A blue text on a black background

Description automatically generated **Taariikhda dhaqangalka: Nofeembar 21, 2024**

**OGAYSIIS DHAQAMADA ASTURNAAN**

OGEYSIISKANI WAXA UU QEEXAYAA SIDA MACLUUMAADKA CAAFIMAAD EE ADIGA KUGU SAABSAN LOO ISTICMAALI KARO LOONA SHAACIN KARO IYO SIDA AAD KU HELI KARTO MACLUUMAADKAN. FADLAN SI TAXADAR LEH U EEG.

CMH waxay soo saartaa adeegyada kaalmada luqadda ee la heli karo iyo caawimadaha dheeriga ah. CMH ayaa ku siin doonta koobiga ogaysiiskan oo ku qoran luqadaada aasaasiga ah marka la codsado.

**Dhammaan cisbitaalada Central Maine Healthcare (CMH), goobaha adeeg bixinta, xirfadlayaasha takhaatiirta, tas-hiilaadka daryeelka muddada dheer, shaqaalaha daryeelka caafimaadka iyo shaqaalaha ayaa isticmaali doona oo shaaca ka qaadi doona macluumaadka caafimaadkaaga gaarka ah si waafaqsan Ogeysiiska Dhaqanka Asturnaanta ah (Ogaysiinta).**

CMH waxaa ka go'an in ay ilaaliso sirta macluumaadkaaga caafimaad, sharci ahaanna waxaa looga baahan yahay inay sidaas samayso. Ogeysiiskani wuxuu qeexayaa sida aan u isticmaali karno macluumaadkaaga caafimaad iyo sida aan ugu siideyn karno dad kale. Ogeysiiska sidoo kale wuxuu qeexayaa xuquuqda aad leedahay ee khuseeya macluumaadka caafimaadkaaga. Fadlan si taxadar leh u eeg oo noo soo sheeg haddii aad su'aalo qabto. Waxaan ku weydiin doonaa inaad saxiixdo foom aan ku cadeyneyno inaad heshay Ogeysiiskan.

Waxaan u aragnaa ilaalinta macluumaadkaaga aqoonsiga gaarka ah inay tahay waajib muhim ah. Qodobbada ogaysiiskan iyo oggolaanshaha iyo/ama oggolaanshaha aad saxeexdo waxa looga baahan yahay sharciga gobolka iyo federaalka ilaalintaada awgeed. Waxaan haynaa ilaalin aan ku ilaalino sirta macluumaadkaaga. Shaqaalaheenna waxaa si joogto ah loogu tababbaray waajibaadka ilaalinta sirta bukaannadayada. Waxaan ku haynaa diiwaannada caafimaadka meel ammaan ah. Kaliya xubnaha shaqaalaha ee leh "baahida loo qabo in la ogaado" ayaa loo ogol yahay inay marin u helaan xogtaada caafimaad ama macluumaadka kale. Shaqaalaheenu waxay fahamsanyihiin waajibka sharci iyo anshax ee ah inay ilaaliyaan macluumaadkaaga. Ku xadgudubka Ogeysiiska Habdhaqanka Qarsoonnimada waxay keeni doontaa tallaabo edbineed.

**SIDEE AYAAN U ISTICMAALAYNAA MACLUUMAADKAAGA CAAFIMAAD OONA ULA WADAAGEI DOONAA DADKA KALE?**

**Daaweynta:** Waxaa laga yaabaa inaan u isticmaalno macluumaadkaaga caafimaad si aan kuu siino adeegyo iyo sahay caafimaad. Waxa kale oo laga yaabaa inaan macluumaadkaaga caafimaad la wadaagno dadka kale ee u baahan inay ku daweeyaan. Tan waxaa ka mid ah; takhaatiirta, kaaliyeyaasha takhaatiirta, kalkaalisooyinka, ardayda caafimaadka iyo kalkaalinta, farsamayaqaannada, daaweeyayaasha, bixiyeyaasha adeegga degdegga ah iyo gaadiidka caafimaadka, bixiyeyaasha qalabka caafimaadka, tignoolajiyada sawirka caafimaadka, iyo kuwa kale ee ku lug leh daryeelkaaga. Tusaale ahaan, waxaanu u oggolaan doonaa dhakhtarkaaga inuu marin u helo diiwaanka caafimaadkaaga si uu kaaga caawiyo daawayntaada iyo daryeelkaaga daba-galka ah. Waxaanu isticmaali doonaa oo aanu wadaagi doonaa xogtaada caafimaad xaalad degdeg ah si aanu u hubino inaad hesho adeegyada caafimaad ee lagama maarmaanka ah.

