Foomka Ogolaashaha Adeegyada Cudurada Dhimirka Macmiilka & Waalidka

Qoyska Sharafta Leh:

Goobta baaritaanka caafimaadka dugsiga waxa ay ardayda u fidisaa la talin cudurada dhimirka oo fool ka fool ah. Waxaa ka shaqeeya shaqaalaha heysta ogolaashaha Gobolka Minnesota iyo dhakhaatiir weli ka shaqeynaya sidii ay ku heli lahaayeen ogolaashaha Gobolka Minnesota. Ardayda jaamacadda Minnesota ka soo baxday Barnaamijyada Cudurada Dhimirka ayaa sidoo kale ka shaqeeya xarunta caafimaadka ee dugsiga ku dhex taal.

La talin iyo Daaweyn ayaa ardayda loogu fidiyaaa iyada oo qiimeyn iyo daaweyn laga siiyo cudurada dhimirka. Waxa jira xirfado kala duwan oo la xiriira daaweynta oo loo adeegsan karo in wax looga qabto dhibaatooyinka dadka u doonayaan in laga daaweeyo. Adeegga waa mid u baahan ka qeyb qaadasho iyo la shaqeyn. Xaaladda iminka taagan iyo tan mustaqbalka ayaa laga yaabaa in loo baahdo in ilmahaaga telefoonka dhakhtarku kula hadlo, oo adeegga la xiriira cudurada dhimirka loogu qabto, lagala hadlo calaamadaha cudurka, lagula taliyo, fariin video ah ama xog kale loo soo diro.

Qoraalkan waxaa ku xusan macluumaadka muhimka ah ee oo ku saabsan sharciyada adeegga ilmahaaga loo qabto. Fadlan si taxadar leh u akhri oo qoro wixii su'aal ah ee aad qabto si aad ugala hadasho dhakhtarka ilmahaaga. Marka aad saxiixdo ogolaashahan waxa ay ka dhigan tahay heshiis dhex maray adiga iyo ilmahaaga, dhakhtarka iyo Xarunta Caafimaadka ee Dugsiga. Saxiixa aad saxiixdo foomkan waxa ay dugsiga u ogolaaneysaa in Xarunta Caafimaadka Dugsiga in ay ogaadaan la socoshada imaashaha dugsiga iyo darajada waxbarashada ee ardayga si ay u qiimeeyaan sida ilmahaagu uga faa'iideysankaro adeegga. Inta ay socoto daaweynta, adiga iyo ilmahaaga ayaa laga yaabaa in dhakhtarku weydiisto in ay ka qeyb qaataan qiimeynta iyo dajinta ujeedooyinka daaweynta iyo qorshaha. Foomka ogolaashaha waxa kale oo Xarunta Caafimaadka Dugsiga u ogolaanayaa in ay la wadaagaan macluumaadka adeegga keydka macluumaadka iyada oo ujeedadu tahay in cilmi baarayaashu ama qiimeyn lagu sameeyo adeegga loo qabtay ilmahaaga.

La talinta iyo daaweynta mid walba waxa ay wehlisa khatar la socota. Khatarta iman karta waxaa ka mid ah dareen aadan jecleysaneyn sida murugo, cabsi, jahwareer, ama aad xasuusato dhacdooyin xunxun oo ku soo maray xilligan. Khatarka, faa'iidada iyo waxyaabaha ka dhalan kara kulanka telefoonka ee dhakhtarka waxaa ka mid ah laakiin aan koobneyn macluumaad khalad loo diro oo ay ugu wacan tahay cilad xagga farsamada ah ama jabinta qarsoodi ka dhigista macluumaadka oo loo diro qof aan ogolaasho u heysan ama ay xadido sida dhaqsaha ah ee loogu gurman karo xaaladaha degdegga ah. Ilmahaaga waxaa la siinayaa halka uu la xiriiri karo saacadaha shaqada ka dib haddii ay u baahdaan daryeel. Waxyaabaha faa'iidada ah ee laga helo waxaa ka mid ah yareynta dareenka isku buuqa, wanaajinta xiriirka, barashada xalinta dhibaatooyinka, iyo xalka laga gaaro dhibaato gaar ah. Dhakhaatiirta ayaa ku dadaalaya sida ugu wanaagsan ee lagu xaqiijin karo in ilmahagu waayo aragnimo wanaagsan kala kulmo daaweynta. Hase yeeshee, daaweynta waa mid cilmi ku dhisan mana jiraan wax balan qaad ah oo ku saabsan natiijada laga gaari karo. Waxaa jira waxyaabo kale oo bedel u noqon kara la talinta iyo daaweynta oo wax looga qaban karo arrimaha la xiriira cudurada dhimirka. Taas waxaa ka mid ah la talinta aad ka hesho dhakhtarta asaasiga ee daaweynta ama talada aad ka hesho wadaadada xagga diinta ee bulshadaada. Waxa kale oo aad go'aan ku gaari kartaa in aadan raadsan wax daaweyn ah. Tani waxa ay kordhineysaa khatarta xaaladaha caafimaadka ee dhimirka oo ay adkaaneyso in qofku la qabsado.

