Xaqiijinta Tayada Nidaamyada Caafimaadka

# Foomamka Cabashada Dhakhtarka iyo Xarunta Caafimaadka

**Tilmaamaha:**

Fadlan akhri Su'aalaha Inta badan la Isweydiiyo (FAQ) kahor inta aadan buuxin foomkaan. Fadlan adeegso foomkaan si aad u gudbiso cabasho ka dhan ah dhakhtar gaar ah, xarunta caafimaadka, ama shaqada caafimaadka ee bilaa ruqsadda ah. Dhakhtarka ama xarunta caafimaadka waa inay aqoonsi ka haysataa Waaxda Caafimaadka ee Gobalka Washington, ama ay shaqada caafimaadka uga shaqeysaa gudaha gobalka Washington bilaa ruqsad. Waxaad ka eegi kartaa shahaadada dhakhtarka ama xarunta bogeena xaqiijinta ruqsadda iyo raadinta aqoonsiga dhakhtarka. Haddii aad u baahan tahay kaalmo dheeraad ah oo ku aadan buuxinta foomkaan, nagla soo xiriir lambarka 360-236-2620 ama hsqacomplaintintake@doh.wa.gov

1. Qaybta 1 - Fadlan buuxi qaybtaan haddii aad doonayso gudbinta cabasho ka dhan ah dhakhtar ama shaqada bilaa ruqsadda ah ee xirfadda caafimaadka. Fadlan ogoow in shaqaalaha maamulka ee dhakhtarkaaga laga yaabo in laga doonaayo in ay shahaado ka haystaan wakaaladeena.
2. Qaybta 2 - Fadlan buuxi qaybtaan haddii aad doonayso gudbinta cabasho ka dhan ah xarun caafimaad. Fadlan akhri FAQ si aad u hesho liiska xarumaha aan maamulno, iyo xog ku saabsan rugaha caafimaadka iyo xarumaha Waaxda Arimaha Bulshada iyo Adeegyada Caafimaadku xukunto
3. Qaybta 3 - Fadlan sheeg xogtaada xariirka. Haddii aad gudbinayso cabashadaan adiga oo wakiil ka ah ganacsi ama xarun, fadlan ku sheeg taas qaybtaan.
4. Qaybta 4 - Fadlan buuxi qaybtaan haddii aadan ahayn bukaan..
5. Qaybta 5 - Fadlan buuxi dhammaan su'aalaha ku qoran qaybtaan ilaa heerka ugu sareeya ee aad awoodo iyo faahfaahinta ugu badan ee suuragalka ah si maamulka talaabada ka qaadaaya dib ugu eego.

Fadlan ha soo gudbin nuqullo badan oo cabashadaada ah. Marka aad buuxiso, fadlan foomka ku celi midkood boostada, iimeylka ama fakiska soo socda ee:

**Boostada:**
Health Systems Quality Assurance
Complaint Intake Unit
P.O. Box 47857
Olympia, WA 98504-7857

**Iimeylka: hsqacomplaintintake@doh.wa.gov** Haddii aad ku dirtay iimeylka, fadlan cabashada toos noogu soo gudbi ayadoo ah iimeyl ama lifaaqyo. Fadlan cabashadaada haku dirin adeegyada kaydka ee oonlaynka ah ama adeegyada iimeylka amaanka ah ee u baahan in qofku baasweer ku galo.

**Fakiska:** 360-236-2626

**QAYBTA 1 - Xogta dhakhtarka:**

Haddii aad gudbinayso cabasho ka dhan ah xarun caafimaad, fadlan u gudub qaybta 2. Haddii xaruntu ay tahay xafiiska dhakhtarka, xafiiska daryeel bixiyaha ama rug caafimaad, fadlan buuxi qaybta 1 (qaybtaan) oo sheeg magaca dhakhtarka caafimaadka.

| **Waa maxay magaca dhakhtarka gaarka ah ee aad gudbinayso cabashada ka dhanka ah (haddii uu jiro)?** | | |
|---|---|---|
| **Koowaad:** | **Dhexe:** | **Ugu danbeeya:** |
| **Waa dhakhtar noocee ah kani?**<br><br>**Mid kale (fadlan sheeg):** | | |
| **Ciwaanka:** | | |
| **Magaalada:** | **Gobalka:** | **Koodhka Boostada:** |