**HealthInfoNet (HIN)**: Waxaan ka qayb-qaadannaa qabanqaabo gobolka oo dhan ee hay'adaha daryeelka caafimaadka kuwaas oo ku heshiiyey inay wada shaqeeyaan si ay u sameeyaan macluumaadka caafimaadka elegtarooniga ah ee la heli karo oo laga yaabo inay khuseeyaan daryeelkaaga. Tan waxa loo yaqaan HealthInfoNet (HIN) waxayna u oggolaanaysaa cisbitaallada Maine, dhakhaatiirta iyo bixiyeyaasha kale ee daryeelka caafimaadka inay si degdeg ah u wadaagaan macluumaadka caafimaadka qaarkood ee bukaanadooda. Tusaale ahaan, haddii lagu dhigo isbitaal ka qaybqaadanaya HealthInfoNet si degdeg ah oo aanad ku siin karin macluumaad muhiim ah oo ku saabsan xaaladdaada caafimaad, qabanqaabadani waxay caawin doontaa kuwa u baahan inay kugu daaweeyaan cusbitaalka si ay u arkaan macluumaadkaaga caafimaad oo uu hayo bixiye kale oo ka qayb qaadanaya. Marka loo baahdo, helitaanka xogtaada caafimaad ee diyaarka ah waxay la macno tahay daryeel kuu wanaagsan adiga.

Waxa laga yaabaa inaad doorato **inaadan ka** dhigin macluumaadkaaga caafimaad ee dhawrsan mid loo heli karo nidaamkan gobolka oo dhan adiga oo buuxinaya foomka doorashada “ka bixista” ee laga heli karo onleen, ama xafiiska bixiyahaaga. Marka la codsado, CMH waxay u diri doontaa foomka ka bixida HealthInfoNet iyagoo ku matalaya, ee ku taala 60 Pineland Drive, Auburn Hall, Suite 305

New Gloucester, ME 04260. Wixii macluumaad dheeraad ah waxaad booqan kartaa boggooda internetka oo ah [www.hinfonet.org](http://www.hinfonet.org) ama waxaad ka wacdaa (207) 541-9250 ama 1-866-592-4352.

**Tusaha Bukaanka:** Si loo caawiyo xubnaha qoyska iyo booqdayaasha inay ku helaan intaad Cisbitaalka ku jirto, Cisbitaalku wuxuu leeyahay buug-tusaha bukaanka. Tusahaan waxaa ku jira magacaaga, xaaladaada guud, meesha aad ku jirto Isbitaalka, iyo diinta (haddii ay jirto) oo la siinayo wadaadka. Macluumaadkan waxaa lasiiyaa oo keliya kuwa magacaaga kuugu weydiiya. Waxaad haysataa ikhtiyaarka, goobta diiwaangelinta, si aad u xaddiddo cidda heli karta macluumaadkan.

**Adiga, xubnaha qoyskaaga iyo kuwa kale ee ku lug leh daryeelkaaga:** Waxaa laga yaabaa inaan kula wadaagno macluumaadkaaga caafimaad. Waxa kale oo laga yaabaa inaan macluumaadkaaga caafimaad la wadaagno xubin qoyska ama saaxiib ah oo ku lug leh daryeelkaaga caafimaad ama qof ku lug leh bixinta daryeelkaaga. Tusaale ahaan, marka bukaanku aanu joogin ama aanu lahayn awood, waxa laga yaabaa inaan u oggolaano qolo saddexaad inay u qaadaan dawooyinka, sahayda, ama raajooyinka. Waxa kale oo laga yaabaa inaan macluumaadkaaga caafimaad la wadaagno hay'adaha gargaarka musiibada si aan gacan uga geysanno helista xubin qoyska ama saaxiibka ah oo ku jira masiibo. Waxaad xaq u leedahay inaad codsato inaanan la wadaagin macluumaadkaaga caafimaad mid (ama ka badan) xubnaha qoyska ama saaxiibada. Fadlan nala soo socodsii haddii tani ay tahay rabitaankaaga.

