diiday daryeelka aad u malaynayso inaad hesho.
- **Na weydiiso inaan daboolno adeeg ama daawo aan diidnay ama inta badan aanan daboolin.** Tani waxa loo yaqaan go'aanka caymiska. **Cutubka 9** ee *Member Handbook* waxa ay sheegaysaa sida nalooga codsado go'aanka caymiska.
- **Ka qaybqaado go'aan qaadashada.** Waxaad xaq u leedahay inaad kala qayb qaadato dhakhaatiirtaada go'aan ka gaadhista daryeelkaaga caafimaadka.

## **G2. Xaqa aad u leedahay inaad sheegto waxa aad rabto inay dhacaan haddi aanad awoodin inaad adigu go'aan ka gaarto daryeelka caafimaadka**

Mararka qaarkood dadku ma awoodaan inay iyagu go'aannada daryeelka caafimaadka gaaraan. Kahor intaanay taasi kugu dhicin, waxaad awoodaa:

- Buuxi foom qoran si aad qof u siiso xaq uu ku gaaro go'amada daryeelka caafimaadka.
- **ISii dhakhaatiirtaada tilmaamo qoran oo** ku saabsan sida loo maareeyo daryeelkaaga caafimaad haddii aad awoodi weydo inaad adigu go'aansato, oo ay ku jirto daryeelka **aaan** rabin.

Dukumeentiga sharciga ah ee aad isticmaashid si aad u bixiso tilmaamahaaga waxaa loo yaqaan “dardaaran horudhac ah.” Waxaa jira noocyo kala duwan oo dardaaran ah iyo magacyo kala duwan oo iyaga ah. Tusaalooyinka waa dardaaran nool iyo awoodda qareenka ee daryeelka caafimaadka.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Lagaagama baahna inaad haysato dardaaran hore, laakiin waad awoodaa. Waa kuwan waxa la sameeyo haddii aad rabto inaad isticmaasho dardaaran hordhac ah:

- **Hel foomka.** Foomka waxaad ka heli kartaa dhakhtarkaaga, qareenka, wakaalada adeegyada sharciga, ama shaqaale bulsho. Farmashiyeyaasha iyo xafiisyada bixiyeyaasha badanaa waxay leeyihiin foomamka. Waxaad khadka ka heli kartaa foom bilaash ah oo waadna soo dejisan kartaa. Senior LinkAge Line<sup>®</sup> waa urur dadka siiya macluumaadka ku saabsan Medicare ama Kaalmada Caafimaadka, oo ay ku jiraan agabka foomka laga helo [www.minnesotahelp.info/](http://www.minnesotahelp.info/). Minnesota gudaheeda, waxaad kala xiriiri kartaa Senior LinkAge Line<sup>®</sup> 1-800-333-2433.
- **Buuxi foomka oo saxiix.** Foomku waa dukumeenti sharci ah. Waa inaad tixgelisaa inaad haysato qareen ama qof kale oo aad ku kalsoon tahay, sida xubin qoyskaaga ama PCP-gaaga, inuu kaa caawiyo buuxinta.
- **Sii koobiyada dadka u baahan inay ogaadaan.** Waa inaad siisaa koobiga foomka dhakhtarkaaga. Waa inaad sidoo kale koobi siisaa qofka aad magacawdo si uu go'aannada kuugu gaadho. Waxaa laga yaabaa inaad rabto inaad siiso nuqullo asxaabta kuugu dhow ama xubnaha qoyska. Koobi ku hayso guriga.
- **Haddii isbitaalka lagu dhigo oo aad leedahay dardaaran hormaris ah oo saxeexan, u qaado koobi isbitaalka.**
  - Isbitaalku wuxuu ku weydiin doonaa inaad haysatid foom dardaaran ah oo saxeexan iyo haddii aad wadato.
  - Haddii aadan haysan foom dardaaran ah oo saxeexan, isbitaalku wuxuu hayaa foomam wuxuuna ku weydiin doonaa inaad rabto inaad mid saxiixdo.

Waxaad xaq u leedahay:

- Dardaarankaaga hordhaca ah ha la geliyo diiwaannadaada caafimaadka.
- Beddel ama kansal gareey dardaarankaaga hordhaca ah wakhti kasta.
- Xusuusnow, waa xulashadaada inaad buuxiso dardaaranka hordhaca ah iyo inkale.

Soo wac Adeega Macmiilka macluumaadka dheeraadka ah.

### G3. Maxaa la sameeyaa haddii tilmaamahaaga aan la raacin

Haddii aad saxiixday dardaaran horudhac ah oo aad u maleyso in dhakhtar ama isbitaal uusan raacin tilmaamaha ku jira, waxaad ka dacwoon kartaa Xafiiska Dacwooyinka Xarunta Caafimaadka ee Waaxda Caafimaadka Minnesota 651-201-4200, ama 1-800-369-7994 bilaash ah.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Haddii aad aaminsan tahay in qorshaha caafimaadku aanu raacin shuruudaha dardaaranka hordhaca ah, waxaad cabasho u gudbin kartaa Qaybta Daryeelka La Maareeyay 651-201-5176 ama 1-888-657-3916 lacag la'aan ah. Isticmaalayaasha TTY waxay wacaan 711.

---

## H. Xaqa aad u leedahay inaad cabasho samayso oo aad na weydiiso inaan dib u eegno go'aannadayada

**Cutubka 9** ee *Member Handbook* waxa uu kuu sheegayaa waxa aad samayn karto haddii aad qabto wax dhibaato ah ama walaac ah oo ku saabsan adeegyada ama daryeelkaaga la daboolay. Tusaale ahaan, waxaad na weydiisan kartaa inaan gaarno go'aanka caymiska, rafcaan ka qaadanno beddelka go'aanka caymiska, ama samayno cabasho.

Waxaad xaq u leedahay inaad hesho macluumaadka ku saabsan rafcaannada iyo dacwooyinka ay xubnaha kale ee qorsheeyaashu naga soo gudbiyeen. Wac Adeegga Macmiilka si aad u hesho macluumaadkan.

### H1. Waxa laga sameeyo cadaalad darada ama si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan xuquuqdaada

Waxaad xaq u leedahay in laguula dhaqmo si xushmad iyo karaamo leh. Haddii aad dareento in laguula dhaqmay si xaq darro ah ama aan la ixtiraamin xuquuqdaada, waxaa jira tallaabooyin aad qaadi karto. Haddii aad u malaynayso in laguula dhaqmay si xaq-darro ah - oo **aanay ahayn takoorid la xiriira sababaha** ku taxan **Cutubka 11** ee *Member Handbook* – ama aad rabto macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan xuquuqdaada, waxaad wici kartaa:

- Adeega Macaamiisha
- Senior LinkAge Line® laga helo 1-800-333-2433. Faahfaahin dheeraad ah oo ku saabsan Senior LinkAge Line®, eeg **Cutubka 2** ee *Member Handbook*.
- Wakiilka Minnesota ee Barnaamijyada Daryeelka Caafimaadka la Maareeyo ee 1-800-657-3729. Si aad u hesho faahfaahin dheeraad ah oo ku saabsan barnaamijkan, eeg **Cutubka 2** ee *Member Handbook*.
- Medicare 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227), 24 saacadood maalintii, 7 maalmood usbuucii. Isticmaalayaasha TTY waa inay wacaan 1-877-486-2048. (Waxaad sidoo kale akhrin kartaa ama soo dejisan kartaa “Xuquuqaha iyo Ilaalinta Medicare,” oo laga helo websaydka Medicare oo ah <https://www.medicare.gov/publications/11534-medicare-rights-and-protections.pdf>.)



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](https://www.ucare.org).**

## I. Mas'uuliyadahaaga xubin qorshe ahaan

Xubin qorshe ahaan, waxaa ku saaran mas'uuliyadda inaad sameyso waxyaabaha hoos ku qoran. Haddii aad wax su'aalo ah qabtid, wac Adeegga Macmiilka.

- **Akhriso *Member Handbook*** si aad u ogaatid waxa qorshaheennu daboolayo iyo shuruucda la raacayo si loo helo adeegyada iyo daawooyinka la daboolay. Faahfaahintaada:
  - Adeegyada la daboolay, tixraac **Cutubyada 3 iyo 4** ee *Member Handbook*. Cutubyadaas ayaa kuu sheegaya waxa la daboolay, waxa aan la daboolin, sharciyada aad u baahan tahay inaad raacdo, iyo waxa aad bixiso.
  - Daawooyinka la daboolay, tixraac **Cutubyada 5 iyo 6** ee *Member Handbook*.
- **Noo sheeg caymisyada kale ee caafimaadka ama daawada la qoro ee aad haysato.** Waa inaan hubinaa inaad isticmaashid dhammaan xulashooyinka caymiskaaga markaad hesho daryeel caafimaad. Wac Adeegga Macmiilka haddii aad leedahay caymis kale.
- **U sheeg dhakhtarkaaga iyo adeeg-bixiyeyaasha kale ee daryeelka** caafimaadka inaad xubin ka tahay qorshaheena. Tus kaarkaaga Aqoonsiga xubinnimada marka aad hesho adeegyo ama daawooyin.
- **Ka caawi dhakhaatiirtaada** iyo adeeg-bixiyeyaasha kale ee daryeelka caafimaadka inay ku siiyaan daryeelka ugu fiican.
  - Sii macluumaadka ay uga baahan yihiin ee ku saabsan adiga iyo caafimaadkaaga si ay daryeel kuu siiyaan.
  - Wax badan ka baro dhibaatooyinkaaga caafimaad inta aad awooddo si aad uga qaybqaadato horumarinta yoolalka daawaynta ee la isku raacsan yahay ee bixiyahaaga.
  - Raac qorshaha daaweynta iyo tilmaamaha adiga iyo bixiyayaashaadu aad ku heshiisaan.
  - La samee xiriir dhakhtarka daryeelka aasaasiga ah ee shabakada qorshaha kahor intaadan jirran. Tani waxay kaa caawinaysaa adiga iyo dhakhtarkaaga daryeelka aasaasiga ah inaad fahantaan guud ahaan xaaladaada caafimaad.
  - Hubi in dhakhaatiirtaada iyo adeeg-bixiyeyaasha kale ay ogyihiin dhammaan daawooyinka aad qaadato. Tan waxa ku jira dawooyinka dhakhtarku qoro, dawooyinka aan farmashiyaha laga qorin, fiitamiinnada, iyo waxyaalaha dheeriga ah.
  - Ku celceli daryeel caafimaad oo ka hortag ah. Samee baaritaano, imtixaano, iyo tallaalo lagu taliyay oo ku salaysan da'daada iyo jinsigaaga.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

- Waydii su'aal kasta oo aad qabto. Dhakhaatiirtaada iyo bixiyeyaasha kale waa inay wax u sharxaan si aad u fahmi karto. Haddii aad su'aal weydiiso oo aad fahmi weydo jawaabta, weydii mar kale.
- **Noqo qof tixgelin badan.** Waxaan ka filaynaa dhammaan xubnaha qorshaysan inay ixtiraamaan xuquuqda dadka kale. Waxaan sidoo kale kaa fileynaa inaad si xushmad leh ugu dhaqanto xafiiska dhakhtarkaaga, isbitaallada, iyo xafiisyada bixiyeyaasha kale.
- **Bixi kharashaadka lagugu leeyahay.** Xubin qorshe ahaan, adiga ayaa ka mas'uul ah lacagahan:
  - Medicare Qaybta A iyo Medicare Qaybta B. Inta badan xubnaha *UCare Connect + Medicare*, Medical Assistance ayaa bixisa khidmadaha Medicare Part A iyo khidmadaha Medicare Part B.
  - **Haddii aad hesho wax adeegyo ama daawooyin ah oo aanu daboolin qorshaheena, waa inaad bixisaa kharashka oo dhan. (Fiiro gaar ah:** Haddii aadan ku raacsanayn go'aankayaga ah inaanaan daboolin adeeg ama daawo, waxaad samayn kartaa racfaan. Fadlan tixraac **cutubka 9** ee *Member Handbook* si aad u barato sida rafcaan loo qaato.)
- **Noo sheeg haddii aad guurto.** Haddii aad qorsheyneyso inaad guurto, isla markiiba noo sheeg. Wac isuduwaha daryeelkaaga ama adeegga macaamiisha.
  - **Haddii aad u guurto meel ka baxsan aagga adeegga, kuma sii jiri kartid qorshaheena.** Kaliya dadka ku nool aagga adeegga ayaa xubin ka noqon kara qorshahan. **Cutubka 1** ee *Member Handbook* waxay qeexaysaa goobta adeegeena.
  - Waxaan kaa caawin karnaa inaad ogaato inaad u guureyso meel ka baxsan aagga adeegga. Inta lagu jiro xilliga diiwaangelinta gaarka ah, waxaad u wareegi kartaa Original Medicare ama waxaad iska diiwaangelin kartaa Medicare health ama qorshaha daawada lagu qoro ee goobtaada cusub. Waxaan kuu sheegi karnaa haddii aan qorshe ka leenahay aaggaaga cusub.
  - U sheeg Medicare iyo Medical Assistance cinwaankaaga cusub markaad guurto. Tixraac **cutubka 2** ee *Member Handbook* si aad u hesho lambarrada taleefanka ee Medicare iyo Medical Assistance.
  - **Haddii aad guurto oo aad joogtid aagga adeegga, weli waxaan u baahanahay inaan ogaano.** Waxaan u baahanahay inaan sii wadno diiwaanka xubinnimadaada oo aan ogaano sida laguula soo xiriiri.
- **Wac care coordinator (iskuduwaha daryeelkaaga) ama Adeegga Macaamiisha si aad u hesho caawimaad haddii aad qabtid su'aalo ama walaacyo.**



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

---

## J. Xuquuqda aad u leedahay inaad faallo ka bixiso xuquuqda iyo masuuliyadaha xubinta siyaasadda

Waxaad xaq u leedahay inaad jeediso tallooyin ku saabsan xuquuqaha xubinta iyo masuuliyadaha. Wac Adeegga Macmiilka si aad noo siiso macluumaadkaas. Waanu soo dhawaynaynaa ra'yi-celintaada. Namborada teleefanada iyo saacadaha la soo wacayo waxay ku daabacan yihiin boggan xagga hoose.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](https://www.ucare.org).**



## **Cutubka 9: Waxa la sameeyo haddii aad qabto dhibaato ama cabasho (go'aamo caymis, dacwooyin, cabashooyin)**

---

### **Hordhaca**

Cutubkani waxa uu leeyahay macluumaad ku saabsan xuquuqdaada. Akhri cutubkan si aad u ogaato waxa la sameeyo haddii:

- Dhibaato ku qabto ama ka cabanayo qorshahaaga.
- Aad u baahan tahay adeeg, shay, ama daawo kaas oo qorshaheena uu sheegay in aanu wax lacag ah ku bixin doonin.
- Aad diidan tahay go'aanka qorshahaagu uu ka qaatay daryeelkaaga.
- Aad u malaynayso in adeegyada caymisku ay si dhakhso ah u dhammaanayaan.

Cutubkani wuxuu ka kooban yahay qaybo kala duwan si uu kaaga caawiyo inaad si fudud u hesho waxaad raadinayso. **Haddii aad dhibaato ama walaac aad qabto, akhri qaybaha cutubkan ee khuseeya xaaladdaada.**

Haddii ay dhibaato kaa haysato daryeelkaaga, waxaad wici kartaa Wakiilka Barnaamijyada Daryeelka Caafimaadka ee Dadwaynaha la maamulo 651-431-2660 ama 1-800-657-3729 ama TTY MN Relay 711 ama isticmaal adeega gudbinta ee aad door bidayso. Wicitaankan waa bilaash. Cutubkani waxa uu sharxayaa fursadaha kala duwan ee aad u haysato dhibaatooyinka iyo dacwooyinka kala duwan, laakiin waxaad had iyo jeer wici kartaa Wakiilka Barnaamijyada Caafimaadka Daryeelka Dadweynaha si uu kaaga caawiyo hagaha dhibaataada.

Macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan barnaamijyada dhexdhexaadiyaha ee kaa caawin kara inaad wax ka qabato walaacyadaada, tixraac **Cutubka 2** ee *Member Handbook*.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

**Jadwalka Tasmada**

<b>A. Waxa la sameeyo haddii aad dhibaato ama walaac ku qabtid.....</b>	<b>204</b>
A1. Ku saabsan ereyada sharciyeed.....	204
<b>B. Halkee laga heli karaa caawimo.....</b>	<b>204</b>
B1. Wixii macluumaad dheeraad ah iyo caawimaad ah .....	204
<b>C. Dhibaatooyinka dheefahaga .....</b>	<b>206</b>
<b>D. daboolida go'aamada iyo racfaanada .....</b>	<b>206</b>
D1. Go'aannada ceymiska.....	206
D2. Racfaanada .....	207
D3. Caawinta go'aamada caymiska iyo rafcaannada .....	207
D4. Qaybtee ka mid ah cutubkan ayaa ku caawin karta .....	208
<b>E. Adeegyada daryeelka caafimaadka, caafimaadka habdhaqanka iyo daryeelka muddada-dheer .....</b>	<b>209</b>
E1. Isticmaalida qaybtan .....	209
E2. Codsashada go'aanka caymiska .....	210
E3. Samaynta Racfaanka Heerka 1aad .....	213
E4. Samaynta Racfaanka Heerka 2aad .....	217
E5. Dhibaatooyinka lacag-bixinta.....	221
<b>F. Daawooyinka loo qoro Medicare Part D.....</b>	<b>223</b>
F1. Go'aamada caymiska iyo rafcaannada Medicare Part D.....	223
F2. Ka-dhaafitaanada Medicare Part D.....	224
F3. Waxyaabo muhiim ah oo ay tahay in laga ogaado codsashada ka-dhaafitaanka .....	225
F4. Codsashada go'aanka caymiska, oo ay ku jirto ka-dhaafitaan.....	226
F5. Samaynta Racfaanka Heerka 1aad.....	229
F6. Samaynta Racfaanka Heerka 2aad.....	231
<b>G. Na weyddiista inaan daboolno joogitaanka cusbitaalka dheer .....</b>	<b>233</b>
G1. Barashada xuquuqdaada Medicare.....	234
G2. Samaynta Racfaanka Heerka 1 .....	235
G3. Samaynta Racfaanka Heerka 2aad.....	237
<b>H. Na weyddiista inaan sii wadno bixinta adeegyada caafimaadka qaarkood .....</b>	<b>238</b>
H1. Ogeysiis horudhac ah ka hor inta uusan dhammaan caymiskaaga .....	238
H2. Samaynta Racfaanka Heerka 1aad.....	238
H3. Samaynta Racfaanka Heerka 2aad .....	240



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii.

**Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

## Jadwalka Tasmada

<b>I. U qaadista racfaankaaga wixii ka dambeeya Heerka 2-aad .....</b>	<b>241</b>
I1. Tallaabooyinka xiga ee adeegyada iyo alaabta Medicare .....	241
I2. Codsiyada Caawimada Caafimaad ee Dheeraadka ah.....	243
I3. Heerarka Racfaanka 3aad, 4aad iyo 5aad ee Codsiyada Dawooyinka ee Medicare Qaybta D .....	243
<b>J. Sida cabasho loo sameeyo .....</b>	<b>244</b>
J1. Dhibaatooyin noocee ah ayaa ah inay noqdaan cabashooyin.....	244
J2. Cabashooyinka Gudaha.....	246
J3. Cabasho dibada ah.....	249



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii.  
**Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

## A. Waxa la sameeyo haddii aad dhibaato ama walaac ku qabtid

Cutubkani wuxuu sharxayaa sida loo xalliyo dhibaatooyinka iyo welwelka. Habka aad isticmaalayso wuxuu ku xidhan yahay nooca dhibka aad haysato. Hal habraac u isticmaal **go'aamada caymiska iyo rafcaannada** iyo habraac kale u isticmaal **gudbinta cabashooyin**; sidoo kale loo yaqaan tabashooyin.

Si loo xaqiijiyo caddaaladda iyo degdegga, nidaam kastaa wuxuu leeyahay xeerar, habraacyo, iyo waqtiyada kama dambaysta ah ee annaga iyo adiga ay tahay inaan raacno.

### A1. Ku saabsan ereyada sharciyeed

Waxaa jira shuruudo sharci ah oo ku jira cutubkan xeerarka iyo waqtiyada kama dambaysta ah. Qaar badan oo ka mid ah ereyadan way adkaan kartaa in la fahmo, sidaa darteed waxaan isticmaalnaa erayo ka fudud meel erayo sharci ah marka aan awoodno. Waxaan isticmaalnaa soo gaabinta inta ugu yar ee suurtoogalka ah.

Tusaale ahaan, waxaan leenahay:

- “Cabasho gudbin” bedelkii la isticmaali lahaa “tabasho gudbin”
- “Go'aanka caymiska” bedelkii la isticmaali lahaa “go'aaminta ururka”, “go'aaminta gunnada”, “go'aaminta khatarta”, ama “go'aaminta caymiska”
- “Go'aanka caymiska degdega ah” bedelkii laga isticmaali lahaa “go'aaminta la dedejjiyay”
- “Ururka Dib-u-eegista Madaxbanaan” (IRO) bedelkii laga isticmaali lahaa “Hay'adda Dib-u-eegista Madaxbanaan” (IRE)

Ogaanshaha shuruudaha sharci ee saxda ah ayaa laga yaabaa inay kaa caawiyaan inaad si cad u wada hadasho, sidaas darteed waxaan ku siinaynaa kuwan.

## B. Halkee laga heli karaa caawimo

### B1. Wixii macluumaad dheeraad ah iyo caawimaad ah

Mararka qaarkood waa wareer in la bilaabo ama la raaco habka wax looga qabanayo dhibaataada. Tani waxay si gaar ah run u noqon kartaa haddii aanad fiicnayn ama aanad lahayn tamar xadidan. Marar kale, waxaa laga yaabaa inaad haysan macluumaadka aad u baahan tahay si aad u qaado tallaabada xigta.

#### Caawimaada Senior LinkAge Line®

Waxaad wici kartaa Senior LinkAge Line. La-taliyayaasha Senior LinkAge Line ayaa kaaga jawaabi kara su'aalahaaga oo waxay kaa caawin karaan inaad fahanto waxa laga qabanayo



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

dhibaataada. Khadka Senior LinkAge Line wax xiriir ah nalama lahan ama wax xiriir ah lama lahan shirkad caymis ama qorshe caafimaad. Khadka Khadka Senior LinkAge Line wuxuu leeyahay la-taliyayaal u tababaran degmo kasta, adeegyaduna waa bilaash. Lambarka Taleefanka Senior LinkAge Line waa 1-800-333-2433.

### Caawimaada iyo macluumaadka Medicare

Macluumaad dheeraad ah iyo caawinaad waxaad la xiriiri kartaa Medicare. Waa kuwan laba siyaabood oo aad caawimo uga heli karto Medicare:

- Wac 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227), 24 saac maalintii, 7 maalmood todobaadkii, isticmaalayaasha TTY waxay wacaan 1-877-486-2048.
- Booqo websaydka Medicare [www.medicare.gov](http://www.medicare.gov).

### Caawinta iyo macluumaadka laga helo wakiilka u qaabilsan barnaamijyada daryeelka caafimaadka ee la maareeyo

Haddii aad u baahan tahay caawimo, waxaad had iyo jeer wici kartaa Wakiilka Barnaamijyada Caafimaadka Daryeelka Dadweynaha. Wakiilka Barnaamijyada Daryeelka Caafimaadka ee Dadweynuhu Maamulaan ayaa ka jawaabi kara su'aalahaaga oo kaa caawin kara inaad fahamto waxaad samaynayso si aad u xalliso dhibaataada. Tixraac **Cutubka 2** ee *Member Handbook* si aad u hesho wixii macluumaad dheeraad ah ee ku saabsan barnaamijyada dhexdhexaadiyaha.

Wakiilka Barnaamijyada Daryeelka Caafimaadka ee la Maareeyo Dadweynaha naguma xidhna ama shirkad caymis ah ama qorshe caafimaad midna kama xidhna. Waxay kaa caawin karaan inaad fahamto habka aad isticmaalayso. Lambarka taleefanka ee wakiilka barnaamijyada daryeelka caafimaadka ee dadweynuhu maamulaan waa 651-431-2660 ama 1-800-657-3729 ama TTY MN Relay 711 ama isticmaal adeegga gudbinta ee aad doorbidayso. Adeegyadu waa bilaash.

### Fahamka Medicare iyo Caawimada Caafimaadka cabashooyinka iyo rafcaannada ee qorshahayaga

Waxaad haysataa Medicare iyo Kaalmo Caafimaad. Macluumaadka cutubkani waxa uu khuseeyaa **dhammaan** dheefaha Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka. Tan waxaa mararka qaarkood loo yaqaan “nidaam isku dhafan” sababtoo ah waxay isku daraysaa, ama isku daraysaa, Medicare iyo hababka Caawinta Caafimaadka.

Mararka qaarkood Medicare iyo hababka Caawinta Caafimaadka lama isku dari karo. Xaaladahaas, waxaad isticmaashaa hal hab oo ah faa'iidada Medicare iyo hab kale oo ah gargaarka Caawimada Caafimaadka. **Qaybta E4** ayaa sharraxaysa xaaladahan.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

### C. Dhibaatooyinka dheefahaga

Haddii aad dhibaato ama walaac aad qabto, akhri qaybaha cutubkan ee khuseeya xaaladdaada. Jaantuska soo socdaa wuxuu kaa caawinayaa inaad hesho qaybta saxda ah ee cutubkan dhibaatooyinka ama cabashooyinka.

<p><b>Dhibkaaga ama welwelkaagu ma ku saabsan yahay dheefahaaga ama caymiskaaga?</b></p> <p>Tan waxaa ka mid ah dhibaatooyinka ku saabsan haddii daryeel caafimaad gaar ah (alaab caafimaad, adeegyo iyo/ama qaybta B dawooyinka la qoray) la daboolay iyo in kale, qaabka loo daboolay, iyo dhibaatooyinka ku saabsan lacag bixinta daryeelka caafimaadka.</p>	
<p><b>Haa.</b></p> <p>Dhibaatadaydu waxay ku saabsan tahay dheefaha ama caymiska.</p> <p>Tixraac <b>Qaybta D</b>, “Go'aamada caymiska iyo rafcaannada.”</p>	<p><b>Maya</b></p> <p>Dhibaatadaydu maaha mid ku saabsan dheefaha ama caymiska.</p> <p>Tixraac <b>Qaybta J</b>, “Sida cabasho loo gudbiyo.”</p>

### D. daboolida go'aamada iyo racfaanada

hannaanka lagu codsanayo go'aanka caymiska iyo gudbinta rafcaannada waxa ay wax ka qabtaan dhibaatooyinka la xiriira gunnooyinka iyo caymiska daryeelkaaga caafimaad (adeegyada, alaabta iyo daawooyinka Part B, oo ay ku jirto lacag bixinta). Si aan hawsha uga dhigno mid fudud, waxa aan waxyaabaha dawaynta, adeegyada, iyo daawooyinka Part B u naqaanaa sidii **daryeel dawayn ahaan**.

#### D1. Go'aannada ceymiska

Go'aanka caymisku waa go'aan aanu ka gaadhno dheefahaaga iyo caymiskaaga ama ku saabsan qadarka aanu ku bixinayno adeegyada caafimaadkaaga ama daawooyinkaaga. Tusaale ahaan, haddii adeeg-bixiyaha qorshaha ee shabakada ku jira uu kuu gudbiyo khabiir caafimaad oo ka baxsan shabakada, gudbintan waxaa loo tixgeliyaa go'aan wanaagsan marka laga reebo haddii mid ka mid ah adeeg-bixiyaasha shabakada ku jira uu muujiyo inaad heshay ogeysiis diidmo caadi ah oo ku aadan khabiirkan caafimaadka, ama adeega lagu gudbiyay uusan ahayn mid caymis ahaan daboolan xaaladay doontabada ha ahaatee (tixraac **Cutubka 4**, Qaybta F ee *Member Handbook*).

**?** **Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Adiga ama dhakhtarkaaga sidoo kale waad nala soo xidhiidhi kartaan oo wayddiisan kartaa go'aanka caymiska. Adiga ama dhakhtarkaagu waxa laga yaabaa inaad hubin in aanu bixinayno adeeg caafimaad oo gaar ah ama haddii aanu diidi karno inaanu bixino daryeel caafimaad oo aad u malaynayso inaad u baahan tahay. **Haddii aad rabto inaad ogaato haddii aanu dabooli doono adeeg caafimaad ka hor inta aanad helin, waxaad na waydiin kartaa inaanu kuu samayno go'aan caymis.**

Waxaan gaarnaa go'aan caymis mar kasta oo aan go'aan ka gaarno waxa lagu daboolayo iyo inta aan bixinno. Xaaladaha qaarkood, waxa laga yaabaa in aanu go'aansanno in adeeg ama daawadu aanay daboolin ama aanay kuu daboolin Medicare ama Assistance Medical. Haddii aadan ku raacsanayn go'aanka caymiska, waxaad samayn kartaa racfaan.

## D2. Racfaanada

Haddii aan gaadhno go'aanka caymiska oo aadan ku qanacsanayn go'aankan, waxaad “rafcaan ka qaadan kartaa” go'aanka. Racfaan waa hab rasmi ah oo lagu waydiisto inaanu dib u eegis ku samayno oo aanu bedelno go'aanka caymis ee aanu samaynay.

