Ururka Xogta Xaddidan:

Waxa laga yaabaa in aanu shaaca uga qaadno xog xaddidan dhinacyo saddexaad iyada oo ay ujeedada sidaas loo samaynayaa ay tahay cilmi baadhis, caafimaadka dadweynaha ama hawlgallada daryeelka caafimaadka. Shaac ka qaadistan kuma jiri doonto xog kasta oo loo isticmaali karo in so toos ah laguugu aqoonsado.

Shaac ka Qaadisyada aan Muhiimka ahayn:

Shaac ka qaadista aan muhiimka ahayn ee xogtaada waxa ay dhici kartaa iyada oo u ah natiijo labaad isticmaallada iyo shaac ka qaadisyada la oggolaaday. Tusaale ahaan, qof soo booqday aagga adeegga ayaa laga yaabaa in uu maqlo magacaaga marka lagaaga yeedhayo aagga sugitaanka.

Waajibiyay ama Oggolaaday Sharcigu:

Waa aanu isticmaali karnaa ama shaaca ka qaadi karnaa xogtaada marka uu oggolaado ama waajibiyo sharciga federaalka, gobolka ama maxalliga ah.

Suuq geynta:

Waxa aanu kuula soo xidhiidhi karnaa si weji ka weji ah (toos) si aanu kuula falanqayno arrimaha ku saabsan badeecadaha ama adeegyada laga yaabo inaad xiiisayso ama si aanu kuu siino hadyad dallacsiineed oo qiime magacaabitaan leh. Haddii aanay intaa ahayn, ma isticmaalno ama shaaca kama qaadno xogtaada si aanu suuqgeyn ugu adeegsano adiga oo aannaan oggolaanshiyaaga haysan.

SHAAC KA QAADISYADA UBAAHAN OGGOLAANSHIYAHAAGA OO QORAAL

Xeerarka Kale ee Ilaalinaya Xogta Caafimaad:

Xeerarka kale waxa ay ubaahnaan karaan oggoalaanshiyahaga oo qoraal ah si markaasi loo shaaciyo xogtaada ku saabsan caafimaad maskaxeed oo cayiman, daaweynta si khaldan u isticmaalka khamriga iyo maandooriyayaasha, shaybaadhka HIV/AIDS ama daaweyntiisaba, iyo baadhitaanka hidde-sidayaasha. Waa inaanu helno oggolaanshiyo lagu oggolaanayo isticmaalka iyo shaac ka qaadista qoraalada daaweynta maskaxeed iyo iibinta xogtaada.

Isticmaaallada iyo shaac ka qaadisyada aan ahayn kuwa la oggolyahay waxa kaliya la samayn doonaa kadib marka oggolaanshiyo qoraal ah aad bixiso. Haddii aad noo oggolaanayso inaanu isticmaalno ama shaaca ka qaadno xogtaada, waxa aad ka noqon kartaa oggolaanshiyahaas, adigoo qoraal ku muujinaya, wakhti kasta. Haddii aad ka noqoto oggolaanshiyahaaga, ma isticmaali doono ama shaaca kama qaadi doono xogtaada ujeedooyinka ku xusan ka noqoshada qoraalka ah awgood. Oggolaanshiyo ka noqoshadu ma saamayn doonto shaac ka qaadisyadii hore loo sameeyay iyadoo oggolaanshiyahaaga laga duulayay.

SI AAD XOG DHEERAAD AH U HESHO

Haddii aad qabto wax su’aalo ah oo ku saabsan ogeysiiskan ama aad u baahan tahay xog dheeraad ah, fadlan la xidhiidh Sarkaalka Qarsoodida ee Gobolka Multnomah, 619 NW 6th Ave., 9th Floor, Portland, OR 97209 ama wac 503-988-3674.

Multnomah County
Health Department

www.mchealth.org

Waaxda Caafimaadka ee Gobolka Multnomah waxa ay bixisaa adeegyo iyo shaqo-gelin loo siman yahay.

PC-017 La muraajaceeyey 1/8/20

4143

Multnomah County
Health Department

OGEYSIINTA DHAQAMADA QARSOODIDA

Ogeysiintani waxa ay sharraxaysaa sida xogta caafimaad ee adiga kugu saabsan loo isticmaali karo iyo sida shaaca looga qaadi karo iyo sida aad marin ugu heli karto xogtan.

Fadlan u eeg si taxaddar leh.