**Macluumaadka Faraca:** Xubnaha qoyska ee badbaaday ama dadka kale ee ku lug leh daryeelkaaga waxay sii wadi doonaan inay helaan macluumaadkaaga caafimaad, ilaa aad hore u codsatay dookhyada liddiga ku ah mooyaane. Waxa kale oo laga yaabaa inaan la wadaagno macluumaadkaaga caafimaad ee gaarka ah fuliyaha, maamulaha, ama qof kale oo awood u leh inuu kuugu matalo dhaxalkaaga. Haddii kale waxaa ku ilaalin doona sharciyadan sirta ah muddo 50 sano ah ka dib taariikhda dhimashada.

**Lacag bixinta:** Waxaa laga yaabaa inaan isticmaalno oo wadaagno macluumaadkaaga caafimaad si aan lacag ugu helno adeegyada iyo saadka aan ku siino. Tusaale ahaan, waxaa laga yaabaa inaan u gudbino sheegashooyinka qorshahaaga caafimaad ama shirkadda caymiska caafimaadka waxaana laga yaabaa inay na weyddiiso inay aragto qaybo ka mid ah diiwaankaaga caafimaadka (shaxda) ka hor inta aysan lacag nagu siin daaweyntaada.

**Hawlaha Daryeelka Caafimaadka:** Waxaa laga yaabaa inaan isticmaalno oo wadaagno macluumaadkaaga caafimaad haddii ay lagama maarmaan tahay si loo hagaajiyo tayada daryeelka aan siino bukaanka ama si aan u maamulno xarunta. Waxaa laga yaabaa inaan u isticmaalno macluumaadkaaga caafimaad si aan kuu siino adeegyo iyo sahay caafimaad. Tusaale ahaan, waxaa laga yaabaa inaan eegno diiwaankaaga caafimaadka (shaxda) si aan u qiimeyno haddii shaqaalaha, takhaatiirtaada, ama xirfadlayaasha kale ee daryeelka caafimaad ay qabteen shaqo wanaagsan.

**Cilmi baaris:** Waxaa laga yaabaa inaan u isticmaalno ama u wadaagno macluumaadkaaga caafimaad mashruucyo cilmi baaris ah, sida barashada sida ugu wanaagsan ee nooca daawadu u shaqeyso. Mashaariicdan cilmi baadhiseed waa inay maraan hannaan gaar ah oo ilaalinaya sirta (asturnaanta) macluumaadkaaga caafimaad. Waxaa naga mamnuuc ah inaan isticmaalno ama aan shaaca ka qaadno macluumaadkaaga hidde-sideyaasha ujeedooyin masuuliyadeed awgeed.

**Sharci ayaa looga baahan yahay:** Sharciyada federaalka, gobolka, ama deegaanka ayaa mararka qaarkood nooga baahan inaan wadaagno macluumaadka caafimaadka bukaanka. Tusaale ahaan, waxaa nalooga baahan yahay inaan ka warbixinno xadgudubka ama dayaca ilmaha waana inaan siinaa macluumaadka qaar saraakiisha fulinta sharciga kiisaska rabshadaha qoyska. Sidoo kale waxa nalooga baahan yahay in aanu siino macluumaadka Barnaamijka Magdhawga Shaqaalaha Gobolka ee dhaawacyada shaqada la xidhiidha.

**Caafimaadka Dadweynaha:** Waxaa laga yaabaa inaan u tabino macluumaadka caafimaadka qaarkood ujeedooyinka caafimaadka dadweynaha. Waxaa laga yaabaa inaan u baahano inaan u sheegno dhibaatooyinka bukaanka ee daawooyinka ama alaabta caafimaadka Maamulka Cuntada iyo Dawooyinka (Food and Drug Administration, FDA) ama aan ogeysiino bukaanka dib u soo celinta alaabta ay isticmaalayaan. Xaaladaha qaarkood waxaa laga yaabaa inaan u baahanahay inaan ogeysiino dugsiyada diiwaannada tallaalka oo mar uu dugsigu helo waxaa ilaalinaya habraacyo kale oo asturnaan ah.