**QAYBTA 2 - Xogta Xarunta:**

**Waxaan keliya maamulnaa noocyada xarumaha ku qoran liiska hoose** Haddii nooca xaruntu aysan liiska ku jirin, fadlan wac 360-236-2620. Waxaa laga yaabaa in aan awoodno in aan kaa caawino go'aaminta in cabashadu ku saabsan tahay dhakhtar gaar ah ama haddii cabashada loo baahan yahay in loo diro wakaalad kale.
Haddii aad dooneyso in aad gudbiso cabasho ka dhan ah xarunta nolosha ee la kaalmeeyo, guriga dadka waa wayn ee qoyska, xarunta kalkaalinta, ama xarunta kalkaalinta xirfada leh, aadana ka gudbinayn dhakhtar gaar ah oo ka shaqeeya midkood xarumahaan, fadlan la xiriir Waaxda Arimaha Bulshada iyo Adeegyada Caafimaadka oo aad ka wacayso 800-562-6078

| **Waa maxay magaca iyo ciwaanka xarunta aad ka gudbinayso cabashada ka dhanka ah (haddii ay jirto)? Fadlan kudar ciwaanka goobta ee xarunta, haku qorin ciwaanka boostada ama sanduuqa boostada.** | | |
|---|---|---|
| **Magaca:** | | |
| Nooca Xarunta : | | |
| **Ciwaanka:**<br><br>☐ Ciwaanku waa isla kan ku qoran qaybta 1 | | |
| **Magaalada:** | **Gobalka:** | **Koodhka Boostada:** |
| **Waa maxay shaqada shaqaalaha ee xaruntaan? Calaamadi xulashada hoose.**<br>**(Xogtaan waxaa loo adeegsan doonaa ujeedooyinka maamulka gudaha oo keliya)** | | |
| ☐ **Marna Maahan Shaqaale** | ☐ **Shaqaale Hore** | ☐ **Shaqaalaha Hadda** |

| Gudaha xarunta, waaxdee, qaybtee, qol lambarkee ama dabaqee ayay dhacdada ama dhibaatadU ka dhacday? Goorma ayaa lagu dhigay goorme ayaase lagaa saaray xarunta? | |
|---|---|
| **Waaxda:** | **Dabaqa:** |
| **Lambarka qolka:** | **Qaybta:** |
| **Taariilhda Dhigista:** | **Taariilhda Ka saaridda:** |
| **Bukaanka ama macmiilku wali ma joogaa xarunta ama wali ma ka helaa adeegyo?** | |
| ☐ Haa | ☐ Maya |

**Qaybta 3 - Xogtaada:**

Fadlan sheeg xogtaada xiriirka si loo xaqiijiyo in waaxdu ay dabagal ku samayn karto walaacyadaada. Haddii aad sheegto magacaaga, cabashadaada ayaan loo aqoonsan doonin mid qarsoodi ah, xataa haddii aad codsato in la qariyo magacaaga. Haddii aan helno cabasho keliya qayb ahaan ku aqoonsanaysa, waxaa laguu aqoonsan doonaa cabte aan la aqoon. Cabashooyinka qarsoodiga ah iyo kuwa aan la aqoon ayaa laga yaabaa in aysan helin dabagal ay samayso waaxdu. Sida ku cad sharciyadda diiwaannada dadwaynaha, ma qarin karno magacyada dadka cabashada soo gudbiyay ilaa in ay u qalmaan maahee "shardi dhaafka dadka sirta soo sheega." ROW 43.70.075 iyo WAC 246-15-010 ayaa go'aaminaaya marxaladaada shardi dhaafka sir sheegaha, lagumana saleyn doono codsigaaga shardi dhaafka. Fadlan akhri FAQs ku saabsan buuxinta cabasho qarsoodi ah iyo cida u qalmi karta shardi dhaafka shir faafiyaha. Si aad u hesho xog dheeraad ah oo ku saabsan shardi dhaafka sir dhaafiyaha, waxaad u baahan kartaa inaad la tashato qareenkaaga; waaxda ayaan ku siin karin tallo sharci.