Ogeysiintani waxay sharraxaysaa dhaqanada qarsoodi ee Waaxda Caafimaadka ee Gobolka Multnomah. *Waxa uu sharcigu nagu waajibinayaa inaanu ilaalinno qarsoodida xogtaada caafimaadka ee ilaashan ("xog") iyo inaanu ku siino ogeysiiskan. Waxa lanooga baahan yahay inaanu raacno shuruudaha ogeeysiineed ee hadda shaqaynaya. Ogeysiintani waxa ay dhaqan gashay Sibtambar 23, 2013. Waxa aanu la hadhaynaa xaqa aanu ku baddali karno ogeysiintan. Isbeddello kastaa waxa uu kaliya saamayn doonaan xogta aanu hore kaaga hayno. Waxa aanu soo ku dhejin doonaa koobbiga hadda ee ogeysiintan meesha lagu bixiyo adeegyada iyo onlayn barta internetka ee: www.multco.us/hipaa*

XUQUUQDAADA

Kormar oo Koobbiyaysona:

Waxa aad xaq u leedahay inaad kormarto ama koobbiyaysato xogtaada lagu hayo "ururka diiwaanka kuu gaarka ah". "Ururka diiwaanka kuu gaarka ah" waa kooxo diiwaanno ah kuwaas oo loogu talo galay in loo isticmaalo in lagu gaadho go'aamada adiga kugu saabsan. Waxa aanu xaddidi karnaa xogta aad kormari karto ama koobiyayn karto xaalado xaddidan. Haddii aanu xaddidno xaqa aad u leedahay kormarka ama koobbiyaynta, waxa aad qoraal ku codsan kartaa in dib laguugu eego go'aankaasi. Koobbiyada diiwaannada waa lagu siin karaa ama waa la siin karaa dhinac saddexaad oo aad si elekteroonig ah ama qaab waraaq ah u aqoonsato tanoo ku xidhan codsigaaga iyo tiknoolojiyadda lagu keydinayo diiwaannada. Codsigaagu waa inuu noqdo qoraal. Waa aanu kaa caawin karnaa inaad samayso codsi qoraal ah. Waxa aanu kugu soo dallici karnaa qarashka koobbiyada.

Beddelidda:

Waxa aad xaq u leedahay inaad na weydiiso inaanu baddalno xogta ku xusan ururka diiwaanka kuu gaarka ah taas oo aad aaminsan tahay inay qalad tahay ama inaanay dhammaystirnayn. Codsigaagu waa inuu noqdo qoraal sababna waa inaad bixiso. Waa aanu kaa caawin karnaa inaad samayso codsi qoraal ah. Waxa aanu qoraal kuugu sheegi doonaa haddii aanu diidno codsigaaga waxaana aad xaq u leedahay inaad jawaab kasoo bixiso diidmadayada. Waxa kale oo aad xaq u leedahay inaad codsigaaga, diidmada iyo warbixinta khilaafkaaga, haddii ay jirto, in lagu daro shaac ka qaadista mustaqbalka ee diiwaankaaga.

Xisaabin:

Waxa aad xaq u leedahay inaad codsato liiska shaac ka qaadisyada ee xogtaada ururka diiwaanka kuu gaarka ah ku jirta. Liiska kuma jiri doonaan shaac ka qaadisyada loo sameeyay daaweynta, kharash-bixinta, ama hawlgallada daryeelka caafimaad, shaac ka qaadisyada laguu sameeyay adiga ama dadka ku lug leh daryeelkaaga ama bixinta qarashka daryeelka. Sidoo kale kuma jiri doonaan shaac ka qaadisyada la sameeyay kahor 6 sano taariikhda codsiga kahor, iyadoo laga taabbo galayo oggolaanshiyo, iyadoo qayb ka ah ururka xogta xaddidan, jeel, shaac ka qaadisyada aan muhiimka ahayn, shaac ka qaadisyada loo sameeyay si loo ilaaliyo amniga qaranka ama sirdoonkaba, ama shaac ka qaadisyada la sameeyay ka hor Abriil 14 keeda, 2003. Codsigaagu waa inuu noqdo qoraal. Waa aanu kaa caawin karnaa inaad samayso codsi qoraal ah. Waxa aanu kugu soo dallici karnaa qarash haddii aad codsato in lagula wadaago liiska in ka badan hal mar 12kii biloodba.