**Caafimaadka Dadweynaha:** Waxa laga yaabaa in aanu wadaagno macluumaadka caafimaadka ujeedooyinka badbaadada dadweynaha ee duruufaha xaddidan awgood. Waxaa laga yaabaa in aan la wadaagno macluumaadka caafimaadka saraakiisha fulinta sharciga si aan uga jawaabno waaran baaritaan ama amar maxkamadeed weyn. Waxaa laga yaabaa in aan la wadaagno macluumaadka caafimaadka saraakiisha fulinta sharciga si aan uga jawaabno waaran baaritaan ama amar maxkamadeed weyn. In la dacweeyo dembi gacan ka hadal ah, in la soo sheego dhimasho ka dhalatay fal dambiyeed, iyo in la soo sheego fal dambiyeedka xarunta. Waxaa laga yaabaa inaan macluumaadkaaga caafimaad la wadaagno saraakiisha fulinta sharciga iyo kuwa kale si aan uga hortagno khatar halis ah oo ku wajahan caafimaadka ama badbaadada.

**Hawlaha Kormeerka Caafimaadka:** Waxaa laga yaabaa inaan la wadaagno macluumaadka caafimaadka hay'ad dawladeed oo kormeerta Xarunta ama shaqaalaheeda, sida Waaxda Gobolka ee Caafimaadka & Adeegyada Aadanaha, wakaaladaha federaalka ee kormeera Medicare, Guddiga Baarayaasha Caafimaadka ama Guddiga Kalkaalisada. Hay'adahani waxay u baahan yihiin macluumaadka caafimaadka si ay u daawadaan sida wanaagsan ee aan u raacno sharciyada gobolka iyo federaalka.

**Baariyaasha, Baadhayaasha Caafimaadka iyo Agaasimayaasha Aaska:** Waxaa laga yaabaa in aan la wadaagno macluumaadka caafimaadka ee ku saabsan bukaannada dhintay, baarayaasha caafimaadka iyo agaasimayaasha aaska.

**Ku-deeqidda Xubinta, Isha, ama Nudaha:** Waxaa laga yaabaa inaan la wadaagno macluumaadka caafimaadka kooxaha gacanta ku haya ku-deeqidda xubnaha, isha ama unugyada ama beerista.

**Militeriga, Halyeyada, Amniga Qaranka iyo Ujeedooyinka kale ee Dowladda:** Haddii aad xubin ka tahay ciidamada qalabka sida, waxaa laga yaabaa inaan u sii deyno macluumaadkaaga caafimaad sida ay rabaan mas'uuliyiinta taliska militariga ama Waaxda Arrimaha Ciidamadii hore (Department of Veterans Affairs). Waxaa laga yaabaa inaan macluumaadka caafimaadka la wadaagno saraakiisha federaalka sirdoon iyo ujeeddooyin amniga qaranka, ama Adeegyada Ilaalinta Madaxweynaha.

**Dacwadaha Garsoorka:** Waxaa laga yaabaa inaan wadaagno macluumaadka caafimaadka haddii ay maxkamad nagu amarto, haddii aan helno amar baaritaan, ama amar maxkamadeed.

**Macluumaadka leh Ilaalinta Dheeraadka ah:** Noocyada macluumaadka caafimaadka qaarkood ayaa leh ilaalin dheeraad ah oo hoos timaada sharciga gobolka ama federaalka. Tusaale ahaan, macluumaadka caafimaadka ee ku saabsan HIV/AIDS, caafimaadka dhimirka, iyo daawaynta khamriga iyo maandooriyaha ayaa ilaalin dheeraad ah ku leh Maine. Waxaa nalooga baahan yahay daruufo badan si aan u helno ogolaanshahaaga ka hor inta aan la wadaagin macluumaadkan. Uma isticmaali doono ama daaha kama qaadi doono macluumaadka si aan u sameyno ama ugu soo rogno dambi, madani, ama baadhis maamul qofna falka kaliya ee raadinta, helitaanka, bixinta, ama fududaynta daryeelka caafimaadka taranka. Uma isticmaali doono ama daaha ka qaadi mayno macluumaadka suurtagalka ah ee la xidhiidha daryeelka caafimaadka taranka ee hawlaha kormeerka caafimaadka, dacwadaha garsoorka ama maamulka, ama fulinta sharciga, ama baadhayaasha/baarayaasha caafimaadka iyada oo aan jirin caddeyn la saxiixey. Tusaale ahaan, codsi kasta oo sharci fulinta ah ee diiwaanada oo ay ku jiraan macluumaadka la xidhiidha caafimaadka taranka waa in lagu daro ama lagu daraa caddaynta, iyada oo la raacayo ciqaabta dembiga, in sharci fulinta aysan raadinaynin diiwaanka si ay u baaraan ama ugu soo rogaan dambi, madani, ama masuuliyad maamul mid kasta. qofka falka kaliya ee raadinta, helitaanka, bixinta, ama fududaynta daryeelka caafimaadka taranka.

