



အခြေခံကျမ်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု အကြောင်း ဆွေးနွေးကြရအောင်

এর ERIE কাউন্টি অফিসের একটি প্রকাশনা।

သင့်နှင့် သင့်လျော်မည့် အခြေခံကျမ်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူနှင့် ချိတ်ဆက်မိရန် အချိန်နှင့် ကြိုးစားအားထုတ်မှုလိုပါသည်။ သင့်အတွက် အဆင်ပြေမည့်သူကိုမရရှိသေးခင် အခြားဝန်ဆောင်မှုပေးသူများကိုလဲ စမ်းသပ်ထားရှိနိုင်ပါသည်။ သင့်ကျမ်းမာရေးသည် သင်၏ပုဂ္ဂိုလ်ရေးဖြစ်သဖြင့် ယုံကြည်မှုတည်ဆောက်ရန် အချိန်ယူရပါသည်။ သင့်တွင် သင်ပြောသည်ကို နားထောင်ပေးနိုင်သူ၊ နားလည်ပေးပြီး ထောက်ပံ့ကူညီမှုပေးသော စောင့်ရှောက်မှုပေးသူကို ရရှိသောအခါ သင့်ဘဝအတွက် အချိန်အကြာကြီးလက်တွဲကူညီပေးမည့်သူကို သင်ရရှိလာပါလိမ့်မည်။ သင် ပုံမှန်စစ်ဆေးဆွေးနွေးပေးခြင်းဖြင့်၊ သင့်ကျမ်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူမှ ကူညီပေးနိုင်သည်များမှာ

- ပြဿနာမဖြစ်ခင် ကြိုတင်ကာကွယ်နိုင်သည်။
- ရှိပြီးသား ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ ပြဿနာများနှင့် နောင်ပေါ်ပေါက်လာမည့် ကျန်းမာရေးပြဿနာများကို ကိုင်တွယ်ဖြေရှင်းပေးနိုင်သည်။
- သင်၏အလုံးစုံကျမ်းမာရေးကို စောင့်ကြည့်ပေးနိုင်ပါသည်။
- ဆေးရုံတက်ကုသရချိန်များကို ရှောင်ရှားနိုင်ပါသည်။

အခြေခံကျမ်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း?

သင်၏အခြေခံကျမ်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူသည် သင်၏ ကျန်းမာရေးကို အဓိက တာဝန်ယူသူ ဖြစ်ပါသည်။ ဤနေရာတွင် သင်သည် ယုံကြည်စိတ်ချရလောက်သော သို့မဟုတ် ယုံကြည်စိတ်ချရသော သတင်းအချက်အလက်နှင့် ကျွမ်းကျင်မှုအကြံဉာဏ်များကို ရရှိမည်ဖြစ်သည်။

သင့်ကျန်းမာရေးကို မည်သို့ထိန်းသိမ်းရမည်နှင့် ဖျားနာခြင်းမှ ကာကွယ်ရန်။ သင့်ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူသည် ကျန်းမာရေးကောင်းမွန်နေသည့်တိုင် ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသော ကျန်းမာရေးစိုးရိမ်မှုများကို သိရှိနိုင်ရန် လေ့ကျင့်သင်ကြားမှုများရယူထားသူဖြစ်ပါသည်။ သင် ကျမ်းမာနေသော်လည်း သင့်ကျမ်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူကို တစ်နှစ်လျှင် အနည်းဆုံး တစ်ကြိမ် သွားရောက်တွေ့ဆုံရန် အရေးကြီးပါသည်။ ထို့သို့ပြုလုပ်ခြင်းသည် သင်၏ဖြစ်နိုင်ချေရှိသော ကျန်းမာရေးပြဿနာများကို စောစီးစွာ အချိန်မှီ ရှာဖွေဖော်ထုတ်ရန် အကောင်းဆုံးဖြစ်သည်။ အခြေခံကျမ်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုကို မိသားစုဆေးပညာ၊ အထွေထွေရောဂါကု (GP) သို့မဟုတ် အတွင်းလူနာကုသရေးဆေးပညာ ဟုလည်း ခေါ်သည်။ အခြေခံကျမ်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုသည် အောက်ပါ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုများကို အဓိကထားပါသည် -



- **ကျမ်းမာရေး**၊ သို့မဟုတ် သင့်အလုံးစုံကျမ်းမာရေးသည် သင်ဘာစားသလဲ၊ ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှုဘယ်လိုပြုလုပ်သလဲနှင့် အခြားအလေ့အထများအပေါ်မူတည်ပြီး ထိခိုက်နိုင်ပါသည်။
- **ကြိုတင်ကာကွယ်ရေးဆေး**ပညာသည် သင့်နှင့်သင့်ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်သူတို့မှ ဖျားနာခြင်း၊ မသန်မစွမ်းဖြစ်ခြင်း သို့မဟုတ် အသက်ငယ်စဉ်သေဆုံးခြင်းတို့မှ ကင်းဝေးစေရန် ကြိုတင်ကာကွယ်ခြင်းကို အဓိကထားပါသည်။ သင့်ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုပေးသူသည် ကာကွယ်ဆေးများ၊ ရောဂါများအတွက် စမ်းသပ်ခြင်းနှင့် ပုံမှန်ဆေးစစ်ဆေးခြင်း အရာများကို ဆွေးနွေးပါမည်။ ရည်ရွယ်ချက်မှာ အန္တရာယ်ရှိသော ရောဂါလက္ခဏာများကို ကြိုတင်စစ်ဆေး ဖော်ထုတ်ရန်၊ အစောပိုင်း လက္ခဏာများနှင့် ရောဂါလက္ခဏာများကို သတိပြုမိရန်နှင့် ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်မည့် ရောဂါများကို ရှောင်ရှားနိုင်ရန် ကျန်းမာသော ရွေးချယ်မှုများကို မြှင့်တင်ရန် ဖြစ်သည်။
- **နာတာရှည် စောင့်ရှောက်မှုစီမံခန့်ခွဲမှု**သည် သင်၏ ကျန်းမာရေး ပံ့ပိုးပေးသူမှ ရေရှည်ကျန်းမာရေး အခြေအနေများကို စောင့်ရှောက်ကုသနိုင်သည့် နည်းလမ်းအားလုံးကို ရည်ညွှန်းပါသည်။ နာတာရှည်ကျန်းမာရေးအခြေအနေ တိုးတက်ကောင်းမွန်လာစေရန် သင်စောင့်ရှောက်မှုခံယူ နေသည့် သို့မဟုတ် ကုသမှုခံယူနေချိန်တွင် တစ်နှစ်လျှင် တစ်ကြိမ်ထက်ပို၍ သင့်အား ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ပေးသူမှ သူ၏ရိုးခန်းတွင် တွေ့ဆုံခြင်းသည် ပုံမှန်ဖြစ်သည်။ သင်၏ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူက သင့်အားဓာတ်မှန်ရိုက်ခြင်း သို့မဟုတ် စကန်ဖတ်ခြင်းဟုခေါ်သော x-rays သို့မဟုတ် စကန်ဖတ်ခြင်း၊ သွေးစစ်ခြင်းကဲ့သို့သော စမ်းသပ်မှုပြုလုပ်ရန် သင့်အားတောင်းဆိုနိုင်သည်။



Erie County
Department of
Health
အိရီကောင်တီ ကျမ်းမာရေးဌာန



Public Health
Prevent. Promote. Protect.

ကျမ်းမာရေးတန်းတူညီမျှရေးရုံး
www.erie.gov/health-equity

BURMESE

အခြေခံကျမ်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု အမျိုးအစားများ

အခြေခံကျမ်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူသည် သင့်ကျန်းမာရေးကို စီမံခန့်ခွဲရာတွင် ကူညီပေးသော ဆေးပညာရှင်ဖြစ်သည်။ ကျမ်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုပေးသူများအများစုမှ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသည့်နေရာကို “ကုသမှုခံယူသည့်နေရာ” ဟူသော ဝေါဟာရကို အသုံးပြုမည်ဖြစ်သည်။ ဆေးခန်းသည် ပုံမှန်အားဖြင့် တစ်မျိုးထက် ပိုသော စောင့်ရှောက်မှုပေးသည့် အမျိုးအစားဖြစ်သည်။ သင်၏ထူးခြားကွဲပြားသော ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု လိုအပ်ချက်များကိုဖြည့်ဆည်းရန် အခြေခံကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူ တစ်ဦးထက်ပို၍ ရွေးချယ်နိုင်ပါသည်။

အခြေခံကျမ်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသော ဆရာဝန်များသည် ပုံမှန်အားဖြင့် သူတို့၏အမည်နောက်တွင် "MD" (ဆေးဘက်ဆိုင်ရာဆရာဝန်) သို့မဟုတ် "DO" (Osteopathic ဆေးပညာဆရာဝန်) စာလုံးများဖော်ပြထားရှိပါသည်။ ဤနှစ်မျိုးစလုံးသည် ရောဂါရှာဖွေခြင်း၊ ကုသခြင်းနှင့် ဆေးညွှန်းပေးနိုင်သော ဆရာဝန်များ ဖြစ်သည်။ ဆရာဝန်များကို သမားတော် သို့မဟုတ် "GP" (အထွေထွေသမားတော်) ဟုခေါ်နိုင်သည်။