Marka ugu horraysa ee aad rafcaan ka qaadato go'aanka, tan waxa loo yaqaan Racfaanka Heerka 1aad. Racfaankan, waxaanu dib u eegis ku samaynay go'aanka caynsanaanta ee aanu gaadhnay si aanu u hubino haddii aanu si sax ah u raacnay dhammaan xeerarka. Dib u eegiyaal ka duwan kuwii sameeyay go'aanka asalka ah ayaa qabanaya racfaankaaga.

Marka aan dhamaystirno dib u eegista, waxaanu ku siinaynaa go'aankayaga. Xaalado gaar ah markay jiraan, oo lagu sharaxay cutubkan **Qaybta E2**, waxaad codsan kartaa go'aan la dedejiyay ama “go'aanka caymiska degdegga ah” ama “rafcaan degdeg ah” ee go'aanka caymiska.

Haddii aan ku nidhaahno **Maya** qayb ama dhammaan waxa aad codsatay, waxaanu kuu soo diri doonaa warqad. Haddii dhibatadaadu ay ku saabsan tahay caymiska adeega caafimaadka Medicare ama shay ama daawada Part B, warqaddu waxay kuu sheegi doontaa inaan kiiskaaga u dirnay Ururka Dib-u-eegista Madaxbanaan (IRO) ee Racfaanka Heerka 2aad. Haddii dhibatadaadu ay ku saabsan tahay caymiska Part D ee Medicare ama shayga Medical Assistance, warqaddu waxay kuu sheegi doontaa sida loo xareeyo Racfaanka Heerka 2aad. Ka eeg **Qaybta E4** si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan Racfaanka Heerka 2aad. Haddii dhibatadaadu ay ku saabsan tahay caymiska adeega ama shay ay daboolayaan labada Medicare iyo Medical Assistance, warqaddu waxay ku siin doontaa macluumaad ku saabsan labada nooc ee Racfaannada Heerka 2aad.

Haddii aadan ku qanacsanayn heerka 2aad ee racfaanka go'aanka, waxaa laga yaabaa inaad mari karto heerar racfaan oo dheeri ah.

## D3. Caawinta go'aamada caymiska iyo rafcaannada

Waxaad caawimaad waydiisan kartaa mid ka mid ah kuwan soo socda:



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

- **Adeegga Macaamiisha** ee lambarada ku yaala xagga hoose ee bogga.
- Wac **Barnaamijka Kaalmada Caymiska Caafimaadka Gobolka (SHIP)** si aad u hesho caawimaad bilaash ah. SHIP waa urur madax banaan. Kuma xidhna qorshahan. Minnesota SHIP waxaa loogu yeeraa Senior LinkAge Line®. Lambarku waa 1-800-333-2433 ama TTY MN Relay 711 ama isticmaal adeegga gudbinta ee aad doorbidayso. Wicitaanadan waa bilaash.
- Wac **Wakiilka Barnaamijyada Daryeelka Caafimaadka La Maareeyo** si aad u hesho caawimaad bilaash ah. Dhexdhexaadiyaha Barnaamijyada Daryeelka Caafimaadka ee la Maareeyo Dadwaynaha ayaa ka caawiya dadka ka diiwaangashan Caawimada Caafimaadka dhibaatooyinka adeeg ama biilasha. Lambarku waa 651-431-2660 ama 1-800-657-3729 ama TTY MN Relay 711 ama isticmaal adeegga gudbinta ee aad doorbidayso.
- **Dhakhtarkaaga ama adeeg-bixiye kale.** Takhtarkaaga ama bixiye kale ayaa ku weydiin kara go'aanka caymiska ama rafcaan adiga oo ku hadlaya.
- **Saaxiib ama xubin qoys.** Waxaad magacaabi kartaa qof kale oo ku matalo inuu kuu noqdo “wakiil” oo aad weydiisato go'aanka caymiska ama samee racfaan.
- **Qareen.** Waxaad xaq u leedahay qareen, laakiin **lagaagama baahna inaad leedahay qareen** si aad u codsato go'aanka caymiska ama aad racfaan u qaadato.
  - Wac qareenkaaga ama magaca qareenka ka hel ururka qareenada ama adeeg kale oo gudbineed. Kooxaha sharciga qaarkood ayaa ku siin doona adeegyo sharci oo bilaash ah haddii aad u qalanto.

Buuxi foomka ballanta wakiillada haddii aad rabto qareen ama qof kale inuu ku matalo sidii wakiilkaaga. Foomku wuxuu qof siinayaa ogolaansho ah inuu ku matalo.

Ka wac Adeegga Macmiilka ee lambarada ku yaal bogga hoose oo weydii foomka “Ballamaha Wakiilada”. Waxaad sidoo kale heli kartaa foomka adigoo booqanaya <https://www.cms.gov/Medicare/CMS-Forms/CMS-Forms/downloads/cms1696.pdf> ama websaydkeena [ucare.org/formmembers](https://www.ucare.org/formmembers). **Waa inaad na siisaa nuqulka foomka saxeexan.**

#### **D4. Qaybtee ka mid ah cutubkan ayaa ku caawin karta**

Waxaa jira afar xaaladood oo ku lug leh go'aamada caymiska iyo rafcaannada. Xaalad kastaa waxay leedahay xeerar kala duwan iyo waqtiyada kama dambaysta ah. Mid kasta waxaan ku siinnaa faahfaahin qayb gaar ah oo cutubkan ah. Tixraac qaybta khuseysa::

- **Qaybta E,** “Adeegyada daryeelka caafimaadka, caafimaadka habdhaqanka iyo daryeelka muddada-dheer”
- **Qaybta F,** “Daawooyinka Medicare Part D”



**Haddii aad qabto su'aalo,** fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](https://www.ucare.org).**



- **Qaybta G**, “Naga codsashada inaan daboolno joogitaanka isbitaalka ee muddada dheer”
- **Qaybta H**, “Naga codsashada inaan sii wadno daboolida adeegyada caafimaadka qaarkood” (Qaybtani waxay khusaysaa oo keliya adeegyadan: daryeelka caafimaadka guriga, daryeelka rugta kalkaalinta xirfadlaha ah, iyo adeegyada Xarunta Baxnaaninta Bukaana-socodka ee Dhammaystiran (CORF).)

Haddii aadan hubin qaybta aad isticmaalayso, wac Adeegga Macmiilka ee lambarada ku yaal bogga hoose.

Haddii aad u baahan tahay caawimo ama macluumaad kale, fadlan kala xidhiidh Ombudsperson for Public Care Health Programs 651-431-2660 ama 1-800-657-3729 ama TTY MN Relay 711 ama isticmaal adeega gudbinta ee aad door bidayso.

## E. Adeegyada daryeelka caafimaadka, caafimaadka habdhaqanka iyo daryeelka muddada-dheer

Qaybtani waxa ay sharxaysaa waxa la sameeyo haddii ay dhibaato kaa haysato helitaanka caymiska caafimaadka, ama haddii aad rabto in aannu dib kuugu soo celinno kharashaadka kaaga baxaya daryeelkaaga.

Qaybtani waxay ku saabsan tahay gunnooyinka daryeelka caafimaadka iyo adeegyada kuwaas oo lagu sifeeyay **Cutubka 4** ee *Member Handbook*. Meelaha qaar, sharciyo kala duwan ayaa laga yaabaa inay khuseeyaan dawada Medicare Part B. Markay sameeyaan, waxaanu sharaxnaa sida sharciyada Medicare Qaybta B ay uga duwan yihiin xeerarka adeegyada caafimaadka iyo alaabta.

### E1. Isticmaalida qaybtan

Qaybtani waxay sharxaysaa waxaad samayn karto mid ka mid ah shanta xaaladood ee soo socda:

1. Waxaad u maleyneysaa inaan daboolayno daryeelka caafimaadka aad u baahan tahay laakiin aadan helin.  
**Maxaad samayn kartaa:** Waxaad na waydiin kartaa inaanu samayno go'aan caymis. Tixraac **Qaybta E2**.
2. Ma aanan oggolaanin daryeelka caafimaadka dhakhtarkaaga ama bixiyaha kale ee daryeelka caafimaadku ay rabaan inay ku siiyaan, waxaadna u malaynaysaa inaan ku siinno.  
**Maxaad samayn kartaa:** Waxaad racfaan ka qaadan kartaa go'aankayaga. Tixraac **Qaybta E3**.
3. Waxaad heshay daryeel caafimaad oo aad u malaynayso inaanu bixinayno, laakiin ma bixin doono.  
**Maxaad samayn kartaa:** Waxaad racfaan ka qaadan kartaa go'aankayaga ah inaan lacag bixin. Tixraac **Qaybta E5**.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii.  
**Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

4. Waxaad heshay oo aad bixisay kharashka daryeelka caafimaadka ee aad moodaysay inaanu bixinayno, oo waxaad doonaysaa inaanu dib kuu soo celinno.

**Maxaad samayn kartaa:** Waxaad na weydiisan kartaa inaan lacag kugu soo celino. Tixraac **Qaybta E5**.

5. Waxaan hoos u dhignay ama joojinay caymiskaaga daryeelka caafimaadka qaarkood, waxaadna u maleyneysaa in go'aankayagu uu wax u dhimi karo caafimaadkaaga.

**Maxaad samayn kartaa:** Waxaad racfaan ka qaadan kartaa go'aankayaga ah in la dhimo ama joojiyo daryeelka caafimaadka. Tixraac **Qaybta E4**.

- Haddii caymisku yahay mid loogu talagalay daryeelka isbitaalka, daryeelka caafimaadka guriga, daryeelka rugta kalkaalinta xirfadlaha ah, ama adeegyada CORF, sharciyo gaar ah ayaa khuseeya. Tixraac **Qaybta G** ama **Qaybta H** si aad wax badan u ogaato.
- Dhammaan xaaladaha kale ee ku lug leh dhimista ama joojinta caymiskaaga daryeelka caafimaadka qaarkood, qaybtan (**Qaybta E**) u isticmaal hage ahaan.

## E2. Codsashada go'aanka caymiska

Marka go'aanka caymiska uu ku lug leeyahay daryeelkaaga caafimaad, waxa loo yaqaanaa “**go'aaminta ururada isku dhafan**”

### Adiga, dhakhtarkaaga, ama wakiilkaaga waxaad na waydiisan kartaa go'aanka caynsanaanta:

- Wicitaanka: 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wicitaankan waa bilaash); TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wicitaankan waa bilaash).
- Fakiska: 612-884-2021 ama 1-866-283-8015, Attn: Rafcaannada iyo Cabashooyinka.
- Qorista:

#### **Fiiro gaar ah: Rafcaanka iyo Dacwada**

UCare

PO Box 52

Minneapolis, MN 55440-0052

### Go'aanka caymiska caadiga ah

Marka aan ku siinno go'aankayaga, waxaan isticmaalnaa wakhtiyada kama dambaysta ah ee “caadiga ah” ilaa aan ku heshiino isticmaalka waqtiyada kama dambaysta ah ee “dhakhsaha ah”. Go'aanka caynsanaanta caadiga ah macnaheedu waa inaanu ku siinno jawaab ku saabsan:



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

- Adeeg caafimaad ama shay 14 maalmood gudahooda ka dib markaan helno codsigaaga.
- Daawooyinka Medicare Part B 72 saacadood gudahood kadib markaan helno codsigaaga.

**Shay ama adeeg caafimaad, waxaanu qaadan karnaa ilaa 14 maalmood oo kale oo taariikh ah** haddii aad codsato wakhti dheeraad ah ama haddii aanu u baahanahay macluumaad dheeraad ah oo ku anfici kara (sida diiwaanada caafimaadka oo laga helo adeeg-bixiyeyaasha shabakada ka baxsan). Haddii aan qaadano maalmo dheeraad ah si aan go'aan uga gaarno, qoraal ayaan kuugu sheegi doonaa. **Ma qaadan karno maalmo dheeraad ah haddii codsigaagu yahay mid la xiriira daawooyinka Medicare Part B.**

Haddii aad u malaynayso **inaanan** qaadan maalmo dheeraad ah, waxaad samayn kartaa “cabashada degdega ah” ee ku saabsan go'aankayaga ah inaanu qaadano maalmo dheeraad ah. Markaad cabasho degdeg ah samayso, waxaanu ku siinaynaa jawaabta cabashadaada 24 saacadood gudahood. Habraaca cabasho gudbinta waa ka duwan yahay habraaca go'aanada caymiska iyo racfaanada. Macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan gudbinta cabasho, ay ku jirto cabashada degdegga ah, tixraac **Qaybta J.**

### Go'aanka caymiska degdega ah

Erayga sharciga ah ee “go'aanka caymiska degdega ah” waa  
**“Go'aan degdeg ah.”**

Markaad naga codsato inaan gaarno go'aanka caymiska ee ku saabsan daryeelkaaga caafimaad iyo caafimaadka wuxuu u baahan yahay jawaab degdeg ah, naga codso inaan samayno “go'aan caymis oo degdeg ah.” Go'aanka caynsanaanta degdega ah macnaheedu waa inaanu ku siin doono jawaab ku saabsan:

- Adeegga caafimaadka ama shay 72 saacadood gudahood ka dib markaan helno codsigaaga.
- Daawooyinka Medicare Part B 24 saacadood gudahood kadib markaan helno codsigaaga.

**Shay caafimaad ama adeeg, waxaanu ku qaadan karnaa ilaa 14 maalmood oo dheeraad ah** haddii aanu ogaano inuu maqan yahay macluumaad ku anfici kara (sida diiwaannada caafimaadka ee laga helo adeeg-bixiyeyaasha shabakadaha ka baxsan) ama haddii aad u baahan tahay wakhti aad nagu siiso macluumaad u baahan inaan dib u eegis ku samayno. Haddii aan qaadano maalmo dheeraad ah si aan go'aan uga gaarno, qoraal ayaan kuugu sheegi doonaa. **Ma qaadan karno wakhti dheeraad ah haddii codsigaagu yahay mid la xiriira daawooyinka Medicare Part B.**

Haddii aad u malaynayso **inaanan** qaadan maalmo dheeraad ah si aan u gaarno go'aanka caymiska, waxaad samayn kartaa “cabasho degdeg ah” oo ku saabsan go'aankayaga ah inaan qaadano maalmo dheeraad ah. Macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan gudbinta cabasho, ay ku



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

jirto cabashada degdegga ah, tixraac **Qaybta J**. Waanu ku soo wici doonaa isla marka aanu go'aan gaarno.

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

- Waxaad codsanaysaa caymiska alaabada caafimaadka iyo/ama adeegyada **aadan helin**. Ma codsan kartid go'aanka caymiska degdega ah ee ku saabsan lacag bixinta alaabta ama adeegyada aad hore u heshay.
- Isticmaalida waqtiyada kama dambaysta ah ee caadiga ah **ay caafimaadkaada u keeni karto dhaawac halis ah** ama ay dhaawici karto awooddaada ah inaad shaqeyso.

**Waxaan si toos ah kuu siinaynaa racfaan degdeg ah haddii dhakhtarkaagu noo sheego in caafimaadkaagu u baahan yahay.** Haddii aad codsato adigoo haysan taageerada dhakhtarkaaga, waxaanu go'aansanaynaa inaad hesho caymis degdeg ah.

- Haddii aan go'aansanno in caafimaadkaagu aanu buuxin shuruudaha go'aanka caymiska degdega ah, waxaanu kuu soo diraynaa warqad sidaas kuu sheegaysa waxaana taa beddelkeeda isticmaalayna wakhtiga kama dambaysta ah ee caadiga ah. Warqaddu waxay kuu sheegaysaa:
  - Waxaan si otomaatig ah ku siinaynaa go'aanka caymiska ee degdega ah haddii dhakhtarkaagu codsado.
  - Sida aad u gudbin karto “cabashada degdega ah” ee ku saabsan go'aankayaga inaanu ku siino go'aanka caymiska caadiga ah bedelkii ay ka ahaan lahayd go'aanka caymiska ee degdega ah. Macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan gudbinta cabasho, ay ku jirto cabashada degdega ah, tixraac **Qaybta J**.

**Haddi aanu diidno qayb ka mid ah ama dhammaan codsigaga,** waxaanu kuu soo diraynaa warqad aan ku sharaxayno sababaha.

- Haddii aan **Diidno**, waxaad xaq u leedahay inaad racfaan ka qaadato. Haddii aad u malaynayso in aanu khalad samaynay, samaynta rafcaanku waa hab rasmi ah oo aad nagu waydiisato in aanu dib u eegno go'aankayaga oo aan bedelno.
- Haddii aad go'aansato inaad racfaan qaadato, waxaad u gudbi doontaa Heerka 1aad ee habraaca rafcaanka (tixraac **Qaybta E3**).

Xaalado xaddidan waxaa laga yaabaa inaan diidno codsigaga go'aanka caymiska, taas oo macnaheedu yahay dib u eegi mayno codsiga. Tusaalooyinka marka codsiga la burin doono waxaa ka mid ah:

- haddii codsigu aanu dhamaystirnayn,
- haddii qof uu kuu sameeyo codsiga laakiin aan si sharci ah loo oggolayn inuu sidaas sameeyo, **ama**



**Haddii aad qabto su'aalo,** fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

- haddii aad codsato in codsigaaga laga noqdo.

Haddii aan diidno codsiga go'aanka caymiska, waxaan kuu soo diri doonaa ogeysiis sharaxaya sababta codsiga loo diiday iyo sida loo codsado dib u eegista cayrinta. Dib u eegistaan waxaa lagu magacaabaa racfaan. Rafcaannada waxaa lagu falanqeynayaa qaybta xigta.

### E3. Samaynta Racfaanka Heerka 1aad

**Si aad u bilowdo racfaan**, adiga, dhakhtarkaaga, ama wakiilkaaga waa in ay nala soo xiriiraan. naga soo wac 612-676-6841 or 1-877-523-1517 (wicitaankan waa bilaash). TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wicitaankan waa bilaash) ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash). Waxaad sidoo kale nagala soo xiriiri kartaa qoraal ahaan:

**Attn: Rafcaanka Xubinta iyo Cabashooyinka,**  
UCare  
PO Box 52  
Minneapolis, MN 55440-0052

**Codso racfaan caadi ah ama rafcaan degdeg ah qoraal** ahaan ama adigoo naga soo wacaya lambarka hoose ee bogga.

- Haddii dhakhtarkaaga ama qofka kale ee kuu qoraya daawada ay ku weydiiyaan inay sii wadaan adeeg ama shay aad hore u heshay inta lagu jiro rafcaankaaga, waxa laga yaabaa inaad u baahato inaad wakiilkaaga u magacowdo si uu kuugu matalo.
- Haddii qof kale oo aan ahayn dhakhtarkaagu kuu sameeyo rafcaan, ku dar foomka Magaabista Wakiillada oo u oggolaanaya qofkan inuu ku matalo. Waxaad heli kartaa foomka adigoo booqanaya [www.cms.gov/Medicare/CMS-Forms/CMSForms/downloads/cms1696.pdf](http://www.cms.gov/Medicare/CMS-Forms/CMSForms/downloads/cms1696.pdf) ama websaydkeena oo ah [ucare.org/formembers](http://ucare.org/formembers).
- Waxaan aqbali karnaa codsiga racfaanka foomka la'aantiisa, laakiin ma bilaabi karno ama ma dhamaystiri karno dib u eegistayada ilaa aan ka helno. Haddii aanan helin foomka ka hor waqtiga ugu dambeeya ee aan u qabanay go'aan ka gaarida racfaankaaga:
  - Waanu diidnay codsigaaga, iyo
  - Waxaan kuu soo diraynaa ogeysiis qoraal ah oo sharxaya xaqa aad u leedahay inaad ka codsato IRO inay dib u eegaan go'aankayaga diidmada racfaankaaga.
- Waa in aad racfaan ku codsatid 65 maalmood gudahooda laga bilaabo taariikhda warqadda aan kuu soo dirnay si aan kuugu sheegno go'aankayaga.
- Haddii aad seegto wakhtiga kama dambaysta ah oo aad haysato sabab wanaagsan oo aad ku seegtay wakhtiga, waxa laga yaabaa in aanu ku siino wakhti dheeraad ah oo aad ku samayso racfaankaaga. Tusaalooyinka sababaha wanaagsan waxaa ka mid ah sida inaad qabto jirro halis ah ama inaan ku siinay macluumaad khaldan oo ku saabsan wakhtiga



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

kama dambaysta ah. Sharax sababta rafcaankaagu u daahay markaad racfaanka qaadanayso.

- Waxaad xaq u leedahay inaad naga codsato nuqul bilaash ah oo ah macluumaadka ku saabsan racfaankaaga. Waxaad xaq u leedahay inaad na weydiisato nuqul bilaash ah oo macluumaadka ku saabsan racfaankaaga.

### **Haddii caafimaadkaagu u baahan yahay, codso racfaan degdeg ah.**

Erayga sharciga ah ee “rafcaan degdeg ah” waa  
**“dib u eegis degdeg ah.”**

- Haddii aad rafcaan ka qaadato go'aanka aanu ka gaarnay caymiska daryeelka aadan helin, adiga iyo/ama dhakhtarkaaga ayaa go'aaminaya haddii aad u baahan tahay rafcaan degdeg ah.

**Waxaan si toos ah ku siinaynaa racfaan degdeg ah haddii dhakhtarkaagu noo sheego in caafimaadkaagu u baahan yahay.** Haddii aad codsato adigoo haysan taageerada dhakhtarkaaga, anaga ayaa go'aaminayna inaad helayso racfaan degdeg ah iyo hadii kale.

- Haddii aan go'aansanno in caafimaadkaagu aanu buuxin shuruudaha rafcaanka degdegga ah, waxaanu kuu soo dirayna warqad sidaas kuu sheegaysa, waxaana taas beddelkeeda isticmaalaynaa wakhtiga kama dambaysta ah ee caadiga ah. Warqaddu waxay kuu sheegaysaa:
  - Waxaan si otomaatig ah kuu siinaynaa rafcaan degdeg ah haddii dhakhtarkaagu naga codsado.
  - Sida aad u gudbin karto “cabashada degdega ah” ee ku saabsan go'aankayaga inaanu ku siino racfaan caadi ah bedelkii aad ka qaadan lahayd rafcaan degdeg ah. Macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan gudbinta cabasho, ay ku jirto cabashada degdega ah, tixraac **Qaybta J**.

**Haddii aan kuu sheegno in aanu joojinayno ama aanu dhimayno adeegyada ama alaabta aad hore u heshay, waxa laga yaabaa in aad sii wadato adeegyadaas ama alaabtaas inta lagu jiro rafcaankaaga.**

- Haddii aan go'aansanno inaan beddelno ama joojinno caymiska adeegga ama shay aad hesho, waxaan kuu soo diraynaa ogeysiin ka hor intaan tallaabo qaadin.
- Haddii aadan ku raacsaneyn go'aankayaga, waxaad gudbin kartaa Racfaan Heerka 1aad.
- Waxaan sii wadeynaa caymiska adeegga ama shayga haddii aad ku codsato Racfaan Heerka 1aad 10 maalmood gudahooda laga bilaabo taariikhda warqaddayada ama taariikhda la doonayo in la dhaqangaliyo ficilka, hadba kii dambeeya.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

- Haddii aad ka soo baxdo wakhtiga kama dambaysta ah, waxaad heli doontaa adeegga ama shayga iyada oo aan wax isbeddel ah dhicin inta racfaankaaga heerka 1aad la sugayo.
- Waxaad sidoo kale heli doontaa dhammaan adeegyada kale ama alaabta (kuwaas oo aan xiriir la lahayn mawduuca rafcaanka) iyadoon wax isbedel ah lagu samayn.
- Haddii aadan rafcaan qaadanin taariikhdaas ka hor, markaas adeeggaaga ama shayga lama sii wadi doono inta aad sugayso go'aanka racfaanka.

### Waanu tixgelinayna racfaankaaga waxaan ku siinaynaa jawaabtayada.

- Markaan dib u eegno racfaankaaga, waxaan si taxadar leh u eegeynaa dhammaan macluumaadka ku saabsan codsigaaga caymiska daryeelka caafimaadka.
- Waxaan hubinaa haddii aan raacnay dhammaan sharciyada markii aan **Diidnay** codsigaaga.
- Waxaan ururinnaa macluumaad dheeraad ah haddii aan u baahanahay. Waxaa laga yaabaa inaan la xiriirno adiga ama dhakhtarkaaga si aan u helno macluumaad dheeraad ah.

### Waxaa jira waqtiyo kama dambays ah oo racfaan degdeg ah.

- Marka aan isticmaalno waqtiyada kama dambaysta ah ee degdegga ah, waa inaan ku siinaa jawaabtayada **72 saacadood gudahood ka dib markaan helno racfaankaaga**. Waxaan ku siin doonaa jawaabtayada si dhakhso ah haddii caafimaadkaagu nooga baahan yahay.
- Haddii aad codsato waqti dheeraad ah ama haddii aan u baahanahay macluumaad dheeraad ah oo laga yaabo inay ku anfici karaan, **waxaan qaadan karnaa ilaa 14 maalmood oo dheeraad ah** haddii codsigaagu yahay mid la xiriira shay ama adeeg caafimaad.
  - Haddii aan u baahanahay maalmo dheeraad ah si aan go'aan uga gaarno, qoraal ayaan kuugu sheegaynaa.
  - Haddii codsigaagu yahay mid la xiriira daawada Medicare Part B, ma qaadan karno wakhti dheeraad ah si aan go'aan uga gaarno.
  - Haddii aan jawaab ku siin weyno 72 saacadood gudahood ama dhamaadka maalmaha dheeraadka ah ee aan qaadanay, waa inaan codsigaaga u dirno Heerka 2aad ee habraaca rafcaanka. IRO ayaa markaas dib u eegaysa. Qaybta dambe ee cutubkan **Qaybta E4**, waxaanu wax kaaga sheegaynaa ururkan oo aanu sharaxnay habraaca rafcaanka Heerka 2aad. Haddii dhibatadaadu ay ku saabsan tahay caymiska adeega ama shay la xiriira Medical Assistance, waxaad Dhagaysi Cadaalad ah—heerka 2aad ah ka codsan kartaa gobolka laftiisa isla marka uu wakhtigu dhamaado. Minnesota



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

dhexdeeda Dhegeysi cadaalad ah waxa loo yaqaan Racfaan Dawladeed.

- **Haddii aan Oggolaano qaybno ka mid ah ama dhammaan codsigaaga**, waa in aan oggolaanno ama bixinno caymiska aan ku heshiinnay in aan ku bixinno 72 saacadood gudahood ka dib markaan helno racfaankaaga.
- **Haddii aan Diidno qaybno ka mid ah ama dhammaan codsigaaga**, waxaan racfaankaaga u direynaa IRO si loogu helo Racfaan Heerka 2aad.

### Waxaa jira waqtiyo kama dambays ah oo racfaanka caadiga ah.

- Marka aan isticmaalno wakhtiga kama dambaysta ah ee caadiga ah, waa in aan ku siino **jawaabtayada 30 maalmood gudahood** ka dib markii aan helno racfaankaaga caymiska adeegyada aadan helin.
- Haddii codsigaagu yahay mid la xiriira daawooyinka Medicare Part B oo aanad helin, waxaanu ku siinaynaa **jawaabtayada 7 maalmood gudahooda** ka dib markii aanu helno racfaankaaga ama ka dhakhso badan haddii caafimaadkaaga uu sidaas qasbayo.
- Haddii aad codsato waqti dheeraad ah ama haddii aan u baahanahay macluumaad dheeraad ah oo laga yaabo inay ku anfici karaan, **waxaan qaadan karnaa ilaa 14 maalmood oo dheeraad ah** haddii codsigaagu yahay mid loogu talagalay shay ama adeeg caafimaad.
  - Haddii aan u baahanahay maalmo dheeraad ah si aan go'aan uga gaarno, qoraal ayaan kuugu sheegaynaa.
  - Haddii codsigaagu yahay mid la xiriira daawooyinka Medicare Part B, ma qaadan karno wakhti dheeraad ah si aan go'aan uga gaarno.
  - Haddii aad u malaynayso **inaanan** qaadan maalmo dheeraad ah, waxaad gudbin kartaa cabasho degdeg ah oo ku saabsan go'aankayaga. Markaad gudbiso cabasho degdeg ah, waxaanu ku siinaynaa jawaab 24 saacadood gudahood. Wixii macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan gudbinta cabashooyinka, oo ay ku jiraan cabashooyinka degdegga ah, tixraac **Qaybta J**.
  - Haddii aanan ku siin jawaabta ugu dambayn wakhtiga kama dambaysta ah ama dhamaadka maalmaha dheeraadka ah ee aanu qaadanay, waa in aan codsigaaga u dirno Heerka 2aad ee habraaca rafcaanka. IRO ayaa markaa dib u eegaysa. Qaybta dambe ee cutubkan **Qaybta E4**, waxaanu wax kaaga sheegaynaa ururkan oo aanu sharaxnay habraaca rafcaanka Heerka 2aad. Haddii dhibatadaadu ay ku saabsan tahay caymiska adeega ama shay la xiriira Medical Assistance, waxaad Dhagaysi Cadaalad ah—heerka 2aad ah ka codsan kartaa gobolka laftiisa isla marka uu wakhtigu dhamaado. Minnesota dhexdeeda Dhegeysi cadaalad ah waxa loo yaqaan Racfaan Dawladeed.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**



**Haddii aan Oggolaano qaybno ka mid ah ama dhammaan codsigaaga**, waa in aan oggolaano ama bixinno caymiska aan ku heshiinnay in aan ku bixinno 30 maalmood gudahood, ama **7 maalmood gudahooda** haddii codsigaga uu yahay mid la xiriira daawooyinka Medicare Part B, ka dib markii aan helno racfaankaaga.