| Waa maxay magacaaga, ciwaanka boostada, lambarka taleefanka, iyo ciwaanka iimeylku? | | |
|---|---|---|
| **Koowaad:** | **Dhexe:** | **Ugu danbeeya:** |
| **Ciwaanka:** | | |
| **Magaalada:** | **Gobalka:** | **Koodhka Boostada:** |
| **Taleefanka:**<br>☐ **Guriga** ☐ **Gacanta** ☐ **Shaqada** | | |
| **Taleefanka Kale:**<br>☐ **Guriga** ☐ **Gacanta** ☐ **Shaqada** ☐ **Fakiska** | | |
| **Iimeylka:** | | |
| **Ma waxaad ku buuxinaysaa cabashadaan adoo wakiil ka ah xarun ama rug caafimaad**<br>☐ **Haa** ☐ **Maya** | | |
| **Hadday haa tahay, fadlan sheeg magaca ganacsiga ama xarunta:** | | |
| **Haddii aad tahay bukaan, waa maxay taariikhdaada dhalashadu?** | | |

**QAYBTA 4 - Xogta bukaanka:**

Fadlan buuxi qaybtaan haddii xogta bukaanku ay ka duwan tahay xogta ku qoran qaybta 3

| **Waa maxay magaca iyo taariikhda dhalashada ee bukaanka ama macmiilka dhibtu gaartay?** | | |
|---|---|---|
| **Koowaad:** | **Dhexe:** | **Ugu danbeeya:** |
| **Taariikhda Dhalashada:** | | |

| **Waa maxay xariirka aad la leedahay bukaanka ama macmiilka?** |
|---|
| ☐ **Waalid** ☐ **Ilmo** ☐ **Xaas** ☐ **Walaal** ☐ **Saaxiib** ☐ **Nooc kale** (Fadlan sheeg kale): |

**QAYBTA 5 - Xogta Cabashada:**
Fadlan ka bixi xogta ugu badan ee macquulka ah arimaha eedaynta ee aad doonayso in aad soo sheegto

| **Goorma ayay ahaayeen taariikhaha iyo wakhtiyada dhacdooyinka ama dhibaatadu dhaceen?** |
|---|
| |

| **Ma u sheegtay arintaan, ama ma u gudbisay cabasho ama talaabo, wakaalad ama uruur kale? Tusaaleyaasha waxaa kamid ah booliiska, Adeegyada Difaaca dadka Waawayn, iyo gudiyada ruqsadda xirfadda? Haddii ay haa tahay, waa wakaaladahee, goorma maxayse ahaayeen talaabooyinka ama natiijooyinka kasoo baxay?** |
|---|
| |

| **Fadlan si faahfaahsan u sharax waxa dhacay. (Haddii aad u baahan tahay boos dheeraad ah, fadlan soo raaci warqad dheeraad ah.)** |
| --- |
| |

Fadlan buuxi oo ku soo celi foomka cabashada boostada, fakiska ama iimeylka adoo u diraaya ciwaanka kore.
Fadlan sii xogta ugu badan ee suuragalka ah si ay dib ugu eegaan maamulka talaabada ka qaadaaya. Haddii aad qabto su'aalo dheeraad ah oo la xiriira hanaanka cabashada, nagala soo xiriir 360-236-2620.

**Fadlan ku dar xogta soo socota:**
- Magacyada iyo xirfada dhakhtarka gaarka ah kaas lagu eedeynaayo daryeelka aan heerkii la rabay ahayn.
- Magacyada xarunta rasmiga ah ee daryeelka aad ka cabanayso lagugu siiyay.
- Ciwaanka rasmiga ah ee xarunta
- Taariikhda adeegga
- Qeexitaanka faahfaahsan ee dhacdada aad dooneyso in aad soo sheegto
- Xogtaada xiriirka - Magaca, ciwaanka boostada iyo lambarka taleefanka.

**Ma gudbin karaa cabasho aniga oo aan sheegin magacayga?**
Cabashooyinka aysan ku jirin magaca qofka dacwoonaaya way adag tahay in la baaro. Cabashooyinka sida qarsoodiga ah loo gudbiyo ayaan wax dabagal ah ka heli doonin waaxda

**Ma jiraan wax difaacyo ah oo ay helayaan sir faafiyaashu?**
Waxaad u qalmi **kartaa** aqoonsiga sir faafiyaha ama ilaalinta sirta sir faafiyaha sida ku cad qodobada sharciga RCW 43.70.075.

