

Pub#F125.09 Hmong – March, 2020

Kev Puas Siab Puas Ntsws

Kev Puas Siab Puas Ntsws Nrog Rau Coronavirus (COVID-19)

**Nplooj ntawv no yuav raug kho tshiab raws li cov ntaub ntawv ntau ntxiv tau tsim muaj*

Hloov kho thaum Lub Peb Hlis 23, 2020

Qhov no yog hais rau cov neeg xiam oob khab puas siab puas ntsws uas raug cuam tshuam los ntawm kab mob COVID-19.

Kev Nkag Mus Rau Cov Tshuaj Kho Kev Puas Siab Puas Ntsws

Qee qhov phiaj xwm saib xyuas kev noj qab haus huv tso cai rau koj xaj tshuaj hauv tsev xa ntawv. Hu rau koj txoj kev npaj kho mob kom tau cov ntaub ntawv ntsig txog cov tshuaj noj uas xa hauv tsev xa ntawv tuaj. Koj tuaj yeem pom koj txoj phiaj xwm tswj hwm kev saib xyuas ntawm no: <https://www.dhcs.ca.gov/individuals/Pages/MMCDHealthPlanDir.aspx>

Yog tias koj tau txais "Nqi rau Kev Pab" Medi-Cal, nrhiav cov chaw muag tshuaj hauv zos. Saib seb lub tsev muag tshuaj twg kam txais Medi-Cal thiab xa hauv tsev xa ntawv tuaj.

Koj tseem tuaj yeem nrhiav cov kev pab cuam xa tshuaj hauv online.

Tej zaum koj yuav tau tuaj nqa tshuaj ntawm koj tus kheej. Yog tias muaj li ntawv, saib seb cov khw muag tshuaj uas muaj kev tsheb khiav mus txog lossis xaiv cov nyob tim ntug kev. Tej zaum koj yuav tau thov kom ib tug hauv tsev neeg, tus phooj ywg, lossis cov neeg nyob ze koj pab. Saib xyuas thiab ua raws li cov lus qhia txog kev noj qab haus huv hauv zej zog.

Kev Tau Txais Cov Tshuaj Khov Mob Puas Siab Puas Ntsws Thaum Ntxov

Medi-Cal tso cai rau lub chaw muag tshuaj kom muab tshuaj txog li 100 hnuv.

<https://www.dhcs.ca.gov/Documents/COVID-19/Managed-Care-COVID-19-Memo-031620.pdf>

Qee cov tshuaj tuaj yeem muab ntiv ua ntej hnuv uas cov tshuaj yuav tas lawm. Cov tshuaj noj tuaj yeem tau ntiv txog li 75 feem pua ntawm cov sij hawm nyob nruab nrab ntawm hnuv kawg thiab hnuv ntiv tshuaj tshiab tau dhau mus.

<https://www.dhcs.ca.gov/Documents/COVID-19/Managed-Care-COVID-19-Memo-031620.pdf>

Cov neeg muaj kev saib xyuas kho mob tsuas tuaj yeem tau txais tshuaj noj thaum ntxov xwb. Koj tuaj yeem thov lub tsev muag tshuaj kom tau cov khoom kho mob ntau tshaj plaws raws li koj txoj kev npaj kho mob.

<https://www.cms.gov/files/document/hpms-memo-covid-information-plans.pdf>

Cov chaw muag tshuaj yuav tsum tau npaj tshuaj noj thaum muaj mob nyhav. Cov chaw muag tshuaj yuav tsum npaj tshuaj cia txhua lub sij hawm txhawm rau cov neeg mob cuam tshuam los ntawm COVID-19. Yog xav paub ntau ntiv mus saib tau: http://files.medi-cal.ca.gov/pubsdoco/newsroom/newsroom_30366.asp

Nkag Mus Rau Kev Siv Xov Tooj Sib Tham Txog Kev Noj Qab Haus Huv thiab Siv Xov Tooj Sib Tham Txog Kev Puas Siab Puas Ntsws

Koj tuaj yeem tham nrog tus kws kho mob lossis kws npliag siab ntsws hauv xov tooj lossis sib txuas lus hauv online los ntawm kev sib tham pom ntsej muag(video-conference). Qhov no tso cai rau koj kom tau txais kev saib xyuas yog tias koj txhawj xeeb txog kev teem caij sib ntsib tim ntsej tim muag vim los ntawm COVID-19. Kev hu xov tooj lossis teem sij hawm online yuav tsum muaj pov hwm los ntawm kev pov hwm, ib yam li kev teem sij hawm ntsib tus kheej.

<https://www.dhcs.ca.gov/provgovpart/Pages/TelehealthFAQ.aspx>

Nug koj tus neeg muab kev pab tias seb puas yog sib teem tham Xov Tooj txog kev noj qab haus huv lossis tham xov tooj txog kev saib xyuas puas siab puas ntsws.

Cov Ntawv Thov Tsis Txaus Siab thiab Cov Kev Thov Qov Sib Hais Dua

Yog koj yog neeg nyob hauv xeev lub tsev kho mob puas siab puas ntsws, koj muaj cai sau ntawv tsis txaus siab mus rau tom xeev lub tsev kho mob. Koj tuaj yeem thov kev pab tiv thaiv koj tus kheej los ntawm tus kab mob COVID-19, xws li nug cov khoom tu cev, kev nyob deb ntawm lwm tus neeg mob, thiab saib yeeb yaj kiab lossis xov tooj. Yog koj xav tias lub tsev laus tsis pab tiv thaiv koj, koj tuaj yeem thov kom tawm mus rau hauv zej zog.