Haddii aan **Diidno** qayb ka mid ah ama dhammaan codsigaaga, **waxaad leedahay xuquuqo rafcaan oo dheeraad ah:**

- Haddii aan Diidno qayb ka mid ah **ama** dhammaan waxa aad codsatay, waxaanu kuu soo diraynaa warqad.
- Haddii dhibatadaadu ay ku saabsan tahay caymiska adeegga ama shay Medicare ah, warqaddu waxay kuu sheegaysaa inaan kiiskaaga u dirnay IRO ee Racfaanka Heerka 2aad.
- Haddii dhibatadaadu ay ku saabsan tahay caymiska adeegga ama shay Medical ah, warqaddu waxay kuu sheegaysaa sida loo xareeyo Racfaanka Heerka 2aad.

#### **E4. Samaynta Racfaanka Heerka 2aad**

Haddii aan ku nidhaahno **Maya** qayb ama dhammaan Racfaanka Heerka 1, waxaanu kuu soo dirnay warqad. Warqadani waxay kuu sheegaysaa haddii Medicare, Assistance Medical Assistance, ama labadaba barnaamijyadu ay inta badan daboolaan adeegga ama shayga.

- Haddii dhibatadaadu ay ku saabsan tahay adeeg ama shay uu inta badan caymiska Medicare daboolo, waxaanu si otomaatig ah kiiskaaga ugu diraynaa Heerka 2aad ee habraaca rafcaanka isla marka uu Racfaanka Heerka 1aad dhamaado.
- Haddii dhibatadaadu ku saabsan tahay adeeg ama shay caymiska Medical Assistance inta badan daboolo, waxaad adigu gudbin kartaa Racfaanka Heerka 2aad. Warqaddu waxay kuu sheegaysaa sida tan loo sameeyo. Waxaan sidoo kale macluumaad dheeraad ah ku daraynaa cutubkan goor dambe.
- Haddii dhibatadaadu ku saabsan tahay adeeg ama shay ay **Medicare iyo Medical Assistance labaduba** daboolaan, waxaad si otomaatig ah Racfaanka Heerka 2aad uga heli doontaa IRO. Waxaad sidoo kale weydiisan kartaa Dhageysi cadaalad ah gobolka.

Haddii aad u qalanto sii wadida gunnooyinka markii aad gudbisay Racfaanka Heerka 1aad, gunnooyinkaaga adeega, shayga ama dawada ee rafcaanku ku socdo waxay sidoo kale sii socon karaan inta lagu jiro Heerka 2aad. Tixraac **Qaybta E3** si aad u hesho macluumaadka ku saabsan sii wadida gunnooyinka inta lagu jiro Racfaanka Heerka 1aad.

- Haddii dhibatadaadu ay ku saabsan tahay adeeg uu inta badan daboolo Medicare, gunnooyinka adeegaas ma sii socon doonaan inta lagu jiro habraaca rafcaanka Heerka 2aad ee IRO.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

- Haddii dhibatadaadu ku saabsan tahay adeeg sida caadiga ah u daboolo kaliya Medical Assistance, gunnooyinka adeegaas way sii soconayaan haddii aad Racfaanka Heerka 2aad ku soo gudbiso 10 maalmood gudahood ka dib markaad hesho warqadda go'aankayaga.

### **Marka dhibkaagu uu ku saabsan yahay adeeg ama shay Medicare inta badan daboolo**

IRO ayaa dib u eegeysa racfaankaaga. Waa urur madax banaan oo ay shaqaaleysato Medicare.

Magaca rasmiga ah ee “Ururka Dib-u-eegista Madaxabannaan” (IRO) waa “**Hay'adda Dib-u-eegista Madax-bannaan**”, oo mararka qaarkood loo yaqaano “**IRE**”.

- Ururkani naguma xirna mana aha hay'ad dawladeed. Medicare waxay shirkadda u dooratay inay noqoto IRO, oo Medicare ayaa kormeerta shaqadooda.
- Waxaan macluumaadka ku saabsan racfaankaaga (“galka kiiskaaga”) u dirnaa ururkan. Waxaad xaq u leedahay in aad hesho koobi bilaash ah oo ah galka kiiskaaga.
- Waxaad xaq u leedahay inaad IRO siiso macluumaad dheeraad ah si uu u taageero racfaankaaga.
- Dib-u-eegiyaasha IRO waxay si taxadar leh u eegaan dhammaan macluumaadka la xiriira racfaankaaga.

### **Haddii aad rafcaan degdeg ah ku lahayd Heerka 1aad, waxaad sidoo kale rafcaan degdeg ah ku leedahay Heerka 2aad.**

- Haddii aad rafcaan degdeg ah naga soo qaadatay heerka 1aad, waxaad si otomaatig ah u helaysaa rafcaan degdeg ah Heerka 2aad. IRO waa inay ku siiso jawaabta Rafcaankaaga **Heerka 2aad 72 saacadood** gudahood marka aad hesho racfaankaaga.
- Haddii codsigaagu yahay mid la xiriira shay ama adeeg caafimaad oo ay IRO u baahan tahay inay uruuriso macluumaad dheeraad ah oo ku anfici kara, **waxay qaadan kartaa ilaa 14 maalmood oo dheeraad ah**. IRO ma qaadan karto waqti dheeraad ah si ay go'aan uga gaarto haddii codsigaga uu yahay mid la xiriira daawooyinka Medicare Part B.

### **Haddii aad rafcaan caadi ah ku lahayd heerka 1aad, waxaad sidoo kale rafcaan caadi ah ku leedahay Heerka 2aad.**

- Haddii aad naga qaadatay rafcaan caadiga ah heerka 1aad, waxaad si otomaatig ah u heli doontaa racfaan caadi ah xilliga heerka 2aad.
- Haddii codsigaagu yahay mid la xiriira shay ama adeeg caafimaad, IRO waa inay ku siiso jawaabta Rafcaankaaga Heerka 2aad **30 maalmood gudahooda** marka aad hesho racfaankaaga.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

- Haddii codsigaagu yahay mid la xiriira daawooyinka Medicare Part B, IRO waa inay ku siiso jawaabta Racfaanka Heerka 2aad **7 maalmood gudahooda** marka aad hesho racfaankaaga.
- Haddii codsigaagu yahay mid la xiriira shay ama adeeg caafimaad oo ay IRO u baahan tahay inay uruuriso macluumaad dheeraad ah oo ku anfici kara, **waxay qaadan kartaa ilaa 14 maalmood oo dheeraad ah**. IRO ma qaadan karto waqti dheeraad ah si ay go'aan uga gaarto haddii codsigaga uu yahay mid la xiriira daawooyinka Medicare Part B.

IRO waxay ku siinaysaa jawaabtooda qoraal waxayna sharxayaan sababaha.

- Haddii IRO ay Oggolaato qayb ka mid ah ama dhammaan codsiga shay ama adeeg caafimaad, waa inaan:
  - Oggolaanaa caymiska daryeelka caafimaadka **72 saacadood gudahood, ama**
  - Bixinaa adeega **14 maalmood gudahooda** ka dib markaan helno go'aanka IRO **codsiyada caadiga ah, ama**
  - Bixinaa adeega **72 saacadood** gudahooda laga bilaabo taariikhda aan helno go'aanka IRO **codsiyada degdega ah.**
- Haddii IRO ay Oggolaato qayb ka mid ah ama dhammaan codsiga daawada Medicare Part B, waa in aan ogolaano ama bixinaa daawada Medicare Part B uu muranku ka taagan yahay:
  - **72 saacadood gudahood** kadib markaan helno go'aanka IRO ee **codsiyada caadiga ah, ama**
  - **24 saac gudahooda** laga bilaabo taariikhda aan helno go'aanka IRO ee **codsiyada degdegga ah.**
- Haddii IRO ay Diido qayb ka mid ah ama dhammaan rafcaankaaga, waxay ka dhigan tahay inay ogolaadeen inaan ansixin codsigaaga (ama qayb ka mid ah codsigaaga) caymiska daryeelka caafimaadka. Tani waxaa loo yaqaanaa “in la taageero go'aanka” ama “diiditaanka racfaankaaga.”
  - Haddii kiiskaagu buuxiyo shuruudaha, waxaad dooranaysaa inaad rabto inaad sii wado oo aad heer kale u gudbiso racfaankaaga.
  - Waxaa jira saddex heer oo dheeraad ah oo ku jira habraaca rafcaanka ka dib Heerka 2aad, wadar ahaan shan heer.
  - Haddii Racfaanka Heerka 2aad la diido oo aad buuxiso shuruudaha si aad u sii wadato habraaca rafcaanka, waa inaad go'aansataa inaad u gudubto heerka 3aad oo aad



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

samayso rafcaan saddexaad. Faahfaahinta ku saabsan sida sidaan loo sameeyo waxay ku jirtaa ogeysiiska qoran ee aad helayso ka dib Racfaanka Heerka 2aad.

- Garsoore Maamulka Sharciga (ALJ) ama garyaqaan garsoore ayaa qabanaya Racfaanka Heerka 3aad. Tixraac **Qaybta I** si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan Racfaanada Heerka 3aad, 4aad, iyo 5aad.

### **Marka dhibkaagu uu ku saabsan yahay adeeg ama shay Caawimaada Caafimaadku inta badan daboosho, ama ay daboolaan labada Medicare iyo Assistance Medical**

Racfaanka Heerka 2aad ee adeegyada Caawimada Caafimaadku inta badan daboosho waa Dhagaysi Cadaalad ah oo lala yeesho gobolka. Minnesota dhexdeeda Dhegeysi cadaalad ah waxa loo yaqaan Racfaan Dawladeed. Waa inaad Dhageysi cadaalad ah ku codsataa qoraal ama taleefan **120 maalmood** gudahooda laga bilaabo taariikhda aan kuu soo dirnay warqadda go'aanka ee Racfaanka Heerka 1aad. Warqadda aad naga heshay ayaa kuu sheegaysa meesha aad ka gudbinayso codsigaaga Dhagaysiga Cadaaladda ah.

Waa inaad ku codsataa Rafcaan Gobol 120 maalmood gudahooda laga bilaabo taariikhda go'aanka rafcaanka ee qorshaha.

Boostada, fakiska, ama u gudbi codsigaaga qoran:

Xafiiska Racfaanka ee Waaxda Adeegyada  
Aadanaha ee Minnesota  
PO Box 64941  
St. Paul, MN 55164-0941  
Fakis: 651-431-7523

Foomka Racfaanka onlaynka ah:

[edocs.dhs.state.mn.us/lfserver/Public/DHS-0033-ENG](https://edocs.dhs.state.mn.us/lfserver/Public/DHS-0033-ENG)

Garsooraha Adeegga Aadanaha ee Xafiiska Racfaanka Gobolka ayaa qaban doona dhegeysiga. Kulankaagu wuxuu ahaan doonaa mid telefoon haddii aadan codsan kulan fool ka fool ah. Inta lagu jiro dhagaysigaaga, u sheeg xaakimka sababta aad u khilaafsan tahay go'aanka qorshuhu gaadhay. Waxaad weydiisan kartaa saaxiib, qaraabo, u doode, bixiye, ama qareen inuu ku caawiyo.

Nidaamku wuxuu qaadan karaa inta u dhaxaysa 30 iyo 90 maalmood. Haddii dhegeysigaagu uu ku saabsan yahay adeeg si degdeg ah loogu baahan yahay oo aad u baahan tahay jawaab degdeg ah, u sheeg Xafiiska Racfaanka Gobolka marka aad xerayso codsigaaga dhegeysiga. Haddii dhegeysigaagu uu ku saabsan yahay diidmada daruuriga ah ee caafimaadka, waxaad waydiisan kartaa ra'yi caafimaad khabiir caafimaad oo madaxbanaan. Wax kharash ah oo kugu kacaya ma jiro.

Haddii aad u baahan tahay caawimo mar kasta oo hawsha ka mid ah, wac Wakiilka



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](https://www.ucare.org).**

Barnaamijyada Caafimaadka Daryeelka Dadweynaha 651-431-2660 ama 1-800-657-3729 ama TTY MN Relay 711 ama isticmaal adeega gudbinta ee aad door bidayso.

Xafiiska Dhageysiga Cadaalada ayaa ku siinaya go'aankooda qoraal wuxuuna sharaxayaa sababaha.

- Haddii xafiiska dhageysiga cadaalada uu **Oggolaado** qayb ka mid ah ama dhammaan codsiga ku aadan shay ama adeeg caafimaad, waa in aan kuu ansixino ama ku bixinaa adeega ama shayga **72 saacadood gudahood** ka dib markaan helno go'aankooda.
- Haddii xafiiska dhageysiga cadaalada uu **Diido** qayb ka mid a ama dhammaan rafcaankaaga, waxay la macno tahay inay ogolaadeen inaan ansixin codsigaaga (ama qayb ka mid ah codsigaaga) caymiska daryeelka caafimaadka. Tani waxaa loo yaqaanaa “in la taageero go'aanka” ama “diiditaanka racfaankaaga.”

Haddii go'aanka xafiiska IRO ama dacwad cadaalad ah uu yahay **Maya** dhammaan ama qayb ka mid ah codsigaaga, waxaad leedahay xuquuq rafcaan oo dheeraad ah.

Haddii Racfaankaaga heerka 2aad u gudbo **IRO**, waxaad mar kale racfaan ka qaadan kartaa kaliya haddii qiimaha dollarka ee adeega ama shayga aad rabto uu gaaro qadarka ugu yar. Garsooraha ALJ ama qareenka ayaa gacanta ku haya Racfaanka Heerka 3aad. **Warqadda aad ka heshay IRO waxay sharraxaysaa xuquuqaha rafcaanka ee dheeraadka ah ee aad yeelan karto.**

Warqadda aad ka heshay xafiiska Dhegeysi cadaalad ah ayaa qeexaysa doorashada rafcaanka xigta.

Tixraac **Qaybta I** si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan xuquuqahaaga racfaanka ka dib Heerka 2aad.

## E5. Dhibaatooyinka lacag-bixinta

Ma ogolaanayno in bixiyayaasha shabakadayadu kugu soo dallacaan adeegyada iyo alaabta ku jirta caymiska. Tani waa run xitaa haddii aan siino bixiyaha wax ka yar kharashka bixiyaha adeeg ama shay la daboolay. Marna lagaagama baahna inaad bixiso hadhaaga biilna.

**Si toos ah kuuguma soo celin karno adeegga Caawinta Caafimaadka ama shay.** Haddii aad hesho biil ku aadan adeegyada iyo alaabta la daboolay Medical Assistance, noo soo dir biilka. Waa inaad adigu iska bixin biilka. Waxaan si toos ah ula xiriiri doonaa bixiyaha waxaan xalin doonaa dhibaataada. Haddii aad bixiso biilka, waxaad ka heli kartaa lacag celin bixiyaha xanaanada caafimaadka haddii aad raacdo sharciyada helitaanka adeegyada ama alaabta.

Haddii aad rabto in aan kugu soo celino kharashka adeeg ama shay uu daboolay caymiska **Medicare** ama aad naga codsanayso in aan bixino kharashka bixiyaha daryeelka caafimaadka ee adeeg ama



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

shay uu daboolay caymiska Medical Assistance, waxa aad naga codsan doontaa in aan gaarno go'aanka caymiska. Waxaan eegi doonaa haddii adeegga ama shayga aad kharashkiisa bixisay uu yahay mid la daboolay iyo haddii aad raacday dhammaan sharciyada isticmaalka caymiskaaga. Si aad u hesho wixii macluumaad dheeraad ah, tixraac **Cutubka 7 ee Member Handbook**.

- Haddii adeega ama shayga aad kharashkiisa bixisay la daboolo oo aad raacday sharciyada oo dhan, waxaanu adeeg-bixiyahaaga u soo diri doonaa lacagta adeega ama shayga 30 maalmood gudahooda, laakiin aan ka dambayn 60 maalmood kadib markaan helno codsigaaga. Adeeg-bixiyahaaga ayaa markaas kuu soo diri doona lacagta.
- Haddii aadan weli bixin kharashka adeegga ama shayga, waxaan si toos ah lacagta ugu diri doonaa adeeg-bixiyaha. Marka aan dirno lacag bixinta, waxay la mid tahay inaan **Oggolaanay** codsigaaga go'aanka caymiska.
- Haddii adeegga ama shayga aan la daboolin ama aadan raacin dhammaan sharciyada, waxaan kuu soo diri doonaa warqad kuu sheegaysa inaan bixin doonin kharashka adeegga ama shayga anagoo kuu sharraxeyna sababta.

Haddii aadan ku raacsanayn go'aankayaga ah inaan lacag bixin, **waxaad samayn kartaa racfaan**. Raac habraaca racfaanka ee lagu qeexay **Qaybta E3**. Markaad raacdo tilmaamahan, ogow:

- Haddii aad rafcaan naga qaadato si aanu lacag kuugu soo celino, waa inaanu jawaabtayada ku siino 30 maalmood gudahooda ka dib markaan helno racfaankaaga.
- Haddii aad naga codsato inaan dib kuugu soo celino kharashka daryeel caafimaad oo aad adigu kharashkiisa iska bixisay, ma codsan kartid racfaan degdeg ah.

Haddii jawaabtayada racfaanka ay tahay **Maya** oo **Medicare** ay inta badan dabooosho adeegga ama shayga, waxaan kiiskaaga u diri doonaa IRO. Waxaan kuu soo diri doonaa warqad haddii tani ay dhacdo.

- Haddii IRO ay ka noqoto go'aankayaga oo ay tiraahdo inaan ku siino kharashka, waa inaan lacagta kuu soo dirnaa adiga ama adeeg-bixiyaha 30 maalmood gudahood. Haddii jawaabta racfaankaadu tahay **Haa** marxalad kasta oo ka mid ah habraaca rafcaanka ka dib Heerka 2aad, waa in aan kuu soo dirno lacagta adiga ama bixiyaha daryeelka caafimaadka 60 maalmood gudahood.
- Haddii IRO ay **Diido** racfaankaaga, waxay la macno tahay inay ogolaadeen inaan ansixinin codsigaaga. Tani waxaa loo yaqaanaa “in la taageero go'aanka” ama “diiditaanka racfaankaaga.” Waxaad heli doontaa warqad sharaxaysa xuquuqaha rafcaanka ee dheeraadka ah ee aad yeelan karto. Tixraac **Qaybta I ee Member Handbook** si aad u hesho wixii macluumaad dheeraad ah ee ku saabsan heerarka rafcaanka ee dheeraadka ah.

Haddii jawaabtayada racfaanka ay tahay **Maya** oo Medical Assistance ay inta badan dabooosho



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

adeegga ama shayga, waxaad adigu gudbisan kartaa Racfaan Heerka 2aad. Tixraac **Qaybta E4** ee *Member Handbook* si aad u hesho wixii macluumaad dheeraad ah.

## F. Daawooyinka loo qoro Medicare Part D

Faa'iidooyinkaaga xubin ahaan qorshahayaga waxa ka mid ah caymiska dawooyinka dhakhtarku qoray oo badan. Inta badan kuwan waa daawooyinka Medicare Qaybta D. Waxaa jira dhowr daawo oo Medicare Qaybta D aysan daboolin kaalmada Caafimaadku dabooli karto. **Qaybtan waxay khusaysaa oo keliya rafcaannada daawooyinka Medicare Part D.**

Qaybtan inteeda kale waxaynu ku odhan doonaa “dawo” halkii aad odhan lahayd “Medicare Part D daroogada” mar kasta. Daawooyinka uu daboolo caymiska Medical Assistance oo kaliya raac habraaca **Qaybta D.**

Si loo daboolo, daawada waa in loo isticmaalo tilmaam caafimaad ahaan la aqbalay. Taas macnaheedu waxa weeye in dawada ay ogolaatay Maamulka Cuntada iyo Dawooyinka (FDA) ama ay taageerto tixraacyo caafimaad qaarkood. Tixraac **Cutubka 5** ee *Member Handbook* si aad u hesho wixii macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan calaamad caafimaad ahaan la aqbalay.

### F1. Go'aamada caymiska iyo rafcaannada Medicare Part D

Waa kuwan tusaalooyin ku saabsan go'aamada caynsanaanta ee aad na weydiisato inaan ka gaadhno daawooyinkaaga Medicare Qaybta D:

- Waxaad naga codsan kartaa inaan samayno ka-dhaafitaan, oo ay ku jirto inaad na waydiisato inaan:
  - daboolno daawo ku jira Medicare Part D oo aan ku jirin *Drug List (Liiska Dawooyinka)* ee qorshaheena
  - meel iska dhigno xaddidaada caymiskayaga dawada (sida xaddidaada caddadka aad heli karto)
- Waxaad naga codsan kartaa haddii dawo laguugu daboolay caymiska (sida marka ay dawadaadu ku jirto *Drug List (Liiska Dawooyinka)* ee qorshaheena laakiin waa inaan kuu ogolaano ka hor intaan daboolin).

**FIIRO GAAR AH:** IHaddii farmashiyahaagu kuu sheego in dawadaada aan loo buuxin karin si qoraal ah, farmashiyuhu wuxuu ku siinayaa ogeysiis qoran oo sharxaya sida aad nala soo xidhiidho si aad u codsato go'aanka caymiska.

Go'aanka caymiska bilowga ah ee ku saabsan  
daawooyinka Medicare Part D waxaa loo yaqaanaa  
“go'aaminta caymiska”

?

**Haddii aad qabto su'aalo,** tadii UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

- Waxaad naga codsan kartaa inaan bixinno kharashka dawo aad hore u iibsaday. Tani waa waydiinta go'aan caymis oo ku saabsan lacag-bixinta.

Haddii aadan ku raacsanayn go'aanka caynsanaanta ee aanu samaynay, waxaad racfaan ka qaadan kartaa go'aankayaga. Qaybtani waxay kuu sheegaysaa sida loo waydiiyo go'amada caymiska iyo sida loo qaato racfaan. Isticmaal shaxda hoose si aad caawimaad uga hesho.

<b>Xaaladahan kee baad ku sugan tahay?</b>			
<p>Waxaad u baahan tahay daawo aan ku jirin <i>Drug List (Liiska Dawooyinka)</i> ama waxaad u baahan tahay inaan dhinac iskaga dhigno qaanuunka ama xaddidaadda daawada aan daboolno.</p>	<p>Waxaad doonaysaa inaanu daboolno daawada ku jirta <i>Drug List (Liiska Dawooyinka)</i> oo aad u malaynayso inaad buuxisay xeerarka ama xaddidaadaha qorshaha (sida helitaanka ogolaanshaha hordhaca ah) ee dawada aad u baahan tahay.</p>	<p>Ma doonaysaa inaad na waydiiso inaan dib kuugu soo celino lacagta dawo aad hore u heshay oo aad bixisay lacagteeda?</p>	<p>Waxaan kuu sheegnay inaan dawada u daboolin ama bixin doonin sidaad rabto.</p>
<p><b>Waxaad naga codsan kartaa inaan samayno ka reebis.</b> (Kani waa nooc ka mid ah go'aanka caymiska.)</p>	<p><b>Waxaad naga codsan kartaa go'aan caymis.</b></p>	<p><b>Waxaad na weydiisan kartaa inaan lacag kugu soo celino.</b> (Kani waa nooc ka mid ah go'aanka caymiska.)</p>	<p><b>Waxaad samayn kartaa racfaan.</b> (Tani waxay la macno tahay inaad na waydiiso inaan dib u eegno.)</p>
<p>Ku bilow <b>Qaybta F2</b>, ka dibna tixraac <b>Qaybaha F3 iyo F4</b></p>	<p>Tixraac <b>Qaybta F4</b></p>	<p>Tixraac <b>Qaybta F4</b></p>	<p>Tixraac <b>Qaybta F5</b></p>

## F2. Ka-dhaafitaanada Medicare Part D

Haddii aanaan dawada u daboolin sidaad rabto, waxaad na waydiin kartaa inaan samayno “ka-reebis.” Haddii aan diidno codsigaaga ka-dhaafitaanka, waxaad racfaan ka qaadan kartaa go'aankayaga.

**?** **Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**



Marka aad codsato ka reebid, dhakhtarkaaga ama dhakhtar kale ayaa u baahan inuu sharaxo sababaha caafimaad ee aad ugu baahan tahay ka-reebitaanka.

Codsashada caymiska daawo aan ku jirin *Drug List (Liiska Dawooyinka)* ama ka saarida xaddidaadda daawada waxaa mararka qaarkood loo yaqaanaa codsashada **“ka-dhaafitaan liiska daawooyinka.”**

Waa kuwan tusaalayaal ka-reebis ah oo adiga ama dhakhtarkaaga ama dhakhtar kale aad na waydiisan kartaan inaan samayno:

### 1. Daboolista daawada aan ku jirin *Drug List (Liiska Dawooyinka)*.

- Ma heli kartid wax ka-dhaafitaanka caddadka lacag-bixinta ee loo baahan yahay ee dawada.

### 2. Ka saarida xannibaadda daawada daboolan

- Waxaa jira sharciyo ama xaddidaadyo dheeraad ah oo khuseeya daawooyinka qaarkood oo ku jira *Drug List (Liiska Dawooyinka)* (tixraac **Cutubka 5** ee *Member Handbook* wixii macluumaad dheeraad ah).
- Xeerarka dheeraadka ah iyo xaddidaadda daawooyinka qaarkood waxaa ka mid ah:
  - Lagaaga baahan yahay inaad isticmaasho nooca guud ee dawada halkii aad isticmaali lahayd dawada magaca sumadda.
  - Helitaanka oggolaansho hordhac ah ka hor inta aanaan oggolaan in dawada lagu daboolo. Tan waxaa mararka qaarkood loo yaqaan “oggolaanshaha hore (PA).”
  - Waxaa lagaa rabaa inaad tijaabiso daawo kale ka hor inta aanaan ku heshiin daboolida daawada aad codsato. (Tani waxaa mararka qaarkood loo yaqaan “daawaynta tallabada.”)
  - Xaddidka Tirada. Daawooyinka qaarkood, waxaa jira xaddidaad ku saabsan qaddarka daawada aad qaadan karto.

## F3. Waxyaabo muhiim ah oo ay tahay in laga ogaado codsashada ka-dhaafitaanka

### Dhakhtarkaaga ama dhakhtarkaaga kale waa inuu noo sheego sababaha caafimaad

Takhtarkaaga ama dhakhtar kale waa in ay na siiyaan bayaan sharaxaya sababaha caafimaad ee aad u codsanayso ka reebis. Si aad u hesho go'aan degdeg ah, ku dar macluumaadkan caafimaad ee dhakhtarkaaga ama qoraaga kale marka aad waydiiso ka reebanaanshaha.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

*Drug List Liiska (Dawooyinkayada)* inta badan waxaa ku jira in ka badan hal daawo oo lagu daweynayo xaalad gaar ah. Kuwaas waxaa loo yaqaan “daawoyinka kale” Haddii dawo kale ay waxtar u leedahay si la mid ah dawada aad codsatay oo aanay keeni doonin waxyeelooyin kale ama dhibaatooyin kale oo caafimaad, guud ahaan **ma** ogolaanayno codsigaaga ka-dhaafitaanka.

### Waxaan dhihi karnaa Haa ama Maya codsigaaga.

- Haddi aanu **Diidno** codsigaga ka-dhaafitaanka, ka-dhaafitaanka wuxuu caadiyan socdaa ilaa dhamaadka sanadka kalandareedka. Tani waa run ilaa iyo inta uu dhakhtarkaagu ku sii wado inuu kuu qoro dawada oo ay daawadaasi sii ahaanayso mid badbaado leh oo waxtar u leh daaweynta xaaladaada.
- Haddii aan **Diidno** codsigaaga ka-dhaafitaanka, waxaad samayn kartaa racfaan. Tixraac **Qaybta F5** si aad u hesho macluumaadka ku saabsan samaynta rafcaanka haddii aan **Diidno**.

Qaybta xigta waxay kuu sheegaysaa sida loo codsado go'aanka caynsanaanta, oo ay ku jirto marka laga reebo.

### F4. Codsashada go'aanka caymiska, oo ay ku jirto ka-dhaafitaan

Weydii nooca go'aanka caymiska ee aad rabto adiga oo wacaya 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaankan waa bilaash) isticmaal TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), qoraal, ama fakis noogu soo dir. Adiga, wakiilkaaga, ama dhakhtarkaaga (ama qoraaga kale) ayaa samayn kara tan. Fadlan ku dar magacaaga, macluumaadkaaga xiriirka iyo macluumaadka ku saabsan sheegashada.