Xaddidaadaha:

Waxa aad xaq u leedahay inaad na weydiisato inaan xaddidno sida xogtaada loo isticmaalaayo ama shaaca looga qaadaayo. Naguma waajib aha in aanu aqbalno codsigaaga waxana laga yaabaa inaanu awoodi weyno in aanu sidaa sameyno marka laga reebo hal mar. Waxa aad codsan kartaa inaan xogtaada lala wadaagin qorshe caafimaad marka adiga ama qof adiga ku mattalayaa uu si buuxda u bixinayo qarashka adeeggaaga iyo marka isticmaalka ama shaac ka qaadista ujeedadeedu tahay qarash bixinta ama hawlgalada daryeelka caafimaad tanoo aanay markaasi aanu si kale u waajibinayn sharcigu. Codsigaagu waa inuu noqdo qoraal. Waa aanu kaa caawin karnaa inaad samayso codsi qoraal ah.

Wada Xidhiidhka Qarsoodida ah:

Waxa aad xaq u leedahay inaad na weydiisato inaanu kula soo xidhiidhno adiga marka aad meel gaar ah joogto qaabka aad doonto. Waa inaad caddayso sida iyo meesha aad doonayso in lagugula soo xidhiidho. Tusaale ahaan, waxa aad codsan kartaa inaanu kaliya kula soo xidhiidhno marka aad shaqada joogto. Waxa aanu kuu fududeyn doonaa codsi kasta oo macquul ah.

Ogeysiis:

Waxa aad xaq u leedhay inaad hesho koobbi waraaqdan ogeysiiska ah marka aad codsato. Ogeysiiskan waxa lagu diyaarin karaa luuqado kale iyo qaabab kale.

Ogeysiiska Ku Xadgudubka:

Waxa aad xaq u leedahay in lagu ogeysiiyo marka aanu ogaano marka xog aan la ilaalin cid aan loogu telo gelin ay ku xadgudubto.

Cabashooyinka:

Waxa aad xaq u leedahay inaad soo xaraysato cabasho haddii aad aaminsan tahay inaanu ku xadgudubnay xuquuqdaada qarsoodida. Waxa aad cabashadaada soo xaraysan kartaa adiga oo ku soo hagaajinaya Sarkaalka Qarsoodida ama Xoghaynta Waaxda Caafimaadka iyo Adeegyada Dadka ee United Stateska. Kaagama argoosan doono adiga xareyntaada cabashada.

SIDA AANU U ISTICMAALI KARNO SHAACANA UGU QAADI KARNO XOGTAADA ANNAGA OO AAN OGGOLAANSHIYO KAA HAYSAN

Daaweyn:

Waxa laga yaabaa in aanu isticmaalno ama shaaca ka qaadno xogtaada hadba sida ay lagama maarmaanka u tahay si aanu markaasi kuu siino daaweynta iyo adeegyada caafimaadka. Tusaale ahaan, waxa aanu shaaca uga qaadi karnaa xogtaada daryeel caafimaad bixiyayaasha kale ee ku lug leh daaweyntaada.

Kharash-bixinta:

Waxa aanu isticmaali karnaa ama shaaca ka qaadi karnaa xogtaada si aanu qarash udallacano ama u helno qarashka ku baxay adeegyada aad heshay. Tusaale ahaan, si loo gudbiyo sheegashooyinka.

Hawlgallada Daryeelka Caafimaad:

Waxa aanu isticmaali karnaa ama shaaca ka qaadi karnaa xogtaada annaga oo u isticmaalayna hawlgallo ganacsiyeed. Tusaale ahaan, waxa aanu u isticmaali karnaa xogtaada wixii xidhiidh la leh sameynta qiimaynta tayada iyo waxqabadyada hormarineed iyo adeegyada maareynta kiisaska.

Habaynaha Daryeelka Caafimaadka ee Nidaamsan:

Waxa aanu ka qayb qaadanaa haybaynaha daryeelka caafimaad ee nidaamsan (OHCA) waxa aanaannu isticmaali karnaa ama shaaca uga qaadi karnaa xogtaada xubnaha habaynahaa sida uu oggolaanaayo Xeerka Xisaabinta iyo Guuritaanka Caymiska Caafimaad (HIPAA). Xaaladaha qaar, waxa aanu isticmaalnaa nidaamyada iyo adeegyada xubnaha OHCA si aanu ugu keydino diiwaannada caafimaadka ah si elekteroonig ah iyo isku duwidda gudbinaha daaweynta. Waxa aanu xogtaada la wadaagi karnaa xubnaha OHCA si markaasi loo fuliyo hawlgallada daryeelka caafimaad ee la wadaago ee OHCA da.

Dadka ku Lugta Leh Daryeelkaaga ama Kharash Bixinta Daryeelkaaga:

Waxa aanu xogta shaaca uga qaadki karnaa qoyskaaga, wakiilkaaga shakhsiga ah ama dadka kale ee ku lugta leh daryeelkaaga ama kharash bixintaada daryeelka haddii aad bixiso oggolaanshiyo afka ah ama sida kale aanad wax diidmo ahba muujinin. Haddii aanad awoodayn inaad samayso go’aan daryeel caafimaad laftigaagu, waxaanu shaaca ugu qaadi karnaa xogtaada hadba sida ay lagama maarmaanka u tahay haddii aanu aaminsannahay in taasi ay ku jirto dantaadu.