**Dhaqaale ururin:** Waxaa laga yaabaa inaan u isticmaalno macluumaadkaaga khaaska ah (ama la wadaagno aasaaska la xiriira) si aan kula soo xiriirno ujeedooyin lacag ururin. Waxa aad xaq u leedahay in aad ka baxdo isgaadhsiinta noocaan ah. Waxa aad ka bixi kartaa wada xidhiidh lacag ururin ah adiga oo la xidhiidha Xidhiidhka Asturnaanta ee ku haboon ee ku qoran dhamaadka ogaysiiskan.

**Isticmaalada iyo Shaacinada Kale:** Haddii aan rabno inaan isticmaalno ama wadaagno macluumaadkaaga caafimaad sabab aan looga hadlin Ogeysiiskan, waa inaan haysanaa oggolaanshahaada qoraal ah. Waxaa laga yaabaa inaad na siiso oggolaansho qoraal ah si aan u isticmaalno macluumaadkaaga caafimaad ama aan ugu bandhigno cid kasta ujeeddo kasta ha ahaatee. Haddii aad na siiso oggolaansho qoraal ah, waad ka noqon kartaa wakhti kasta adiga oo qoraal nagu soo ogeysiinaya ka noqoshadaada. Ka noqoshadaadu ma saameyn doonto isticmaalka ama siidaynta kasta oo oggolaanshahaagu oggol yahay inta ay shaqaynaysay. Waxaan u baahanahay ogolaansho qoraal ah si aan u isticmaalno ama u bixino qoraalada teraabiyada cilminafsiga, marka laga reebo xaalado xaddidan sida marka siideynta uu u baahan yahay sharci. Waa inaan sidoo kale helnaa ogolaanshahaaga qoraal ah si aan xogtaada uga iibino cid saddexaad ama, xaaladaha badankooda, si aan u isticmaalno ama u shaacino macluumaadkaaga caafimaad si aan kuugu soo dirno isgaarsiinta ku saabsan alaabta iyo adeegyada. Uma baahnin ogolaanshahaaga qoran, si kastaba ha ahaatee, si aan kuugu soo dirno isgaarsiinta ku saabsan alaabada ama adeegyada caafimaadka la xiriira ee aan bixino.

**Dib u shaacinta ka baxsan CMH:** Macluumaadka la shaaciyo iyadoo la raacayo Xeerka Asturnaanta waxaa laga yaabaa in dib loo shaaciyo oo aan mar dambe lagu ilaalinayn Xeerka Asturnaanta. Tusaale ahaan, macluumaadka aanu la wadaagno codsigaaga waxaa laga yaabaa inaanay ku khasbin qofka xogta helay inuu ilaaliyo macluumaadkaas.

**WAA MAXAY XUQUUQAHAAGA?**

**Xaqa aad u leedahay inaad codsato macluumaadkaaga caafimaad:** Waxaad xaq u leedahay inaad eegto macluumaadkaaga caafimaad oo aad nuqul ka hesho. (Sharciga ayaa na faraya inaan ilaalino diiwaanka asalka ah.) Tan waxaa ku jira diiwaankaaga caafimaadka, diiwaankaaga biilasha, iyo diiwaannada kale ee caafimaad ee aan u isticmaalno si aan go'aanno uga gaarno daryeelkaaga. Si aad u codsato koobiga macluumaadkaaga caafimaad, u qor Maamulka Macluumaadka Caafimaadka. Waxaan codsigaaga uga jawaabi doonaa sida ugu dhakhsaha badan, laakiin ugu dambayn 30 maalmood laga bilaabo taariikhda codsigaaga. Markaad codsato koobiga macluumaadkaaga, waxaanu kuu sheegi doonaa inta uu koobigu ku kacayo. Waxaad ku eegi kartaa diiwaankaaga lacag la'aan. Waxa kale oo aad xaq u leedahay in aad diiwaanka daawaynta ku hesho qaab elektaroonik ah oo kugu habboon kharash ahaan.