**Waa maxay hawsha edbintu?**
Marka aan helno warbixin ku saabsan dhakhtar, dib ayaan u eegnaa si aan u go'aamino haddii falka lagu soo eedeeyay ama dhacadu ay jebisay sharciga, iyo haddii aan awood sharci u leenahay in aan talaabo ka qaadno. Haddii labadaan shardi aan la buuxin, galka ayaa la xiri doonaa ayadoo aan wax baaris ah la samayn.

Haddii aan go'aamino in eedaynta ay noqon karto jebinta sharciga, aana awood sharci u leenahay qaadista talaabo, maamulka edbinta samaynaaya ayaa ansixin kara baaritaan. Maamulka talaabada qaadaaya ayaa maamula kiis kasta inta lagu jiro hawsha edbinta oo dhan. Waxaan la shaqeynaa baareyaasha, qareennada shaqaalaha, iyo Xafiiska Garyaqaanka Guud si loo aqoonsado xadgudubyada loona qiimeeyo cadeynta. Haddii cadeyntu aysan taageerin xadgudubka, kadibna aan xirno cabashada.

Haddii aan helno xadgudubyo, kiiska ayaa loo gudbiyaa xubnaha gudi, oo ka socda waaxda, gudiga ama golaha si loo ansixiyo talaabada la qaadi karo. Habraacyada cabashada iyo hanaanka edbinta ayaa lagu qeexay Sharciga Habraaca Maamulka sida ku cad Cutubka 34.05 RCW iyo Sharciga Anshaxa Mideysan.

Cunaqabataynada la saari karo dhakhtar ayaa lagu qeexay Sharciga Anshaxa Mideysan ee ku qoran RCW 18.130.160. Talaabooyinka waxaa ku jira laakiin kuma koobna ganaaxyada, tallo bixinta, dib u tababaridda, xadidaada shaqada iyo ka hakinta shaqada. Labada waaxda iyo gudiyada iyo goleyaasha ayaa masuul ka ah xaqiijinta in dadwaynaha la difaaco marka koobaad marka labaadna la dhaqan celiyo adeeg bixiyaha.

Faylasha edbintu waa diiwaanno dadwayne. Hase yeeshee, sharciga diiwaanka dadwaynaha ayaa sheegaaya in diiwaannada qaar aan la baahin doonin.
**Waa maxay xogta ay tahay in aan ku daro cabashadeyda?**
Waxaad ku dari kartaa xog kasta cabashadaada taas oo aad isleedahay waa muhiim. Ugu yaraan waxaan u baahan nahay inaan ogaano:
- Qofka aad ka cabanayso.
- Waxyaabaha gaarka ah ee aad ku eedaynayso adeeg bixiyaha ama xarunta.

Haddii maamulka anshaxu ogolaado baaritaanka, baareyaasheena ayaa kaa codsan kara xog dheeraad ah adiga iyo dhakhtarka.

**Haddii aad gudbiso cabasho ka dhan ah dhakhtar ayna keento talaabo edbin ah, waa maxay nooca magdhawga aan ka heli karo gudiga, golaha, waaxda ama qofka?**
Marka ay jiraan xaalado gaar ah oo xadidan, waxaan ka dalban karnaa dhakhtarka in uu celiyo

lacagaha uu ka qaaday macmiilka. Hase yeeshee, ma lihin awood aan ku amarno magdhawga falalka wax isdaba marinta ah. Waa in kiiskaas loo gudbiyaa maxkamada madaniga ah.