Mahadsanidiin,

Marie Capra
Horjoogaha Goobta Caafimaadka, La Talinta Cudurada Dhimirka
Goobaha Caafimaadka ee Dugsiyada Minneapolis

Foomka Ogolaashaha Adeegyada Cudurada Dhimirka Macmiilka & Waalidka

Macluumaadka Macmiilka

_______________________________________ _______________________________ ____________

Magaca Macmiilka (magaca, awoowaha) – Fadlan si bayaan ah u qor Lambarka Ardayga Taarriikhda dhalashada (dd/mm/yyyy)

Qeybta Koowaad: Xuduudda Qarsoodi Ka Dhigista

Sida caadada ah, dhakhtarku waxa uu ka dhigayaa qarsoodi kulanka uu la yeesho macmiilkiisa haddii aanu heysan qoraal aad saxiixday ama xaaladaha qaarkood ilamahaagu saxiixay oo u ogolaanaya inuu gudbin karo macluumaadka. Hase yeeshee, waxaa jira xaaladaha qaarkood oo sharcigan aan la tixgelineyn oo ay muhim tahay in adiga iyo ilmahaaga aad ogaataan ka hor inta aadan macluumaadka la wadaagin dhakhtarka. Xaaladaha qaarkood, dhakhtarka waxa uu wajib kaga dhigayaa sharciga in ay macluumadka gaarsiiyaan cidda ay khuseyso haddii aad ogolaato ama aadan ogolaan.

Qarsoodi ka dhigista waa la jabinayaa marka:

- Macmiilka oo dhakhtarka u sheega in ay ku talo jiraan in ay dhaawac ama dhimasho natooda u geystaan.
- Macmiilka oo dhakhtarka u sheega in ay ku talo jiraan in ay dhaawac ama dhimasho dadka kale u geystaan.
- Macmiilka oo samaynaya waxyaabo aad khatar ugu ah naftooda ama dadka kale, xitaa haddii uusan dooneyn in bukaanku naftiisa ama tan dadka kale dhaawac u geysto.
- Macmiilka oo dhakhtarka u sheega in loo geystay xadgudub - jirka, galmoodka, ama dareenka taasoo dhacday sadexdii sano ee la soo dhaafay.
- Macmiilka oo yimaada balanta isaga/iyada oo cabsan ama isticmaalay maandooriye.

La socodsiinta waalidka (diinta) ama mas'uulka ilmaha
Marka laga reebo xaaladaha kor ku xusan, dhakhaatiirtu waalidka ama mas'uulka ilmaha lama socodsiinayaan waxyaabaha uu macmiilkooda u sheego haddii aanu sidaas ogolaan macmiilka.

Qeybta Labaad: La Socodsiinta Dadka Kale Ee Waaweyn

Mararka qaarkood waxaa laga yaabaa in dhakhtarku la shaqeeyo shaqaalaha dugsiga si ay isugu xiraan adeegga oo ilamaha loogu fidiyo adeegga ugu sareeya. Taas waxaa ka mid noqon kara in macluumaad xadidan oo muhim ah lala wadaago.