ကလေးအထူးကု

မွေးကင်းစကလေးများ၊ ကလေးများနှင့် လူငယ်တို့ကို ကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်မှုပေးသူ။

မိသားစုဆေးပညာ

အသက်အရွယ်မရွေးကုသပေးသော ကျမ်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူ။

အလုပ်သင်ဆရာဝန်

အရွယ်ရောက်ပြီးသူများကို ကျမ်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူ။

အခြားပံ့ပိုးပေးသူ အမျိုးအစားများ

အခြေခံကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူသည် သင့်ကျန်းမာရေးကို ကုသစီမံခန့်ခွဲရာတွင် ကူညီပေးသော ဆေးပညာရှင်ဖြစ်သည်။ ထိုသူတို့သည် ဆေးပညာဆရာဝန် ဖြစ်ချင်ဖြစ်ပါမည်။ လူနာအများစုမှ ဆေးခန်းရက်ချိန်းများတွင် ကနဦး PA သို့မဟုတ် NP ကိုတွေ့ပြီး MD သို့မဟုတ် DO နှင့် ခဏတာ သို့မဟုတ် ရံဖန်ရံခါသာ သွားရောက်စစ်ဆေးခြင်းသည် သာမန်ဖြစ်သည်။

PA- သမားတော်လက်ထောက် နှင့် NP- သူနာပြု

PA သို့မဟုတ် NP သည် ဆရာဝန်တစ်ဦး၏ လမ်းညွှန်မှုအောက်တွင် ရောဂါရှာဖွေ၊ ကုသနိုင်ပြီး ဆေးညွှန်းပေးနိုင်သည်။

PA နှင့် NP သူနာပြုများ သို့မဟုတ် ဆရာဝန်များ ဖြစ်ပါသလား?

NP သည် ပိုမိုအဆင့်မြင့်သော ကျန်းမာရေးပညာရေးနှင့် လေ့ကျင့်ရေးသင်ကြားမှု များ ရရှိထားသည့် သူနာပြုတစ်ဦးဖြစ်သည်။ NPs နှင့် PAs များသည် ဆရာဝန်များမဟုတ်သော်လည်း ထိုသူတို့သည် လေ့ကျင့်သင်ကြားထားပြီး ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ စောင့်ရှောက်မှုပေးရန် လိုင်စင်ရရှိထားသည်။

ကျန်းမာရေးအာမခံ

ကျန်းမာရေးအာမခံအစီအစဉ်သည် မတော်တဆမှု သို့မဟုတ် နာမကျန်းမှုကြောင့် ဆရာဝန်ထံ သွားရောက်ခြင်း၊ စမ်းသပ်ခြင်း၊ ဆေးဝါးနှင့် အခြားသော ကုန်ကျငွေများကို သက်သာဆေးနိုင်သည့် အစီအစဉ်ဖြစ်ပါသည်။

သင် သို့မဟုတ် သင့်ကလေးသည် အခမဲ့ သို့မဟုတ် ကုန်ကျစရိတ်သက်သာသော ကျန်းမာရေးအာမခံအတွက် အရည်အချင်းပြည့်မီနိုင်ပါသည်။

ကျန်းမာရေးအာမခံရယူရန်၊ သင်လုပ်နိုင်သည်မှာ-

- ကျန်းမာရေးအာမခံ အကျိုးခံစားခွင့်များအကြောင်း သင့်အလုပ်ရှင်နှင့် ဆွေးနွေးပါ။
- 211 WNY သို့ ဖုန်းခေါ်ဆိုခြင်းရန် သင့်ဖုန်း၌ 2-1-1 ကိုနှိပ်ပြီး ဖုန်းခေါ်နိုင်သလို သင့်တည်နေရာကုဒ်ကို ၈၉၈၂၁၁ သို့ ဖုန်းမှစာပို့ဆက်သွယ်ပါ။
- သင် အရည်အချင်းပြည့်မီသော အစီအစဉ်များကို ကြည့်ရှုရန် nystateofhealth.ny.gov သို့ ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ။ အောက်ကအကြိုပြုချက်များကိုကြည့်ပါ။
- အီရီကောင်တီ လူမှုဝန်ဆောင်မှုဌာနကို (၇၁၆) ၈၅၈-၈၀၀၀ သို့ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ သို့မဟုတ် <https://www3.erie.gov/socialservices/medicaid-program> သို့ ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ။

အကြိုပြုချက်- Child Health Plus အပါအဝင် ကျန်းမာရေးအာမခံတွင် စာရင်းသွင်းခြင်းနှင့် အခမဲ့အကူအညီပေးသည့် အခမဲ့အကူအညီပေးနေသော NY State of Health ဝဘ်ဆိုက်တွင် “ဒေသန္တရအကူအညီကိုရှာပါ” ကိုရှာပါ။ အကူအညီကို ဘာသာစကားမျိုးစုံဖြင့် ညနေပိုင်းနှင့် စနေ၊ တနင်္ဂနွေများတွင် ရနိုင်ပါသည်။

OB/GYN- သားဖွားမီးယပ်/မီးယပ်အထူးကု

ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်း၊ မွေးဖွားခြင်း၊ မွေးပြီးနောက် (postpartum) နှင့် မျိုးပွားရေး ကျန်းမာရေးကို အထူးပြု စောင့်ရှောက်သော ဆရာဝန်

GERIATRICIAN သို့မဟုတ် သက်ကြီးရွယ်အို

ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသည့် ဆရာဝန်

သက်ကြီးရွယ်အိုများနှင့် သက်လတ်ပိုင်းများ၏ကျန်းမာရေးကို အဓိက စောင့်ရှောက်မှုပေးသူ။



ဝန်ဆောင်မှုပေးသူကို ရွေးချယ်ခြင်း။

ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူကို ရှာရန် နည်းလမ်းများစွာရှိသည်။

 **အွန်လိုင်းတွင်ရှာပါ။** ဝတ်ဆိုင်များစွာသည် ဆက်သွယ်ရန်အချက်အလက်နှင့် သုံးသပ်ချက်များကို ပေးပါလိမ့်မည်။ သင့်တည်နေရာနှင့် နီးစပ်သော ဝန်ဆောင်မှုပေးသူများကို ရှာဖွေရန် မည်သည့်အင်တာနက်ဘရောက်ဆာတွင်မဆို "ကျွန်ုပ်အနီးရှိ အခြေခံကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူကိုရှာပါ" ကိုရိုက်နှိပ်ပြီး ရှာပါ။

 **သင်၏ကျန်းမာရေးအာမခံကုမ္ပဏီကိုမေးပါ။** အာမခံပေးသူများသည် သင်၏ရွေးချယ်မှုများကို ဆွေးနွေးရန် သင်ခေါ်ဆိုနိုင်သော အွန်လိုင်းကိရိယာတစ်ခု သို့မဟုတ် ဆက်သွယ်နိုင်သည့်ဖုန်းနံပါတ်ရှိပါသည်။

 **သင့်လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းကို မေးပါ။** သင်ယုံကြည်ရသောသူများနှင့် သင်ပါဝင်သည့်အဖွဲ့များတွင် အကြံပြုချက်ကောင်းများ ရှိနိုင်ပါသည်။ မေးမြန်းစုံစမ်းရမည့်မေးခွန်းများကို သိရန် အောက်ပါလမ်းညွှန်ချက်ကို အသုံးပြုပါ။

 **သင့်ဒေသခံဆေးရုံသည် သင့်အား ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူကိုရှာဖွေရန် ကူညီပေးနိုင်ပါသည်။** တချို့ဆေးရုံတွေမှာလည်း အခြေခံကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ဆေးခန်းများပင် ရှိကြပါသည်။

ဝန်ဆောင်မှုပေးသူတစ်ဦးကို ရွေးချယ်ရာတွင် အောက်ပါအချက်အချို့ကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားသင့်သည်-