**Waa maxay noocyada xarumaha ay waaxdu maamuli karto ama kormeeri karto?**

- Xarumaha qaliinka gurmadka ah
- Wakaaladaha Caafimaadka Dhimirka
- Xarumaha ilmuhu ku dhashaan
- Xarumaha daryeelka kooxda ee ilmaha
- Wakaaladaha daryeelka guriga, wakaaladaha caafimaadka guriga
- Wakaaladaha daryeelka dadka sii dhimanaaya, xarumaha daryeelka dadka sii dhimanaaya
- Isbitaallada
- Huteellada iyo albeerkooyinka
- Shaybaarada caafimaadka-xarumaha baaritaanka caafimaadka
- Guryaha shaqaalaha ku meel gaarka ah/guryaha shaqaalaha beeraha ee soo galootiga ah
- Marka lagu heshiiyo, qaybo kamid ah xabsiyada Waaxda Dhaqan Celinta (maaha xabsiyada magaallada, degmada ama federaalka) (tusaale, rugaha caafimaadka, farmashiyaha)
- Xarumaha daawaynta ee la dagan yahay
- Rugaha caafimaadka ee baadiyaha
- Isbitaalka caafimaadka dhimirka ee Bariga iyo Galbeedka Gobalka adeegyada farmashiga Warbixinnada quseeya xarumahaan ayaa loo gudbin karaa Xarumaha Adeegyada Medicare iyo Medicaid si ay dib ugu eegto.
- Dugsiyada gobalka ee dadka maqalka iyo aragga la'

**Waa kuwee go'aan gaareyaashu?**

Sharciga ayaa u fasaxaaya xoghayaha Waaxda caafimaadka, iyo 14 gudi iyo golle, inay talaabo edbin ka qaadaan adeeg bixiyaasha ku xadgudba sharciga. Gudiyada iyo goleyaasha ayaa la shaqeeya waaxda si loo abuuro hanaanka qabashada, baarista iyo go'aaminta talaabada anshaxa ee ku haboon xadgudubyada. Talaabo ayaa laga qaadi karaa keliya adeeg bixiyaasha iyo xarumaha, laga doonaayo ruqsad, shahaado ama in ay ka diiwaan gashan yihiin waaxda.

**Waxaan doonayaa in aan cabasho ka gudbiyo dhakhaatiir ama xafiiska dhakhtarka ilkaha ama rugta caafimaadka. Yaan la xiriirayaa?**

Badanaa rugaha caafimaadka ama xafiisyada dhakhaatiirta ayaan u baahnayn ruqsad. Waxaan awood u leenahay inaan amarno adeeg bixiyaasha gaarka ah haddii ay ruqsad haystaan ama ay qabanayaan shaqo u baahan ruqsad. Awood uma lihin xubnaha shaqaalaha maamulka sida shaqaalaha qaabilaada ama maamuleyaasha xafiiska.

**Waxaan doonayaa in aan cabasho ka gudbiyo guriga qoyska dadka waawayn, xarunta kalkaalinta ama xarunta nolosha la kaalmeeyo. Yaan la xiriirayaa?**

Qaarkood xarumaha, sida xarumaha kalkaalinta iyo xarumaha nolosha kaalmada la siiyo, waxaa maamusha Waaxda Arimaha Bulshada iyo Adeegyada Caafimaadka (DSHS). Waxaad cabasho u gudbin kartaa DSHS adoo wacaaya 800-562-6078. Haddii dhakhtar gaar ah oo ka shaqeynaayo midkood xarumahaan uu ruqsad ka haysto wakaaladeena ama uu qabanaayo shaqo u baahan ruqsadda wakaaladeena, waxaad gudbin karaa cabasho ka dhan ah qofkaas.

**Ma qasab baa in aan ahaado bukaan si aan cabasho u gudbiyo?**

Qof kasta oo aqoon u leh falka xirfad xummada ah ee dhakhtarka ayaa gudbin kara warbixinta.

**Waa maxay talaabada waaxdu ka qaadi karto dhakhtar?**

Maamulka anshaxa samaynaaya ayaa ku xadidan inuu talaabo ka qaado aqoonsiga dhakhtarka si looga hortago waxyeelaynta bukaanka. (Arag Hanaanka Anshaxa ee kor ku qoran.)

**Dhakhaatiirtayda ayaa ii sheegay in aysan doonayn in aan sii ahaado bukaankooda hadda kadib. May samayn karaa sidaas?**

Haddii aadan qabin xaalad daran oo daryeel degdeg ah la'aantiis ay khatar wayn ku dhici karto caafimaadkaaga, dhakhaatiirta ayaa joojin

kara xiriirka. Halka shardi dhaaf waa in uusan isbitaal qofna u diidi karin helitaanka daryeelka xaalada degdega ah. Isbitaalku waa inuu, ugu yaraan, qiimeeyaa qof kasta oo yimaada waaxda xaalada degdega ah haddii aysan ku siin karinna daryeelka muhiimka ah ayagu, waa in uu bukaanka geeyaa isbitaal siin kara daryeelka loo baahan yahay.