Xaq uma lihid inaad hesho (ama hesho nuqul ka mid ah) qoraallada teraabiyada cilminafsiga ama macluumaadka la ururiyey iyadoo si macquul ah loo filayo dacwad madani, dembi ama maamul. Xaqa aad u leedahay in aad marin u hesho waxa laga yaabaa in la xaddiddo haddii bixinta macluumaadkani ay khatar gelin karto caafimaadka ama badbaadada naftaada ama kuwa kaleba.

**Xaqa aad u leedahay inaad codsato Isbeddelo macluumaadkaaga caafimaad:** Haddii aad eegto macluumaadkaaga caafimaad oo aad aaminsan tahay in macluumaadka qaar ay khaldan yihiin ama aanay dhammaystirnayn, waxa aad soo gudbin kartaa codsi lagu hagaajinayo ama wax ka beddelka diiwaankaaga. Si aad u codsato isbeddel, u qor Maamulka Macluumaadka Caafimaadka. Waxaanu kuugu jawaabi doonaa sida ugu dhakhsaha badan, laakiin ugu dambayn 60 maalmood laga bilaabo taariikhda codsigaaga. Haddii aan diidno codsigaaga, waxaad xaq u leedahay inaad soo gudbiso bayaan qoran oo dherer macquul ah ku khilaafsan yahay diidmada kaas oo lagu dari doono diiwaankaaga. Waxaan markaas xaq u leenahay inaan dirno qoraal diidmo ah.

**Xaqa aad u leedahay inaad hesho Liiska Shaacinta qaarkood ee Macluumaadkaaga Caafimaad:** Waxaad xaq u leedahay inaad codsato liis badan oo ka mid ah daah-furka aanu ku samayno macluumaadkaaga caafimaad. Liiskan kuma jiraan macluumaadka loo isticmaalo daawaynta, lacag bixinta, hawlaha daryeelka caafimaadka ama macluumaad kasta oo lagu sii daayo ogolaanshahaaga. Haddii aad jeclaan lahayd inaad hesho nuqul kamid ah liiska, fadlan u qor Maamulka Macluumaadka Caafimaadka. Waxaan u jawaabi doonaa sida ugu dhakhsaha badan ee suurtogalka ah, laakiin ugu dambayn 60 maalmood laga bilaabo taariikhda codsiga. Waxaan kuugu siin doonaa liiska ugu horreeya bilaash, laakiin waxa laga yaabaa inaan kugu dalacno liis kasta oo dheeri ah oo aad codsato isla sanadkaas. Waxaan horay kuugu sheegi doonaa waxa liiskani ku kacayo.

**Xaqa aad u leedahay in aad ku codsato xaddidaadyo sida aanu u isticmaali doono ama u wadaagi doono macluumaadkaaga caafimaad ee daawaynta, Lacag bixinta, ama Hawlaha Daryeelka Caafimaadka:** Waxaad xaq u leedahay inaad naga codsato inaanan la wadaagin macluumaadkaaga caafimaad ee daawayntaada, lacag bixinta daryeelkaaga, ama ka shaqaynta xarunta. Waxaa nalooga baahan yahay in aan ogolaano codsiyadan oo kale haddii siidaynta macluumaadka ay tahay qorshe caafimaad oo ku saabsan lacag bixinta ama hawlaha daryeelka caafimaadka iyo xogta caafimaad ee la ilaaliyo ay la xiriirto shay ama adeeg si buuxda jeebka looga bixiyay bixiyaha IYO siidaynta sharcigu u baahneyn Looma baahna inaan oggolaanno codsiyadaada aan ku habboonayn shuruudahan, laakiin haddii aan oggolaanno, waxaan u hoggaansami doonnaa heshiiskaas. Haddii aad rabto inaad samayso codsi ah inaanan wadaagin macluumaadkaaga, waa inaad codsigan qoraal ahaan ugu dirtaa Maamulka Macluumaadka Caafimaadka oo aad si faahfaahsan u sharaxdo codsigaaga.