- Adiga ama dhakhtarkaaga (ama qof kale oo kuu qora daawada) ama qof kale oo magacaaga ku hadlaya ayaa codsan kara go'aanka caymiska. Waxa kale oo aad heli kartaa qareen ku matalo.
- Tixraac **Qaybta D3** si aad u ogaatid sida qof loogu magacaabo wakiilkaaga.
- Uma baahnid inaad ogolaansho qoraal ah siiso dhakhtarkaaga ama qoraaga kale si aad u codsato go'aanka caymiska isaga oo ku hadlaya magacaaga.
- Haddii aad rabto inaad naga codsato inaan kuugu soo celino kharashaadka daawada, tixraac **Cutubka 7** ee *Member Handbook*.
- Haddii aad codsato ka-dhaafitaan, na sii “bayaanka taageeraya.” Qoraalka taageerada waxaa ku jira dhakhtarkaaga ama sababaha kale ee caafimaad ee dhakhtarkaaga ee codsiga ka reeban.
- Dhakhtarkaaga ama dhakhtar kale ayaa fakis ama boostada noogu soo diri kara bayaanka taageerada ah. Waxay sidoo kale noogu sheegi karaan taleefoon ka dibna faakis ayay



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

noogu soo diri karaan ama ku soo diri karaan bayaanka.

- Si aad u gudbisoo codsiga go'aaminta caymiska si elektaroonig ah, gal Akoonka Khadka Tooska ah ee koontada **member.ucare.org** oo dooro Gunnooyinka Farmashiyaha. Guji isku xirka Foomka Codsiga Go'aaminta Daboolista, buuxi foomka oo soo gudbi si aad u bilowdo codsiga.

### **Haddii caafimaadkaagu u baahan yahay, na weydiiso “go'aanka caymiska degdegga ah.”**

Waxaan isticmaalnaa “xilliyada kama dambaysta ah” ilaa aan ku heshiinno isticmaalka “xilliyada kama dambaysta ah ee degdegga ah.”

- A **Go'aanka caymiska ee caadiga ah** macnaheedu waa inaanu ku siinno jawaab 72 saacadood gudahood ka dib markaan helno qoraalka dhakhtarkaaga.
- A **Go'aanka caymiska ee degdega ah** macnaheedu waa inaanu ku siinno jawaab 24 saacadood gudahood ka dib markaan helno qoraalka dhakhtarkaaga.

“Go'aanka caymiska degdega ah” waxaa loo yaqaan **“go'aaminta caynsanaanta degdega ah.”**

Waxaad heli kartaa go'aan caymis degdeg ah haddii:

- Waxaa loogu talagalay daawo aadan helin. Ma heli kartid go'aan caymis degdeg ah haddii aad na weydiisato inaan dib kuugu soo celinno daawo aad hore u soo iibsatay.
- Caafimaadkaaga ama awooddaada shaqo aad u dhaawacmi doonto haddii aan isticmaalno wakhtiga kama dambaysta ah ee caadiga ah.

Haddii dhakhtarkaaga ama dhakhtar kale ay noo sheegaan in caafimaadkaagu u baahan yahay go'aan caymis oo degdeg ah, waanu ku raacsanahay oo ku siinay. Waxaan kuu soo dirnay warqad kuu sheegaysa.

- Haddii aad codsato go'aan caymis oo degdeg ah adigoo taageero ka helin dhakhtarkaaga ama dhakhtar kale, waxaanu go'aan ka gaaraynaa haddii aad helayso go'aan caymis oo degdeg ah.
- Haddii aan go'aansanno in xaaladdaada caafimaad aysan buuxin shuruudaha go'aanka caymiska degdegga ah, waxaan isticmaalaynaa waqtiyada kama dambaysta ah ee caadiga ah.
  - Waxaan kuu soo dirnay warqad kuu sheegaysa. Waraaqdu waxay kaloo kuu sheegaysaa sidaad uga dacwoon lahayd go'aankayaga.
  - Waxaad gudbin kartaa cabasho degdeg ah oo aad jawaab ku heli kartaa 24 saacadood gudahood. Wixii macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan gudbinta cabashooyinka, oo



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](https://www.ucare.org).**

ay ku jiraan cabashooyinka degdegga ah, tixraac **Qaybta J**.

### **Wakhtiyada kama dambaysta ah ee “go'aanka caymiska degdega ah”**

- Haddii aan isticmaalno waqtiyada kama dambaysta ah ee degdegga ah, waa inaan ku siinaa jawaabtayada 24 saacadood gudahood ka dib markaan helno codsigaaga. Haddii aad codsato wax ka reeban, waxaanu ku siinaynaa jawaabtayada 24 saacadood gudahood ka dib markii aanu helno qoraalka taageerada dhakhtarkaaga. Waxaan ku siin jawaabtayada si dhakhso ah haddii caafimaadkaagu u baahan yahay.
- Haddi aan ilaalin wayno wakhtiga kama dambaysta ah, waxa aanu codsigaaga u diraynaa Heerka 2aad ee habraaca rafcaanka si ay dib u eegis ugu samayso IRO. Tixraac **Qaybta F6** si aad u hesho wixii macluumaad dheeraad ah ee ku saabsan Racfaanka Heerka 2aad.
- Haddii aan **Oggolaano** qaybo ka mid ah ama dhammaan codsigaaga, waxaanu ku siinaynaa caymiska 24 saacadood gudahood ka dib markaan helno codsigaaga ama bayaanka taageerada dhakhtarkaaga.
- Haddii aan **Diidno** qayb ka mid ah ama dhammaan codsigaaga, waxaan kuu soo diraynaa warqad ay ku jiraan sababaha. Warqadda ayaa sidoo kale kuu sheegaysa sida aad racfaan u qaadan karto.

### **Wakhtiyada kama dambaysta ah ee go'aanka caymiska caadiga ah ee ku saabsan daawada aanad helin**

- Haddii aan isticmaalno wakhtiga kama dambaysta ah ee caadiga ah, waa inaan ku siinaa jawaabtayada 72 saacadood gudahood ka dib markaan helno codsigaaga. Haddii aad codsato wax ka reeban, waxaanu ku siinaynaa jawaabtayada 72 saacadood gudahood ka dib markii aanu helno bayaanka taageerada dhakhtarkaaga. Waxaan ku siin jawaabtayada si dhakhso ah haddii caafimaadkaagu u baahan yahay.
- Haddi aan ilaalin wayno wakhtiga kama dambaysta ah, waxa aanu codsigaaga u diraynaa Heerka 2aad ee habraaca rafcaanka si ay dib u eegis ugu samayso IRO.
- Haddii aan **Oggolaano** qaybo ka mid ah ama dhammaan codsigaaga, waxaanu ku siinaynaa caymiska 72 saacadood gudahood ka dib markaan helno codsigaaga ama bayaanka taageerada dhakhtarkaaga ee ka-dhaafitaanka.
- Haddii aan **Diidno** qayb ka mid ah ama dhammaan codsigaaga, waxaan kuu soo diraynaa warqad ay ku jiraan sababaha. Warqaddu waxay sidoo kale kuu sheegaysaa sida loo sameeyo rafcaan.

### **Wakhtiyada kama dambaysta ah ee go'aanka caynsanaanta caadiga ah ee ku saabsan daawada aad hore u iibsatay**

- Waa inaan ku siinaa jawaabtayada 14 maalmood gudahood ka dib markaan helno



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

codsigaaga.

- Haddi aan ilaalin wayno wakhtiga kama dambaysta ah, waxa aanu codsigaaga u diraynaa Heerka 2aad ee habraaca rafcaanka si ay dib u eegis ugu samayso IRO.
- Haddii aan **Oggolaano** qaybo ka mid ah ama dhammaan codsigaaga, waxaanu kharashaadka kuugu soo celinaynaa 14 maalmood gudahood.
- Haddii aan **Diidno** qayb ka mid ah ama dhammaan codsigaaga, waxaan kuu soo diraynaa warqad ay ku jiraan sababaha. Waraaqdu waxay kaloo kuu sheegaysaa in aad racfaan ka qaadato.

## F5. Samaynta Racfaanka Heerka 1aad

Rafcaanka qorshahayaga ee ku saabsan go'aanka caymiska qaybta D ee Medicare waxaa loo yaqaan qorshe “**dib u go'aamin.**”

- Ku bilow racfaankaaga heerka **caadiga ah** ama **degdega ah** adigoo Adeegga Macaamiisha ka wacaya lambarka ku yaala bogga hoose, qoraal, ama fakis noogu soo dir. Adiga, wakiilkaaga, ama dhakhtarkaaga (ama qoraaga kale) ayaa samayn kara tan. Fadlan ku soo dar magacaaga, macluumaadkaaga xiriirka, iyo macluumaadka ku saabsan racfaankaaga.
- Waa in aad racfaan ku **codsatid 65 maalmood gudahooda** laga bilaabo taariikhda warqadda aan kuu soo dirnay si aan kuugu sheegno go'aankayaga.
- Haddii aad seegto wakhtiga kama dambaysta ah oo aad haysato sabab wanaagsan oo aad ku seegtay, waxa laga yaabaa in aanu ku siino wakhti dheeraad ah oo aad ku samayso racfaankaaga. Tusaalooyinka sababaha wanaagsan waxaa ka mid ah waxyaabo sida inaad qabto jirro halis ah ama inaan ku siinay macluumaad khaldan oo ku saabsan waqtiga kama dambaysta ah. Sharaxaad ka bixi sababta rafcaankaagu u daahay markaad racfaanka qaadnayso.
- Waxaad xaq u leedahay inaad naga codsato nuqul bilaash ah oo macluumaadka ku saabsan racfaankaaga. Waxaad xaq u leedahay inaad na weydiisato nuqul bilaash ah oo macluumaadka ku saabsan racfaankaaga.

## Haddii caafimaadkaagu u baahan yahay, codso racfaan degdeg ah.

Rafcaan degdeg ah waxa kale oo loo yaqaan “**dib u go'aan degdeg ah.**”



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

- Haddii aad rafcaan ka qaadato go'aanka aannu ka gaarnay dawo aadan qaadan, adiga iyo dhakhtarkaaga ama dhakhtar kale ayaa go'aamin kara haddii aad u baahan tahay rafcaan degdeg ah.
- Shuruudaha rafcaanka degdegga ah waxay la mid yihiin kuwa go'aanka caymiska degdegga ah. Tixraac **Qaybta F4** si aad u hesho wixii macluumaad dheeraad ah.

Waanu tixgelinayna racfaankaaga waxaanan ku siinaynaa jawaabtayada.

- Waxaan dib u eegeynaa racfaankaaga waxaana si taxadar leh u eegaynay dhammaan macluumaadka ku saabsan codsigaaga caymiska.
- Waxaan hubinaa haddii aan raacnay dhammaan sharciyada markii aan **Diidaynay** codsigaaga.
- Waxa laga yaabaa in aan kula soo xiriirno adiga ama dhakhtarkaaga ama dhakhtar kale si aanu macluumaad dheeraad ah u helno.

### Xilliga kama dambaysta ah ee racfaanka degdegga ah ee Heerka 1aad

- IHaddii aan isticmaalno waqtiyada kama dambaysta ah, waa inaan ku siinaa jawaabtayada 72 saacadood **gudahood** ka dib markaan helno racfaankaaga.
  - Waxaan ku siin jawaabtayada si dhakhso ah haddii caafimaadkaagu u baahan yahay.
  - Haddii aanaan jawaab ku siin 72 saacadood gudahood, waa in aan codsigaaga u dirno Heerka 2aad ee habraaca rafcaanka. Markaa IRO ayaa dib u eegaysa. Tixraac **Qaybta F6** si aad u hesho macluumaadka ku saabsan ururka dib u eegista iyo habraaca rafcaanka Heerka 2aad.
- Haddii aan **Oggolaano** qaybo ka mid ah ama dhammaan codsigaaga, waa inaan bixinaa caymiska aan ku heshiinnay waana inaan ku bixinno 72 saacadood gudahood ka dib markaan helno racfaankaaga.
- Haddii aan **Diidno** qayb ka mid ah ama dhammaan codsigaaga, waxaanu kuu soo diraynaa warqad sharraxaysa sababaha oo kuu sheegaysa sida aad racfaan u qaadan karto.

### Wakhtiga kama dambaysta ah ee racfaanka caadiga ah ee Heerka 1aad

- Haddii aan isticmaalno waqtiyada kama dambaysta ah ee caadiga ah, waa inaan ku siinaa jawaabtayada **7 maalmood gudahooda** ka dib markii aan helno racfaankaaga daawo aadan qaadan.
- Waxaan ku siineynaa go'aankayaga si dhaqso leh haddii aadan helin daawada oo xaaladdaada caafimaad ay u baahan tahay. Haddii aad aaminsantahay in caafimaadkaagu u baahan yahay, codso racfaan degdeg ah.
  - Haddii aanaan go'aan ku **siin 7 maalmood gudahood**, waa in aan codsigaaga u dirno



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Heerka 2aad ee nidaamka rafcaanka. Markaa IRO ayaa dib u eegaysa. Tixraac **Qaybta F6** si aad u hesho macluumaadka ku saabsan ururka dib u eegista iyo habraaca rafcaanka Heerka 2aad.

Haddii aan ku nidhaahno **Haa** si aan uga qaybno ama dhammaan codsigaaga:

- Waa inaan **bixinaa caymiska aanu ku** heshiinay inaan ku bixino sida ugu dhakhsaha badan ee uu caafimaadkaagu **u baahan yahay, laakiin ugu dambayn 7 maalmood** ka dib markaan helno racfaankaaga.
- Waa inaan **lacag kuugu soo dirno daawada** aad iibsaday **30 maalmood gudahooda** kadib markaan helno racfaankaaga.

Haddii aan ku niraahno **Maya** qayb ka mid ah ama dhammaan codsigaaga:

- Waxaan kuu soo dirnay warqad sharaxaysa sababaha oo kuu sheegaysa sida aad racfaan u qaadan karto.
- Waa inaan ku siino jawaabtayada ku saabsan inaan dib kuugu soo celino dawada aad ku iibsaday **14 maalmood gudahood** ka dib markaan helno racfaankaaga.
  - Haddii aanaan ku siin go'aan 14 maalmood gudahood, waa in aan codsigaaga u dirno Heerka 2aad ee nidaamka rafcaanka. Markaa IRO ayaa dib u eegaysa. Tixraac **Qaybta F6** si aad u hesho macluumaadka ku saabsan ururka dib u eegista iyo habraaca rafcaanka Heerka 2aad.
- Haddii aan ku niraahno **Haa** si aan u qaybno ama dhammaan codsigaaga, waa inaan ku siinnaa 30 maalmood gudahood ka dib markaan helno codsigaaga.
- Haddii aan **Diidno** qayb ka mid ah ama dhammaan codsigaaga, waxaanu kuu soo diraynaa warqad sharraxaysa sababaha oo kuu sheegaysa sida aad racfaan u qaadan karto.

## F6. Samaynta Racfaanka Heerka 2aad

Haddii aan ku niraahno **Maya** Racfaankaaga Heerka 1aad, waad aqbali kartaa go'aankayaga ama waxaad samayn kartaa racfaan kale. Haddii aad go'aansato inaad sameeyso racfaan kale, waxaad isticmaashaa nidaamka Racfaanka Heerka 2aad. **IRO** waxay dib u eegtaa go'aankayagii markii aanu nidhi **Maya** racfaankaaga koowaad. Ururkan ayaa go'aaminaya haddii aan bedelno go'aankayaga.

Magaca rasmiga ah ee “Ururka Dib u Eegista Madaxbanaan” (IRO) waa “**Hay'adda Dib-u-eegista Madax-bannaan**”, oo mararka qaarkood loo yaqaan “**IRE**”.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Si aad u samayso Racfaan Heerka 2aad, adiga, wakiilkaaga, ama dhakhtarkaaga ama dhakhtarkaaga kale waa in aad la xidhiidho IRO **qoraal** ah oo aad waydiisato in dib u eegis lagu sameeyo kiiskaaga.

- Haddii aan ku niraahno **Maya** Racfaankaaga Heerka 1aad, warqadda aan kuu soo dirno **waxaa ku jira tilmaamo ku saabsan sida loola sameeyo Racfaan Heerka 2aad IRO**. Tilmaamaha ayaa sheegaya cidda samayn karta Racfaanka Heerka 2aad, wakhtiyada kama dambaysta ah ee ay tahay inaad raacdo, iyo sida loo gaadho ururka.
- Markaad racfaan ka qaadato IRO, waxaanu u dirnaa macluumaadka aanu hayno ee ku saabsan racfaankaaga ururka. Macluumaadkan waxaa loo yaqaan “faylka kiiskaaga”. **Waxaad xaq u leedahay in aad hesho nugul bilaash ah oo ah galka kiiskaaga.**
- Waxaad xaq u leedahay inaad siiso IRE macluumaad kale oo taageero u ah racfaankaaga.

IRO waxay dib u eegtaa Medicare Qaybta D Racfaanka Heerka 2aad waxayna ku siinaysaa jawaab qoraal ah. Ka eeg **Qaybta E4** wixii macluumaad dheeraad ah ee ku saabsan IRO.

### **Xilliga kama dambaysta ah ee racfaanka degdegga ah ee Heerka 2aad**

Haddii caafimaadkaagu u baahan yahay, weydii IRO racfaan degdeg ah.

- Haddii ay ku heshiiyaan racfaan degdeg ah, waa inay ku siiyaan **jawaab 72 saacadood** gudahood ka dib markay helaan codsigaaga racfaanka.
- Haddii ay **Haa** ku yidhaahdaan qayb ama dhammaan codsigaaga, waa in aanu ku bixinaa caymiska dawada la **ansixiyey 24 saacadood** gudahood ka dib markii aan helno go'aanka IRO.

### **Wakhtiga kama dambaysta ah ee “rafcaan dhexe” heerka 2**

Haddii aad haysato racfaan caadi ah oo ah Heerka 2aad, IRO waa inay ku siiso jawaab:

- **7 maalmood gudahooda ka dib** markay helaan racfaankaaga daawo aadan qaadan.
- **14 maalmood gudahood ka dib** markaad hesho racfaankaaga dib u bixinta daawada aad iibsatay.

Haddii IRO ay dhahdo **Haa** si ay uga qayb qaataan ama dhammaan codsigaaga:

- Waa inaan ku bixinaa dawada la **ansixiyey 72 saacadood** gudahood kadib markaan helno go'aanka IRO.
- Waa in aan dib kuugu soo celinaa daawada aad iibsatay **30 maalmood gudahood** ka dib markii aan helno go'aanka IRO.
- Haddii IRO ay ku tiraahdo **Maya** racfaankaaga, waxay la macno tahay inay ogolaadeen go'aankayaga ah inaan oggolaan codsigaaga. Tan waxaa loogu yeeraa “in la taageero



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**



go'aanka” ama “diiditaanka racfaankaaga.”

Haddii IRO ay ku tiraahdo **Maya** Racfaankaaga Heerka 2aad, waxaad xaq u leedahay Racfaan Heerka 3 haddii qiimaha dollarka ee caymiska dawada aad weydiisato uu buuxiyo qiimaha ugu yar ee dollarka. Haddii qiimaha dollarka ee caymiska dawada aad codsato uu ka yar yahay ugu yar ee loo baahan yahay, ma samayn kartid rafcaan kale. Xaaladdaas, go'aanka Heerka 2aad ee Rafcaanku waa kama dambays. IRO waxay kuu soo dirtaa warqad kuu sheegaysa qiimaha doolarka ugu yar ee loo baahan yahay si loo sii wado Racfaanka Heerka 3aad.

Haddii qiimaha dollarka ee codsiyadaadu buuxiyo shuruudaha, waxaad dooranaysaa haddii aad rabto inaad sii qaadato racfaankaaga.

- Waxa jira saddex heer oo dheeraad ah oo ku jira habka rafcaanka ka dib Heerka 2aad.
- Haddii IRO ay dhahdo **Maya** Racfaankaaga Heerka 2aad oo aad buuxiso shuruudaha aad ku sii wadato nidaamka racfaanka, adiga:
  - Go'aanso haddii aad rabto inaad samayso Racfaan Heerka 3aad
  - Tixraac warqadda ay IRO kuu soo dirtay ka dib Racfaanka Heerka 2aad wixii faahfaahin ah ee ku saabsan sida loo sameeyo Racfaan Heerka 3aad.

ALJ ama garsoore qareen ayaa qabta Racfaanka Heerka 3aad. Ka eeg **Qaybta J** macluumaadka ku saabsan Heerka 3aad, 4aad, iyo 5aad Racfaanka.

---

## G. Na weyddiista inaan daboolno joogitaanka cusbitaalka dheer

Marka lagu dhigo cusbitaal, waxaad xaq u leedahay inaad hesho dhammaan adeegyada cusbitaalka ee aanu daboolno ee lagama maarmaanka u ah in lagu ogaado oo lagu daweeyo xanuunkaaga ama dhaawacaaga. Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan caymiska qorshahayaga, tixraac **Cutubka 4** Qaybta D ee *Member Handbook*.

Inta aad ku jirto cisbitaalka caymiska, dhakhtarkaaga iyo shaqaalaha isbitaalka ayaa kula shaqayn doona si aad ugu diyaargarowdo maalinta aad ka baxayso isbitaalka. Waxay kaloo kaa caawinayaan diyaarinta daryeelka aad u baahan karto markaad baxdo ka dib.

- Maalinta aad ka baxdo cisbitaalka waxa loo yaqaan “taariikhda bixista.”
- Dhakhtarkaaga ama shaqaalaha isbitaalka ayaa kuu sheegi doona waxa ay tahay taariikhda bixistaada.

Haddii aad u malaynayso in lagugu waydiinayo in aad degdeg uga baxdo cisbitaalka ama haddii aad ka welwelsan tahay daryeelkaaga ka dib markaad ka baxdo isbitaalka, waxaad codsan kartaa joogitaan cusbitaal oo dheer. Qaybtani waxay kuu sheegaysaa sida loo waydiiyo.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

## G1. Barashada xuquuqdaada Medicare

Laba maalmood gudahood ka dib marka lagu dhigo isbitaalka, qof jooga isbitaalka, sida kalkaalisada ama shaqaalaha kiis, ayaa ku siin doona ogeysiis qoran oo la yiraahdo “Fariin Muhiim ah oo ka timid Medicare oo ku saabsan Xuquuqdaada.” Qof kasta oo haysta Medicare waxa uu helayaa koobiga ogaysiiskan mar kasta oo cusbitaal la dhigo.

Haddii aad heli waydo ogeysiiska, weydii shaqaale isbitaal kasta. Haddii aad u baahan tahay caawimo, wac Adeegga Macmiilka ee lambarrada ku yaal bogga hoose. Waxaad sidoo kale wici kartaa 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227), 24 saac maalintii, 7 maalmood usbuucii. Isticmaalayaasha TTY waa inay wacaan 1-877-486-2048.

- **Si taxadar leh** u akhri ogeysiiska oo weydii su'aalo haddii aadan fahmin. Ogeysiiska wuxuu kuu sheegayaa xuquuqdaada bukaan-socod ahaan, oo ay ku jiraan xuquuqdaada:
  - Hel adeegyada ay daboosho Medicare inta lagu jiro iyo ka dib markaad joogtid isbitaalka. Waxaad xaq u leedahay inaad ogaato waxa ay yihiin adeegyadan, cidda bixinaysa, iyo halka aad ka heli karto.
  - Ka mid noqo go'aannada ku saabsan dhererka joogitaankaaga cusbitaalka.
  - Ogow meesha aad ka soo sheegi karto walaac kasta oo aad ka qabto tayada daryeelkaaga cusbitaalka.
  - Racfaan ka qaado haddii aad u malaynayso in degdeg lagaaga saarayo cusbitaalka.
- **Saxeex ogeysiiska** si aad u muujiso inaad heshay oo aad fahanto xuquuqdaada.
  - Adiga ama qof magacaaga ku hadlaya ayaa saxeexi kara ogeysiiska.
  - Saxiixa ogeysiiska wuxuu muujinayaa **kaliya** inaad heshay macluumaadka ku saabsan xuquuqdaada. Saxeexa macnaheedu maaha **inaad** ogolaatay taariikhda ka bixida dhakhtarkaaga ama shaqaalaha cisbitaalka ayaa laga yaabaa inay kuu sheegeen.
- **Hayso nuqulka ogeysiiska** saxeexan si aad u hesho macluumaadka haddii aad u baahan tahay.

Haddii aad saxiixdo ogeysiiska in ka badan laba maalmood ka hor maalinta aad ka baxdo isbitaalka, waad heli doontaa nugul kale ka hor inta aan isbitaalka laga fasixin.

Waxaad horay u sii eegi kartaa koobiga ogeysiiska haddii aad:

- Adeegga Macaamiisha ka wac lambarka ku yaala dhanka hoose ee boggan.
- Ka wac Medicare 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227), 24 saac maalintii, 7 maalmood todobaadkii. Isticmaalayaasha TTY waa inay wacaan 1-877-486-2048.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

- Booqo [www.cms.gov/Medicare/Medicare-General-Information/BNI/HospitalDischargeAppealNotices](http://www.cms.gov/Medicare/Medicare-General-Information/BNI/HospitalDischargeAppealNotices).

## G2. Samaynta Racfaanka Heerka 1

Haddii aad rabto in aan ku daboolno adeegyada isbitaalka bukaan-jiifka muddo dheer, waxaad codsanaysaa racfaan. Ururka Horumarinta Tayada (QIO) ayaa dib u eegis ku sameeya Racfaanka Heerka 1 si ay u ogaadaan haddii taariikhdaada fasaxa ah ee qorshaysan ay ku habboon tahay caafimaad ahaan adiga.

QIO waa koox dhakhaatiir ah iyo xirfadlayaal kale oo daryeel caafimaad oo ay bixiso dawladda federaalku. Khubaradan waxay eegaan oo caawiyaan hagaajinta tayada dadka leh Medicare. Ma aha qayb ka mid ah qorshahayaga.

Minnesota gudaheeda, (QIO) waa Livanta. Ka wac 1-888-524-9900 (TTY: 1-888-985-8775). Macluamadka xiriirka ayaa sidoo kale ku jira ogeysiiska, “Farriin muhiim ah oo ka timid Medicare oo ku saabsan Xuquuqdaada,” iyo **Cutubka 2**.

### Wac QIO ka hor inta aanad ka bixin cisbitaalka oo aan ka dambayn taariikhda bixistaada ee qorshaysan.

- **Haddii aad soo wacdo ka hor intaadan bixin**, waxaad joogi kartaa cisbitaalka ka dib taariikhdaada fasaxa ah ee qorshaysan adigoo wax lacag ah bixin inta aad sugayso go'aanka QIO ee ku saabsan racfaankaaga.
- **Haddii aadan codsan racfaan**, oo aad go'aansatid inaad joogtid isbitaalka ka dib taariikhdaada fasaxa ah ee qorshaysan, waxaa laga yaabaa inaad bixiso dhammaan kharashyada daryeelka isbitaalka ee aad hesho ka dib taariikhdaada qorshaysan.

**Codso caawimo haddii aad u baahan tahay.** Haddii aad su'aalo qabto ama aad u baahan tahay caawimaad wakhti kasta

- Adeegga Macaamiisha ka wac lambarka ku yaala dhanka hoose ee boggan.
- Ka wac Khadka Xidhiidhka Sare ee Senior LinkAge 1-800-333-2433 ama TTY MN Relay 711.

**Weydiiso dib u eegis degdeg ah.** Dhaqso u dhaqan oo la xiriir QIO si aad u weydiiso in dib u eegis degdeg ah lagu sameeyo ka bixista isbitaalka.

Erayga sharciga ah ee “dib u eegis degdeg ah” waa “**dib u eegis degdeg ah**” ama “**dib u eegis degdeg ah.**”



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

## Maxaa dhacaya inta lagu jiro dib u eegista degdega ah

- Dib-u-eegayaasha QIO waxay ku waydiinayaan adiga ama wakiilkaaga sababta aad u malaynayso in caymisku sii socdo ka dib taariikhda la sii daayo. Lagaagama baahna inaad qoraal qorto, laakiin waad awoodaa.
- Dib-u-eegayaashu waxay eegaan macluumaadkaaga caafimaad, la hadal dhakhtarkaaga, oo dib u eegaan macluumaadka isbitaalka iyo qorshahayagu ay siiyeen.
- Duhurnimada maalinta ka dambeysa dib-u-eegayaashu waxay noo sheegaan qorshahayaga rafcaankaaga, waxaad helaysaa warqad ay ku qoran tahay taariikhda sii deynta ee qorshaysan. Warqaddu waxay sidoo kale ku siinaysaa sababaha dhakhtarkaaga, cusbitaalka, waxaan u malaynaynaa inay tahay taariikhda saxda ah ee bixista ee caafimaad ahaan kugu habboon.

Erayga sharciga ah ee sharaxaaddan qoran waa **“Ogaysiis Faahfaahsan ee Bixinta.”** Waxaad muunad ka heli kartaa adigoo wacaya Adeegga Macmiilka lambarka ku qoran boggan hoose. 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227), 24 saac maalintii, 7 maalmood usbuucii. (TTY MN Relay 711 isticmaalayaashu waa inay wacaan 1-877-486-2048.) Waxaad sidoo kale tixraaci kartaa muunad ogeysiis onlayn ah [www.cms.gov/Medicare/Medicare-General-Information/BNI/HospitalDischargeAppealNotices](http://www.cms.gov/Medicare/Medicare-General-Information/BNI/HospitalDischargeAppealNotices).

Hal maalin gudaheed ka dib markaad hesho dhammaan macluumaadka ay u baahan tahay, QIO waxay ku siinaysaa jawaabtooda racfaankaaga.