**Dhakhtarku ma diidi karaa inuu i siiyo nuqullada diiwaanadeyda caafimaadka haddii uu baaqi igu leeyahay?**
Dhakhtar ayaa kaa qaadi kara lacagta koobiga, sida ku cad sharciga ama xeerka, kahor inta aan lagu siin diiwaannada, laakiin kuuma diidi karo diiwaannada sabab la xiriirta baaqi lagu leeyahay qarashka daryeelkaaga.

**Sidee ayaan ku ogaanayaa heerka hormarka laga sameeyay cabashadA?**
Faahfaahinta baaritaanka socda ayaan la bixin doonin, laakiin waad nasoo wici kartaa si aad u hesho xog cusub oo ku aadan marxalada guud ee cabashadaada. Hase yeeshee, fadlan xasuusnoow in sabab la xiriirta arimaha sharciga iyo caafimaadka ee ku lugta leh, hanaanka qaadista talaabo anshax ay dheeraan karto, marka waan kaaga mahad celinaynaa dulqaadkaaga.

**Muddo intee dhan ayay qaadanaysaa in xal laga gaaro cabashadeyda?**
Wakhtiga ayaa kala duwanaan doona ayadoo ku xiran nooca cabashada iyo balaca kiiska. Dulqaad ayaa loo baahan yahay marka la xalinaayo arimaha badan ee sharciga iyo caafimaadka quseeya. Kiisaska ayaa qaadan kara mudada ugu yar ee dhawrka asbuuc ah ama, mararka qaar, muddo dheer oo ilaa labo sano ah.

**Sidee ayaan ku helayaa nuqullada faylasha quseeya warbixinnada ama talaabada anshaxa ee ay waaxdu bixisay?**
Qof kasta ayaa codsan kara nuqulka fayl. Si aad u codsato, waxaad codsiga oo qoraal ah u gudbin kartaa Waaxda Shaacinta Xogta Dadwaynaha. Si aad u hesho diiwaannada gaaraaya 50 bog ama ka badan, waxaan kaa qaadaynaa 15 senti calaa bog. Faylka ayaa dib loo eegi doonaa xog kasta oo shardi dhaaf leh ayaa laga reebi doonaa ama la qarin doonaa sida ku cad Sharciga Diiwaanka Dadwaynaha ee Cutubka 42.56 RCW.

Public Disclosure Unit
P.O. Box 47865
Olympia, WA 98504
Fakiska: 360-586-2171
pdrc@doh.wa.gov

**Qaybtee ayaan qarash ku bixinayaa kadib gudbinta cabashada?**
Xog dheeraad ah ayaa lagaa codsan karaa, ayadoo lagaa codsanaayo warqad ama wareysi. Waxaa lagaa codsan karaa inaad saxiixdo foomka shaacinta si aad uga tanaasusho xaqa aad u leedahay sirta xogta si loo baaro cabashadaada. Waxaa lagaa dooni karaa in aad marqaati kac samayso haddii dhagaysi rasmi ah qasab noqdo.

**Waa maxay xadgudub?**
Xadgudubyada dhakhaatiirta waxaa ku jira, laakiin kuma koobna, waxyaabaha soo socda:

- Xanuunka dhimirka ama jirka: Xaaladaan ayaa qusaysa awoodid la'aanta dhanka maskaxda ama jirka ee dhakhtarka si uu uga shaqeeyo xirfadda macquulka ah iyo badqabka (RCW 18.130.170).
- Fal xirfad xummo ah: Kani waa weedh loo adeegsado qeexitaanka fal, falalka, ama xaaladaha sharcigu u aqoonsan yahay kuwo xirfad xummo ah gudaha gobalkaan (RCW 18.130.180).
- Shaqo bilaa ruqsad ah: Qaybtaan ayaa qusaysa xaalad kasta oo qusaysa qof ama xarun ka shaqeysa daryeelka caafimaadka laakiin aan ruqsad sax ah ka haysan Washington (RCW 18.130.190).