**Xuquuqda Codsiga Isgaadhsiinta Gaarka ah:** Waxa aad xaq u leedahay in aad na weydiisato in aanu kula xidhiidhno qaab aad u aragto in uu asturnaan leeyahay Tusaale ahaan, waxaad na weydiisan kartaa inaanan soo wicin gurigaaga, laakiin inaan kugula soo xiriirno kaliya boostada. Si tan loo sameeyo, waa in aad codsigan qoraal ahaan ugu soo gudbisaa xafiiska aad ka hesho daryeelkaaga.

**Xaqa Nuqulka Warqad:** Waxaad xaq u leedahay inaad hesho nuqul warqad ah oo Ogeysiiskan ah wakhti kasta. Waxaad ka soo dejisan kartaa oo aad ka daabacan kartaa koobiga ogeysiiska mareegahayaga, [**www.cmmc.org**](http://www.cmmc.org)ama waxaad ka heli kartaa nuqul warqad ah oo ogeysiis ah Xafiis CMH kasta.

ISBEDELADA OGAYSIISKAN

Waqti ka waqti, waxaa laga yaabaa inaan bedelno dhaqamadayada ku saabsan sida aan u isticmaalno ama u wadaagno macluumaadka caafimaadka bukaanka, ama sida aan u ilaalin karno xuquuqda bukaanka ee ku saabsan macluumaadkooda. Waxaan xaq u leenahay inaan bedelno Ogeysiiskan oo aan ka dhigno qodobbada Ogeysiiska cusub mid waxtar u leh dhammaan macluumaadka caafimaadka ee aan hayno. Haddii aan bedelno dhaqamadan, waxaan daabici doonaa Ogeysiiska Dhaqanada Qarsoonnimada oo dib loo eegay. Waxaad heli kartaa koobiga ogaysiiskeena hadda ee Dhaqamada Asturnaanta wakhti kasta adiga oo joogsanaya mid ka mid ah goobaha CMH ama mareegta.

WAA KUWEE KUWA UU DABOOLO OGEYSIISKAN DARYEEL-BIXIYEYAASHA CAAFIMAADKA?

Ogeysiiskani waxa uu qeexayaa dhaqamada khaaska ah ee CMH iyo ururadayada xidhiidhka la leh kuwaas oo ay ku jiraan ururada ka kooban CMH Affiliated Covered Entity ("ACE") iyo ururada iyo xirfadlayaasha caafimaadka ee ka qayb qaadanaya habayn daryeel caafimaad (OHCA) oo leh hay'adaha CMH ACE.

CMH ACE waxa ay ka koobantahay hay'ado daboolan oo hoos yimaada lahaanshaha guud ama xakamaynta Nidaamka CMH.

CMH ACE waxaa ka mid ah:

* Central Maine Medical Center
* Bridgton Hospital
* Rumford Hospital
* Central Maine Health Ventures
* Central Maine ACO

OHCA waa qabanqaabin u oggolaanaysa hay'adaha CMH inay wadaagaan macluumaadka caafimaadka ee bukaannadayada si kor loogu qaado hawlgallada wadajirka ah ee hay'adaha ka qaybgalaya. Hay'adaha OHCA waxay isla wadaagaan macluumaadka caafimaadka daweynta, lacag-bixinta iyo hawlaha daryeelka caafimaadka ee OHCA awgood.

Ka qaybgalayaasha OHCA waxaa ka mid ah:

* Hay'adaha CMH ACE
* Kooxaha caafimaadka ee xiriirka la leh, shirkadaha xirfadlayaasha ah, takhaatiirta madaxbannaan iyo xirfadlayaasha caafimaadka ee isbaheysiga ah ee qandaraas kula jira hay'adaha CMH ACE si ay u bixiyaan adeegyada xarumaha CMH, ilaa bixiyeyaasha daryeelka caafimaadku ay ku siiyaan ogeysiis iyaga u gaar ah oo ku saabsan dhaqamada asturnaanta ee qeexaya sida ay u ilaalin doonaan macluumaadkaaga caafimaadka mooyee. Kuwaas oo ay ku jiraan laakiin aan ku xaddidnayn:
  1. Andwell Health Partners
  2. BlueWater Health of Lewiston, LLC
  3. LifeFlight of Maine, LLC
  4. LifePoint Rehabilitation, LLC
  5. New England Cancer Specialists
  6. Sevaro Health Inc.
  7. Shields Imaging
  8. Spurwink Services, Inc.
  9. United Ambulance Services
  10. X-Ray, P.A.