- **ကျွမ်းကျင်မှု။** အကယ်၍ သင့်တွင် ဆီးချိုရောဂါကဲ့သို့ နာတာရှည်ရောဂါတစ်ခု ရှိပါက သို့မဟုတ် သွေးဆုံးခြင်းကဲ့သို့ သင့်ဘဝအတွက် အပြောင်းအလဲကြီးကြီးမားမား ကြုံတွေ့နေရပါက အဆိုပါ ရောဂါများ၌ အထူးပြုသည့် ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုပေးသူကို ရှာဖွေပါ။
- **လိုအပ်ချက်များ။** အချို့သော ဝန်ဆောင်မှုပေးသူများသည် ဘာသာစကားပေါင်းစုံ၊ ရွှေ့ပြောင်းနေထိုင်သူများ သို့မဟုတ် LGBTQIA+ အသိုင်းအဝိုင်းများကို ကုသရာတွင် ၎င်းတို့ ကျွမ်းကျင်ဆေးပညာသာမက လိုအပ်ပါက စေတနာ့ဝန်ထမ်း သို့မဟုတ် စိတ်ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုကဲ့သို့သော ဝန်ဆောင်မှုများကို ထပ်ဆောင်း ပံ့ပိုးပေးကြပါသည်။ သင်သည် သင်၏ယဉ်ကျေးမှုအရ သို့မဟုတ် သီးခြားအသက်အပိုင်းအခြား၊ ကျား၊မဖြစ်တည်မှုနှင့် တိုင်းရင်းသားဖြစ်တည်မှု ချိတ်ဆက်နေသည်ဟု ခံစားရမည့် ဝန်ဆောင်မှုပေးသူကို ရှာနိုင်ပါသည်။
- **တည်နေရာ။** သင်သွားလာရာတွင် လွယ်ကူစွာသွားရောက်နိုင်မည့် ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုပေးသူကိုရှာပါ။ ဝန်ဆောင်မှုပေးသူအချို့သည် အများသုံး သယ်ယူပို့ဆောင်ရေးလမ်းကြောင်းများဖြင့် သွားလာနိုင်သည့် နေရာတွင် ရှိနေသည်။ အချို့သောဝန်ဆောင်မှုပေးသူများသည် ကားရပ်နားရန် ခက်ခဲသောလမ်းဘေးကားရပ်နားရန်သာ ရရှိနိုင်သည်။ သက်ကြီးရွယ်အိုများအတွက် မက်ဒီအိမ်၊ သင်၏အာမခံကုမ္ပဏီ၊ သို့မဟုတ် အဖွဲ့အစည်းများမှ သင့်အား ဆေးခန်းရက်ချိန်းသို့ရောက်ရှိရန် ကူညီပေးနိုင်ပါသည်။
- **အချိန်။** သင့်အချိန်ဇယားနှင့် ခရီးသွားလိုအပ်ချက်များနှင့် ကိုက်ညီသော ရုံးချိန်းနှင့် တည်နေရာများကို ရှာဖွေပါ။ အချို့ရုံးများတွင် ညနေပိုင်းနှင့် ရုံးပိတ်ရက်များ၌ ဖွင့်လှစ်သော ဆေးခန်းများရှိပါသည်။ အချို့သော ဆေးခန်း/ရုံးများသည် ရုံးပိတ်သည့်အခါ အွန်လိုင်းမှ တိုက်ရိုက်အကူအညီပေးသည်။
- **ဂုဏ်သိက္ခာ။** သင်ယုံကြည်စိတ်ချရသော ဝန်ဆောင်မှုပေးသူကိုရှာဖွေပြီး သင့်ရွေးချယ်မှုများကို လေးစားလိုက်နာမည်သူကို ရှာဖွေခြင်းသည် အရေးကြီးပါသည်။
- **ကိုက်ညီမှု။** သင်၏ပထမဆုံးအကြိမ် ဆေးခန်းသို့သွားရောက်မှု ပြီးနောက် သင့်အတွေ့အကြုံကို ပြန်လည်သုံးသပ်ပါ။ သင်နှင့် သင့်လျော်မှုမရှိပါက အခြားဝန်ဆောင်မှုပေးသူကိုရှာရန် သင်ရွေးချယ်နိုင်ပါသည်။

ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုပေးသူများကို ပြောင်းလဲခြင်းသည် စိတ်ဖိစီးစေနိုင်သော်လည်း သင့်စကားကို နားထောင်ပြီး နားလည်ပေးမည့် ဝန်ဆောင်မှုပေးသူရှိရန် အရေးကြီးပါသည်။

လေးစားမှုနှင့် ဂုဏ်သိက္ခာသည် အဓိကအရေးပါသည်။

မှတ်သားရန်- ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူသည် သင့်အား ဝန်ဆောင်မှုပေးသူဖြစ်သည်ကို သတိပြုပါ။

သင်၏ယဉ်ကျေးမှု၊ လူမျိုး၊ သို့မဟုတ် လူမျိုးစုအပေါ် ဝန်ဆောင်မှုပေးသူမှ မည်မျှ နားလည်သဘောပေါက်မှုရှိသည်ကို မေးမြန်းနိုင်ပါသည်။ ၎င်းသည် သင့်စောင့်ရှောက်မှုတွင် အရေးကြီးသောအရာကို နားလည်ရန် ကူညီပေးပါမည်။ ဤတွင် မေးရန်မေးခွန်း ၃ ခု မှာ -

- 1 မင်း ငါလိုလူတွေကို ဆက်ဆံဖူးလား ဒါမှမဟုတ် ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုဆိုင်ရာ လေ့ကျင့်မှု ခံယူဖူးလား?
- 2 ပြောဆိုဆက်ဆံရေးနှင့် ကျွန်ုပ်၏ ဆက်ဆံပုံအပေါ် သက်ရောက်မှုရှိနိုင်တဲ့ ကျွန်ုပ်တို့၏ မတူညီသော ယဉ်ကျေးမှုနောက်ခံများကို သင်မည်ကဲ့သို့ မြင်ပါသလဲ?
- 3 ကျွန်ုပ်ကဲ့သို့ လူနာများအတွက် ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ ရလဒ်များ ကွာခြားချက်များကို သင်နားလည်သဘောပေါက်ပါသနည်း?

တစ်ခါတစ်ရံတွင် ဝန်ဆောင်မှုပေးသူများသည် သင့်အတွက် အဓိပ္ပာယ်မရှိသော ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ အသုံးအနှုန်းများကို ရှင်းပြသည်။ သင်နားလည်ရန် ခက်ခဲပါက မေးခွန်းများမေးနိုင်ပါသည်။ မေးမြန်းသည်များကို သင်နားလည် သဘောပေါက်အောင် ရှင်းပြရန်မှာ ဝန်ဆောင်မှုပေးသူ၏ အလုပ်တာဝန်ဖြစ်သည်။

သင်၏ကျန်းမာရေးနှင့် စိတ်ခန္ဓာကျန်းမာရေးကို စီမံခန့်ခွဲရာတွင် ကူညီရန် ဝန်ဆောင်မှုပေးသူကို ငှားရမ်းခဲ့သည်။ တာဝန်ခံပါ။ ယုံကြည်မှုသည် သင့်ဝန်ဆောင်မှုပေးသူနှင့် သင့်ဆက်ဆံရေး၏ အရေးကြီးသောအစိတ်အပိုင်းတစ်ခု ဖြစ်သည်။ သင့်ပံ့ပိုးပေးသူသည် သင့်အား မယုံကြည်ခြင်း သို့မဟုတ် လေးစားမှုမရှိကြောင်း သင်ခံစားရပါက၊ သင့်လိုအပ်ချက်ကို ဖြည့်ဆည်းပေးနိုင်မည့် ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှု ပံ့ပိုးပေးသူကိုရှာရန် အခွင့်အရေးရှိပါသည်။

 သင့်အနီးနားရှိ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုစင်တာတွင် ကုန်ကျစရိတ်သက်သာသော အခြေခံကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု၊ အပြုအမူဆိုင်ရာ စိတ်ကျန်းမာရေးနှင့် သွားဘက်ဆိုင်ရာ စောင့်ရှောက်မှုကို ရှာပါ။ www.snapcapwny.org/#safety သို့ ဝင်ရောက်လေ့လာကြည့်ရှုပါ။