Haddii QIO ay ku tiraahdo **Haa** racfaankaaga:

- Waxaanu ku siin doonaa adeegaaga cisbitaalka bukaan-jiifka ah ilaa inta adeegyadu caafimaad ahaan daruuri u yihiin.

Haddii QIO ku yiraahdo **Maya** racfaankaaga:

- Waxay aaminsan yihiin taariikhda bixistaada la qorsheeyay inay caafimaad ahaan ku habboon tahay.
- Caymisyadayada adeegyada isbitaalka bukaan-jiifka waxay dhammaan doonaan duhurnimada maalinta ka dib marka QIO ay ku siiso jawaabhooda racfaanka.
- Waxaa laga yaabaa inaad bixiso kharashka buuxa ee daryeelka cusbitaalka ee aad hesho duhurkii ka dib maalinta ay QIO ku siiso jawaabta racfaankaaga.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

- Waxaad samayn kartaa Racfaan Heerka 2aad ah haddii QIO ay diido Racfaanka Heerka 1aad oo **aad** joogtid isbitaalka ka dib taariikhdaada fasaxa ee qorshaysan.

### G3. Samaynta Racfaanka Heerka 2aad

Racfaanka Heerka 2aad, waxaad waydiisanaysaa QIO inay eegto go'aanka ay kaa gaadheen Heerka 1aad ee Racfaanka. Ka wac 1-888-524-9900 (TTY: 1-888-985-8775).

Waa inaad ku codsataa dib u **eegistan 60 maalmood gudahooda** ka dib maalinta QIO ay tidhi **Maya** Racfaankaaga Heerka 1aad. Waxaad codsan kartaa dib u eegistan **kaliya** haddii aad joogtid cisbitaalka ka dib taariikhda uu caynsanaantaadu dhammaatay.

Dib-u-eegayaasha QIO ayaa:

- Si taxaddar leh u eeg dhammaan macluumaadka la xiriira racfaankaaga.
- Waxay kuu sheegaan go'aankooda ku saabsan Racfaanka Heerka 2aad 14 maalmood gudahooda laga bilaabo maalinta aad heshay codsigaaga dib u eegista labaad.

Haddii QIO ay ku tiraahdo **Haa** racfaankaaga:

- Waa inaan dib kuugu soo celinaa kharashaadka tan iyo duhurkii maalinta ku xigta taariikhda QIO ay diiday Racfaanka Heerka 1aad.
- Waxaanu ku siin doonaa adeegaaga cisbitaalka bukaan-jiiifka ah ilaa inta adeegyadu caafimaad ahaan daruuri u yihiin.

Haddii QIO ku yiraahdo **Maya** racfaankaaga:

- Waxay ku raacsan yihiin go'aankooda ku saabsan Racfaanka Heerka 1aad mana beddeli doonaan.
- Waxay ku siinayaan warqad kuu sheegaysa waxaad samayn karto haddii aad rabto inaad sii waddo nidaamka racfaanka oo aad samayso Racfaan Heerka 3aad ah.

ALJ ama garsoore qareen ayaa qabta Racfaanka Heerka 3aad. Ka eeg **Qaybta J** macluumaadka ku saabsan Heerka 3aad, 4aad, iyo 5aad Racfaanka.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](https://www.ucare.org).**

## H. Na weydiista inaan sii wadno bixinta adeegyada caafimaadka qaarkood

Qaybtani waxay ku saabsan tahay kaliya saddex nooc oo adeegyo ah oo laga yaabo inaad hesho:

- adeegyada daryeelka caafimaadka guriga
- daryeelka kalkaalisada xirfada leh ee xarun kalkaalin caafimaad oo xirfad leh, **iyo**
- daryeelka baxnaanintu sida bukaan-socod ahaan ee CORF-da ee Medicare ay ogolaatay. Tani waxay badanaa ka dhigan tahay in aad ka helayso jirro ama shil ama aad ka soo kabsanayso qaliin weyn.

Mid kasta oo ka mid ah saddexdan nooc ee adeegyada, waxaad xaq u leedahay inaad hesho adeegyo caymis ah ilaa iyo inta uu dhakhtarku sheego inaad u baahan tahay.

Marka aan go'aansanno inaan joojinno daboolidda mid ka mid ah kuwan, waa inaan kuu sheegnaa **kahor** intaysan dhammaan adeegyadaadu. Marka caynsanaantaada adeegaas dhamaato, waxaan joojinaa lacag bixinta.

Haddii aad u malaynayso inaanu si dhakhso ah u joojinayno caymiska daryeelkaaga, **waxaad racfaan ka qaadan kartaa go'aankayaga**. Qaybtani waxay kuu sheegaysaa sida loo codsado racfaanka.

### H1. Ogeysiis horudhac ah ka hor inta uusan dhammaan caymiskaaga

Waxaan kuu soo dirnay ogeysiis qoraal ah oo ah inaad heli doonto ugu yaraan laba maalmood ka hor intaan joojin bixinta kharashka daryeelkaaga. Tan waxa loo yaqaan “Ogeysiinta Daboolid la'aanta ee Medicare.” Ogeysiiska ayaa kuu sheegaya taariikhda marka aan joojin doono daboolida daryeelkaaga iyo sida rafcaan looga qaato go'aankayaga.

Adiga ama wakiilkaaga waa inaad saxaexdaan ogeysiiska si aad u muujisaan inaad heshay. Saxiixida ogeysiiska **kaliya** waxay muujinaysaa inaad heshay macluumaadka. Saxaexa macnaheedu **maaha** inaad ogolaatay go'aankayaga.

### H2. Samaynta Racfaanka Heerka 1aad

Haddii aad u malaynayso inaan si dhakhso ah u joojinayno caynsanaanta daryeelkaaga, waxaad racfaan ka qaadan kartaa go'aankayaga. Qaybtani waxay kuu sheegaysaa habka Racfaanka Heerka 1aad iyo waxa la sameeyo.

- **Ilaali taariikhaha kama dambaysta ah.** Waqtiyada kama dambaysta ahi waa muhiim. Faham oo raac wakhtiga kama dambaysta ah ee khuseeya waxyaalaha ay tahay inaad samayso. Qorshahayagu waa inuu raacaa waqtiyada kama dambaysta ah sidoo kale. Haddii aad u malaynayso inaan buuxinayn waqtiyadayada kama dambaysta ah, waxaad



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

xerayn kartaa cabasho. Ka eeg **Qaybta J** macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan cabashooyinka.

- **Caawimaad codso haddii aad u baahan tahay.** Haddii aad su'aalo qabto ama aad u baahan tahay caawimaad wakhti kasta
  - Wac Adeega Macmiilka ee lambarka ku yaala dhanka hoose ee boggan.
  - Ka wac Khadka Xidhiidhka Sare ee Senior LinkAge 1-800-333-2433 ama TTY MN Relay 711.
- **La xiriir QIO.**
  - Tixraac **Qaybta G2** ama tixraac **Cutubka 2** ee *Member Handbook* si aad u hesho wixii macluumaad dheeraad ah ee ku saabsan QIO iyo sida loola xiriiro.
  - Waydii inay dib u eegaan rafcaankaaga oo ay go'aansadaan inay bedelaan go'aanka qorshaheena.
- **Dhaqso u dhaqan oo codso racfaan “dhaqso leh”.** Waydii QIO haddii ay caafimaad ahaan nagu habboon tahay inaan joojino caymiska adeegyadaada caafimaad.

### Wakhtiga kama dambaysta ah ee aad la xidhiidho ururkan

- Waa inaad la xiriirtaa QIO si aad u bilowdo rafcaankaaga duhurnimada maalinta ka horeysa taariikhda dhaqangalka ah ee “Ogaysiinta Medicare-ka aan caymiska lahayn” ee aan kuu soo dirnay.

Erayga sharciga ah ee ogeysiiska qoran waa **“Ogaysiinta Medicare-ka ee aan caymiska lahayn”**. Si aad u hesho nuqul tusaale ah, Adeegga Macaamiisha ka wac lambarada ku yaala xagga hoose ee bogga ama wac 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227), 24 saac maalintii, 7 maalmood todobaadkii. Isticmaalayaasha TTY waa inay wacaan 1-877-486-2048. Ama nugulka onlaynka ah ka hel

[www.cms.gov/Medicare/Medicare-General-Information/BNI/FFS-Expedited-Determination-Notices](http://www.cms.gov/Medicare/Medicare-General-Information/BNI/FFS-Expedited-Determination-Notices).

### Maxaa dhacaya inta lagu jiro rafcaanka degdegga ah

- Dib-u-eegayaasha QIO waxay ku waydiinayaan adiga ama wakiilkaaga sababta aad u malaynayso in caymisku sii socdo. Lagaagama baahna inaad qoraal qorto, laakiin waad awoodaa.
- Dib-u-eegayaashu waxay eegaan macluumaadkaaga caafimaad, la hadal dhakhtarkaaga, oo dib u eegaan macluumaadka qorshahayagu iyaga siiyey.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

- Qorshahayagu wuxuu sidoo kale kuu soo diri ogeysiis qoraal ah oo sharxayaa sababahayaga joojinta caymiska adeegyadaada. Waxaad helaysaa ogaysiiska dhammaadka maalinta ay dib-u-eegayaashu nagu wargeliyaan racfaankaaga.

Erayga sharciga ah ee sharaxaadda ogeysiiska waa  
“**Sharaxaad Faahfaahsan oo Aan Caymiska ahayn**”.

- Dib-u-eegayaashu waxay kuugu sheegaan go'aankooda hal maalin gudaheed ka dib markay helaan dhammaan macluumaadka ay u baahan yihiin.

Haddii QIO ay ku tiraahdo **Haa** racfaankaaga:

- Waxaan ku siin doonaa adeegyadaada caymiska ilaa inta ay caafimaad ahaan lagama maarmaan u yihiin.

Haddii QIO ku yiraahdo **Mayaracfaankaaga**:

- Caymiskaagu wuxuu dhamaanayaa taariikhda aan kuu sheegnay.
- Waxaan joojineynaa bixinta kharashaadka daryeelkan taariikhda ogeysiiska.
- Adiga ayaa bixinaya kharashka buuxa ee daryeelkan haddii aad go'aansato inaad sii wadato daryeelka caafimaadka guriga, daryeelka rugta kalkaalinta xirfadlaha ah, ama adeegyada CORF ka dib taariikhda caymiskaagu dhammaado.
- Adiga ayaa go'aaminaya haddii aad rabto inaad sii waddo adeegyadan oo aad sameyso Racfaan Heerka 2aad.

### H3. Samaynta Racfaanka Heerka 2aad

Racfaanka Heerka 2aad, waxaad waydiisanaysaa QIO inay eegto go'aanka ay ka gaadheen Racfaanka Heerka 1aad. Ka wac 1-888-524-9900 (TTY: 1-888-985-8775).

Waa inaad ku codsataa dib u eegistan **60 maalmood gudahooda** ka dib maalinta QIO ay tidhi **Maya** Racfaankaaga Heerka 1aad. Waxaad codsan kartaa dib u eegistan **kaliya** haddii aad sii wado daryeelka ka dib taariikhda uu caynsanaanta daryeelku dhammaaday.

Dib-u-eegayaasha QIO ayaa:

- Si taxaddar leh u eeg dhammaan macluumaadka la xiriira racfaankaaga.
- Waxay kuu sheegaan go'aankooda ku saabsan Racfaanka Heerka 2aad 14 maalmood gudahooda laga bilaabo maalinta aad heshay codsigaaga dib u eegista labaad.

Haddii QIO ay ku tiraahdo **Haa** racfaankaaga



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**



- Waxaan kuu soo celineynaa kharashaadka daryeelka aad heshay ilaa taariikhda markii aan sheegnay in caymiskaagu dhammaanayo.
- Waxaan bixin doonaa caymiska daryeelka ilaa iyo inta ay caafimaad ahaan lagama maarmaan tahay.

Haddii QIO ku yiraahdo **Maya** racfaankaaga:

- Waxay ku raacsan yihiin go'aankayaga ah inaan joojino daryeelkaaga mana beddeli doonaan.
- Waxay ku siinayaan warqad kuu sheegaysa waxaad samayn karto haddii aad rabto inaad sii waddo nidaamka racfaanka oo aad samayso Racfaan Heerka 3aad ah.

ALJ ama garsoore qareen ayaa qabta Racfaanka Heerka 3aad. Ka eeg **Qaybta I** wixii macluumaadka ah oo ku saabsan Heerarka Racfaanka ee 3aad, 4aad, iyo 5aad.

---

## I. U qaadista racfaankaaga wixii ka dambeeya Heerka 2-aad

### I1. Tallaabooyinka xiga ee adeegyada iyo alaabta Medicare

Haddii aad samaysay Racfaan Heerka 1aad iyo Racfaanka Heerka 2aad ee adeegyada Medicare ama shay, oo labadaba racfaannadaadii la diiday, waxaad xaq u yeelan kartaa heerar racfaan oo dheeraad ah.

Haddii qiimaha dollarka ee adeegga Medicare ama shayga aad racfaan ka qaadatay aanu buuxin qaddarka ugu yar ee dollarka ah, wax dheeraad ah kama dacwoon kartid. Haddii qiimaha dollarku uu sarreeyo oo ku filan, waxaad sii wadi kartaa nidaamka racfaanka. Warqadda aad ka hesho IRO ee Racfaanka Heerka 2aad ayaa kuu sharaxaya cidda aad la xidhiidhayso iyo waxa aad samaynayso si aad u codsato Racfaanka Heerka 3aad.

### Heerka 3aad Racfaanka

Heerka 3aad ee nidaamka racfaanku waa dhageysiga ALJ. Qofka go'aan ka gaarayaa waa ALJ ama garsoore qareen oo u shaqeeya dowladda federaalka.

Haddii ALJ ama garsooraha qareenku **Haa** ku yidhaahdo racfaankaaga, waxaanu xaq u leenahay inaanu racfaan ka qaadano go'aanka Heerka 3aad ee adiga kugu habboon.

- Haddii aan go'aansanno **inaan racfaan** ka qaadanno go'aanka, waxaan kuu soo direynaa nuqul ka mid ah Codsiga Racfaanka Heerka 4aad oo ay la socdaan dukumeenti kasta oo la socda. Waxa laga yaabaa in aan sugno heerka 4aad ee go'aanka racfaanka ka hor inta aanan oggolaan ama bixin adeegga lagu muransan yahay.



---

**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](https://www.ucare.org).**

- Haddii aan go'aansanno **in aanaan rafcaan ka qaadanayn** go'aanka, waa in aan ku oggolaanno ama ku siinaa adeegga 60 maalmood gudahood ka dib markii aan helno go'aanka garsooraha ALJ ama qareenka.
  - Haddii ALJ ama garsooraha qareenku yidhaahdo **Maya** racfaankaaga, nidaamka racfaanku ma dhamaanayo.
- Haddii aad go'aansato **Inaad Oggolaato** go'aankan diidaya racfaanka, waxaa dhamaanaya hannaanka racfaanka.
- Haddii aad go'aansato **inaadan aqbalin** go'aankan diidaya racfaankaaga, waxaad sii wadan kartaa heerka xiga ee nidaamka dib u eegista. Ogeysiiska aad hesho ayaa kuu sheegi doona waxaad ka samaynayso Racfaanka Heerka 4aad.

### Heerka 4aad Racfaanka

Golaha Rafcaanka ee Medicare (Council) ayaa dib u eega rafcaankaaga oo ku siinaya jawaab. Goluhu waa qayb ka mid ah dawladda dhexe.

Haddii Koonsilku **Haa** ku yidhaahdo Haa Racfaanka Heerka 4aad ama uu diido codsigayaga inaanu dib u eegis ku samayno go'aanka Racfaanka Heerka 3 ee adiga kugu habboon, waxaanu xaq u leenahay inaanu racfaan ka qaadano Heerka 5aad.

- Haddii aan go'aansanno **inaan rafcaan** ka qaadanno go'aanka, waxaan kuugu sheegi doonaa qoraal.
- Haddii aan go'aansanno in **aanaan rafcaan** ka qaadanin go'aanka, waa in aan ku oggolaanno ama ku siinaa adeegga 60 maalmood gudahood ka dib markii aan helno go'aanka Koonsilka.

Haddii Koonsilku yiraahdo **Maya** ama diido codsigayaga dib u eegista, nidaamka racfaanku ma dhamaanayo.

- Haddii aad go'aansato **Inaad Oggolaato** go'aankan diidaya racfaanka, waxaa dhamaanaya hannaanka racfaanka.
- Haddii aad go'aansato **inaadan aqbalin** go'aankan diidaya racfaankaaga, waxaad sii wadan kartaa heerka xiga ee nidaamka dib u eegista. Ogeysiiska aad hesho ayaa kuu sheegi doona waxaad ka samaynayso Racfaanka Heerka 5aad.

### Heerka 5aad Racfaanka

- Garsooraha Maxkamadda Degmada Federaalka ayaa dib u eegi doona racfaankaaga iyo dhammaan macluumaadka oo go'aamin doona **Haa** ama **Maya**. Tani waa go'aanka ugu dambeeya. Ma jiraan heerar kale oo rafcaan oo dhaafsiisan Maxkamadda Degmada Federaalka.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

## 12. Codsiyada Caawimada Caafimaad ee Dheeraadka ah

Waxaad sidoo kale leedahay xuquuqo kale oo rafcaan ah haddii racfaankaagu uu ku saabsan yahay adeegyada ama shayada Caawimada Caafimaadku inta badan daboolo. Warqadda aad ka hesho xafiiska Dhageysiga Caddaaladda ayaa kuu sheegi doonta waxaad samaynayso haddii aad rabto inaad sii waddo habraaca rafcaanka. Haddii aadan ku raacsanayn xukunka nidaamka Racfaanka Gobolka, waxaad rafcaan u qaadan kartaa maxkamadda degmada ee degmadaada adiga oo wacaya karraaniga degmada. Waxaad haysataa 30 maalmood oo aad rafcaan kaga qaadanayso Maxkamadda Degmada.

Haddii aad u baahan tahay caawimo marxalad kasta oo geedi socodka ah, waxaad wici kartaa Ombudsperson for Public Care Health Programs 651-431-2660 ama 1-800-657-3729 ama TTY MN Relay 711 ama isticmaal adeega gudbinta ee aad door bidayso.

## 13. Heerarka Racfaanka 3aad, 4aad iyo 5aad ee Codsiyada Dawooyinka ee Medicare Qaybta D

Qaybtan waxa laga yaabaa inay kugu habboon tahay haddii aad samaysay Racfaan Heerka 1aad ah iyo Racfaanka Heerka 2aad, oo labadaba rafcaannadaadii waa la diiday.

Haddii qiimaha dawada aad rafcaan ka qaadatay ay la kulanto qaddar dollar ah, waxa laga yaabaa inaad u gudubto heerar rafcaan oo dheeraad ah. Jawaabta qoran ee aad ka gaadhay Racfaanka Heerka 2aad waxa ay sharxaysaa cidda aad la xidhiidhayso iyo waxa aad samaynayso si aad u codsato Racfaanka Heerka 3aad.

### Heerka 3aad Racfaanka

Heerka 3aad ee nidaamka rafcaanku waa dhageysiga ALJ. Qofka go'aan ka gaarayaa waa ALJ ama garsoore qareen oo u shaqeeya dowladda federaalka.

Haddii ALJ ama garsooraha qareenku **Haaku** yidhaahdo rafcaankaaga:

- Habraaca racfaanka wuu dhamaaday.
- Waa inaan ku fasaxno ama ku bixinaa caymiska dawada la ansixiyay 72 saacadood gudahood (ama 24 saacadood rafcaan degdeg ah) ama aan bixino lacag ugu dambayn 30 maalmood ka dib markaan helno go'aanka.

Haddii ALJ ama garsooraha qareenku yidhaahdo **Maya** racfaankaaga, nidaamka racfaanku ma dhamaanayo.

- Haddii aad go'aansato **Inaad Oggolaato** go'aankan diidaya racfaanka, waxaa dhamaanaya hannaanka racfaanka.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

- Haddii aad go'aansato **inaadan aqbalin** go'aankan diiday racfaankaaga, waxaad sii wadan kartaa heerka xiga ee nidaamka dib u eegista. Ogeysiiska aad hesho ayaa kuu sheegi doona waxaad samaynayso Racfaanka Heerka 4aad.

### Heerka 4aad Racfaanka

Koonsilku wuxuu dib u eegis ku sameeyaa rafcaankaaga wuxuuna ku siinayaa jawaab. Goluhu waa qayb ka mid ah dawladda dhexe.

Haddii Koonsilku **Haa** ku yidhaahdo rafcaankaaga:

- Habraaca racfaankuawuu dhamaaday.
- Waa inaan ku fasaxno ama ku bixinaa caymiska dawada la ansixiyay 72 saacadood gudahood (ama 24 saacadood rafcaan degdeg ah) ama aan bixino lacag ugu dambayn 30 maalmood ka dib markaan helno go'aanka.

Haddii Koonsilku yiraahdo **Maya** racfaankaaga, nidaamka racfaanku ma dhamaanayo.

- Haddii aad go'aansato **Inaad Oggolaato** go'aankan diidaya racfaanka, waxaa dhamaanaya hannaanka racfaanka.
- Haddii aad go'aansato **inaadan aqbalin** go'aankan diiday racfaankaaga, waxaa laga yaabaa inaad sii wadato heerka xiga ee nidaamka dib u eegista. Ogeysiiska aad hesho ayaa kuu sheegi doona haddii aad u gudbi karto Racfaanka Heerka 5aad iyo waxaad samayn lahayd.

### Heerka 5aad Racfaanka

Garsooraha Maxkamadda Degmada Federaalka ayaa dib u eegi doona racfaankaaga iyo dhammaan macluumaadka oo go'aan ka gaari doona **Oggolaanshaha** ama **Diiditaanka**. Tani waa go'aanka ugu dambeeya. Ma jiraan heerar kale oo rafcaan oo dhaafsiisan Maxkamadda Degmada Federaalka.

---

## J. Sida cabasho loo sameeyo

### J1. Dhibaatooyin nooc ee ah ayaa ah inay noqdaan cabashooyin

Habka cabashada waxaa loo isticmaalaa noocyada dhibaatooyinka qaarkood, sida dhibaatooyinka la xiriira tayada daryeelka, waqtiyada sugitaanka, iskuduwidda daryeelka, iyo adeegga macaamiisha. Waa kuwan tusaalayaal ka mid ah noocyada dhibaatooyinka lagu xalliyo habka cabashada.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Cabasho	Tusaale
<b>Tayada daryeelkaaga caafimaad</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kuma faraxsanid tayada daryeelka, sida daryeelka aad ka heshay isbitaalka.</li> </ul>
<b>Adiga oo ixtiraamaya sirtaada</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Waxaad u malaynaysaa in qof aanu ixtiraamin xuquuqdaada khaaska ah ama aanu wadaagin macluumaadka sirta ah ee adiga kugu saabsan.</li> </ul>
<b>Xushmad la'aan, adeeg macmiil xumo, ama dhaqamo kale oo xun</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bixiyaha daryeelka caafimaadka ama shaqaaluhu waxay kugula dhaqmeen akhlaaq xumo ama ixtiraam darro.</li> <li>Shaqaalaha si liidata ayey kuula dhaqmeen.</li> <li>Waxaad u malaynaysaa in lagaa saaray qorshahayaga.</li> </ul>
<b>Helitaanka iyo kaalmada luqadda</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Muuqaal ahaan ma heli kartid adeegyada daryeelka caafimaadka iyo tas-hiilaadka dhakhtarka ama xafiiska bixiyaha.</li> <li>Dhakhtarkaaga ama bixiyahaagu kuma siinayo turjumaan luqadda aan Ingiriisiga ahayn ee aad ku hadasho (sida Luqadda Calaamadaha Ameerika ama Isbaanishka).</li> <li>Bixiyahaagu kuma siinayo hoy kale oo macquul ah oo aad u baahan tahay oo waydiiso.</li> </ul>
<b>Waqtiyada sugitaanka</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Waxaa dhib kugu ah inaad ballan hesho ama aad waqti dheer sugto si aad ballan u hesho.</li> <li>Dhakhaatiirta, farmashiistaha, ama xirfadlayaasha kale ee caafimaadka, Adeegga Macmiilka, ama shaqaalaha kale ee qorshaha ayaa ku sugaya waqti dheer.</li> </ul>
<b>Nadaafadda</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Waxaad u malayneysaa in rugta caafimaadka, isbitaalka ama xafiiska dhakhtarku uusan nadiif ahayn.</li> </ul>
<b>Xogta aad naga hesho</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Waxaad u malayneysaa inaan ku guuldareysanay inaan ku siino ogeysiis ama warqad ay ahayd inaad hesho.</li> <li>Waxaad u maleyneysaa in macluumaadka qoran ee aan kuu soo dirnay ay aad u adag tahay in la fahmo.</li> </ul>



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

<p><b>Wakhtiga la xidhiidha go'aamada caymiska ama rafcaannada</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Waxaad u maleyneysaa inaan buuxin waqtiyadayada kama dambaysta ah ee samaynta go'aanka caymiska ama ka jawaabista racfaankaaga.</li> <li>• Waxaad u malaynaysaa, ka dib markii aad hesho caynsanaan ama go'aan rafcaan oo adiga kugu habboon, aanaan buuxinayn wakhtiga kama dambaysta ah ee lagu ansixinayo ama lagu siinayo adeegga ama lagugu soo celinayo adeegyada caafimaadka qaarkood.</li> <li>• Uma maleynaysid inaan kiiskaaga u dirnay IRO waqtigii loogu talagalay.</li> </ul>
--	---

**Waxaa jira cabashooyin kala duwan.** Waxaad samayn kartaa cabasho gudaha ah iyo/ama cabasho dibadeed. Cabashada gudaha waxaa loo gudbiyaa oo dib u eegis ku sameeyaa qorshahayaga. Cabashada dibadda waxaa laga xareeyay oo dib u eegay urur aan xiriir la lahayn qorshahayaga. Haddii aad u baahan tahay in lagaa caawiyo gudbinta cabasho gudaha iyo/ama dibada ah, waxaad Wakiilka Barnaamijyada Daryeelka Caafimaadka ee Dadwaynaha La Maareeyo ka wici kartaa 1-651-431-2660 ama 1-800-657-3729; TTY MN Relay 711 (ama isticmaal adeega gudbinta ee aad doorbidayso) ama Adeega Macaamiisha UCare ka wac 612-676-3310 or 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash),

Erayga sharciga ah ee loogu talagalay “cabashada” waa “**cabasho.**” Erayga sharciga ah ee loogu talagalay “cabasho samayntu waa” “**xeraynta cabasho.**”

## J2. Cabashooyinka Gudaha

Si aad u samayso cabasho gudaha ah, Adeegga Macaamiisha ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaankani waa bilaash) TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash). Waxaad gudbin kartaa cabashada wakhti kasta marka laga reebo haddii ay ku saabsan tahay daawada Medicare Part D. Haddii cabashada ay ku saabsan tahay daawo Medicare Part D ah, waa inaad ku gudbisaa **60 maalmood gudahood** laga bilaabo xilliga aad la kulantay dhibaataada aad rabto inaad ka dacwooto.

- Haddii ay jiraan wax kale oo aad u baahan tahay inaad samayso, Adeega Macmiilka ayaa kuu sheegi doona.
- Waxaad sidoo kale qori kartaa cabashadaada oo waad noo soo diri kartaa. Haddii aad cabashadaada qoraal ku qorto, waxaanu kaga jawaabi doonaa cabashadaada qoraal ahaan.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

- Habka cabashadayadu wuxuu ka koobanyahay hababka cabashada afka iyo qoraalka labadaba sida hoos lagu sharaxay:

### Cabashada afka

- Hadii aanu awoodi wayno in aanu ku xalino cabashadaada afka isla markaaba taleefoonka, waxa aanu eegi doonaa cabashadaada waxaana ku siin doonaa jawaabta sida ugu dhakhsaha badan ee ay xaaladaadu u baahan tahay iyada oo lagu salaynayo xaaladaada caafimaad, laakin **ugu dambayn 10 cisho oo taariikhi ah** laga bilaabo taariikhda aad na soo wacday.
- Waan ku soo wici doonaa oo waan kuu sheegi doonaa waxa aan ka qaban karno cabashadaada ama waxaan kuu sheegi doonaa go'aankayaga. Haddii aad Codso jawaab qoraal ah oo ku saabsan cabashadaada afka, waxaanu kuugu soo jawaabi doonaa qoraal.
- Waxa laga yaabaa in aanu ku kordhino wakhtiga lagu xallinayo cabashada afka **14 maalmood** oo dheeraad ah haddii aad codsato kordhinta ama haddii aanu caddayno baahi dheeraad ah war iyo daahitaanku waa dantaada. Hadii aan kordhino waqtiga kama dambaysta ah, waa inaan isla markaaba kugu ogeysiinnaa af iyo qoraal ahaan sababta(yaasha) dib u dhigista.
- Hadii aanaan ku xallin karin cabashadaada afka Khadka taleefanka, ama haddii aadan ku raacsanayn ama aadan ku qanacsanayn jawaabtayada, waxaan kuu haynaa habraac rasmi ah oo aad ku gudbinayso cabasho qoraal ah.