Ogeysiiska sidoo kale wuxuu quseeyaa bixiyeyaasha kale ee daryeelka caafimaadka ee yimaada xaruntayada si ay u daryeelaan bukaanada, sida takhaatiirta, kaaliyeyaasha takhaatiirta, daaweeyayaasha, iyo bixiyeyaasha kale ee daryeelka caafimaadka ee aan inagu shaqaaleysiin, ilaa kuwan kale ee daryeelka caafimaadka ay ku siiyaan iyaga u gaar ah. Ogeysiis qeexaya sida ay u ilaalin doonaan macluumaadkaaga caafimaad. Waxaa laga yaabaa inaan macluumaadkaaga caafimaad la wadaagno bixiyeyaashan daawaynta awgeed, lacag bixinta iyo hawlaha daryeelka caafimaadka. Habkani waxa kaliya ee lagu wadaagayo macluumaadka ee maaha ujeedo kale.

MIYAAD QABTAA CABASHOOYIN AMA DACWADO?

Fadlan noo sheeg wixii dhibaato ah ama cabasho ah oo aad ka qabto xuquuqdaada khaaska ah ama sida aan u isticmaalno ama u wadaagno macluumaadkaaga caafimaad. Haddii aad walaac ka qabto, fadlan kala xidhiidh khadka Hoggaaminta iyo Xiriirka Bukaanka (207) 795-2398.

Haddii sabab qaar aynaan xallin karin welwelkaaga, waxaad sidoo kale u gudbin kartaa cabasho dawladda federaalka ee Gobolka New England **-** Office for Civil Rights, U.S. Department of Health and Human Services Government Center J.F.Kennedy Federal Building - Room 1875, Boston, MA 02203; Xarunta Jawaabta Macmiilka: (800) 368-1019 ama TDD: (800) 537-7697, Iimeyl: [ocrmail@hhs.gov](https://legacy.cmhc.org/owa/redir.aspx?REF=_V1UXcumdeMszdxlls9cUumfCvqERTQ3lcQgIxLEc6Qcn01QgaPUCAFtYWlsdG86b2NybWFpbEBoaHMuZ292). Kuuma ciqaabi doono ama sinaba kaagama aargoosan doono inaad ashtako u gudbiso dawladda dhexe. Waaxda Caafimaadka iyo Adeegyada Aadanaha ee Mareykanka (U.S. Department of Health and Human Services).

SU'AAL MIYAAD QABTAA?

Waxaa sharci ahaan nalooga rabaa inaan ilaalino sirta macluumaadkaaga caafimaad, inaan ku siino Ogeysiiskan, iyo inaan ku ogeysiino haddii macluumaadkaaga caafimaad ee aan la hubin la jebiyo. Sidoo kale waa mas'uuliyaddayada inaan raacno shuruudaha Ogeysiiska oo hadda dhaqan gashan. Haddii aad hayso wax su'aalo ah oo ku saabsan Ogeysiiskan, ama aad hayso su'aalo dheeraad ah oo ku saabsan sida aan u isticmaali karno oo aan u wadaagno macluumaadkaaga caafimaad, fadlan la xiriir Khadka Hoggaanka Hoggaaminta iyo Xiriirka Bukaanka ee Daryeelka Caafimaadka Maine lambarka ku qoran, ama xarunta deegaankaaga ama waaxdaada.

**Nambarada Telefoonka lagala Xidhiidhayo Asturnaanta Shirkada Central Maine Healthcare ee Quseeya**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Bridgton Hospital**  10 Hospital Drive  Bridgton, Maine 04009 | **Central Maine Medical Center**  300 Main Street  Lewiston, Maine 04240 | **Rumford Hospital**  420 Franklin Street  Rumford, Maine 04276 |

**Khadka U Hogaansanaanta Qarsoodida ee CMH & Xiriirka Bukaanka**

**(207) 795-2398**

**Sarkaalka Asturnaanta**

**(207)** **777-8025**