Waxa aan halkan ugu ogolaaday Xarunta Caafimaadka ee Dugsiga in ay u gudbin karaan oo ka codsan karaan macluumaadka (dooro dhamaan inta khuseysa):

___ Shaqaalaha Bulshada	___Shaqaalaha Isticmaalka maandooriyayaasha iyo khamriga	___Xiriiriyaha Qoyska, Bulshada Iyo Maqnaashaha Dugsiga
___La Taliyayaasha Dugsiga	___Shaqaalaha Hubinta iyo Isku Xirka	___Shaqaalaha Cilmi Nafsiga Dugsiga
___Shaqaalaha Waxbarashada Gaarka Ah	___Macalimiinta	___Kuwa kale::____________

Waxa aan fahamsanahay in aan ka noqon karo ogolaashahan markii aan doono iyada oo qoraal ah soona gaarsiiyo ___________in aan ka noqday . Marka aan ka noqdo ama soo gaarsiiyo maamulka in aan ka noqday, waxa uu dhaqan galayaa maalinta aan soo gudbiyey. Ogoaashahan waxa uu ku eg yahay; _________ waxaa kale oo aan fahamsanahay in ogolaashahan aanu khasab aheyn, oo aan la ii diideyn daaweynta haddii aan diido in aan saxiixo

_______________________________________ _______________

Saxiix Taariikh

Qeybta Sadexaad: Ogolaashaha Iyo Gudbinta Maqalka/Muuqaalka La Duubay

Iyada qeyb ka ah dadaalka lagu horumarinayo hawlaha aan qabano waxa aanu bixinaa tababaro iyo kor kala socosho maqal iyo muuqaal ah oo la duubo. Habkani waxa uu ogolanayaa in si toos ah loo ogaado oo loola socdo dhakhaatiirta iyada oo la kor loo qadayo tayada adeegga loo qabto ilmahaaga. Shaqaalaha ka qeyb qaadanaya kor kala socoshada iyo tababarka waxaa ka mid ah, horjoogayaasha, shaqaalaaha la shaqeeya iyo macalimiinta ardayda jaamacadaha.

Maqalka iyo muuqaalka la duubay waa la burburiyaa marka aan looga baahneyn ujeedada kor lagu cadeeyey.

Halkan waxa aan ku ogolaaday in maqal iyo muuqaal laga duubi karo kulanka dhakhtarka ee ilmahayga. Waxa aan fahamsanahay in duubitaankaas loo adeegsanayo oo kaliya ujeedada la xiriirta kor kala socoshada iyo tababarka, aniga ayaa ogolaashahan ka noqon kara markii aan doono si qoraal ah aniga oo fariinta u soo diraya: ________Ogolaashahan waxa uu ku eg yahay; _________

Foomka Ogolaashaha Adeegyada Cudurada Dhimirka Macmiilka & Waalidka

MINNEAPOLIS SCHOOL BASED CLINICS program | Minneapolis Health

_____________________________*Waxaa kale oo aan fahamsanahay in ogolaashahan aanu khasab aheyn, oo aan la ii diideyn daaweynta haddii aan diido in aan bixiyo ogolaashaha oo aan xaq u leeyahay in la siiyo nuqul ka mid ah ogolaashaha.*

_____________________________ Saxiixa Waalidka/Mas'uulka

_______________ Taariikh

____ xarfaha ugu horeeya magacyadaada haddii aad dooneyso in aan ilmahaaga laga duubin fiidiyoow

_____________________________ Saxiixa Macmiilka

_______________ Taariikh

Qeybta Afraad: Fahamka Iyo Ogolaashaha Qoraalka Ah ee Daaweynta

Qeybtan marka aad saxiixdo, waxa aad ogolaatay qodobada soo socda:

1. Waxa aan akhriyey oo aan kala hadlay dhakhtarka qodobada soo socda:
   a. Nidaamka daaweynta iyo waxa dhici doona.
   b. Sida ay ii caawinayaan/u caawinayaan ilmahayga (faa'iidada)
   c. Saameynta dadban ee ay ku yeelan karaan aniga/ilmahayga
   d. Saameynta mudada dheer ee daaweyntu yeelan karto.
   e. Habka kale ee aan dooran karo ee daaweynta
   f. Waxa dhici kara haddii "aanan u ogolaan" ilmahayga daaweynta.
   g. Sida ilmahaygu dareemayo kulanka ka dib iyo taageerada ay heli karaan inta u dhaxeysa labada kulan.
2. Waxa aan ogolaaday:
   a. Aniga iyo ilmahayga ayaa su'aalo weydiin kara.
   b. Ma jirto cid aniga ama ilmahayga u balan qaaday natiijada.
   c. Waxa aan la ii sheegay oo hadana wax laga bedelay hadba sida loogu baahdo, 90kii maalmoodba mar. Dhakhtarka caruurtaada ayaa laga yaabaa inuu doonayo inuu kula eego dib ugu noqoshadaas.
3. Waxa aan fahamsanahay:
   a. In aan ra'yigeyga bedeli karo arrinta ku saabsan daaweynta ilmahayga. Haddii ay taasi dhacdo, waa in aan wargeliyaa dhakhtarkayga ama kooxda daaweynta sida ugu dhaqsaha badan.
   b. Dhakhtarka ayaa laga yaabaa inuu bedelo mudada daaweynta. (Taasi inta badan ma dhacdo).
   c. Adeegga daaweynta ee la ii qabto waxaa suurogal in telefoonka la iigu qaban karo.
   d. Waxaa kale oo jirta khatar kale oo dheeraad ah, faa'iido iyo waxyaabo ka dhasha booqashada telefoonka ee cudurada dhimirka.
4. Waxa aan ogolaaday:
   a. In uu dhakhtarku arki karo diiwaanka waxbarashada dugsige ee ilmahayga.
   b. In aan ka qeyb qaato qiimeynta iyo qoritaanka ujeedooyinka daaweynta iyo qorshaha loo sameeyo ilmahayga haddii loo baahdo.
   c. In aan u ogolaado xarunta caafimaadka ee adeegga ilmaha ay ku darto macluumaadka daaweynta ee ilmahayga keydka qarsoodiga ah ee macluumaadka daaweynta caruurta ee MN iyada oo ujeedada barnaamijku tahay mid la xiriirta qiimeynta.

Saxiixa aan hoosta saxiixay waxa ay ka dhigan tahay in aan fahmay oo aan ogolaaday dhamaan qodobada kor ku xusan.

Saxiixa Macmiilka	Magaca oo sadexan :	Taariikh
Waalidkaa/mas'uulka macmuulka ilmaha yar ah	Magaca oo sadexan :	Taariikh

Waxa uu ka ogolaaday afka: ________________ Taariikh _____________

Aniga oo ah, dhakhtarka/xirfadlayaasha adeegga u fidinaya, waxa aan kala hadlay macmiilka iyo waalidka/mas'uulka ilmaha arrimaha iyada oo looga jawaabay wixii su'aalo ah ee ay qabeen. Macmiilka ama waalidkaa/mas'uulka ilmaha waxaa la siiyey nuqulka ogolaashaha kor ku xusan ee adeegga cudurada dhimirka.

Saxiixa Dhakhtarka/xirfadlaha	Magaca oo Sadexan :	Taariikh

Qeybta Shanaad: Ogolaaha Ka Qeybgalka Qiimeynta

Waxa aan ogolaaday:

1. Macluumaadka daaweynta ee ilmahayga lagu daro keydka qarsoodiga ah ee macluumaadka daaweynta caruurta ee MN iyada oo ujeedada barnaamijku tahay mid la xiriirta qiimeynta.
2. In macluumadka daaweynta loo soo gudbiyo Xarunta Washburn ee Caruurta iyada oo ujeedadu tahay in waxyaabaha laga gaaro daaweynta loo gudbiyo Waaxda Adeegga Dadweynaha ee Minnesota.

Waxa aan fahamsnahay in aan ka noqon karo ogolaashahan markii aan doono iyada oo qoraal kuna cadeynayo una soo gudbiyo Maamulaha Xarunta Caafimaadka Dugsiga Marka aan ka noqdo ama soo gaarsiiyo maamulka in aan ka noqday, waxa uu dhaqan galayaa maalinta aan soo gudbiyey. Ogolaashahan waxaa uu ku eg yahay muddo sadex sano ah Waxaa kale oo aan fahamsanahay in ogolaashahan aanu khasab aheyn, oo aan la ii diideyn daaweynta haddii aan diido in aan bixiyo ogolaashaha oo aan xaq u leeyahay in la siiyo nuqul ka mid ah ogolaashaha.

Saxiixa aan hoosta saxiixay waxa ay ka dhigan tahay in aan fahmay oo aan ogolaaday dhamaan qodobada kor ku xusan.