Waxqabadyada Caafimaadka Dadweynaha:

Waxa aanu isticmaali karnaa ama shaaca uga qaadi karnaa xog kugu saabsan waxqabadyada caafimaadka dadweynaha awgood. Tusaale ahaan, shaac ka qaadisyada loo sameeyey iyadoo ujeeddadu tahay in laga hortago ama la xakameeyo cudur, dhaawac, naafanimo, xadgudub ama daryeel li’id. Waxqabadyadan waxa ka mid ah waxqabadyada ay qabtaan adeegyada ku deeqidda xubnaha iyo beerista xubnaha, waxqabadyada ay samaynayaan baadhayaasha dhimashada, agaasimayaasha caafimaad, iyo agaasimayaasha aasaska, iyo waxqabadyada lagama maarmaanka u ah ka hortagga khattar kusoo fool leh caafimaadka iyo amniga naftaada ama dadyawga kaleba.

Waxqabadyada Kormeerka Caafimaad:

Waxa aanu xogta shaaca uga qaadi karnaa hay’adaha kormeerka caafimaad. Waxqabadyada waxa ka mid ah xisaab hubinaha, iyo baadhitaanada dawlada si loo kormeero nidaamka daryeelka caafimaad.

Dacwadaha Sharciga ah:

Waxa aanu shaaca ka qaadi karnaa xogta kugu saabsan annaga oo ka jawaabayna amar maxkamadeed, codsi maxkamadeed, codsi baadhid, waxqabadyada la xidhiidha gunnooyinka magdhowga shaqaalaha, ama ujeedooyinka kale ee sharciga ah.

Sharci Fulinta:

Waxa aanu shaaca uga qaadi karnaa xogta kugu saabsan booliiska ama dadyawga kale ee fulinaya sharciga marka shaac ka qaadistan uu oggolaado ama waajibiyo sharcigu. Waxa aanu shaaca ka qaadi karnaa xog si aanu uga warbixino dambi ka dhacay goobtayada.

Cilmi Baadhis:

Xaalado gaar ah, waxa aanu isticmaali karnaa shaacana ka qaadi karnaa xogtaada iyadoo ujeeddadu tahay cilmi baadhis tanoo ay ansixisay Hay’ad Dib u Eegis ama Boodh Qarsoodideed ama iyadoo laga duulayo oggolaanshiyo adigu aad saxeexday.

Maxaabiista:

Haddii aad tahay maxbuus ku jira jeel ama gacanta ugu jirto sharci fuliyayaal, waxa aanu shaaca uga qaadi karnaa xog sida uu sharcigu oggolaanayo ama waajibinayo.

Xidhiidhada Ganacsiyeed:

Xaalado gaar ah, waxa aanu ubaahan karnaa inaanu shaaca uga qaadno xogtaada xidhiidh ganacsi, sida turjumaan ama qiimeeye dammaanad tayo, si markaasi ay noogu qabtaan adeeg iyaga oo annaga na mettelaya. Waxa aanu la yeelan doonaa heshiis qoraal ah xidhiidhka ganacsi kaas oo ku waajibinaya iyaga inay ilaaliyaan qarsoodida xogtaada la midka ah ilaallinnada qarsoodida annagu aanu bixinayno.

Amniga Milatariga iyo Qaranka:

Waxa aanu shaaca ka qaadi karnaa xogtaada sida ay ugu baahan yihiin shaqaalaha ciidanka qalabka sida ama sarkaallada federaalka kuwaas oo oggolaanshiyo uhaysta amniga qaranka iyo waxqabadyada sirdoonka ah.

Dadaalada Gargaarka Masiibo:

Adiga oo arrintan diida mooyee, waxa aanu shaaca uga qaadi karnaa xogtaada daryeel bixiyayaasha caafimaad ama hay’ad ku lug leh dadaalo loogu gargaaryo masiibo si markaasi ay

isugu dudo dayreelka. Waxa aanu shaaca ka qaadi karnaa xogtaada hadba sida lagama maarmaanka ah si aanu u aqoonsano, uhelno oo aanu u ogaysiino xubnaha qoyska, masuullada ama kuwa kale ee ka mas’uulka ah daryeelkaaga, halka aad joogto, xaaladdaada ama dhimashadaada.