### Cabasho qoraal ah

- Waxaad noo soo qori kartaa cabashadaada. Boostada ugu dir warqadda cabashadaada oo qoran:

#### Rafcaanka iyo Dacwada

UCare  
PO Box 52  
Minneapolis, MN 55440-0052  
Ama **iimayl** nooga soo dir [cag@ucare.org](mailto:cag@ucare.org)

- Haddi aad door bidayso inaad cabashadaada qoraal ah noo soo gudbiso, ciwaanka dariiqayadu waa:

500 Stinson Blvd. NE  
Minneapolis, MN 55413-2615

- You can also fax your written complaint to us at 612-884-2021 or 1-866-283-8015.
- Waxaan kaa caawin karnaa inaad cabashadaada qoraal ahaan u gudbiso. Hadii aad u baahan tahay caawitaan, ka wac Adeega Macmiilka lambarada telefoonka ee ku yaal xaga hoose ee boggan.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

- Waxaan ku ogeysiin **doonaa toban (10) maalmood** gudahooda inaan helnay cabashadaada oo qoran.
- **30 maalmood** gudahood waxaan kuu soo diri doonaa warqad ku saabsan natiijadayada ama go'aanka.
- Waxaa laga yaabaa in aanu ku kordhino wakhtiga lagu xallinayo cabashadaada qoraalka **14 maalmood** oo dheeraad ah haddii aad codsato kordhinta ama haddii aanu cudurdaar u helno baahi macluumaad dheeraad ah oo dib u dhigista ay dan kuugu jirto. Haddii aan kordhino waqtiga kama dambaysta ah, waa inaan isla markaaba kugu ogeysiinnaa af iyo qoraal ahaan sababta(yaasha) dib u dhigista.
- Haddii cabashadaadu ay ku saabsan tahay diidmadayada dib u eegis degdeg ah, go'aaminta ururka, ama go'aaminta caymiska, waxaanu ku siin doonaa go'aan **24 saacadood gudahood**.

Erayga sharciga ah ee "cabashada degdega ah"  
waa "**cabasho degdeg ah.**"

Haddii ay suurtagal tahay, isla markaaba waanu kaaga jawaabaynaa. Haddii aad noo soo wacdo cabasho, waxa laga yaabaa in aanu kugu siino jawaab isla wicitaankaas. Haddii xaaladaada caafimaad ay nooga baahan tahay inaan si degdeg ah uga jawaabno, waan samayn doonaa taas.

- Waxaan kaga jawaabnaa cabashooyinka intooda badan 30 maalmood gudahood. Haddii aanaan go'aan ku gaadhin 30 maalmood gudahood sababtoo ah waxaan u baahanahay macluumaad dheeraad ah waxaan kugu ogeysiin doonaa qoraal. Waxaan sidoo kale ku siinnaa cusbooneysiinta xaaladda iyo waqtiga lagu qiyaasay si aad jawaabta u hesho.
- Haddii aad cabasho samayso sababtoo ah waxaanu diidnay codsigaaga “go'aanka caymiska degdega ah” ama “rafcaan degdeg ah,” waxaanu si toos ah ku siin “cabashada degdega ah” oo aanu kaga jawaabno cabashadaada 24 saacadood gudahood.
- Haddii aad samayso cabashada sababtoo ah waxaanu qaadnay wakhti dheeraad ah si aanu u samayno go'aan caymis ama rafcaan, waxaanu si toos ah ku siin “cabashada degdega ah” oo aanu kaga jawaabno cabashadaada 24 saacadood gudahood.

Haddii aanaan ku raacsanayn qaar ama dhammaan cabashadaada, waan kuu sheegi doonaa oo ku siin doonaa sababahayaga. Waanu ka jawaabnaa haddii aanu ku raacsanahay cabashada iyo haddii kale.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**



### J3. Cabasho dibada ah

#### Medicare

Waxaad u sheegi kartaa Medicare cabashadaada ama waxaad u diri kartaa Medicare. Foomka Cabashada Medicare waxa laga heli karaa:

[www.medicare.gov/MedicareComplaintForm/home.aspx](http://www.medicare.gov/MedicareComplaintForm/home.aspx). Uma baahnid inaad cabasho ka xarayso UCare Connect + Medicare ka hor inta aanad ashtako ka xarayn Medicare.

Medicare waxa ay cabashadaada si dhab ah u qaadaa oo u isticmaashaa macluumaadkan si ay u horumariso tayada barnaamijka Medicare.

Haddii aad hayso jawaab celin kale ama walaac, ama haddii aad dareento in qorshaha caafimaadku aanu wax ka qaban dhibaataada, waxaad sidoo kale wici kartaa 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). Isticmaalayaasha TTY way wici karaan 1-877-486-2048. Wicitaankan waa bilaash.

#### Waxaad u sheegi kartaa cabashadaada Waaxda Caafimaadka ee Minnesota

Nidaamyada Daryeelka la maareeyay

PO Box 64882

St. Paul, MN 55164-0882

Waxa kale oo aad cabasho ka samayn kartaa

<https://www.health.state.mn.us/facilities/insurance/clearinghouse/complaints.html>

#### Xafiiska Xuquuqda Madaniga ah (OCR)

Waxaad u dacwoon kartaa Waaxda Caafimaadka iyo Adeegyada Aadanaha (HHS) OCR haddii aad u malaynayso inaan si cadaalad ah laguula dhaqmin. Tusaale ahaan, waxaad gudbin kartaa cabasho ku saabsan helitaanka naafonimada ama kaalmada luuqada. Lambarka taleefanka ee OCR waa 1-800-368-1019. Isticmaalayaasha TTY waa inay wacaan 1-800-537-7697. Waxaad sidoo kale booqan kartaa [www.hhs.gov/ocr](http://www.hhs.gov/ocr) wixii macluumaad dheeraad ah.

Waxa kale oo aad la xidhiidhi kartaa xafiiska OCR ee deegaanka:

Xafiiska Xuquuqda Madaniga, Gobolka Midwest

233 N. Michigan Ave., Suite 240

Chicago, IL 60601

Wac 1-800-368-1019 ama fakis 1-202-619-3818

Ama iimayl u dir [ocrmail@hhs.gov](mailto:ocrmail@hhs.gov)

Waxa kale oo aad ku yeelan kartaa xuquuq hoos timaada Xeerka Naafada Ameerikaanka (ADA). Waxaad wici kartaa Gardoonka Barnaamijyada Daryeelka Caafimaadka ee Dadweynuhu Maamulaan si ay kuu caawiyaan. Nambarku waa 651-431-2660 ama 1-800-657-3729 ama TTY MN Relay 711.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

## QIO

Marka cabashadaadu ku saabsan tahay tayada daryeelka, waxaad leedahay laba doorasho:

- Waxaad si toos ah ugu gudbin kartaa cabashadaada ku saabsan tayada daryeelka QIO.
- Waxaad cabashadaada u gudbin kartaa QIO iyo qorshahayaga. Haddii aad u dacwooto QIO, waxaanu kala shaqaynaa si aanu u xalino cabashadaada.

QIO waa koox takhaatiir ah iyo khabaro kale oo daryeel caafimaad oo ay bixiso dawladda federaalku si ay u hubiyaan oo ay u horumariyaan daryeelka la siiyo bukaanka Medicare. Si aad wax badan uga ogaato QIO, tixraac **Qaybta G2** ee cutubkan, ama **Cutubka 2** ee *Member Handbook*.

Minnesota gudaheeda, QIO waxaa lagu magacaabaa Livanta. Lambarka taleefanka ee Livanta waa 1-888-524-9900 (TTY: 1-888-985-8775).



## **Cutubka 10-aad: Soo afjarida xubinnimadaada qorshaha**

### **Hordhaca**

Cutubkani waxa uu sharxayaa sida aad u joojin karto xubinnimadaada qorshahayaga iyo doorashooyinkaaga caymiska caafimaadka ka dib markaad ka tagto qorshahayaga. Haddii aad ka tagto qorshahayaga, waxaad weli ku jiri doontaa barnaamijyada Medicare iyo Caawimada Caafimaadka ilaa iyo inta aad u qalanto. Erayada muhiimka ah iyo qeexitaankoodu waxay u soo baxayaan siday u kala horreeyaan alifbeetada cutubka ugu dambeeya *Member Handbook*.

### **Jadwalka Tasmada**

<b>A. Marka aad joojin karto xubinnimadaada qorshahayaga.....</b>	<b>252</b>
<b>B. Sida loo joojiyo xubinnimadaada qorshahayaga.....</b>	<b>253</b>
<b>C. Sida loo helo adeegyada Medicare iyo Medical Assistance si gooni gooni ah.....</b>	<b>253</b>
C1. Adeegyada Medicare-kaaga .....	254
C2. Adeegyada Kaalmada Caafimaadka.....	257
<b>D. Alaabtaada, adeegyadaada iyo daawooyinkaaga ilaa xubinnimadaada qorshahayagu uu dhammaanayo.....</b>	<b>258</b>
<b>E. Xaalado kale marka xubinnimadaada qorshahayagu dhamaado .....</b>	<b>258</b>
<b>F. Xeerarka ka soo horjeeda in lagu dhaho ka tag qorshahayaga sabab kasta oo la xidhiidha caafimaadka.....</b>	<b>259</b>
<b>G. Xaqa aad u leedahay inaad cabasho samayso haddii aanu joojino xubinnimadaada qorshahayaga .....</b>	<b>259</b>
<b>H. Sida loo helo macluumaad badan oo ku saabsan joojinta xubinnimada qorshahaaga.....</b>	<b>259</b>



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

## A. Marka aad joojin karto xubinnimadaada qorshahayaga

Dadka intooda badan ee haysta Medicare waxay joojin karaan xubinnimadooda wakhtiyada qaarkood ee sanadka. Maadaama aad haysato Medical Assistance, waxaad haysataa xulashooyin aad ku joojinayso xubinnimadaada qorshaheena bil kasta ee sanadka.

Intaa waxaa dheer, waxaad joojin kartaa xubinnimadaada qorshaheena inta lagu jiro xilliyada soo socda sannad kasta:

- Muddada **Isdiwaangelinta Sannadlaha ah**, oo soconaysa Oktoobar 15 ilaa Diseembar 7. Haddii aad doorato qorshe cusub inta lagu jiro muddadan, xubinnimadaada qorshahayagu wuxuu dhammaanayaa Diseembar 31 oo xubinnimadaada qorshaha cusubna waxay bilaabmaysaa Janaayo 1.
- Muddada **Is-diiwaangelinta Furan Advantage Medicare (MA)**, kaas oo socon doona Janaayo 1 ilaa Maarso 31 iyo waliba ka faa'iidaystayaasha cusub ee Medicare ee ku diiwaangashan qorshaha, laga bilaabo bisha xaq u lahaanshaha Part A iyo Part B ilaa maalinta u dambaysa ee bisha saddexaad ee xaq u yeelashada. Haddii aad doorato qorshe cusub inta lagu jiro muddadan, xubinnimadaada qorshaha cusub waxay bilaabmaysaa maalinta ugu horreysa ee bisha xigta.

Waxaa jiri kara xaalado kale marka aad xaq u leedahay inaad wax ka bedesho diiwaangelintaada. Tusaale ahaan, marka:

- aad ka guurto aaga adeegeena,
- u-qalmitaankaaga Kaalmada Caafimaadka ama Caawimaada Dheeraadka ah isbedesho, **ama**
- Haddii aad dhawaan u guurtay, hadda aad daryeel ka helayso, ama aad hadda ka baxday xarunteena kalkaalinta ama isbitaalka daryeelka muddada-dheer.

Xubinnimadaadu waxay dhammaanaysaa maalinta u dambaysa bisha ee aanu helnay codsigaaga beddelka qorshahaaga. Tusaale ahaan, haddii aan helno codsigaaga Janaayo 18, caymiskaaga qorshahayagu wuxuu dhammaanayaa Janaayo 31. Caymiskaaga cusub wuxuu bilaabmayaa maalinta koowaad ee bisha soo socota (Febraayo 1, tusaale ahaan).

Hadii aad ka tagto qorshahayaga, waxaad heli kartaa macluumaadka ku saabsan:

- Ikhtiyaarada Medicare ee jadwalka ee **Section C1** ee cutubkan.
- Adeegyada Caawinta Caafimaadka ee **Section C2** ee cutubkan.

Waxaad ka heli kartaa macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan sida aad u joojin karto xubinnimadaada adigoo wacaya:

- Adeegga macaamiisha ee lambarka ku yaal boggan hoose. Sidoo kale lambarka isticmaalayaasha TTY ayaa liiska ku jira.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

- Medicare halkan 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227), 24 saacadood maalintii, 7 maalmood usbuucii. Istimaalayaasha TTY waa inay wacaan 1-877-486-2048.
- Barnaamijka Caawinta Caymiska Caafimaadka Gobolka (SHIP) 1-800-333-2433. Adeegsadaayaasha TTY MN Relay 711 waa inay wacaan 711 ama isticmaal adeegga gudbinta ee aad door bidayso. Wicitaanadan waa bilaash. In Minnesota, the SHIP is called the Senior LinkAge Line®.

FIIRO GAAR AH: Haddii aad ku jirto barnaamijka maamulka daroogada (DMP), waxaa laga yaabaa inaad awoodin inaad beddesho qorshooyinka. Tixraac **cutubka 5aad** Qaybta G ee Buug-gacmeedkaaga Xubinta wixii macluumaad ah ee ku saabsan barnaamijyada maaraynta daroogada.

---

## B. Sida loo joojiyo xubinnimadaada qorshahayaga

Haddii aad go'aansato inaad joojiso xubinnimadaada, waxaad iska qori kartaa qorshe kale oo Medicare ama waxaad u wareegi kartaa Medicare Asalka ah. Si kastaba ha ahaatee, haddii aad rabto inaad ka wareegto qorshahayaga oo aad u beddelato Medicare Asalka ah laakiin aadan dooran qorshe daaweedka la qoro ee Medicare oo gooni ah, waa inaad codsato in lagaa saaro qorshahayaga. Waxaa jira laba siyaabood oo aad ku codsan karto in lagaa saaro:

- Codsii qoraal ah ayaad noo soo gudbin kartaa. La xidhiidh adeega macaamiisha lambarka ku qoran qaybta hoose ee boggan haddii aad u baahan tahay macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan sida tan loo sameeyo.
- Ka wac Medicare 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227), 24 saac maalintii, 7 maalmood todobaadkii. Istimaalayaasha TTY (dadka ay ku adag tahay maqalka ama hadalka) waa inay soo wacaan 1-877-486-2048. Markaad wacdo 1-800-MEDICARE, waxaad sidoo kale iska qori kartaa caafimaadka Medicare ama qorshe kale oo daawo. Macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan helitaanka adeegyadaada Medicare marka aad ka baxdo qorshahayaga waxaa laga heli karaa shaxda qaybta C ee hoose.
- Qaybta C ee hoose waxa ku jira tillaabooyin aad qaadi karto si aad isaga diwaangeliso qorshe kale, kaas oo sidoo kale joojin doona xubinnimadaada qorshaheena.

---

## C. Sida loo helo adeegyada Medicare iyo Medical Assistance si gooni gooni ah

Waxaad haysataa doorashooyin ku saabsan helitaanka adeegyadaada Medicare iyo Medical Assistance haddii aad doorato inaad ka tagto qorshahayaga.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

## C1. Adeegyada Medicare-kaaga

Waxaad haysataa saddex xulasho oo aad ku heli karto adeegyadaada Medicare ee hoos ku qoran bil kasta ee sanadka ka mid ah. Waxaad haysataa xulasho dheeraad ah oo hoos ku qoran inta lagu jiro wakhtiyada sannadka oo ay ku jiraan **Muddada Isdiiwaangelinta Sannadlaha ah** iyo **Muddada Diiwaangelinta Furan ee Medicare Advantage** ama xaaladaha kale ee lagu sharraxay Qaybta A. Markaad doorato mid ka mid ah xulashooyinkan, waxaad si toos ah u joojinaysaa xubinnimadaada qorshaheena.

<p><b>1. Waxaad u bedeli kartaa:</b></p> <p><b>Qorshe kale oo ku siinaya Medicare-kaaga iyo inta badan ama dhammaan gunnooyinka Medical Assistance iyo adeegyada hal qorshe, oo sidoo kale loo yaqaano qorshaha baahiyaha gaarka ah ee labada mar loo qalmo (D-SNP)</b></p>	<p><b>Waa kan waxa la sameeyo:</b></p> <p>Ka soo wac Medicare lambarka 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227), 24 saac maalintii, 7 maalmood usbuucii. Isticmaalayaasha TTY waa inay wacaan 1-877-486-2048.</p> <p>Haddii aad u baahan tahay caawimaad ama macluumaad dheeraad ah:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Soo wac Barnaamijka Kaalmada Caymiska Caafimaadka Gobolka (SHIP) lambarka 1-800-333-2433 (TTY MN Relay 711Isticmaalayaasha wac 711 ama isticmaal adeegga gudbinta ee aad doorbidayso). In Minnesota, the SHIP is called the Senior LinkAge Line®. Wicitaanadan waa bilaash.</li> </ul> <p><b>AMA</b></p> <p>Iska diiwaangeli D-SNP cusub oo isku dhafan.</p> <p>Waxa si toos ah looga saarayaa qorshahayaga Medicare marka caymiska qorshahaaga cusub bilaabmo.</p> <p>Haddii aad doorato inaad ka tagto qorshahayaga, Kaalmadaada Caafimaad ayaa lagu siin doonaa khidmad-adeeg. Waxaad dib isugu qori kartaa qorshaha SNBC-da ee aan la isku darin ka hor UCare Connect + Medicare adiga oo buuxinaya foom cusub oo isdiiwaangelin ah.</p>
---	---



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

<p><b>2. Waxaad u bedeli kartaa:</b></p> <p><b>Medicare-ka asalka ah oo leh qorshe daawo qorida Medicare oo gooni ah</b></p>	<p><b>Waa kan waxa la sameeyo:</b></p> <p>Ka soo wac Medicare lambarka 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227), 24 saac maalintii, 7 maalmood usbuucii. Isticmaalayaasha TTY waa inay wacaan 1-877-486-2048.</p> <p>Haddii aad u baahan tahay caawimaad ama macluumaad dheeraad ah:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Soo wac Barnaamijka Kaalmada Caymiska Caafimaadka Gobolka (SHIP) lambarka 1-800-333-2433 (TTY MN Relay 711 Isticmaalayaasha wac 711 ama isticmaal adeegga gudbinta ee aad doorbidayso). In Minnesota, the SHIP is called the Senior LinkAge Line<sup>®</sup>. Wicitaanadan waa bilaash.</li> </ul> <p><b>AMA</b></p> <p>Isdiiwaangeli qorshe daaweed cusub oo Medicare ah.</p> <p>Waxaa si toos ah looga saarayaa qorshahayaga marka caymiskaaga Medicare ee Asalka ahi bilaabmo.</p> <p>Haddii aad doorato inaad ka tagto qorshahayaga, Kaalmadaada Caafimaad ayaa lagu siin doonaa khidmad-adeeg. Waxaad dib isugu qori kartaa qorshaha SNBC-da ee aan la isku darin ka hor UCare Connect + Medicare adiga oo buuxinaya foom cusub oo isdiiwaangelin ah.</p>
--	---



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

<p><b>3. Waxaad u bedeli kartaa:</b></p> <p><b>Medicare-ka asalka ah oo aan lahayn qorshe daawo qorida Medicare oo gooni ah</b></p> <p><b>FIIRO GAAR AH:</b> Haddii aad u beddesho Medicare Asalka oo aadan iska diwaangelin qorshe kale oo dawada Medicare lagu qoray, Medicare waxa laga yaabaa in uu kugu diiwaan geliyo qorshaha daawada, ilaa aad u sheegto Medicare in aanad doonayn in aad ku biirto.</p> <p>Waa inaad Kaliya iska daa caymiska daawada lagu qoray haddii aad ka leedahay caynsanaanta daawada meel kale, sida loo-shaqeeye ama urur shaqaale. Haddii aad su'aalo ka qabto haddii aad u baahan tahay caymiska daawada, Senior LinkAge Line® ka wac 1-800-333-2433 (TTY MN Relay 711 Istickmaalayaasha wac 711 ama isticmaal adeegga gudbinta ee aad doorbidayso). Isniinta ilaa Jimcaha laga bilaabo 8:00 subaxnimo ilaa 5:00 galabnimo. Wixii macluumaad dheeraad ah ama si aad u hesho xafiis degaankaaga ah, fadlan booqo <a href="https://mn.gov/senior-linkage-line">https://mn.gov/senior-linkage-line</a>.</p>	<p><b>Waa kan waxa la sameeyo:</b></p> <p>Ka soo wac Medicare lambarka 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227), 24 saac maalintii, 7 maalmood usbuucii. Istickmaalayaasha TTY waa inay wacaan 1-877-486-2048.</p> <p>Haddii aad u baahan tahay caawimaad ama macluumaad dheeraad ah:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Soo wac Barnaamijka Kaalmada Caymiska Caafimaadka Gobolka (SHIP) lambarka 1-800-333-2433 (TTY MN Relay 711 Istickmaalayaasha wac 711 ama isticmaal adeegga gudbinta ee aad doorbidayso). Gobolka Minnesota, SHIP ayaa loo yaqaano Senior LinkAge Line®. Wicitaanadan waa bilaash.</li> </ul> <p>Waxaa si toos ah looga saarayaa qorshahayaga marka caymiskaaga Medicare ee Asalka ahi bilaabmo.</p> <p>Haddii aad doorato inaad ka tagto qorshahayaga, Kaalmadaada Caafimaad ayaa lagu siin doonaa khidmad-adeeg. Waxaad dib isugu qori kartaa qorshaha SNBC-da ee aan la isku darin ka hor UCare Connect + Medicare adiga oo buuxinaya foom cusub oo isdiiwaangelin ah.</p>
--	--



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](https://ucare.org).**



<p><b>4. Waxaad u bedeli kartaa:</b></p> <p><b>Qorshe kasta oo caafimaad oo Medicare ah</b> xilliyada qaarkood ee sanadka oo ay ku jiraan <b>Mudada Isdiiwaangelinta Sannadlaha ah</b> iyo <b>Muddada Diiwaangelinta Gunnada Medicare</b> ama xaalado kale oo lagu sharaxay Qaybta A.</p>	<p><b>Waa kan waxa la sameeyo:</b></p> <p>Ka soo wac Medicare lambarka 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227), 24 saac maalintii, 7 maalmood usbuucii. Isticmaalayaasha TTY waa inay wacaan 1-877-486-2048.</p> <p>Haddii aad u baahan tahay caawimaad ama macluumaad dheeraad ah:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Soo wac Barnaamijka Kaalmada Caymiska Caafimaadka Gobolka (SHIP) lambarka 1-800-333-2433 (TTY MN Relay 711 Isticmaalayaasha wac 711 ama isticmaal adeegga gudbinta ee aad doorbidayso). In Minnesota, the SHIP is called the Senior LinkAge Line®. Wicitaanadan waa bilaash.</li> </ul> <p><b>AMA</b></p> <p>Isdiiwaangeli qorshe cusub oo Medicare ah.</p> <p>Waxa si toos ah looga saarayaa qorshahayaga Medicare marka caymiska qorshahaaga cusub bilaabmo.</p> <p>Haddii aad doorato inaad ka tagto qorshahayaga, Kaalmadaada Caafimaad waxa lagu siin doonaa ujro-adeeg. Waxaad dib iskaga diiwaangelin kartaa Qorshaha SNBC ee aan isku dhafanayn ee aad ka diiwaangashanayd ka hor UCare Connect + Medicare adiga oo buuxinaya foom cusub oo isdiiwaangelin ah.</p>
---	---

## C2. Adeegyada Kaalmada Caafimaadka

Haddii aad doorato inaad ka tagto qorshahayaga, Kaalmadaada Caafimaad waxa lagu siin doonaa ujro-adeeg. Waxaad dib isugu qori kartaa qorshaha SNBC-da ee aan isku-darka ahayn ee aad isdiiwaangelisay ka hor UCare Connect + Medicare adigoo buuxinaya foom cusub oo isdiiwaangelin ah.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

## D. Alaabtaada, adeegyadaada iyo daawooyinkaaga ilaa xubinnimadaada qorshahayagu uu dhammaanayo

Haddii aad ka tagto qorshahayaga, waxa laga yaabaa inay qaadato wakhti ka hor inta aanay dhammaan xubinnimadaadu oo caymiskaaga cusub ee Medicare iyo Assistance Medical aanu bilaabmin. Inta lagu jiro wakhtigan waxaad sii wadaysaa helitaanka daawooyinkaaga dhakhtar qoray iyo daryeelka caafimaadka qorshahayaga ilaa qorshahaaga cusub bilaabmo.

- Isticmaal adeeg-bixiyeyaasha ku jira shabakadayada si aad u hesho daryeel caafimaad.
- Isticmaal farmasiyada shabakadayada oo ay ku jiraan adeegyada farmashiyahaaga boostada si aad u hesho warqadahaaga daawada.
- Haddii isbitaalka lagu dhigo maalinta uu dhammaanayo xubinnimadaada qorshahayaga, UCare Connect + Medicare ayaa dabooli doonta joogitaankaaga isbitaalka ilaa lagaa saaro. Tani waxay dhici doontaa xitaa haddii caymiskaaga cusub uu bilaabmo ka hor inta aan lagaa saarin.

## E. Xaalado kale marka xubinnimadaada qorshahayagu dhamaado

Kuwani waa kiisas marka ay tahay inaan joojino xubinnimadaada qorshahayaga:

- Haddii uu jiro muddo u dhaxaysa caymiskaaga Medicare Qaybta A iyo Medicare Qaybta B.
- Haddii aanad u qalmin Medical Assistance ama aad buuxin shuruudaha da'da. Qorshahayagu waa dadka u qalma Medicare iyo Assistance Medical labadaba.
- Haddii aad ka guurto aagga adeegga.
- Haddii aad ka maqan tahay aagga adeegayaga in ka badan lix bilood.
  - Haddii aad guurto ama aad safar dheer qaadato, wac Adeegga Macmiilka si aad u ogaatid haddii meesha aad u guureyso ama u safrayso ay tahay aagga adeegga ee qorshahayaga.
- Haddii lagu xiro ama xabsiga u gasho fal dambi awgiis.
- Haddii aad ka been sheegto ama aad qariso macluumaadka ku saabsan caymiska kale ee aad u leedahay dawooyinka dhakhtarku qoray.
- Haddii aadan ahayn muwaadin Mareykan ah ama aadan si sharci ah u joojin Mareykanka.
  - Waa inaad tahay muwaadin Maraykan ah ama aad si sharci ah u joojto Maraykanka si



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

aad xubin uga noqoto qorshahayaga.

- Xarumaha Medicare iyo Adeegyada Medicaid (CMS) ayaa nagu soo wargeliya haddii aanad xaq u lahayn inaad xubin ka sii ahaato sababtaas.
- Waa inaan kaa saarno haddii aadan buuxin shuruudahan.

Haddii aad lumiso u-qalmitaanka balse lagaa filan karo inaad dib u hesho saddex bilood gudahood markaas waxaad weli u qalantaa qorshahayaga.

Waxaan kaa dhigi karnaa inaad ka tagto qorshahayaga sababahan soo socda kaliya haddii aan oggolaansho ka helno Medicare iyo Kaalmada Caafimaadka marka hore:

- Haddii aad si ula kac ah noo siiso macluumaad khaldan marka aad iska qorayso qorshahayaga oo macluumaadkaasi ay saameeyaan u qalmitaankaaga qorshahayaga.
- Haddii aad si joogto ah u dhaqanto si rabshad ah oo nagu adkeynaysa inaan kuu diyaarino daryeel caafimaad adiga iyo xubnaha kale ee qorshahayaga.
- Haddii aad u ogolaato qof kale inuu isticmaalo kaarka aqoonsiga xubnaha si uu u helo daryeel caafimaad. (Medicare waxa laga yaabaa inay waydiiso Kormeeraha Guud inuu baadho kiiskaaga haddii aanu soo afjarno xubnimadaada sababtan awgeed.)

---

## F. Xeerarka ka soo horjeeda in lagu dhaho ka tag qorshahayaga sabab kasta oo la xidhiidha caafimaadka

Kuma weydiin karno inaad ka tagto qorshahayaga sabab kasta oo la xiriirta caafimaadkaaga. Haddii aad u maleyneyso inaan ku weydiineyno inaad ka tagto qorshahayaga sabab caafimaad la xiriirta, **ka wac Medicare 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227)**. Istimaalayaasha TTY waa inay wacaan 1-877-486-2048. Waxaad wici kartaa 24 saac maalintii, 7 maalmood todobaadkii.

---

## G. Xaqa aad u leedahay inaad cabasho samayso haddii aanu joojino xubinnimadaada qorshahayaga

Haddii aan joojino xubinnimadaada qorshahayaga, waa inaan kuu sheegnaa sababahayaga qoraal ahaan ee aan u joojinayno xubinnimadaada. Waa inaan sidoo kale sharaxno sida aad u xarayn karto cabasho ama aad u samayn karto cabasho ku saabsan go'aankayaga joojinta xubinnimadaada. Waxaad sidoo kale tixraaci kartaa **Cutubka 9** ee *Member Handbook* si aad u hesho wixii macluumaad ah ee ku saabsan sida loo dacwodo.

---

## H. Sida loo helo macluumaad badan oo ku saabsan joojinta xubnimada qorshahaaga

Haddii aad qabto su'aalo ama aad rabto macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan joojinta



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

xubinnimadaada, waxaad wici kartaa Adeegga Macmiilka lambarka ku yaal xagga hoose ee boggan.