ဆေးခန်းပြသမှုအမျိုးအစားများ

ကြိုတင်ကာကွယ် စောင့်ရှောက်မှု စစ်ဆေးပြသမှုများ



- သင်၏ နှစ်စဉ်ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးမှုတွင် ခန္ဓာပိုင်းဆိုင်ရာစစ်ဆေးမှုတစ်ခုပါဝင်ပြီး ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းနှင့် ဓာတ်ခွဲစမ်းသပ်ခြင်းများလည်း ပါဝင်နိုင်ပါသည်။ သင်၏ ဝန်ဆောင်မှုပေးသူသည် သင့်နှလုံးနှင့် အဆုတ်ကျန်းမာရေး၊ သင့်နှာခေါင်းနှင့် ပါးစပ်တို့ကို ကြည့်ရှုစစ်ဆေးခြင်းနှင့် အခြားသော စမ်းသပ်စစ်ဆေးခြင်း အပါအဝင် သင့်အထွေထွေကျန်းမာရေးကို စစ်ဆေးမည်ဖြစ်သည်။ သင့်ဝန်ဆောင်မှုပေးသူသည် အချိန်နှင့် အမျှ ပြောင်းလဲနေသော သင့်ကျန်းမာရေးဖြစ်ပေါ်တိုးတက်မှုများကို သင်၏ ထွက်ဆိုဆွေးနွေးချက်များမှ တစ်ဆင့် မှတ်တမ်းတင်ထားရှိပါမည်။
- တုပ်ကွေးကဲ့သို့သော ကူးဆက်ရောဂါကာကွယ်ဆေးများ သို့မဟုတ် ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းများသည် ရောဂါပိုးမွှားများကို မည်သို့ခံကာကွယ်ရမည်ကို သင့်ခန္ဓာကိုယ်၏ ခုခံအားစနစ်အားကောင်းလာစေခြင်းဖြင့် ဖျားနာခြင်းကို ကာကွယ်နိုင်ပါသည်။
- သင့်နှစ်စဉ်ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုအတွက် ဆေးခန်းရက်ချိန်းမရောက်မှီ လိုအပ်သော ဓာတ်ခွဲခန်းစစ်ဆေးမှုများကို ပုံမှန်အားဖြင့် သင့်ဝန်ဆောင်မှုပေးသူက ချိန်းဆိုပေးပါသည်။ ခန္ဓာပိုင်းဆိုင်ရာဓာတ်ခွဲဆေးစစ်ခြင်း သည် နှစ်စဉ်မဖြစ်မနေ ပြုလုပ်ရမည့် ဓာတ်ခွဲခန်းစမ်းသပ်မှုကို ရည်ညွှန်းပါသည်။ ဓာတ်ခွဲခန်းသည် သင့်ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ အချက်အလက်များ ရယူနိုင်ရန် သွေး၊ ဆီးနှင့် အခြားခန္ဓာကိုယ်အရည်များကို နမူနာထုတ်ယူမိတ်ခွဲမှုပြုပါသည်။
- ကြိုတင်ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ပေးမှုများ သည် ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာစိုးရိမ်မှုများကို စောစီးစွာသိရှိနိုင်ရန် စစ်ဆေးစမ်းသပ်မှုဖြစ်ပါသည်။ ဤစမ်းသပ်ချက်များသည် ကင်ဆာ၊ ခုခံအား ကျဆင်းခြင်းနှင့် နောက်ဆက်တွဲ ချို့ယွင်းချက်များကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်သည့် လူ့ခန္ဓာ ရပ်တည်ရန် ခက်ခဲသည့် အန္တရာယ်များ စိတ်ကျန်းမာရေးပြောင်းလဲမှုများနှင့် အခြားအရာများကဲ့သို့သော အရာများကို ကြိုတင်သိရှိရှာဖွေပေးခြင်းဖြစ်ပါသည်။



ကျန်းမာရေးအာမခံအစီအစဉ်အများစုသည် သင်၏နှစ်စဉ် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုနှင့် ကင်ဆာစစ်ဆေးခြင်းကဲ့သို့သော ကြိုတင်ကာကွယ်မှုအစီအမံများအတွက် အကျိုးဝင်သည် သို့မဟုတ် ဝန်ဆောင်မှုအတွက်ပေးချေပါသည်။ သင့်ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုအစီအစဉ်အောက်တွင် မည်သည့်ကြိုတင်ကာကွယ်စောင့်ရှောက်မှုအစီအမံများကို အကျိုးဝင်ကြောင်း သိရှိနိုင်ရန် သင့်အာမခံကုမ္ပဏီနှင့် စစ်ဆေးနိုင်ပါသည်။

ကြိုတင်ကာကွယ်မှု ဟု သတ်မှတ်ထားသော ဝန်ဆောင်မှုများနှင့် ဆေးခန်းပြသ မှုများအတွက် သင်မှ ပူးတွဲပေးချေမှု သို့မဟုတ် ပူးတွဲပေးချေမှုပေးဆောင်ရန် လိုအပ်ပါသည်။ ဆိုလိုသည်မှာ ဆေးခန်းရက်ချိန်းများအတွက် အခကြေးငွေပေးဆောင်ရမည် ဖြစ်ပါသည်။ သင်မှ ကျခံပေးရမည့်အပိုင်းနှင့် ပတ်သက်၍ မည်ကဲ့သို့ ဖြစ်လာမည်ကို သိရန် သင်၏ ကျန်းမာရေးအာမခံ အစီအစဉ်ဖြင့် စစ်ဆေးပါ။

ပုံမှန်စစ်ဆေးမှုများနှင့် နာတာရှည် စောင့်ရှောက်မှု ဆေးခန်းပြသမှုများ

- ရောဂါရှာဖွေစစ်ဆေးမှုများသည် စမ်းသပ်စစ်ဆေးမှုများ၊ လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများ သို့မဟုတ် အကဲဖြတ်ခြင်းများသည် ရောဂါ သို့မဟုတ် ဆေးဘက်ဆိုင်ရာကုသရန်အခြေအနေရှိမရှိ၊ ရောဂါအခြေအနေ မည်မျှပြင်းထန်သနည်း?၊ (တစ်ခါတစ်ရံတွင်) အကြောင်းရင်းကို ဆုံးဖြတ်ရန် ထောက်အကူဖြစ်စေသော အကဲဖြတ်မှုများဖြစ်သည်။ ယေဘုယျအားဖြင့် ရောဂါရှာဖွေစစ်ဆေးသပ်မှုတစ်ခုမှာ အသားစထုတ်ယူစစ်ဆေးခြင်း ဖြစ်သည်။ အသားစထုတ်ယူစစ်ဆေးခြင်းဆိုသည်မှာ ရောဂါအတွက် သင့်ခန္ဓာကိုယ်မှ အသားစတစ်ရှူး သို့မဟုတ် အရည် နမူနာကို စစ်ဆေးသည့် ဓာတ်ခွဲခန်းတစ်ခုဖြစ်သည်။
- သင့်တွင် နာတာရှည်ကျန်းမာရေးချို့ယွင်းချက်ရှိကြောင်း စစ်ဆေးတွေ့ရှိပါက၊ ပြဿနာကိုစီမံခန့်ခွဲရန်၊ တိုးတက်ပြောင်းလဲမှုများကို စောင့်ကြည့်ရန်နှင့် သင့်ကျန်းမာရေးကို စီမံခန့်ခွဲရန်နှင့် တိုးတက်ကောင်းမွန်လာစေရန်အတွက် ပုံမှန်သွားရောက်စစ်ဆေးကြည့်ရှုရန် သင့်အား အကြံပြုပါလိမ့်မည်။

မကြာခန့်ကျမ်းမာရေးစစ်ဆေးပြသမှုများ

- ဖျားနာခြင်းကြောင့် ဆေးခန်းပြသခြင်းများသည် လည်ချောင်းနာခြင်း သို့မဟုတ် လက်ချောင်းကျိုးခြင်းကဲ့သို့ တိကျသောကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ အခြေအနေများအတွက်သာ ဖြစ်ရပါမည်။
- အရေးပေါ်အခန်း (ER) သို့မဟုတ် ဆေးရုံ၌ အရေးပေါ်ဆေးဝါးကုသမှုခံယူပြီးနောက် ဆေးခန်းရက်ချိန်းသွားရောက်များကို စဉ်ဆက်မပြတ် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ဟုခေါ်ဆို ပါသည်။ ဤနောက်ဆက်တွဲ ဆေးရုံရက်ချိန်းများသည် ER သို့မဟုတ် ဆေးရုံတက်ပြီးနောက် ပြုလုပ်လေ့ရှိသည့် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပုံစံတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ ဤဆေးရုံရက်ချိန်းများသို့ ပုံမှန်သွားရောက်ခြင်းသည် ဆေးရုံ၏ ဆေးဝါးညွှန်ကြားချက်များနှင့် ဆေးဝါးကုသမှုများကို မှန်ကန်စွာလိုက်နာလျက်ရှိကြောင်းကို သဘောပေါက်စေရန် သင်၏ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူထံသို့ စုံစမ်းမေးမြန်းနိုင်ရန် အခွင့်ကောင်းတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။

သင့်ခန္ဓာကိုယ်ကို သင်သည်အကောင်းဆုံးနားလည်သူဖြစ်ပါသည်။

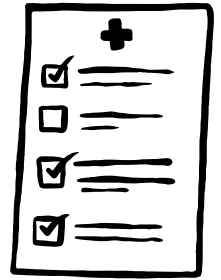
➔ သင်တစ်ခုခု ခံစားနေရပါက သင့်ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်သူကို ပြောပြပါ။



လက္ခဏာများနှင့် ရောဂါလက္ခဏာများ မျှဝေသောအခါတွင် သင်၏ဝန်ဆောင်မှုပေးသူက သင့်စကားကို နားထောင်ခြင်းမရှိဟု သင်ထင်မြင်နေပါက၊ သင်သည် ခံစားရကြောင်း သင့်ဆရာဝန်အား ပြောပြပါ။ နားမထောင်သေးရင် ဆရာဝန်အသစ်ရှာဖွေ လိုပါလိမ့်မယ်။ မတရားခွဲခြားဆက်ဆံခံရသည်ဟု ခံစားရပါလျှင် သင့်ဆရာဝန်ကို သင့်ကျန်းမာရေးအာမကုမ္ပဏီသို့ အကြောင်းကြားပါ။ ဝန်ဆောင်မှုပေးသူများကို ပြောင်းလဲခြင်းသည် စိတ်ဖိစီးစေနိုင်သော်လည်း သင့်စကားကို နားထောင်ပြီး နားလည်ပေးမည့် ဝန်ဆောင်မှုပေးသူရှိရန် အရေးကြီးပါသည်။