______________________	______________________	__________
Saxiixa Macmiilka	Magaca oo sadexan :	Taariikh
______________________	______________________	__________
Waalidka/mas'uulka macmiilka ilmaha yar ah	Magaca oo sadexan :	Taariikh

Waxa aan afka ka ogolaaday:______ Taariikh: _____________

Aniga oo ah, dhakhtarka/xirfadlayaasha adeegga u fidinaya, waxa aan kala hadlay macmiilka iyo waalidka/mas'uulka ilmaha arrimaha iyada oo looga jawaabay wixii su'aalo ah ee ay qabeen. Macmiilka ama waalidkaa/mas'uulka ilmaha waxaa la siiyey nuqulka ogolaashaha kor ku xusan ee adeegga cudurada dhimirka.

______________________	______________________	__________
Saxiixa Dhakhtarka/xirfadlaha	Magaca oo Sadexan :	Taariikh

Macluumaadka Macmiilka

______________________	______________________	__________
Magaca Macmiilka (magaca, awoowaha) – Fadlan si bayaan ah u qor	Taarriikhda dhalashada (dd/mm/yyyy)	Lambarka Ardayga

Foomka Ogolaashaha Adeegyada Cudurada Dhimirka Macmiilka & Waalidka

Qeybta Lixaad: Biilasha/Nidaamka Bixinta Kharashka

La talinta iyo daaweynta waa loo fidiyaa ardayga haddii uu leeyahay iyo haddii uusan laheyn ceymis caafimaad. Xaruntu waxa ay biilka u direysaa ceymiska mar kasta oo ay suurogal tahay si ay u bixiyaan adeegga; qeybta ku soo beeganta iyo qeybta ay bixiyaan dadka leh ceymiska gaarka ah. Ka dib marka ay na soo gaarto lacagta uu bixiyo ceymiskaaga, waxaa laguu soo dirayaa iimeyl uu la socdo halka aad ka arki karto biilka oo aad ka bixin karto inta hartay oo ceymiska aanu bixin (payspan).

Waanu kaaga mahad celineynaa in aad bixiso biilka qeybtaada. Marna uma direyno hay'ad sadexaad oo kuwa lacagaha soo ururiya ah mana dooneyno lacagta aadan bixin karin in ay saamayn ku yeelato daryeelka caafimaadka ee loo fidiyo dhalinyarada ee Xarumaha Caafimaadka ee Dugsiga. Haddii aad wax su'aal ah ka qabto, fadlan la soo xiriir Maamulaha Xarunta Caafimaadka Dugsiga ee 612- 668-5305.

**Ceymiska Caafimaadka/Lambarka Ceymiska: _________________ Aqoonsiga Kooxda: ______________

Lambarka Kooxda: ___________ Telefoonka:__________

Waxa aan u ogolaaday Xarunta Caafimaadka Dugsiga ee Waaxda Caafimaadka ee Minnesota in ay la wadaagi karaan nacluumaadkeyga dhamaan biilasha iyo daaweynta ee ku saabsan baaritaanka, daaweynta iyo isticmaalka maandooriyayaasha ee kharashka ay bixinayaan koox sadexaad, marka macluumaadkaas loo codsanayo bixinta kharashka iyo ogaashaha inuu yahay mid waafaqsan nidaamka ceymiska. ***Xarfaha ugu horeeya magacyadaada***: _________________________

❑ Waxa aan ogolaaday in biilka la iigu soo diri karo iimeyl.

Ilmahaagu ma leeyahay kaar caafimaad? ❑ Haa ❑ Maya

Haddii aad dooratay "Maya" waxaa suurogal ah in ilmahaagu xaq u leeyahay ceymiska qiimaha jaban ama lacag la'aanta ah ee MNSURE

❑ Fadlan dooro sanduuqan si aad u hesho macluumaad dheeraad ah ama gargaar ku saabsan helitaanka ceymiska caafimaadka ee ilmahaaga

❑ Waxa aan jeclaan lahaa in la iga caawiyo ceymiska ilmahayga.

❑ Waxa aan u ogolaaday Portico Healthnet in ay ila soo xiriiraan si ay ii siiyaan macluumaad dheeraad ah.

Saxiixa Waalidka/mas'uulka: ________________ Cinwaanka iimeylka _______________Telefoon: _____________ Taariikh: _______