**Waa maxay tusaaleyaasha waxyaabaha waaxda, gudiyada ama goleyaashu aysan waxba ka qaban karin?**

- Inay xal ka gaaraan muranka qarashka oo u dhexeeya adiga iyo dhakhtarkaaga, ama inay kuu soo ceshaan lacag aad aaminsan tahay in lagaa haysto.

- Edbinta dhakhaatiirta aan laga doonayn in waaxdu xukunto shaqadooda.
- Xal ka gaarista su'aalaha ku saabsan magdhawga naafada ama lacag celinta caymiska.
- Xal ka gaarista arimaha quseeya xaasidnimada dhakhaatiirta ama shaqaalahooda.
- Inay xaliyaan arimaha quseeya khaladaadka qoraalka, khaladka xogta ama isfahmi waaga.
- In ay ku siiyaan tallo ama kaalmo sharci. Tan waxaa kamid ah, laakiin kuma koobna:
  - Shardi dhaafka sir faafiyaha
  - Inay kaa caawiyaan dacwad ka dhan ah dhakhtar
  - Talo ku aadan dacwad uu kaasoo gudbiyay dhakhtar
  - Inay kugula taliyaan qareen
  - Ka doodista wax ku oolnimada cabashadaada kahor inta aadan gudbin. Maamulka talaabada anshaxa qaadaaya waa inay dib u eegaan cabashadaada si loo go'aansho xaqiiqooyinkeeda.

**Dhakhtarkaygu waa mid xaasid ah. Ma jiraa wax aan ka samayn karo?**
Xaasidnimadu maahan xadgudub ka dhan ah sharciga. Hase yeeshee, talaabooyinka marin habaabinta ah, waxyeellada keenaaya, ama galmada la xiriira ayaa loo arkaa inay yihiin falal xadgudub ku ah xirfadda waana in loo soo sheegaa waaxda. Haddii aadan ku qanacsanayn dhakhtarkaaga, dookh kale ayaa noqon kara in aad hesho dhakhtar kale oo kugu haboon.

**Ma jiraa wakhti loo cayimay gudbinta cabasho?**
Maya. Ma jiro wakhti sharciyan cayimaaya wakhtiga aad cabasho gudbinayso; hase yeeshee, waa suuragal in kiiska aan la aqbalin sabab la xiriirta in xogta loo baahnaa si loo gaaro go'aan aan markaas kadib la heli karin. Waxaa ugu fiican inaad soo sheegto sida ugu dhakhsaha badan si diiwaannada loo heo ama marqaatiyaasha suuragalka ah loo heli karo. Waa fikir fiican in aad qaab qoraal ah ku xifdido xaaladaha isla mararka ay dhacaan si xaqiiqooyinka aan loo iloobin. Marka aad cabasho gudbinayso, si qaas ah u sheeg intii karaankaa ah xaqiiqooyinka iyo taariikhaha.

**Yaan la xiriirayaa haddii aan diidanahay qarashka la igu sheegto?**
La xiriir dhakhtarkaaga. Waaxda, gudiyada, ama goleyaasha ayaan ka shaqeyn khilaafaadka qarashka ilaa in arimo khiyaano ah ku jiraan. Waxaad u baahan kartaa in aad la xiriirto Xafiiska Garyaqaanka Guud.
Washington State Attorney General Consumer Protection Division
800 Fifth Ave., Suite 2000
Seattle, WA 98104
Taleefanka: 800-551-4636

**Yaan la xiriirayaa haddii aan cabasho ka qabo shirkadeyda caymiska caafimaadka?**
La xiriir Xafiiska Gudoomiyaha Caymiska ee Gobalka Washington
Washington State Office of the Insurance Commissioner
P.O. Box 40255
Olympia, WA 98504
Taleefanka: 800-562-6900

**Waxaan doonayaa in aan helo caymis caafimaad. Yaan La xiriirayaa?**
La xiriir
- Maamulka Daryeelka Caafimaadka oo aad ka wacayso 800-562-3022 si aad u hesho Apple Health,
- Waaxda Arimaha Bulshada iyo Adeegyada Caafimaadka ka wac 877-501-2232 si aad u hesho adeegga caadiga ah ee Medicaid
- Aalada Caymiak Caafimaadka Raadisa ee Washington ka wac 855-9234633.