ဆေးခန်းပြခြင်းအတွက် ပြင်ဆင်ခြင်း

သင့်ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုပေးသူနှင့် တွေ့ဆုံခြင်းမပြုမီ မိမိ၏ ရောဂါလက္ခဏာများ (သိသာထင်ရှားသော ကျန်းမာရေး အပြောင်းအလဲများ) သို့မဟုတ် ရောဂါလက္ခဏာများ (သူတစ်ပါးသတိပြုမိခြင်းမရှိ သာ မိမိ၏ ရောဂါလက္ခဏာများ) ကို စာရင်းပြုစုသွားပါ။ သင့်ကျန်းမာရေးနှင့် ပတ်သက်ပြီး စိုးရိမ်ပူပန်နေသည့် အချက်အလက်များ၊ မေးမြန်းလိုသည်များကို မိမိနှင့် တစ်ပါးတည်း ယူဆောင်သွားပါ။ အကယ်၍ သင်သည် သင့်ဆရာဝန်နှင့် ပွင့်လင်းရိုးသားစွာ ဆွေးနွေးပါက၊ ရောဂါအခြေအနေ မစိုးဝါးမှီ သင်၏ရောဂါအခြေအနေနှင့် ယင်းရောဂါလက္ခဏာအကြောင်းကို သင်လေ့လာသိရှိနိုင်ပေမည်။ စောစီးစွာရောဂါကိုရှာဖွေတွေ့ရှိခြင်းက သင့်အား ကုသမှုရွေးချယ်စရာနည်းလမ်းများနှင့် ပိုမိုကောင်းမွန်သော ရလဒ်များကိုပေးစွမ်းနိုင်မည်။ သင်၏ ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုပေးသူသည် ။သင်၏ရောဂါလက္ခဏာပေါ်မူတည်ပြီး၊ သွေးစစ်ခြင်း၊ ဓာတ်မှန်ရိုက်ခြင်းနှင့် အခြားသော ကျန်းမာရေး ဆေးစစ်ချက်များကို ပြုလုပ်စေမည်ဖြစ်ပါသည်။



ဘာတွေမျှော်လင့်ထားသင့်သလဲ သင်ဆေးခန်းသွားပြတဲ့အခါ

- သင့်ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး စစ်ဆေးမှုကို အနည်းဆုံး တစ်နှစ်လျှင် တစ်ကြိမ် ပြုလုပ်သင့်သည်။ သင့်ဝန်ဆောင်မှုပေးသူမှ-
 - သင့်ကိုယ်တွင်းအင်္ဂါများ ကောင်းမွန်စွာ အလုပ်လုပ်ပုံကို စစ်ဆေးပါ။
 - ဝသင့်မျက်လုံး၊ နား၊ အရေပြား၊ နှလုံး၊ အဆုတ်နှင့် အခြားအရာများကို စစ်ဆေးပါ။
 - ဝသင့်မျက်လုံး၊ နား၊ အရေပြား၊ နှလုံး၊ အဆုတ်နှင့် အခြားအရာများကို စစ်ဆေးပါ။
 - သင်၏ဓာတ်ခွဲခန်း စစ်ဆေးမှု ရလဒ်မှန်သမျှကို ပြန်လည်ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ပါ။
- ယခင်က ခွဲစိတ်မှု နှင့် အခြေအနေများ အပါအဝင် သင်၏ ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ ရာဇဝင်ကို ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်း။ သင့်ဆေးဘက်ဆိုင်ရာသမိုင်းကြောင်းကို နားလည်ခြင်းက သင့်ဝန်ဆောင်မှုပေးသူကို သင့်ကျန်းမာရေး၏ ပုံသဏ္ဌာန် အပြည့်အစုံကိုမြင်တွေ့စေပြီး သင့်တိကျသောဆေးဘက်ဆိုင်ရာ လိုအပ်ချက်များနှင့် အံဝင်ခွင်ကျဖြစ်စေသော ကုသမှုအစီအစဉ်ကို ဖန်တီးပေးပါသည်။
- သင့်မိသားစု ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ ရာဇဝင်ကို ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်း (သင်နှင့် သက်ဆိုင်သည့် လူများ၏ အခြေအနေများ)။ အချို့သောရောဂါများနှင့် အခြေအနေများသည် မျိုးရိုးလိုက်ဖြစ်သောစွာတွင်း ဖြစ်ပွားသောကြောင့် ယင်းသည် အရေးကြီးပါသည်။ ဤအချက်အလက်သည် သင့်ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုအတွက် အရေးကြီးသော အချက်အလက်တစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ သင့်ဝန်ဆောင်မှုပေးသူသည် သင့်မိသားစုဆေးဘက်ဆိုင်ရာရာဇဝင်ကို သိပါက၊ ထိုအချက်တို့သည် သင့်အား ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ပိုမိုတိကျသောအကြံပြုချက်များကို ပြုလုပ်ပေးနိုင်ပါသည်။

အကြံပြုချက်များ

- သင့်တွင်ရှိနိုင်သည့်မေးခွန်းများစာရင်းကို ယူဆောင်လာခြင်းဖြင့် မေးမြန်းစဉ်အတွင်း မမေ့လျော့စေရန် အထောက်အကူပြုပါသည်။
- သင်သောက်နေသော ဆေးများ၊ အရောင်းဆိုင်မှ ဆေးဝါးများနှင့် ဗီတာမင်များစာရင်းကို ယူဆောင်လာပါ။
- သင့်အားဝန်ဆောင်မှုပေးသူပြောသည်ကို သင်မမှတ်မိနိုင်ပါက သို့မဟုတ် နားမလည်နိုင်ဟု ယူဆပါက သူငယ်ချင်း သို့မဟုတ် မိသားစုဝင်တစ်ဦးဦးကို ခေါ်ဆောင်သွားပါ။
သင့်ဝန်ဆောင်မှုပေးသူကို သင့်ဖုန်းဖြင့် ဆေးရုံရက်ချိန်းကို မှတ်တမ်းရယူနိုင်ပါသလား၊ မေးမြန်းနိုင်ပါသည်။
- သင့်ဝန်ဆောင်မှုပေးသူပြောသည်ကို မှတ်မိစေရန် ရေးသားမှတ်သားထားပါ။
- သင့်ဝန်ဆောင်မှုပေးသူကို စကားကိုဖြည်းညှင်းစွာပြောရန်၊ ရိုးရှင်းသော ဘာသာစကားကို အသုံးပြုရန်နှင့် သင်နားမလည်သည့်အရာများကို ရှင်းပြရန် တောင်းဆိုပါ။
 - ဝသူတို့ပြောသမျှကို ပြန်ပြောပါ။ "ငါသဘောပေါက်ပါတယ်- _____ ငါနားလည်တာ မှန်ရဲ့လား?"
- ဆေးစစ်ချက်မှတ်တမ်းများ၏ မိတ္တူကို တောင်းဆိုပါ။ ဓာတ်ခွဲခန်း သို့မဟုတ် ဓာတ်မှန်ရိုက်ရန် အမိန့်စာများကို ဓာတ်ခွဲခန်း သို့မဟုတ် ဓာတ်မှန်ဌာနသို့ တိုက်ရိုက်ပေးပို့ကြောင်း ကျန်းမာရေးပံ့ပိုးပေးသူရှ်များက ပြောပါလိမ့်မည်။ တခါတရံတွင် ဓာတ်ခွဲခန်းဆေးစစ်ချက်ရယူရန် ဆေးခန်း၏ အမိန့်စာကို ဓာတ်ခွဲခန်းမှ ကို အချိန်မှီ လက်ခံရရှိခြင်းမရှိပါက သင်၏ဓာတ်ခွဲခန်းရက်ချိန်းကို ပြန်လည်စီစဉ်ရန် လိုအပ်ပါသည်။ သို့ဖြစ်၍ ဓာတ်ခွဲခန်းဆေးစစ်ချက်ခံယူရန် ညွှန်ကြားစာ မိတ္တူတစ်စောင်ကို သင်၏ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ဝန်ဆောင်မှုပေးသူထံမှ ရယူထားခြင်းဖြင့် သင့် အချိန်ကို သက်သာစေနိုင်ပါသည်။