---

**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii.  
**Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](https://www.ucare.org).**

## **Cutubka 11: Ogaysiisyada Sharci ahaaneed**

---

### **Hordhaca**

Cutubkan waxaa ku jira ogeysiisyo sharci ah oo khuseeya xubinnimadaada qorshahayaga. Erayada muhiimka ah iyo qeexitaankoodu waxay u soo baxayaan siday u kala horreeyaan alifbeetada cutubka ugu dambeeya *Member Handbook*.

### **Jadwalka Tasmada**

<b>A. Ogaysiis ku saabsan sharciyada .....</b>	<b>262</b>
<b>B. Ogeysiis ku saabsan takoor la'aan .....</b>	<b>262</b>
<b>C. Ogeysiis ku saabsan Medicare bixiye labaad iyo Kaalmada Caafimaadka sida bixiyaha ugu dambeeya .....</b>	<b>263</b>



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

## A. Ogaysiis ku saabsan sharciyada

Sharciyo badan ayaa khuseeya *Buug-gacmeedka Xubinka*. Sharciyadani waxa laga yaabaa inay saameeyaan xuquuqdaada iyo masuuliyadahaaga xataa haddii aan sharciyada lagu darin ama lagu sharaxin *Member Handbook*. Sharciyada ugu muhiimsan ee khuseeya waa sharciyada federaalka ee ku saabsan Medicare iyo barnaamijyada Kaalmada Caafimaadka. Sharciyada kale ee federaalka iyo gobolka ayaa sidoo kale lagu dabaqi karaa.

## B. Ogeysiis ku saabsan takoor la'aan

Qofna kuma takoorno ama ulama dhaqano si ka duwan dadka kale iyadoo ku salaysan jinsiyadaada, qowmiyaddaada, asalkaaga qarankaaga, midabkaaga, diintaada, jinsigaaga, sinjigaaga, da'daada, nooca galmo, naafanimada maskaxeed ama jireed, xaalad caafimaad, khibrad sheegasho, taariikhda caafimaadka, macluumaadka hida-sidaha, caddaynta caymisyada, ama goobta juqraafi ee aagga adeegga.

Haddii aad rabto macluumaad dheeraad ah ama aad ka walaacsan tahay takoor ama in laguula dhaqmay si aan caddaalad ahayn:

- Wac Waaxda Adeegyada Caafimaadka iyo Aadanaha, Xafiiska Xuquuqda Madaniga ah 1-800-368-1019. Isticmaalayaasha TTY waxay wici karaan 1-800-537-7697. Waxaad sidoo kale booqan kartaa [www.hhs.gov/ocr](http://www.hhs.gov/ocr) si aad u hesho wixii macluumaad dheeraad ah.
- Waxaad wacdaa Xafiiska Xuquuqda Madaniga ah ee degaankaaga, Gobolka Midwest, 233 N. Michigan Ave., Suite 240, Chicago, IL 60601. Waxaad sidoo kale wici kartaa lambarada lacag la'aanta ah ee kor ku xusan, fakis 1-202-619-3818, ama iimayl [ocrmail@hhs.gov](mailto:ocrmail@hhs.gov).
- Wac Waaxda Xuquuqul Insaanka ee Minnesota (MDHR) 1-800-657-3704. Isticmaalayaasha TTY waxay wici karaan 711. Wicitaannadani waa bilaash. Waxaad sidoo kale booqan kartaa [www.mn.gov/mdhr](http://www.mn.gov/mdhr) si aad u hesho wixii macluumaad dheeraad ah.
- Haddii aad naafo tahay oo aad u baahan tahay in lagaa caawiyo helitaanka adeegyada daryeelka caafimaadka ama adeeg-bixiye, wac Adeegga Macaamiisha. Haddii aad qabto cabasho, sida dhibaato ku aadan helitaanka kursiga curyaanka, Adeegga Macaamisha ayaa ku caawin kara.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

---

### **C. Ogeysiis ku saabsan Medicare bixiye labaad iyo Kaalmada Caafimaadka sida bixiyaha ugu dambeeya**

Mararka qaarkood qof kale waa inuu marka hore bixiyaa kharashka adeegyada aanu ku siino. Tusaale ahaan, haddii aad shil baabuur gasho ama haddii aad ku dhaawacantay shaqada, caymiska ama Magdhawga Shaqaaluhu waa inuu marka hore bixiyaa.

Waxaan xaq iyo masuuliyad u leenahay inaan qaadano adeegyada Medicare ee la daboolay ee aanu Medicare ahayn bixiyaha koowaad.

Waxaan raacnaa sharciyada federaalka iyo gobolka iyo xeerarka la xiriira mas'uuliyadda sharciga ah ee dhinacyada saddexaad ee adeegyada daryeelka caafimaadka xubnaha. Waxaan qaadnaa dhammaan tallaabooyinka macquulka ah si aan u hubinno in Kaalmada Caafimaadku ay tahay bixiyaha meesha ugu dambaysa.



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](https://www.ucare.org).**

## **Cutubka 12: Qeexitaanada erayada muhiimka ah**

---

### **Hordhaca**

Cutubkan waxa ku jira ereyo muhiim ah oo la isticmaalay intii lagu jiray Buuga Xubinta oo leh qeexitaanada. Erayada waxaa loo taxay siday u kala horreeyaan alifbeetada. Haddii aadan heli karin erey aad raadinayso ama haddii aad u baahan tahay macluumaad ka badan inta qeexitaanku ku koobanyahay, la xidhiidh Adeegga Macmiilka.

**‘Biosimilar’ la isku beddeli karo:** ‘Biosimilar’ lagu bedeli karo farmashiyaha iyada oo aan loo baahnayn warqad dhakhtar soo qorey oo cusub sababtoo ah waxay buuxinaysaa shuruudo dheeraad ah oo la xiriira suurtagalnimada beddelka tooska ah. Beddelka tooska ah ee farmashiyaha ayaa hoos imaanaya sharciga gobolka.

**Aagga adeegga:** Aag juqraafi ah halkaas oo qorshaha caafimaadku aqbalo xubnaha haddii ay xaddiddo xubinnimada iyada oo ku saleysan halka ay dadku ku nool yihiin. Qorshayaasha xaddidaya takhaatiirta iyo isbitaallada aad isticmaali karto, guud ahaan waa meesha aad ka heli karto adeegyada caadiga ah (aan degdeg ahayn). Kaliya dadka ku nool aagga adeegga ayaa iska qori kara qorshahayaga.

**Adeegga macaamiisha:** Waax ka tirsan qorshahayaga oo mas'uul ka ah ka jawaabista su'aalahaaga ku saabsan xubinnimada, gunnooyinka, cabashooyinka, iyo rafcaannada. Tixraac **Cutubka 2** ee *Member Handbook* si aad u hesho wixii macluumaad dheeraad ah ee ku saabsan Adeegga Macaamiisha.

**Adeegyada baxnaaninta:** Daawaynta aad helayso waxay kaa caawinaysaa inaad ka soo kabsato jirro, shil ama qaliin weyn. Tixraac **cutubka 4-aad** Qaybta D ee *Buug-gacmeedkaaga Xubinta* si aad wax badan uga ogaato adeegyada baxnaaninta.

**Adeegyada daboolan:** Erayga guud ee aan u isticmaalno macnaha dhammaan daryeelka caafimaadka, adeegyada iyo taageerada muddada-dheer, saadka, daawoyinka lagu qoro iyo kuwa aan farmashiyaha laga iibsan, qalabka, iyo adeegyada kale ee qorshahayagu daboolo.

**Adeegyada Dhakhaatiirta:** Adeegyada daryeelka caafimaadka ee uu bixiyo ama isku dubariday dhakhtar caafimaad oo rukhsad u haysta sharciga gobolka (M.D. - Dhakhtarka Caafimaadka ama DO - Dhakhtarka Daawaynta Lafaha).

**Adeegyada gelitaanka furan:** Sharciga federaaliga iyo gobolka ayaa kuu oggolaanaya inaad doorato bixiye kasta oo daryeel caafimaad, rug caafimaad, isbitaal, farmashiye, ama wakaaladda qorsheynta qoyska - xitaa haddii aysan ku jirin shabakada qorshahayada - si aad u hesho adeegyadan.

**Adeegyada gelitaanka tooska ah:** Waxaad isticmaali kartaa bixiye kasta oo ku jira shabakada qorshahayaga si aad u hesho adeegyadan. Uma baahnid gudbin ama ogolaansho hore inta aadan helin adeegyada.



**Haddii aad qabto su'aalo,** fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**



**Adeegyada iyo taageerada muddada-dheer (LTSS):** Adeegyada iyo taageerada muddada-dheer waxay caawiyaan hagaajinta xaalad caafimaad oo muddada-dheer ah. Inta badan adeegyadan waxay kaa caawiyaan inaad joogtid gurigaaga si aadan u aadin xarun kalkaalin ama isbitaal. LTSS waxa ka mid ah Adeegyada Bulshada ku salaysan iyo Xarumaha Kalkaaliyayaasha (NF).

**Adeegyada ka baxsan:** Adeegyada aan lagu daboolin qorshahan caafimaad.

**Adeegyada Medicare daboosho:** Adeegyada uu daboolo Medicare Qaybta A iyo Medicare Qaybta B. Dhammaan qorshooyinka caafimaadka Medicare, oo uu ku jiro qorshahayaga, waa in ay daboolaan dhammaan adeegyada ay daboolaan Medicare Qaybta A iyo Medicare Qaybta B.

**Adeegyada Talabixinta caafimaadka ee fogaan araga ah:** Is-dhexgal, booqashooyin toos ah oo wakhtiga-dhabta ah u oggolaanaya bixiyayaasha inay qiimeeyaan, ogaadaan oo ku daweeyaan adiga oo aan booqasho qof ahaaneed ku iman. Inta badan waxaa loo isticmaalaa booqashooyin daba-gal ah, si loo maareeyo xaaladaha daba-dheeraada iyo daawooyinka, si loola tashado khabiiri, iyo adeegyo kale oo caafimaad.

**Adeegyada xasilinta guryaha:** Adeegyada lagu caawiyo dadka naafada ah, oo ay ku jiraan jirrooyinka dhimirka iyo cilladaha isticmaalka mukhaadaraadka, iyo in waayeelka ay helaan oo ay haystaan guri. Ujeedada adeegyadani waa in la taageero u guurista qofka guri, kordhinta xasilloonida muddada dheer ee guriyeynta bulshada, iyo in laga fogaado xilliyada guri la'aanta mustaqbalka ama hay'adaynta.

**Badeecada Baayoolijiga:** Daawo dhakhtar qoray oo laga sameeyay ilo dabiici ah iyo kuwa nool sida unugyada xayawaanka, unugyada dhirta, bakteeriyada, ama khamiirka. Alaabooyinka bayoolojigu way ka adag yihiin dawooyinka kale oo si sax ah looma koobiyayn karo, sidaa awgeed qaabab bedel ah oo loo yaqaano 'biosimilars' (Sidoo kale eeg "Badeecada Bayoolojiga ee Asalka ah" iyo "Biosimilar").

**Barnaamijka caawimada daawada AIDS-ka (ADAP):** Barnaamij caawiya dadka xaqa u leh ee la nool HIV/AIDS inay helaan dawooyin naf-badbaadin ah oo HIV ah.

**Barnaamijka Ka Faa'iidaystaha Xaddidan:** Barnaamij loogu talagalay xubnaha helay daryeel caafimaad oo aan raacin shuruudka ama si xun u isticmaalay adeegyada. Haddii aad ku jirto barnaamijkan, waa inaad ka heshaa adeegyo caafimaad mid loo qoondeeyay daryeel bixiye, hal rug caafimaad, hal isbitaal oo uu isticmaalo bixiyaha daryeelka aasaasiga ah, iyo hal farmashi. UCare waxaa laga yaabaa inaad magacowdo daryeel bixiyayaasha kale ee daryeelka caafimaadka. Waa inaad tan sameysaa ugu yaraan 24 bilood oo xaq u yeelashada Barnaamijyada Daryeelka Caafimaadka Minnesota. Xubnaha barnaamijkan ku guuldareysta inay raacaan shuruudka barnaamijka waxaa looga baahan doonaa inay sii wataan barnaamijka 36 bilood oo dheeri ah. Barnaamijka qaataha xaddidan ma khuseeyo adeegyada ay daboosho Medicare.

**Barnaamijka ka hortagga sonkorowga ee Medicare (MDPP):** Barnaamij isbedel hab-dhaqan caafimaad oo habaysan oo bixiya tababbarka isbeddelka cuntada ee muddada-dheer, korodhka dhaqdhaqaaqa jidhka, iyo xeeladaha lagaga gudbi karo caqabadaha joogteynta miisaan dhimista iyo qaab nololeed caafimaad leh.



**Haddii aad qabto su'aalo,** fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii.

**Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

**Barnaamijka maaraynta maandooriyaha (DMP):** Barnaamij caawiya hubinta in xubnuhu ay si badbaado leh u isticmaalaan opioids-ka la qoray iyo daawooyinka kale ee inta badan la isticmaalo.

**Biil aan habboonayn:** Xaalad marka adeeg bixiye (sida dhakhtarka ama isbitaal) uu kugu soo dallaco in ka badan kharashka wadaagga adeegyadayada. Wac Adeegga Macmiilka haddii aad hesho wax biilal ah oo aadan fahmin. Sababtoo ah waxaan bixinaa dhammaan kharashka adeegyadaaga, laguguma **laha** wax wadaag kharash ah. Bixiyeyaasha waa inaysan lacag kugu dalacin adeegyadan.

**Biosimilar:** Waa badeeco bayooloji ah oo aad ula mid ah, laakiin aan u ekayn, badeecada bayoolajiga ee asalka ah. ‘Biosimilars’ waxay u badbaado iyo waxtar badan yihiin si la mid ah badeecada bayoolajiga ee asalka ah. Qaar ka mid ah ‘biosimilars’ ayaa laga yaabaa in lagu beddelo badeecada bayoolajiga asalka ah ee farmashiyaha iyada oo aan loo baahnayn warqad dhakhtar soo qorey oo cusub

**Bixiyaha daryeelka aasaasiga ah (PCP):** Dhakhtarka ama bixiyaha kale ee aad marka hore u isticmaashid dhibaatooyinka caafimaadka intooda badan. Waxay hubinayaan inaad hesho daryeelka aad u baahan tahay si aad caafimaad u yeelato.

- Waxa kale oo laga yaabaa inay kala hadlaan dhakhaatiir kale iyo bixiyeyaasha daryeelka caafimaadka wixii ku saabsan daryeelkaaga oo ay kuu gudbiyaan.
- Qorsheyaal badan oo caafimaadka Medicare, waa inaad isticmaashaa bixiyaha xanaanada caafimaadkaaga ka hor inta aanad isticmaalin bixiye kale oo daryeel caafimaad.
- Tixraac **Cutubka 3** ee *Member Handbook* si aad u hesho wixii macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan helitaanka daryeelka bixiyayaasha daryeelka aasaasiga ah.

**Bixiyaha shabakada:** “Bixiyaha” waa ereyga guud ee aan u isticmaalno dhakhaatiirta, kalkaaliyayaasha, iyo dadka kale ee ku siinaya adeegyada iyo daryeelka. Erayga waxa kale oo ka mid ah isbitaalo, wakaaladaha caafimaadka guriga, rugaha caafimaadka, iyo meelaha kale ee ku siya adeegyada daryeelka caafimaadka, qalabka caafimaadka, iyo adeegyada iyo taageerada mudada dheer.

- Waxay shati u siiyeen ama cadeyeen Medicare iyo gobolka si ay u bixiyaan adeegyada daryeelka caafimaadka.
- Waxaan ugu yeernaa “bixiyeyaasha shabakadaha” marka ay ogolaadaan inay la shaqeeyaan qorshahayaga caafimaadka, aqbalaan lacag bixintayada, oo aysan xubnaha ka qaadin lacag dheeraad ah.
- In kasta oo aad xubin ka tahay qorshaheena, waa inaad isticmaashaa bixiye ku jira shabakada si aad u hesho adeegyada la daboolay. Bixiyeyaasha shabakada waxaa sidoo kale loogu yeeraa “bixiyeyaal qorshe”.

**Bixiye ka baxsan shabakad ama xarun ka baxsan shabakad:** Bixiye ama xarun aan shaqayn, lahayn, ama aan ku shaqayn qorshahayagu oo aan qandaraas ku jirin in aanu siino adeegyada la daboolay xubnaha qorshahayaga. **Cutubka 3** ee *Member Handbook* waxa uu sharraxayaa adeeg-



**Haddii aad qabto su'aalo,** fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii.

**Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

bixiyeyaasha ama tas-hiilaadka ka baxsan shabakadda.

**Booqashooyinka onlaynka:** Xaqiijin, marin sir ah oo marin u hel shabakadda tignoolajiyada fog, oo bixisa isweydaarsiga internetka ee macluumaadka caafimaad ee aan degdegga ahayn ee u dhexeeya bixiyaha daryeelka caafimaadka iyo bukaanka la aasaasay. Dalxiisyadu waxay raacaan borotokoolka caafimaadka ee la dejiyay iyo qorista iyo/ama talooyinka daawaynta waxay raacaan sharciyada gobolka waxayna ku jiraan baaxadda waxqabadka bixiyaha.

**Bukaan-jiif:** Eray loo isticmaalo marka si rasmi ah isbitaalka laguugu seexiyo adeegyo caafimaad oo xirfad leh. Haddii aan si rasmi ah lagu dhigin, waxa laga yaabaa in weli lagu tixgeliyo bukaan-socod halkii aad ka ahaan lahayd bukaan-jiif xataa haddii aad habeen joogo.

**Buug-gacmeedka Xubinka iyo Macluumaadka Shaacinta:** Dukumeentigan, oo uu weheliyo foomkaaga isdiwaangelinta iyo lifaaqyada kale ama raacayaasha, kaas oo sharaxaya caymiskaaga, waxa ay tahay inaan samayno, xuquuqahaaga, iyo waxa ay tahay inaad samayso adigoo ah xubin ka mid ah qorshahayaga.

**Caafimaad ahaan muhiim ah:** Tani waxay qeexaysaa adeegyada, sahayda, ama daawooyinka aad u baahan tahay si aad uga hortagto, u baadho, ama u daaweyso xaaladaada caafimaad ama si aad u ilaaliso xaaladaada caafimaad ee hadda. Tan waxa ku jira daryeelka kaa ilaalinaya inaad cosbitaalka ama xarunta kalkaalinta aado. Waxa uu sidoo kale ka dhigan yahay adeegyada, agabyada, ama dawooyinka buuxiya heerarka caadiga ah ee nidaamka caafimaad. Daryeelka caafimaad ahaan daruuriga ah waxaa uu ku haboon yahay xaaladaada. Tan waxaa kamid ah daryeelka la xidhiidha xaalad jidh iyo caafimaadka maskaxda. Waxa sidoo kale kamid ah nooca iyo heerka adeegyada. Waxa sidoo kale kamid ah tirada daawaynta. Waxaa sidoo kale kamid ah halka aad ka heleyso adeegyada iyo mudada ay soconayaan. Adeegyada caafimaad ahaan lagama maarmaanka ah waa inay:

- noqdaan adeegyada ay bixiyayaasha kale sida caadiga ah dalban doonaan.
- wuxuu kaa caawinayaa sidii aad u fiicnaan lahayd ama u ahaan lahayd sida aad tahay.
- wuxuu kaa caawinayaa joojinta xaaladaada inay ka sii darto.
- wuxuu gacan ka gaystaa kahortaga iyo helitaanka dhibaatooyinka caafimaadka.

**Caafimaadka Dhaqanka:** Eray loo dhan yahay oo tilmaamaya caafimaadka maskaxda iyo cilladaha isticmaalka muqaadaraadka.

**Caawin Dheeraad:** Barnaamijka Medicare ee ka caawiya dadka dakhligoodu xaddidan yahay iyo agabka inay yareeyaan kharashka daawada ee Medicare Qaybta D, sida khidmadaha, lacagaha laga jarayo, iyo lacag-bixinta. Caawinta dheeraadka ah waxaa kale oo loo yaqaan “kabka dakhli-hooseeya,” ama “LIS.”

**Caawinta Caafimaadka:** Kani waa magaca barnaamijka Medicaid ee Minnesota. Medical Assistance waxaa maamula gobolka waxaana bixiya gobolka iyo dowladda dhexe. Waxay ka caawisaa dadka dakhligoodu xaddidan yahay iyo agabka ay ku bixiyaan adeegyada muddada dheer iyo taageerada iyo kharashyada caafimaadka.



**Haddii aad qabto su'aalo,** fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

- Waxay dabooshaa adeegyada dheeraadka ah iyo dawooyinka qaarkood aysan daboolin Medicare.
- Barnaamijyada Medicaid way kala duwan yihiin gobol ilaa gobol, laakiin badanaa kharashyada daryeelka caafimaadka waa la daboolaa haddii aad u qalanto Medicare iyo Medicaid labadaba.

**Cabashada:** Cabashada aad naga gudbisay anaga ama mid ka mid ah bixiyayaasha shabakadaha ama farmashiyada. Tan waxaa ku jira cabasho ku saabsan tayada daryeelkaaga ama tayada adeegga uu bixiyo qorshahaaga caafimaad.

**Cabashada:** Qoraal ama hadal hadal ah oo sheegaya in aad dhibaato ama walaac ka qabto adeegyadaada ama daryeelkaaga la daboolay. Tan waxaa ku jira walaac kasta oo ku saabsan tayada adeegga, tayada daryeelkaaga, bixiyayaasha shabakadaha, ama farmashiyeyaashayada shabakada. Magaca rasmiga ah ee “gudbinta cabashada” waa “xaraynta cabasho”.

**Cutubka 2aad** Qaybta E ee *Buug-gacmeedkaaga Xubinta* waxa ay sharxaysaa sida loola xidhiidho CMS.

**Daawooyinka aan laga iibsaa karin (OTC):** Daawooyinka aan la qorin waa dawooyin ama dawooyin uu qofku iibsaa karo isagoon warqad dhakhtar ka soo qorin xirfadle daryeel caafimaad.

**Daawooyinka daboolan:** Erayga aanu isticmaalno macnahiisu waa dhammaan daawooyinka dhakhtarku qoray iyo kuwa aan farmashiyaha lahayn (OTC) ee uu daboolay qorshahayaga.

**Daawooyinka dhakhtar qoro:** Daawooyinka iyo daawooyinka lagu bixin karo oo keliya amar uu bixiyo qof si habboon loo oggolaaday.

**Daawooyinka guud:** Daawo dhakhtar soo qoray oo ay ansixisay dawladda federaalku in lagu isticmaalo dawada magac leh. Daawada guud waxay leedahay maaddooyin la mid ah dawada magaca astaanta ah. Badanaa way ka raqiisan tahay waxayna u shaqeysaa si la mid ah daawada magaca summada.

**Daawooyinka Medicare Qaybta D:** Daawooyinka hoos yimaada Medicare Qaybta D. Koongarasku wuxuu si gaar ah uga saarayaa qaybaha daawooyinka qaarkood caymiska hoos yimaada Medicare Qaybta D. Medicaid waxa laga yaabaa inay daboosho qaar ka mid ah daawooyinkan.

**Daawooyinka Part D:** Tixraac “Daawooyinka Medicare Part D.”

**Dakhliga Dheeraadka ah ee Amniga (SSI):** Dheefta bilaha ah ee Lambarka Bulshada waxay siisaa dadka dakhligoodu xaddidan yahay iyo agabka naafada, indhoolaha, ama da'da 65 iyo ka weyn. Dheefaha SSI la mid ma aha dheefaha Badqabka Bulshada.

**Daraasadda Dib-u-egista Tayada Dibadda:** Daraasad ku saabsan sida tayada, wakhtiga iyo



**Haddii aad qabto su'aalo,** fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

helitaanka daryeelka ay bixiso UCare Connect + Medicare. Daraasadani waa mid dibadda ah oo madax bannaan.

**Daryeel Bixiye:** Erayga guud ee aanu u isticmaalno dhakhaatiirta, kalkaaliyayaasha caafimaadka iyo dadka kale ee ku siinaya adeegyada iyo daryeelka. Erayga waxa kale oo ka mid ah isbitaalo, wakaaladaha caafimaadka guriga, rugaha caafimaadka, iyo meelaha kale ee ku siya adeegyada daryeelka caafimaadka, qalabka caafimaadka, iyo adeegyada iyo taageerada mudada dheer. Waxay shati u siiyeen ama cadeyeen Medicare iyo gobolka si ay u bixiyaan adeegyada daryeelka caafimaadka.

**Daryeelka bukaan-jiifka/Isbitaal dhigista:** Daryeelka cisbitaalka oo u baahan in la seexiyo bukaan-jiif ahaan oo inta badan u baahan in la seexdo. Joogitaanka habeen ee indha-indhaynta waxay noqon kartaa daryeelka bukaan-socodka.

**Daryeelka bukaan-socodka isbitaalka:** Daryeelka cisbitaalka oo aan u baahnayn in la seexdo habeenkii. Joogitaanka habeen ee indha-indhaynta waxay noqon kartaa daryeelka bukaan-socodka.

**Daryeelka caafimaadka guriga:** Adeegyada daryeelka caafimaadka ee jirro ama dhaawac lagu bixiyo gurigaaga ama bulshada dhexdeeda halkaas oo hawlaha nolasha caadiga ah ay qaataan xubinta.

**Daryeelka dadka saaidka u jirran:** Daryeelka dadka saaidka u jirran waxa uu ka caawiyaa dadka qaba xanuunada halista ah in ay dareemaan fiicnaan. Waxay ka hortagtaa ama daweysaa calaamadaha iyo waxyeelada cudurka iyo daaweynta. Daryeelka dadka saaidka u jirran wuxuu kaloo daaweeyaa mashaakilaadka shucuureed, bulsheed, dhaqameed, iyo mid ruuxeed oo ay jirrooyinka soo kordhin karaan. Daryeelka dadka saaidka u jirran waxaa la bixin karaa isla waqtigaas daaweynta loogu talagalay in lagu daweyyo ama lagu daweyyo cudurka. Daryeelka dadka saaidka u jirran waxaa la bixin karaa marka jirrada la ogaado, inta daawaynta lagu jiro, inta lagu jiro dabagalka, iyo dhamaadka nolasha.

**Daryeelka dadka waaweyn ee Minnesota (MSC+):** Waa barnaamij uu gobolku qandaraas kula galo qorshayaasha caafimaadka si uu u daboolo oo uu u maamulo daryeelka caafimaadka iyo Adeegyada Ka-dhaafitaanka Waayeelka ee Caawinta Caafimaadka (Medicaid) isqorayaasha da'doodu tahay 65 iyo wixii ka weyn.

**Daryeelka degdega ah ee loo baahan yahay:** Daryeelka aad hesho ee ku aadan jirro degdeg ah, dhaawac, ama xaalad aan ahayn xaalad degdeg ah laakiin u baahan daryeel isla markiiba. Waxaad daryeelka loo baahan yahay isla markiiba ka heli kartaa adeeg-bixiyayaasha shabakadaha ka baxsan marka aadan u tagi karin adeeg-bixiye ku jira shabakad sabab la xiriirta in marka loo eego wakhtiga, goobta ama daruufahaaga, suurtoagal aysan ahayn, ama aysan macquul ahayn, inaad adeegyada ka hesho adeeg-bixiyayaasha ku jira shabakada (tusaale, markaad ka baxsan tahay goobta adeegga qorshaha iyo marka aad u baahan tahay adeegyo degdeg ah oo caafimaad ahaan loogu baahan yahay xaalad aan la saadaalin laakiin aanan ahayn xaalad caafimaad oo degdeg ah).



**Haddii aad qabto su'aalo,** fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii.

**Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

**Daryeelka degdega ah:** Adeegyada daboolan ee uu bixiyo bixiye u tababaran in uu bixiyo adeegyada degdega ah oo loo baahan yahay in lagu daweeyo xaalad degdeg ah oo caafimaad ama dabeecadeed.

**Daryeelka guriga:** Barnaamij daryeel iyo taageero lagu caawinayo dadka qaba cudurka dhimirka ee saadaasha inay si raaxo leh ugu noolaadaan. Saadaasha dhamaadka ah macnaheedu waa in qofka caafimaad ahaan loo xaqiijiyay inuu jiran yahay, taasoo la macno ah in cimrigiisu yahay 6 bilood ama ka yar.

- Qofka is-diiwaangeliyay ee leh saadaasha dhamaadka ah wuxuu xaq u leeyahay inuu doorto hospice-ka.
- Koox si gaar ah u tababaran oo ah xirfadlayaal iyo daryeelayaal ayaa siiya daryeel qofka oo dhan, oo ay ku jiraan baahiyaha jireed, shucuureed, bulsho iyo kuwa ruuxiga ah.
- Waxaa nalooga baahan yahay inaan ku siino liiska bixiyeyaasha hospice ee aaggaaga juqraafi.

**Daryeelka Xarunta kalkaalinta Xirfadlaha ah (SNF):** Daryeelka kalkaalinta ee xirfada leh iyo adeegyada baxnaaninta ee lagu bixiyo si joogto ah, maalin kasta, xarun kalkaalinta xirfad leh. Tusaalooyinka daryeelka rugta kalkaalinta xirfadlaha ah waxaa ka mid ah daawayn jireed ama irbado xididka (IV) laga qaato oo kalkaalisada ama dhakhtarka diiwaangashan uu ku siin karo.