Tus neeg tawm tswv yim cov neeg mob cov cai tuaj yeem pab koj. Kom tau txais kev pab los ntawm ib tus neeg pab tswv yim tus neeg mob cov cai, hu rau California Chav Lis Haujlwm ntawm Cov Neeg Mob Cov Cai (California Office of Patients' Rights (COPR)) ntawm 1-916-504-5810.

Yog koj tsis txaus siab txog kev saib xyuas los ntawm lub nroog tus kws kho mob, koj tuaj yeem sau ntawv foob hais qhov tsis txaus siab. Koj tuaj yeem sau daim foos tsis txaus siab nyob ntawm koj qhov chaw muab kev pab cuam lossis chaw hauj lwm. Koj kuj tseem tuaj yeem hu tuaj. Cov kws kho mob yuav tsum tau teb rau koj cov lus hais nyob hauv 60 hnuv.

Yog koj tsis pom zoo nrog lub nroog qhov kev txiav txim siab hais txog koj cov nyiaj pab, koj tuaj yeem sau ntawv foob "ntawv thov kom rov txiav txim dua." Piv txwv li, koj tuaj yeem sau ntawv foob yog tias lub nroog txiav koj cov kev pab cuam lossis tsis kam them rau cov kev pab cuam. Koj yuav tau txais "Ntawv Ceeb Toom Nqes Tes Ua" nrog lub nroog qhov kev txiav txim siab. Koj yuav tsum ua daim ntawv foob nyob rau hauv 60 hnuv. Koj kuj tseem yuav thov kom rov qab soj ntsuam dua kom sai li sai tau.

Ib tus kws lij choj txhawb nqa cov neeg mob hauv lub nroog tuaj yeem pab koj nrog txoj kev sib hais no. Muaj cov npe ntawm txhua tus pab tswv yim rau txhua lub nroog ntawm no:

<https://www.disabilityrightsca.org/system/files?file=file-attachments/2019PRADirectoryAccessible.pdf>

Muaj cov ntaub ntawv ntxiv ntsig txog kev tsis txaus siab thiab thov rov sib hais dua ntawm lub nroog muaj nyob ntawm

no:<https://www.disabilityrightsca.org/publications/county-mental-health-plan-mhp-grievances-appeals-and-fair-hearings>

Lwm Cov Kev Pab cuam Teeb Meem Kev Puas Siab Puas Ntsws

Kev tawg nthuav dav ntawm tus kab mob COVID-19 tuaj yeem ua rau muaj kev ntxhov siab thiab poob siab. Cov neeg muaj kev mob puas siab puas ntsws yuav tsum tau txais kev kho mob txuas ntxiv. Hu rau koj tus kws kho mob yog tias koj paub zoo txog cov tsos mob tshiab lossis mob loj tuaj. Cov kev pab ntxiv muaj:

Tus XovTooj Hu Ceev Thov Kev Pab Rau Tus Neeg Tau Kev Txom Nyem (Peer-Run Warm Line): 1-855-845-7415. Nov yog cov peev txheej tsis yog xwm txheej ceev rau txhua tus neeg hauv California uas tab tom nrhiav kev pab txhawb kev xav.

Tus Xov Tooj Hu Ceev Rau Chaw Hauj Lwm Tiv Thaiv Kev Tua Tus Kheej Hauv Teb Chaws (National Suicide Prevention Lifeline): 1-800-273-8255.

Muab cov kev pab 24/7 xuab moos, pab dawb thiab tsis pub lwm tus neeg paub txog kev ntxhov siab.

CDC: Cov Ntaub Ntawv Tswj Kev Ntxhov Siab & Kev Chim siab
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prepare/managing-stress-anxiety.html>

SAMHSA: Cov lus qhia rau Kev Sib Cais Tawm Hauv Zej Zog, Kev Kaw, thiab Kev Cais Tawm Ntawm Tus Kheej
<https://store.samhsa.gov/system/files/sma14-4894.pdf>

Yuav Hu Leej Twg Yog Tias Koj Muaj Lus Nug

Yog tias koj muaj lus nug txog koj cov cai raws li txoj cai lij choj, hu rau DRC tus xov tooj ntawm (800) 776-5746.

Yog tias koj yog neeg nyob hauv tsev kho mob puas siab ntsws hauv xeev, koj tuaj yeem hu rau California Lub Chaw Hauj Lwm Cov Neeg Saib Xyuas Neeg Mob Cov Cai (California Office of Patients' Rights (COPR)) ntawm 1-916-504-5810.

Yog muaj lus nug txog Medi-Cal, hu rau Medi-Cal Cov Tswv Cuab thiab tus Muab Kev Pab ntawm (800) 541-5555.

Cov lus nug txog cov txiaj ntsig ntawm cov chaw muag tshuaj Medi-Cal tau
teb rau ntawm no:

<https://www.dhcs.ca.gov/provgovpart/pharmacy/Pages/PharmFAQ.aspx>