ဂရုတစိုက်ကုသခြင်း

ဂရုတစိုက်ကုသခြင်း ဆိုသည်မှာ သင်၏ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် ဝိညာဉ်ရေးဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးကို ဂရုတစိုက် ထည့်သွင်းစဉ်းစားပေးသည့် ဝန်ဆောင်မှုများစွာကို ရည်ညွှန်းသည်။ လူတိုင်းသည် ဂရုစိုက်မှုကို ခံထိုက်ပါတယ်။ ဤ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု အမျိုးအစားမှာ လူတစ်ဦးချင်းစီ၏ ကျား၊မ လက္ခဏာခံယူချက်ကို လက်ခံမှုပြုပြီး ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းမပြုဘဲ ရောဂါရင့်သူများ၏ ခံစားနေရမှုများ သက်သာစေရန် တန်းတူ စောင့်ရှောက်မှုပေးခြင်းနှင့် ကျန်းမာသော အသက်တာရရှိစေရန် ပံ့ပိုးသည့် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုဖြစ်ပါသည်။ သင်နှင့် ထိုက်တန်သော လေးစားမှုကို မရရှိပါက၊ သင်၏ ဝန်ဆောင်မှုပေးသူကို အသိပေးပါ သို့မဟုတ် သင့်ကျန်းမာရေးအာမခံကုမ္ပဏီထံ သင့်အကြံပြုချက်အား တင်ပြနိုင်ပါသည်။ ဝန်ဆောင်မှုပေးသူများကို ပြောင်းလဲခြင်းသည် စိတ်ဖိစီးစေနိုင်သော်လည်း သင့်အား နားထောင်ပေးသူ၊ နားလည်ပေးသူ၊ သင့်တစ်ဦးချင်းစီ၏ လိုအပ်ချက်များကို ပံ့ပိုးပေးသည့် ပံ့ပိုးသူရှိရန် အရေးကြီးပါသည်။



သင်၏ ဆေးရုံရက်သို့ သွားရောက်ခြင်း။



သင့် ဆေးရုံရက်ချိန်ကို ရယူပြီးသည်နှင့် ထိုနေရာသို့ မည်သို့သွားရောက် ရမည်ကို စီစဉ်ရမည့်အချိန် ဖြစ်သည်။ သွားလာရေးခက်ခဲနိုင်သော်လည်း သင့်အတွက် အဆင်ပြေစေမည့် ရွေးချယ်စရာများရှိပါသည်။ NFTA ဝတ်ဆိုင်ကတွင် သင့်အတွက် ပြည်သူ့ ပို့ဆောင်ရေး ဘတ်စကားလမ်းကြောင်းများဆိုင်ရာ အချက်အလက် ရှိပါသည်။ Google နှင့် Apple မြေပုံနှစ်ခုစလုံးသည် ဘတ်စကားနှင့် ဖြတ်သန်းချိန်ဇယားများကို အသုံးပြု၍ အများသူငှာသယ်ယူပို့ဆောင်ရေးလမ်းကြောင်းများကို ကူညီပေးပါသည်။ သင့်တွင် ကား သို့မဟုတ် ယာဉ်မောင်းလိုင်စင်ကို မရှိပါက သူငယ်ချင်း သို့မဟုတ် မိသားစုဝင်တစ်ဦးဦးထံမှ အကူအညီ တောင်းခံနိုင်ပါ သည်။ အချို့သော ရပ်ရွာဌာနများနှင့် ကျန်းမာရေး ဆေးခန်းများသည် လိုအပ်သူများအတွက် သယ်ယူပို့ဆောင်ရေး ပေးဆောင်နိုင်ပါသည်။ သင့်တွင် မက်ဒီအိဒ် ရှိပါက၊ သင်သည် အရေးပေါ်မဟုတ်သော ဆေးဘက်ဆိုင်ရာသယ်ယူပို့ဆောင်ရေး (NEMT) အတွက် အရည်အချင်းပြည့်မီနိုင်ပါသည်။ နောက်ထပ်အချက်အလက်များအတွက် သင့်ဝန်ဆောင်မှုပေးသူကိုမေးပါ သို့မဟုတ် မက်ဒီအိဒ်သို့ ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။

အီရီကောင်တီရှိ အချို့သောမြို့များ၊ မြို့များနှင့် ကျေးရွာများတွင် သက်ကြီးရွယ်အိုများအတွက် ကိုယ်ပိုင်သယ်ယူပို့ဆောင်ရေးဝန်ဆောင်မှုများ ရှိသည်။ သင်သည် သယ်ယူပို့ဆောင်ရေးဝန်ဆောင်မှုများအတွက် အရည်အချင်းပြည့်မီခြင်းရှိမရှိ ကြည့်ရှုစစ်ဆေးပါ။ သက်ကြီးရွယ်အိုများအတွက် အီရီကောင်တီဌာနတွင် သယ်ယူပို့ဆောင်ရေးဝန်ဆောင်မှုများစာရင်းရှိသည်။ <https://www3.erie.gov/aging/transportation> သို့ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ သို့မဟုတ် (၇၁၆) ၈၅၈-၈၅၂၆ သို့ခေါ်ဆိုပါ။

အကြံပြုချက်! သင်၏ရောဂါရှာဖွေခြင်း နှင့် ဆေးဝါးများစာရင်းကို သင်နှင့်အတူ ဆောင်ထားပါ။ ဆေးပိုက်ဆံအိတ်ကတ် သို့မဟုတ် သင့်လူနာပေါ်တယ်မှ ပရင့်ထုတ်ခြင်းအတွက် သင့်စောင့်ရှောက်မှုပေးသူကို မေးပါ။

သင်၏ဆေး ထုတ်ယူခြင်း။

ဆေးစာ သို့မဟုတ် ဆေးစာရင်းအညွှန်းဆိုသည်မှာ သင်လိုအပ်သော ဆေးဝါးများကို ဆေးဆိုင်မှ ထုတ်ပေးနိုင်ရန် လိုင်စင်ရကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူ၏ ဆေးစာရင်းဖြစ်သည်။ ဆေးစာရင်းအညွှန်းတွင် သင့်ဆေးကို မည်မျှနှင့် အကြိမ်မည်မျှ သောက်သင့်သည်ကဲ့သို့သော သင့်ပံ့ပိုးပေးသူထံမှ ညွှန်ကြားချက်များ ပါဝင်သည်။ သင့် ဆေးစာရင်းအညွှန်း၏ စာရွက်မိတ္တူကို သင်လက်ခံရရှိဖူးသော်လည်း ဆေးစာအများစုကို ယခုအခါ အီလက်ထရွန်နစ်စနစ်ဖြင့် ပေးပို့ထားပြီး တစ်ခါတစ်ရံတွင် "အီလက်ထရောနစ်-ဆေးစာရင်းအညွှန်း" ဟုခေါ်သည်။

သင့်တွင် ကျန်းမာရေးအာမခံရှိပါက မည်သည့်ဆေးဆိုင်များကို သုံးနိုင်သည်ကို သိရှိရန် သင့်ကျန်းမာရေးအာမခံကတ်ရှိ အဖွဲ့ဝင်ဝန်ဆောင်မှုဖုန်းနံပါတ်ကို ခေါ်ဆိုပါ။ **ဆေးမှာယူခြင်း သို့မဟုတ် စာတိုက်မှဆေးပို့ပေးခြင်းများကို** ဆေးဆိုင်ရွေးချယ်စရာများအကြောင်းလည်း မေးနိုင်သည်။ စာတိုက်မှ မှာယူသော ဆေးဆိုင်များသည် သင့်ဆေးများကို သင့်အိမ်လိပ်စာသို့ တိုက်ရိုက်ပေးပို့နိုင်ပြီး ဖြည့်စွက်စာများအတွက်ကို အဆင်ပြေစေပါသည်။ အချို့သော စာတိုက်မှ ဆေးအမှာစာများသည် သင် ဆေးသောက်သုံးရမည့် နေ့ရက်အလိုက် သင့်သောက်ဆေးများကို စီမံပေးပါသည်။ သင့်ဆေးစာများကို မည်သည့်ဆေးဆိုင်သို့ ပေးပို့ရမည်ကို သင့်ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူကို မေးပါ။



သင့်အနီးနားရှိ ဆေးဆိုင်ကိုရှာဖွေပြီး အချိန်ကုန်သက်သာသော အကြံပြုချက်များကို လေ့လာရန်၊
<https://www3.erie.gov/health/pharmacies-and-prescriptions> သို့ ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ။



သင်၏ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူကိုမေးရန်-

- ရက် ၉၀ ထောက်ပံ့မှုကို သင် ပြုလုပ်ပေးပါသလား။
 - ဝသွေးပေါင်ချိန်၊ ဆီးချိုရောဂါ သို့မဟုတ် ပန်းနာရင်ကျပ်ရောဂါကဲ့သို့သော အခြေအနေများအတွက် ဆေးသောက်ပါက ရက် ၉၀ ထောက်ပံ့မှုကို မေးမြန်းပါ။ ၎င်းသည် ဆေးဆိုင်သို့ သွားရောက်မှုကိုနည်းသွားစေရန် ကူညီပေးနိုင်ပြီး ငွေပေးချေမှုနည်းသွားသည်ဟု ဆိုလိုနိုင်ပါသည်။
- သင့်တွင် ဤဆေးနမူနာများရှိပါသလား?
 - အချို့ဆေးဝါးကုမ္ပဏီများသည် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူများကို ဆေးနမူနာများပေးသည်။ သင့်ဝန်ဆောင်မှုပေးသူတွင် နမူနာများ သို့မဟုတ် ပရိုမိုးရှင်း ကူပွန်များ ရှိနိုင်ပါသည်။