**Dhexdhexaadiyaha:** Xafiis ku yaal gobolkaaga oo u shaqeeya sidii u doode magacaaga. Waxa uu kaaga jawaabi karaa su'aalaha aad qabto hadii aad qabto mushkilad ama cabasho oo waxa uu kaa caawin kartaa inaad fahanto waxa aad samaynayso. Adeegyada u doodista dad waynaha wa abilaasha. Waxaad macluumaad dheeraad ah ka heli kartaa **cutubyada 2 iyo 9 ee buug-gacmeedkaaga Xubinta**.

**D-SNP Isku-dhafan:** Qorshaha baahida gaarka ah ee labada mar loo qalmo ee daboolaya Medicare iyo inta badan ama dhammaan adeegyada Medicaid ee hoos yimaada hal qorshe caafimaad oo loogu talagalay kooxo gaar ah oo shakhsiyaad ah oo u qalma Medicare iyo Medicaid labadaba. Shakhsiyaadkan waxaa loo yaqaanaa shakhsiyaadka labada mar u qalma gunnada buuxda.

**Faa'iidada Medicare:** Barnaamijka Medicare, oo sidoo kale loo yaqaan “Medicare Qaybta C” ama “MA” oo bixiya qorshayaasha MA iyada oo loo marayo shirkado gaar ah. Medicare waxay bixisaa kharashka shirkadahan si ay u daboolaan dheefahaaga Medicare.

**Farmashiyaha ka baxsan shabakada:** Farmashi aan ogolaanin inuu la shaqeeyo qorshahayaga si aanu isku dubbaridno ama u siino daawooyinka la daboolay xubnaha qorshaheena. Qorshahayagu ma daboolayo inta badan daawooyinka aad ka hesho farmashiyeyaasha ka baxsan shabakada ilaa shuruudo gaar ah lagu dabaqo.

**Farmashiyaha shabakada:** Farmashiye (dukaanka dawooyinka) kaas oo ogolaaday inuu buuxiyo warqadaha daawada xubnaha qorshahayaga. Waxaan ugu yeernaa “farmashiyada ku jira shabakada” sababtoo ah waxay ogolaadeen inay la shaqeeyaan qorshahayaga. Inta badan,



**Haddii aad qabto su'aalo,** fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii.

**Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

waxaanu daboolaa daawoyinkaaga kaliya marka laga buuxiyo mid ka mid ah farmashiyayaashayada shabakada.

**Ficilada:** Kuwaas waxaa ka mid ah:

- Diidmada ama ogolaanshaha xaddidan ee nooca ama heerka adeegga
- dhimista, hakinta, ama joojinta adeeg hore loo ansixiyay
- Diidmada dhamaan ama qayb ka mid ah lacag-bixinta ama adeegga
- Inan lagu bixin adeegyada waqti macquul ah
- Inaan talaabo lagu qaadin muddada loo baahan yahay ee cabashooyinka ama racfaannada
- Diidmada codsiga xubinka ee ah in adeegyada laga saaro xubnaha ku nool aagga miyiga ee leh hal qorshe caafimaad oo keliya

**Gaadiidka caafimaadka degdega ah:** Adeegyada ambalaaska, oo ay ku jiraan gaadiidka dhulka iyo hawada ee xaalad caafimaad oo degdeg ah.

**Garsooraha sharciga maamulka:** Garsooraha dib u eegaya heerka 3aad ee racfaanka.

**Go'aaminta ururka:** Qorshahayagu waxa uu sameeyaa go'aaminta urur marka anaga, ama mid ka mid ah bixiyayaashayada, aanu go'aan ka gaarno haddii adeegyada la daboolay ama inta aad ku bixiso adeegyada la daboolay. Go'aannada ururka waxa loo yaqaan "go'aammada daboolista".  
**Cutubka 9** ee *Member Handbook* waxa uu sharraxayaa go'aamada caymiska.

**Go'aanka caymiska:** Go'aan ku saabsan gunnooyinka aan daboolno. Tan waxa ku jira go'aamo ku saabsan dawooyinka iyo adeegyada la daboolay ama cadadka aanu ku bixinayno adeegyadaada caafimaad. **Cutubka 9aad** ee *Buug-gacmeedkaaga Xubinta* waxa uu sharxayaa sida nalloo waydiiyo go'aanka caymiska.

**Golaha Racfaanka Medicare (Council):** Gole dib u eegis ku sameeya rafcaanka heerka 4aad. Goluhu waa qayb ka mid ah dawladda Federaalka.

**Gudbin:** Gudbintu waa oggolaanshaha bixiyaha daryeelkaaga aasaasiga ah (PCP) si aad u isticmaasho bixiye aan ahayn takhtarkaaga (PCP). Haddii aadan marka hore helin oggolaansho, waxaa laga yaabaa inaanan daboolin adeegyada. Uma baahnid gudbin si aad u isticmaasho khabiirro gaar ah, sida kuwa ku takhasusay caafimaadka dumarka. Waxaad ka heli kartaa macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan tixraacyada **Cutubka 3 iyo 4** ee *Member Handbook*.

**Guriga iyo Adeegyada Ku-saleysan Bulshada (HCBS):** Adeegyada dheeraadka ah ee lagu bixiyo si ay kaaga caawiyaan inaad ku sii jirto gurigaaga.

**Guriga kalkaalinta ama xarunta:** Meel siisa daryeel dadka aan ku heli karin daryeelkooda guriga laakiin aan u baahnayn inay joogaan isbitaalka.

**Guriga kalkaalinta oo la cadeeyn karo:** Go'aanka aad ugu baahan tahay heerka daryeelka guriga kalkaalinta. Baadhuhu wuxuu isticmaalaa hab lagu magacaabo La-talinta Daryeelka



**Haddii aad qabto su'aalo,** fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii.  
**Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

Muddada Dheer si uu u go'aamiyo.

**Hawlaha nolol maalmeedka (ADL):** Waxyaabaha ay dadku sameeyaan maalinta caadiga ah, sida cunista, isticmaalka musqusha, lebbiska, maydhashada, ama cadayashada ilkaha.

**Heerarka daawooyinka:** Kooxaha daroogada ee ku jira (*Liiska Dawooyinka*). Dawooyinka guud, magaca summadaha, ama kuwa aan farmashiyaha laga iibsano (OTC) waa tusaalayaal heerarka daroogada. Daawo kasta oo ku jirta *Liiska Daawooyinka* waxay ku jirtaa mid ka mid ah laba heer.

**Ikhtiyaarada caafimaadka dadka waaweyn ee Minnesota (MSHO):** Waa barnaamij ay Gobolka iyo CMS ku heshiiyaan qorshayaasha caafimaadka, oo uu ku jiro qorshahayaga, si loo bixiyo adeegyada waayeelka u qalma Medicare iyo Kaalmada caafimaadka (Medicaid), oo ay ku jiraan kuwa ay bixiso MSC+.

**Iskuduwaha daryeelka:** Hal qof oo muhiim ah oo kula shaqeeya, qorshaha caafimaadka, iyo daryeel bixiyayaashaada si loo hubiyo inaad hesho daryeelka aad u baahan tahay.

**Ka bixitaanka:** Habka soo afjarida xubinimadaada qorshaheena. Ka saaritaanku waxay noqon kartaa ikhtiyaari (doorashadaada) ama mid aan ikhtiyaari ahayn (ma aha doorashadaada).

**Kaabista dakhliga hoose (LIS):** Tixraac “Extra Help.”

**Kaaliyaha caafimaadka guriga:** Qof bixiya adeegyo aan u baahnayn xirfadaha kalkaalisada ama daaweeyaha shatiga leh, sida caawimaada daryeelka shakhsi ahaaneed (sida qubayska, isticmaalka musqusha, labiska, ama fulinta jimicsiga loo qoray). Kaaliyayaasha caafimaadka guriga ma haystaan shatiga kalkaalinta ama ma bixiyaan daawaynta.

**Khabiirka:** waxaa weeye dhakhtar bixiye daryeelka caafimaadka ee xanuun gaar ah ama qayb kamid ah jidhka.

**Kooxda Daryeelka Isku-dhafan (ICT ama Kooxda Daryeelka):** Kooxda daryeelka waxa ku jiri kara takhaatiir, kalkaaliyayaal, la-taliyayaal, ama xirfadlayaal caafimaad oo kale kuwaas oo halkaas u jooga inay kaa caawiyaan helitaanka daryeelka aad u baahan tahay. Kooxdaada daryeelka waxay sidoo kale kaa caawinayaan inaad sameyso qorshe taageero.

**Kooxda daryeelka:** Tixraac “Kooxda Daryeelka Kala Duwan.”

**Liiska Dawooyinka La Dabooshay (Liiska Dawooyinka):** Liiska dawooyinka dhakhtarku qoray iyo kuwa aan farmashiyaha lahayn (OTC) ee aanu daboolno. Waxaan ku dooranaynaa liiskan daawooyinka ku jira annagoo kaashanayna dhakhaatiirta iyo farmashiistaha. *Liiska dawooyinka* ayaa kuu sheegaya haddii ay jiraan sharciyo aad u baahan tahay inaad raacdo si aad u hesho daawooyinkaaga. *Liiska Dawooyinka* waxaa mararka qaarkood loo yaqaan “liis.”

**Maareynta Daaweynta Daawada (MTM):** Koox gaar ah oo adeeg ah ama koox adeegyo ah oo



**Haddii aad qabto su'aalo,** fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**



ay bixiyaan bixiyeyaasha daryeelka caafimaadka, oo ay ku jiraan farmashiyaasha, si loo hubiyo natiijooyinka daaweynta ugu fiican ee bukaanka. Tixraac **Cutubka 5** ee *Member Handbook* si aad u hesho wixii macluumaad dheeraad ah.

**Macluumaadka caafimaadka shakhsi ahaaneed (oo sidoo kale loo yaqaanno macluumaadka caafimaadka la ilaaliyo) (PHI):** Macluumaadka adiga iyo caafimaadkaaga, sida magacaaga, cinwaankaaga, lambarkaaga sooshalka, booqashooyinka dhakhtarka iyo taariikhda caafimaadka. U tixraac Ogeysiiska Habdhaqanka Qarsoonnimada wixii macluumaad dheeraad ah ee ku saabsan sida aan u ilaalino, u isticmaalno, oo aan shaaca uga qaadno PHI-gaaga, iyo sidoo kale xuquuqdaada marka la eego PHI-gaaga.

**Magaca Shirkada Daawada:** Daawo dhakhtar qoray oo ay samayso oo ay iibiso shirkadii markii hore samaysay. Dawooyinka magaca calaamaduhu waxay leeyihiin maaddooyin la mid ah noocyada dawooyinka guud. Dawooyinka guud waxaa sida caadiga ah sameeya oo iibiya shirkado kale oo daroogo ah.

**Marka laga reebo:** Ogolaanshaha lagu heli karo caymiska daawada aan sida caadiga ah loo daboolin ama loo isticmaalo dawada iyada oo aan la helin sharciyo iyo xaddidaadyo gaar ah.

**Medicaid (ama Caawinta Caafimaadka):** Barnaamij ay wadaan dowladda federaalka iyo gobolka oo ka caawiya dadka dakhligoodu xaddidan yahay iyo agabka ay ku bixiyaan adeegyada muddada dheer iyo taageerada iyo kharashyada caafimaadka.

**Medicare Part B:** Barnaamijka Medicare ee daboolaya adeegyada (sida tijaabooyinka shaybaadhka, qalliinnada, iyo booqashooyinka dhakhtarka) iyo sahayda (sida kuraasta curyaamiinta iyo biraha socodka) kuwaas oo caafimaad ahaan lagama maarmaan u ah in lagu daweyo cudur ama xaalad. Medicare Qaybta B waxaa kale oo ay dabooshaa adeeyo badan oo ka hortag iyo baadhis ah.

**Medicare Part C:** Barnaamijka Medicare, oo sidoo kale loo yaqaan “Medicare Advantage” ama “MA” kaas oo u oggolaanaya shirkadaha caymiska caafimaadka gaarka ah inay bixiyaan dheefaha Medicare iyada oo loo marayo Qorshaha MA.

**Medicare Part D:** Barnaamijka faa'iidada daawada ee Medicare. Waxaan barnaamijkan ugu yeernaa “Qeybta D” oo kooban. Medicare Qaybta D waxay dabooshaa daawooyinka bukaan-socodka, tallaalada, iyo agabyada qaarkood ee aysan daboolin Medicare Qeybta A ama Medicare Qeybta B ama Medicaid. Qorshahayagu waxa ku jira Medicare Qaybta D.

**Medicare:** Barnaamijka caymiska caafimaadka ee dawladda dhexe ee dadka da'doodu tahay 65 ama ka weyn, dadka qaar ka yar 65 jir ee qaba naafo gaar ah, iyo dadka qaba cudurka kelyaha ee heerka dhamaadka (guud ahaan kuwa qaba kelyaha joogtada ah ee u baahan sifeynta ama kalyaha beddelka). Dadka qaba Medicare waxay ku heli karaan ceymiskooda caafimaadka Medicare asliga ah ama qorshaha daryeelka la maareeyay (tixraac “Qorshaha Caafimaadka”)

**Medicare-ka asalka ah (Medicare-dhaqameedka ama kharashka-adeegga Medicare):** Dawladdu waxay bixisaa Medicare Asalka ah. Marka loo eego Medicare-ka asalka ah, adeegyada



**Haddii aad qabto su'aalo,** fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

waxa daboolaa dhakhaatiirta lacag siiya, isbitaallada, iyo bixiyeyaasha kale ee daryeelka caafimaadka qaddarka uu Koongarasku go'aamiyo.

- Waxaad isticmaali kartaa dhakhtar kasta, isbitaal, ama bixiye kale oo daryeel caafimaad oo aqbalaa Medicare. Asalka Medicare wuxuu leeyahay laba qaybood: Medicare Qaybta A (caymiska isbitaalka) iyo Medicare Qeybta B (caafimaadka).
- Medicare asalka ah ayaa laga heli karaa meel kasta oo Maraykanka ah.
- Haddii aadan rabin inaad ku jirto qorshahayaga, waxaad dooran kartaa Medicare Original.

**Muada Dheefta:** Habka ay labadaba qorshaheenna iyo Medicare-ka Asalka ah u cabbiraan isticmaalkaaga adeegyada isbitaalka iyo xarumaha kalkaalinta xirfadleyda (SNF). Muddada dheeftu waxay bilaabmaysaa maalinta aad tagto isbitaal ama xarun kalkaalin oo xirfad leh. Muddada dheeftu waxay dhamaanaysaa marka aanad helin wax daryeel bukaan-jiif ah (ama daryeelka xirfadeed ee SNF) 60 maalmood oo isku xigta. Haddii aad aado isbitaal ama xarun kalkaalin caafimaad oo xirfad leh ka dib marka hal muddada faa'iidada dhamaato, waxaa bilaabmaya xilli cusub oo dheef ah. Ma laha xad tirada xilliyada dheefaha.

**Ogeysiiska Tallaabada:** Foom ama warqad aan kuu soo dirno oo aan kuugu sheegayno go'aanka dacwadda, adeeg ama tallaabo kasta oo kale oo uu qaaday qorshahayagu. Tan waxaa kale oo loo yaqaan Diidmada, Joojinta, ama dhimista (DTR).

**Oggolaanshaha hore (PA):** Oggolaanshaha waa inaad naga hesho ka hor intaadan helin adeeg gaar ah ama daroogo ama aadan isticmaalin bixiye ka baxsan shabakada. Qorshahayagu waxa laga yaabaa inaanu daboolin adeegga ama daawada haddii aanad marka hore helin oggolaansho.

Qorshahayagu waxa uu daboolayaa adeegyada caafimaadka shabakada qaarkood oo kaliya haddii dhakhtarkaaga ama bixiyahaaga shabakadu uu naga helo PA.

- Adeegyada daboolan ee u baahan qorshahayaga PA waxa lagu calaamadeeyay **cutubka 4** ee qaybta D ee kaaga *Member Handbook*.

Qorshahayagu wuxuu daboolayaa dawooyinka qaar kaliya haddii aad PA naga hesho.

- Daawooyinka daboolan ee u baahan qorshahayaga PA waxay ku calaamadsan yihiin *Liiska Dawooyinka Daboolan*.

**Qalab caafimaad oo waara (DME):** Waxyaalaha qaarkood dhakhtarkaagu ku amro in lagu isticmaalo gurigaaga. Tusaalooyinka alaabtan waxaa ka mid ah kuraasta curyaamiinta, biraha curyaanka, nidaamyada joodariga tamarta leh, agabka macaanka, sariiraha isbitaallada oo uu dalbado bixiyaha si loogu isticmaalo guriga, faleebooyin xididka ah (IV), qalabka hadalka dhaliya.

**Qalabaynta iyo Lafaha:** Aaladaha caafimaad ee uu dalbado dhakhtarkaaga ama bixiyeyaasha kale ee daryeelka caafimaadka oo ay ku jiraan, laakiin aan ku xaddidnayn, cududda, dhabarka,



**Haddii aad qabto su'aalo,** fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

iyo qoorta; addimada macmalka ah; indho macmal ah; iyo aaladaha loo baahan yahay si loogu beddelo xubinta jidhka ama shaqada gudaha, oo ay ku jiraan sahayda ostomy iyo daawaynta nafaqeynta gudaha iyo waalidka.

**Qalabka Gunnada Wakhtiga Dhabta ah:** Bog internet ah ama codsi kombuyuutar oo ay ardaydu ka eegi karaan dhammays tiran, sax ah, waqti ku habboon, caafimaad ahaan ku habboon, daawooyinka la daboolay ee gaarka ah iyo macluumaadka faa'iidada. Tan waxa ku jira xadiga kharashka wadaaga, daawooyin kale oo laga yaabo in loo isticmaalo xaalad caafimaad oo la mid ah dawada la bixiyay, iyo xadaynta caymiska (ogolaanshaha hore, daawaynta tallabada, xadka tirada) ee khuseeya dawooyinka kale.

**Part A:** Tixraac “Medicare Part A.”

**Part B:** Tixraac “Medicare Part B.”

**Part C:** Tixraac “Medicare Part C.”

**Part D:** Tixraac “Medicare Part D.”

**Qeybta A ee Medicare:** The barnaamijka Medicare kaas oo daboolaya inta badan cusbitaalka caafimaad ahaan lagama maarmaanka u ah, xarun kalkaalin caafimaad oo xirfad leh, caafimaadka guriga, iyo daryeelka guriga.

**Qiimaynta khatarta caafimaadka (HRA):** Dib u eegis ku saabsan taariikhdaada caafimaad iyo xaaladda hadda jirta. Waxaa loo isticmaalaa in lagu barto caafimaadkaaga iyo sida uu isu bedeli karo mustaqbalka.

**Qofka ka diwaan gashan Medicare-Medicaid:** Qofka u qalma caymiska Medicare iyo Medicaid. Qofka ka diwaan gashan Medicare-Medicaid waxa kale oo loogu yeeraa “qofka laba jeer u qalma.”

**Qorshaha caafimaadka:** Urur ka kooban dhakhaatiir, isbitaallo, farmasiyo, bixiyeyaasha adeegyada muddada-dheer, iyo bixiyeyaasha kale. Waxa kale oo ay leedahay isku-duwayaasha daryeelka si ay kaaga caawiyaan inaad maamusho dhammaan bixiyayaasha iyo adeegyada. Dhammaantood waxay wada shaqeeyaan si ay u bixiyaan daryeelka aad u baahan tahay.

**Qorshaha Daryeelka Shakhsi ahaaneed:** Qorshe ku saabsan adeegyada aad heli doonto iyo sida aad ku heli doonto. Qorshahaaga waxaa ku jiri kara adeegyada caafimaadka, adeegyada caafimaadka dabecadda, iyo adeegyada iyo taageerada muddada-dheer.

**Qorshaha daryeelka:** Tixraac “Qorshaha Daryeelka Shakhsi ahaaneed.”

**Qorshaynta qoyska:** macluumaadka, adeegyada iyo sahayda lagu caawinayo qofka inuu go'aansado inuu carruur dhalo. Go'aamadan waxaa ka mid ah doorashada inaad ilmo dhasho, goorta aad ilmo dhalayso iyo inaad ilmo dhalin.



**Haddii aad qabto su'aalo,** fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

**Qorshe laba ah oo u qalma baahiyaha gaarka ah (D-SNP):** Qorshaha caafimaadka ee u adeega shaqsiyaadka u qalma Medicare iyo Assistance Medical labadaba. Qorshahayagu waa D-SNP.

**Racfaan:** Hab aad kaga doodi karto talaabadeena haddii aad u malaynayso inaanu khalad samaynay. Waxaad na weydiisan kartaa inaan bedelno go'aanka caymiska adiga oo xereynaya racfaan. **Cutubka 9** ee *Member Handbook* wuxuu sharraxayaa rafcaannada, oo ay ku jiraan sida rafcaan loo qaato.

**Racfaanka Gobolka:** Haddii dhakhtarkaaga ama bixiyaha kale uu ku weydiiyo adeegga Medicaid oo aanan oggolaan doonin, ama ma sii wadi doonno bixinta adeegga Medicaid ee aad hore u lahayd, waxaad codsan kartaa dhegeysi. Haddii dhegeysiga la go'aamiyo adiga, waa inaan ku siinaa adeegga aad codsatay.

Waa in aad qoraal ku waydiisato dhageysi. Waxaad codsan kartaa dhageysi haddii aadan ku raacsanayn mid ka mid ah kuwan soo socda:

- Diidmada, joojinta ama dhimista adeegga
- Diiwaanglinta Qorshaha
- Diidmada gebi ahaan ama qayb ka mid ah sheegashada ama adeegga
- Guuldaradayada in aan ku dhaqaaqno waqtiyada loo baahan yahay ee ogolaanshaha iyo rafcaannada kahor
- Wixii tallaabo kale ah

**Rugta daryeelka aasaasiga ah (PCC):** Xarunta aad ka hesho inta badan adeegyada daryeelka caafimaadka ee aad u baahan tahay, sida baadhitaannada sannadlaha ah, oo kaa caawinaya isku-duwidda daryeelkaaga. Waxaa laga yaabaa inaad u baahato inaad doorato rugta daryeelka aasaasiga ah markaad isdiiwaangeliso qorshahayaga.

**Shakhsi laba gees leh:** Qofka u qalma caymiska Medicare iyo Medicaid.

**Tababarka aqoonta dhaqanka:** Tababarka siiya tilmaamo dheeraad ah bixiyeyaashayada daryeelka caafimaadka taasoo ka caawisa inay si fiican u fahmaan asalkaaga, qiyamka, iyo waxa aad aaminsan tahay si ay ula qabsadaan adeegyada si ay u daboolaan baahiyahaaga bulsho, dhaqan, iyo luqad.

**Talaabada daawaynta:** Xeerka caymiska ee u baahan inaad isku daydo daawo kale ka hor inta aanaan daboolin daawada aad codsato.

**Tayada cabashada daryeelka:** Buugyarahan, “cabashada tayada daryeelka” macneheedu waa ku qanacsanaan la'aan la soo bandhigay oo ku saabsan adeegyada daryeelka caafimaadka taaso ka dhalan karta waxyeelo ama waxyeelo dhab ah oo soo gaadhay xubin. Cabashooyinka waxaa laga yaabaa inay ku saabsan yihiin helitaanka; bixiyaha iyo kartida shaqaalaha; ku habboonaanta ama daryeelka caafimaad; isgaarsiinta; dhaqanka; xarunta iyo tixgelinta deegaanka; iyo arrimo kale oo saameyn xun ku yeelan kara tayada adeegyada daryeelka caafimaadka.



**Haddii aad qabto su'aalo,** fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii.

**Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

**Tijaabada Caafimaad:** Baaritaan daraasad caafimaad oo aqoon leh oo ah: ku xiran dib u eegis qeexan; uu kafaalo qaaday barnaamij cilmi baaris caafimaad oo buuxiya shuruucda federaalka iyo gobolka iyo halbeegyada la ansixiyay; oo natiijooyinkiisa runta ah la soo sheegay.

**Tilmaanta Caafimaad ahaan la Aqbalay:** Isticmaalka daawada ay ogolaatay Maamulka Cuntada iyo Dawooyinka ama ay taageerto buugaag tixraaceed gaar ah.

**Ururka dib u eegista madaxa banaan (IRO):** Urur madax banaan oo ay kiraysatay Medicare oo dib u eegis ku sameeya rafcaanka heerka 2aad. Inaguma xidhna oo hay'ad dawladeed maaha. Ururkan ayaa go'aamiya in go'aanka aanu gaarnay uu sax yahay iyo haddii ay tahay in la beddelo. Medicare ayaa kormeerta shaqadeeda. Magaca rasmiga ah waa Hay'adda **Dib-u-eegista Madax-bannaan**.

**Ururka horumarinta tayada (QIO):** Koox dhakhaatiir ah iyo khubarada kale ee daryeelka caafimaadka kuwaas oo gacan ka geysta hagaajinta tayada daryeelka dadka qaba Medicare. Dawladda federaalku waxay bixisaa QIO si loo hubiyo oo loo hagaajiyo daryeelka la siiyo bukaanka. Tixraac **Cutubka 2** ee *Member Handbook* si aad u hesho wixii macluumaad ah oo ku saabsan QIO.

**Wakaalada Gobalka ee Medicaid:** Minnesota dhexdeeda, wakaaladani waa Waaxda Adeegyada Aadanaha ee Minnesota.

**Xaalad degdeg ah:** Xaalad degdeg ah oo caafimaad marka adiga, ama qof kasta oo kale oo celcelis ahaan aqoonta caafimaadka iyo daawada, aaminsan tahay inaad leedahay calaamado caafimaad oo u baahan daryeel caafimaad oo degdeg ah si looga hortago dhimashada, luminta ama daciifnimada culus ee shaqada jidhka (iyo haddii aad uur leedahay naag, lumis ilmo aan dhalan). Calaamadaha caafimaadku waxay noqon karaan jirro, dhaawac, xanuun daran, ama xaalad caafimaad oo si degdeg ah uga sii daraysa.

**Xadka tirada:** Xadka xadiga dawada aad qaadan karto. Waxa laga yaabaa in aanu xaddidno xadiga dawada aanu daboolno rijeetadaba.

**Xarumaha Medicare & Adeegyada Medicaid (CMS):** Hay'adda federaalka ee mas'uulka ka ah Medicare.

**Xarunta baxnaaninta bukaan socodka oo dhamaystiran (CORF):** xarun inta badan bixisa adeegyada baxnaaninta jirro, shil, ama qalliin weyn ka dib. Waxay bixisaa adeegyo kala duwan, oo ay ku jiraan daaweynta jireed, adeegyada bulshada ama dhimirka, daaweynta neefsashada, ku daaweynta shaqada, daaweynta hadalka, iyo adeegyada qiimeynta deegaanka guriga.

**Xarunta kalkaalinta xirfada leh (SNF):** Xarun kalkaalinta oo leh shaqaale iyo qalab si ay u bixiso daryeel kalkaalnisimo xirfad leh iyo, inta badan, adeegyo dhaqan celin ah oo xirfad leh iyo adeegyada kale ee caafimaadka la xiriira.

**Xarunta Qaliinka Wareega:** Xarun bixisa qalliin bukaan-socod aan u baahnayn daryeelka



**Haddii aad qabto su'aalo,** fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](http://ucare.org).**

isbitaalka oo aan la filayn inay u baahan yihiin wax ka badan 24 saacadood oo daryeel ah.

**Xubin (xubin ka mid ah qorshaheena, ama xubin qorshaha):** Qofka leh Medicare iyo Medicaid oo u qalma inuu helo adeegyada la daboolay, kaas oo iska diiwaan geliyay qorshahayaga, oo diiwaangelintiisa ay xaqiijiyeen Xarumaha Medicare & Medicaid (CMS) iyo gobolka.



---

**Haddii aad qabto su'aalo,** fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii.  
**Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](https://www.ucare.org).**

## Adeega Macmiilka UCare Connect + Medicare

Qaabka	Adeega Macaamiisha
WAC	612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaankan waa bilaash) 8 am – 8 pm, toddoba maalmood usbuucii  Waxa aanu haynaa turjubaad bilaash ah oo dadka aan ku hadal ah Ingiriisiga.
TTY	612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wicitaankan waa bilaash), 8 am – 8 pm, todoba maalmood todobaadkii.  Lambarkan waxaa loogu talagalay dadka ay ku adag tahay maqalka ama hadalka. Waa inaad haysataa qalab gaar ah oo aad ku wacdo.
FAKIS	612-676-6501 1-866-457-7145
QOR	<b>Adeega Macmiilka</b> UCare PO Box 52 Minneapolis, MN 55440-0052
WEBSAYTKA	<b>ucare.org</b>

U13759 Somali (U7018) (08/2024)



**Haddii aad qabto su'aalo**, fadlan UCare Connect + Medicare ka wac 612-676-3310 ama 1-855-260-9707 (wacitaanku waa bilaash), TTY 612-676-6810 ama 1-800-688-2534 (wacitaankan waa bilaash), 8 subaxnimo – 8 fiidnimo, todobo maalmood todobaadkii. **Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo [ucare.org](https://ucare.org).**