သင့်ဆေးဝါးပညာရှင်ကို မေးပါ။

- ဆေးပို့ပေးပါသလား။
 - အချို့သော ဆေးဆိုင်များသည် သင့်အိမ်သို့ ဆေးများ ပို့ပေးပါသည်။ အချို့သောဆေးဆိုင်များတွင် ကိုယ်တိုင်ယူရန်ပြတင်းပေါက် သို့မဟုတ် သတ်မှတ်နေရာတွင်ယူဆောင်ရန်နေရာများပါရှိသည် သို့မဟုတ် သင်ကားထဲမှထွက်ရန် မလိုအပ်ပဲ ယူဆောင်ရန်နေရာများရှိသည်။
 - ဝဏ္ဏါပရိုဂရမ်များသည် သင့်အား ငွေပေးချေမှုအတွက် ခရက်ဒစ်ကတ် သို့မဟုတ် ဒက်ဘစ်ကတ်ကို ဖိုင်ထဲတွင် ထားရှိရန် လိုအပ်ပြီး မှတ်ပုံတင်အထောက်အထားကို ပြသရန်လည်း တောင်းဆိုနိုင်ပါသည်။
- သင်၏ဆေးများ ထုပ်ထားသလား?
 - ဝသင်သည်ဆေးအများအပြားသောက်ရပါက ဆေးဆိုင်မှ သင့်အားတစ်ခါသောက်ဆေးထုတ်များကို ခွဲခြား ထုပ်ပိုးပေးပါသည်။ ဆေးထုပ်တစ်ခုစီတွင် သင်သောက်ရမည့်နေ့နှင့်အချိန်ကို တံဆိပ်တပ်ထားသည်။

လူနာသတင်းအချက်အလက်များရယူနိုင်သည့် အီလက်ထရွန်းနစ်ပေါ်တယ်



ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူအများအပြားတွင် သင့်ကျန်းမာရေးအချက်အလက်ကို သင်ကြည့်ရှုသည့် ပေါ်တယ် သို့မဟုတ် ဝဘ်ဆိုက်တစ်ခုရှိသည်။ ဝဘ်ဆိုက်သို့ သင်ဝင်ရောက်သည့်အခါ အသုံးပြုရန် လုံခြုံသောအသုံးပြုသူအမည်နှင့် စကားဝှက်တစ်ခုပါသောအကောင့်ကို သင့်ဝန်ဆောင်မှုပေးသူက သင့်အား ကူညီလုပ်ဆောင်ပေးပါမည်။ ထိုနေရာတွင် သင်သည် ဆေးစစ်မှုရလဒ်များကို ရှာဖွေနိုင်သည်။ မေးခွန်းများမေးရန်နှင့် ရက်ချိန်းများ တောင်းဆိုနိုင်သည်။

လူနာပေါ်တယ်ဝင်ရောက်ခွင့်အကြောင်းနှင့်ပတ်သတ်၍ သင့်ဝန်ဆောင်မှုပေးသူကိုမေးပါ။ သင်၏ ပေါ်တယ် ဝဘ်ဆိုက်ကို မည်သို့အသုံးပြုရမည်ကို မသေချာပါက အကူအညီတောင်းပါ။ "လူနာပေါ်တယ်ကိုအသုံးပြုနည်းကိုလေ့လာရန် ကျွန်ုပ်အကူအညီလိုသည်" ဟုပြောပါ။

သင်၏လူနာပေါ်တယ်တွင်၊ သင်လုပ်နိုင်သည်မှာ -

- ရောဂါလက္ခဏာများ၊ ဆေးဝါးများနှင့် ချိန်းဆိုမှုများအကြောင်း မက်ဆေ့ချ်များ ပေးပို့လက်ခံခြင်း
- သင်၏ဆေးစာရင်းကိုကြည့်ခြင်း
- သင့်ကျန်းမာရေးမှတ်တမ်းကို အပ်ဒိတ်လုပ်ခြင်း
- စာမေးပွဲရလဒ်များနှင့် ချိန်းဆိုမှု အနှစ်ချုပ်များကို ကြည့်ခြင်း
- ရက်ချိန်းတောင်းဆိုခြင်း
- လာမည့် ရက်ချိန်းနေ့စွဲများကို ကြည့်ရှုနိုင်ခြင်း

ကျန်းမာရေး ကျွမ်းကျင်မှု

ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်တတ်မြောက်မှုသည် ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ ဆုံးဖြတ်ချက်များချရန်အတွက် လူနာပေါ်တယ်ကဲ့သို့ သတင်းအချက်အလက်နှင့် ဝန်ဆောင်မှုများကို လူတို့ကောင်းစွာရှာဖွေ၊ နားလည်သဘောပေါက်ပြီး မည်မျှအသုံးပြုသည်ကို ရည်ညွှန်းပါသည်။

အီရီကောင်တီစာကြည့်တိုက်မှူးများသည် သင့်ကျန်းမာရေးအသိပညာ တတ်မြောက်တိုးပွားစေရန် အကူအညီများ ပေးနိုင်ပြီး၊ မူကို သင့်လူနာပေါ်တယ်ကဲ့သို့သော ကျန်းမာရေးဝဘ်ဆိုက်များ အသုံးပြုနည်းကို သင်ပေးနိုင်ပါသည်။ အချို့စာကြည့်တိုက်များသည် ဒစ်ဂျစ်တယ်ကျွမ်းကျင်မှုသင်တန်းများ သင်တန်းများထားရှိပြီး အချို့က သင့်အား တိုက်ရိုက်ကူညီပေးနိုင်ပါသည်။ နောက်ထပ်အချက်အလက်များအတွက် သင့်ဒေသခံစာကြည့်တိုက်မှူးကို မေးမြန်းပါ။ အစီအစဉ်များနှင့် ပွဲအချက်အလက်များအတွက် <https://www.buffalolib.org> သို့ ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ။ ၎င်းတို့၏ Digi-Skills ပရိုဂရမ်အကြောင်း ပိုမိုလေ့လာရန် Literacy Buffalo-Niagara သို့ ဆက်သွယ်ပါ။ ၇၁၆-၈၇၆-၈၉၉၇ သို့ ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။

ဆေးမှတ်တမ်းများတောင်းဆိုခြင်း။



သင့်ကိုယ်ပိုင်ကျန်းမာရေးမှတ်တမ်းများကို ကြည့်ရှုခွင့်ရှိသည်။ နယူးယောက်ပြည်နယ်ဥပဒေသည် လူနာများအား သူတို့၏ကျန်းမာရေးမှတ်တမ်းများကို ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုနိုင်စေရန် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူများနှင့် ဝန်ဆောင်မှုများအားလုံး လိုအပ်သည်။ သင့်ကျန်းမာရေးမှတ်တမ်းများကို အထူးကုများထံ သို့မဟုတ် ပင်မကျမ်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုပေးသူအသစ်ထံ ပေးပို့ရန်တောင်းဆိုနိုင်ပါသည်။ ဤမှတ်တမ်းများကို သင်ကိုယ်တိုင် သိမ်းဆည်းထားရန်လည်း တောင်းဆိုနိုင်ပါသည်။ သင်နှင့်အတူ ယူဆောင်သွားနိုင်သော ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာကျမ်းမာရေးမှတ်တမ်းကို နှစ်သက်ပါက သင့်မှတ်တမ်းများ၏ စာရွက်များကိုတောင်းပါ။

မှတ်တမ်းတောင်းဆိုမှုများကို စာဖြင့်ရေးသားရမည်။ ၎င်းတို့တွင် ဖြည့်စွက်ရန် ဖောင်ရှိမရှိ သို့မဟုတ် သင့်မှတ်တမ်းများကို တောင်းဆိုသည့် စာတိုလေးတစ်စောင်ရေးနိုင်ပါသလားကို သင့်ဝန်ဆောင်မှုပေးသူကို မေးပါ။ သင့်အမည်၊ မွေးနေ့နှင့် လိပ်စာတို့ပါရှိသော “ကျွန်ုပ်၏ ဆေးမှတ်တမ်း၏ မိတ္တူကို လိုချင်ပါသည်” ဟု ရေးသားခြင်းကဲ့သို့ ရိုးရှင်းစွာရေးသားနိုင်ပါသည်။

နယူးယောက်ပြည်နယ်ဥပဒေသည် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုဌာနများကို တစ်မျက်နှာလျှင် \$၀.၇၅ အထိ ကောက်ခံနိုင်ပြီး ဆေးမှတ်တမ်းများ ပေးဆောင်ရန် စာပို့ခ ကုန်ကျစရိတ်ကို ကောက်ခံခွင့်ပြုထားသည်။ ထိုအခကြေးငွေကို သင်မပေးနိုင်ပါက တူညီသောဥပဒေသည် သင့်မှတ်တမ်းများကို ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုနိုင်ခြင်း မရှိပါ။ အခကြေးငွေ မတတ်နိုင်ပါက “ကျွန်ုပ်၏ ဆေးမှတ်တမ်းအတွက် ပုံနှိပ်စရိတ် မတတ်နိုင်ဘူး” လို့ပြောလိုက်ပါ။



နယူးယောက်ပြည်နယ်ရှိ သင့်ကျန်းမာရေးမှတ်တမ်းများကို ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုခြင်းနှင့်ပတ်သက်သည့် မကြာခဏမေးလေ့ရှိသောမေးခွန်းများ၏ အဖြေများအတွက်၊ <https://www.health.ny.gov/publications/1443> သို့ ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ။

ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ အချက်အလက်များကို အွန်လိုင်းတွင် ရှာဖွေခြင်း။

ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးနှင့် ပတ်သက်သော ယုံကြည်စိတ်ချရသော အချက်အလက်အမှန်များကို အွန်လိုင်းတွင် ရှာဖွေရန် ခက်ခဲနိုင်သည်။ နည်းပညာ ကျွမ်းကျင်သူ မဟုတ်သည့်တိုင် ကြည့်ရှုခံစားနိုင်သော ဝဘ်ဆိုက်များနှင့် ဆိုရှယ်မီဒီယာအကောင့်များစွာရှိသည်။ ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ အချက်အလက်များကို အွန်လိုင်းတွင် ရှာဖွေသည့်အခါ၊ ဒေသတွင်း အစိုးရအေဂျင်စီများ (သင့်ပြည်တွင်းကျန်းမာရေးဌာနကဲ့သို့) အထင်ကရ ဆေး ကျောင်းများ (ဘတ်ဖလိုတက္ကသိုလ် သို့မဟုတ် Johns Hopkins တက္ကသိုလ်ကဲ့သို့ နာမည်ကြီး ဆေးကျောင်းများ)၊ ကျွမ်းကျင်သော ဆေးဘက် ဆိုင်ရာအသင်းအဖွဲ့များ (အမေရိကန် ကလေးအထူးကုအကယ်ဒမီကဲ့သို့) ကို ရှာဖွေပါ သို့မဟုတ် သင့်ဒေသခံ စာကြည့်တိုက်မှူးကို အကူအညီ တောင်းပါ။ မှားယွင်းသောအချက်အလက်များကိုရှာဖွေရန် ဤအကြံပြုချက်များကို အသုံးပြုပါ-

- အရင်းအမြစ်ကို စစ်ဆေးပါ- အထောက်အထားများ၊ အရည်အချင်းများ၊ ကျွမ်းကျင်မှု၊ လေ့ကျင့်မှု သို့မဟုတ် အသိပညာကို ရှာဖွေပါ။ သတင်းအချက်အလက်ကို မျှဝေသူ သည် တောင်းဆိုနေသည့်အရာမှ ငွေရနိုင်ခြေရှိမှုကို သိရှိရန် အကယ်၍ သင်ယုံကြည်ပါက။
- အထောက်အထားများကို ရှာဖွေပါ- ယုံကြည်စိတ်ချရသော နှင့် ခိုင်လုံသော အချက်အလက်များသည် သိသာထင်ရှားသော သိပ္ပံနည်းကျလေ့လာမှုများနှင့် လက်တွေ့သုတေသန ပြုချက်များအပေါ်အခြေခံထားခြင်းဖြစ်ပြီး ဆိုရှယ်မီဒီယာလွှမ်းမိုးသူများထံမှ တောင်းဆိုချက်များ သို့မဟုတ် အကြံပြုချက်များ မဟုတ်ပါ။
- ရက်စွဲနှင့် အရင်းအမြစ်ကို အတည်ပြုပါ- ကျန်းမာရေး အချက်အလက်သည် လျှင်မြန်စွာ ခေတ်နောက်ကျသွားနိုင်သည်။ အရည်အသွေးကောင်းသော ပြည်သူ့ကျန်းမာရေး ဆိုင်ရာ အချက်အလက်များကို အနည်းဆုံး နှစ်စဉ် အပ်ဒိတ်လုပ်ထားပြီး ယုံကြည်ရလောက်သော သတင်းပေးပို့သူများသည် ၎င်းတို့၏ရင်းမြစ်များကို မျှဝေရန် အမြဲဆန္ဒရှိနေ ပါသည်။
- သံသယရှိပါ- တချို့အရာတွေသည် ယုံကြည်ရန်လွယ်ကူသောအရာတွေ ဖြစ်တတ်တယ်။
- သင့်ဝန်ဆောင်မှုပေးသူကိုမေးပါ- သင်သည် ကုသမှုအစီအစဉ် သို့မဟုတ် ဆေးညွှန်းရွေးချယ်မှုကို ရှာဖွေနေပါက သင်ကဲ့သို့သောလူများအတွက် အစီအစဉ် သို့မဟုတ် ပစ္စည်း ထုတ်ကုန်ကောင်းမွန်ကြောင်းပြသသည့် အချက်အလက် သို့မဟုတ် လေ့လာမှုများကို မေးမြန်းပါ။

 ယုံကြည်စိတ်ချရပြီး အစစ်အမှန် ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ အချက်အလက်များအတွက် www.erie.gov/health သို့ ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ။

အီရီကောင်တီကျန်းမာရေးဌာနသည် အီရီကောင်တီ၏ဝဘ်ဆိုဒ်နှင့်လူမှုမီဒီယာတွင် အရေးကြီးသော အများပြည်သူ့ကျန်းမာရေးအချက်အလက်များကို မျှဝေသည်။ www.erie.gov/health သို့ဝင် ရောက်ကြည့်ရှုပါ။ Facebook ပေါ်ရှိ @ecdoh လေ့လာပါ သို့မဟုတ် ဒေသန္တရကျန်းမာရေး အစီအစဉ်များအကြောင်းသိရှိရန်၊ နာတာရှည်ဖျားနာမှုနှင့် အရေးကြီးသော ကျန်းမာရေး အကြောင်းအရာများအကြောင်း ပိုမိုလေ့လာရန်၊ အနီးနားရှိဆေးခန်းများနှင့် ဝန်ဆောင်မှုများကိုရှာဖွေ ရန်နှင့် အခြားအရာများကိုရှာဖွေရန် Instagram တွင် @eriecohealth ကိုလေ့လာကြည့်ရှုပါ။



ဤကျန်းမာရေးစာတင်များကို အာရဗီ၊ ဘင်္ဂလီ၊ မြန်မာ၊ အင်္ဂလိပ်၊ စပိန်နှင့် ဆွာဟီလီဘာသာဖြင့် ဒေါင်းလုဒ်လုပ်နိုင်သည်။ 

အီရီကောင်တီကျန်းမာရေးတန်းတူညီမျှရေးရုံးသည် ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ လူမှုရေးဆိုင်ရာ အဆုံးအဖြတ်များ သို့မဟုတ် သင့်ကျန်းမာရေးအပေါ်လွှမ်းမိုးသည့်အချက်များအကြောင်း အချက်အလက်များကို ထုတ်ပြန်ပါသည်။ ဤထုတ်ဝေမှုများနှင့် အခြားအရေးကြီးသော ကျန်းမာရေး ဆိုင်ရာ အချက်အလက်များကို သင့်စာတိုက်ပုံးတွင် လက်ခံရယူရန် စာရင်းသွင်းနိုင်ပါသည်။ ပိုမိုသိရှိ လိုပါက၊ erie.gov/health-equity သို့ ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ။



এটি হেলথ ইকুইটি

এর ERIE কাউন্টি অফিসের একটি প্রকাশনা।

এই প্রকাশনাটি 5টি অতিরিক্ত ভাষায় পাওয়া যায়।



এরি কাউন্টি অফিস অফ হেলথ ইকুইটির দৃষ্টি হল এরি কাউন্টির প্রত্যেকের জন্য সর্বাধিক স্বাস্থ্য এবং সুস্থতা অর্জন করা। স্বাস্থ্য ইকুইটি অফিস এরি কাউন্টি স্বাস্থ্য বিভাগের মধ্যে অবস্থিত।

আরো জানতে চান?

ভিজিট করুন www.erie.gov/health-equity

আমাদের ইমেল করুন HealthEquity@erie.gov



Erie County
Department of
Health
ইরি কাউন্টি স্বাস্থ্য বিভাগ



Public Health
Prevent. Promote. Protect.

হেলথ ইকুইটি অফিস
www.erie.gov/health-equity