

nyob noj qab haus huv

Lub Rau Hli Ntuj 2015
Phau 21, Tsab Xov Xwm 2



Ib daim ntawv xov xwm rau cov tswvcuab ntawm lub koom haum Central California Alliance for Health

Peb cog lus tias yuav tau pab koj zoo dua

Peb xav pab kom koj txais tau cov kev kho mob uas koj yuav tsum tau. Ntawm no yog ob yam uas peb ua kom tau li ntawd.

Cov ntawm no yuav pib sai sai: Nurse Advice Line (Tus Xovtooj Nug Kev Pab Los Ntawm Tus Kws Tu Neeg Mob). Lub Alliance mob siab los pab kom cov tswv cuab txais tau cov lus pab qhia txog kev kho mob 24 teev txhua hnub. Peb tus xovtooj Nurse Advice Line yuav pab kom cov tswvcuab tham tau nrog ib tug kws tu neeg mob 24 teev txhua hnub. Nws yuav qhib txhua hnub txhua txhua xyoo. Cov tswv cuab yuav txais tau cov lus pab qhia tias thaum twg thiab koj yuav tu ib tug mob lossis qhov chaw raug mob li cas tom tsev thiab thaum twg koj yuav tsum tau mus ntsib ib tug kws kho mob.

Saib tom ntej rau tej yam lus qhia txog txoj kev pab tshiab uas yuav tawm sai sai ntawm no!

Cov simhawj qhib tshiab rau Lub Chaw Hu Pab Cuam Tswvcuab: yuav qhib mus txog 6 teev tsaus ntuj, pib Lub Rau Hli Ntuj Tim 1, 2015, koj hu tau rau Lub Chaw Pab Cuam Tswvcuab li ntawm 8 teev sawv ntxov mus rau 6 teev tsaus ntuj, Hnub Monday mus txog Friday. Peb cov tsev haujlwm yuav kaw thaum 5 teev tsaus ntuj, tiamsis peb Cov Neeg Sawvcey Pab Cuam Tswvcuab yuav teb tau koj tsab xovtooj mus txog 6 teev tsaus ntuj.



Cov hnub uas tseem ceeb heev

Lub Chaw Pab Cuam Tswvcuab yuav tsis ua haujlwm rau cov vasthib thiab cov sijhawm uas lawv qab ntawm no vim tias peb yuav muaj cov rooj sib tham thoob plaws lub chaw haujlwm thiab thoob plaws lub tuam tsev haujlwm.

Lub Rau Hli Ntuj Tim 25	Kaw thaum kaum ob moos tav su mus txog 4:15 tsaus ntuj
Lub Cuaj Hli Ntuj Tim 9	Kaw tagnrho ib hnub
Lub Cuaj Hlis Ntuj Tim 17	Kaw thaum 12:30 mus txog 4:15 tsaus ntuj
Lub Kaum Hli Ntuj Tim 15	Kaw thaum 11:15 sawv ntxov mus txog 3:45 tav su
Lub Kaum Ob Hlis Ntuj Tim 10	Kaw thaum 10:45 sawv ntxov mus txog 3:15 tav su

Pib xyoo kawm ntawv no nrog txoj kev noj qab haus huv!

Thaum peb pib xyoo kawm ntawv tshiab nws yog ib lub sijhawm zoo siab heev. Kom koj pab tau koj tus menuam pib xyoo no mus kom nws noj qab haus huv, sau ib daim ntawv teev tseg txog cov kev tu xyuas uas nws yuav tsum tau txais thaum nws rov mus kawm ntawv.

Nrog rau tej yam khoom uas nws siv tom tsev kawm ntawv, koj yuav tau sau rau daim ntawv teev tseg tias nws yuav tau mus kuaj mob thaum lub sijhawm rov mus kawm ntawv. Thaum mus kuaj mob, Tus Thawj Kws Kho Mob (PCP) yuav saib koj tus menuam txoj kev loj hlob thiab txoj kev noj qab haus huv tagnrho kom nws paub tseeb tias koj tus menuam noj qab haus huv thiab npaj tau mus kawm ntawv.

Qhov no kuj yog ib lub sijhawm zoo rau koj los tham nrog koj tus menuam tus PCP txog cov koob txhaj tshuaj tiv thaiv kab mob lossis cov koob txhaj tshuaj uas koj tus menuam yuav tsum tau. Tej tug menuam yuav tsum tau txhaj tej hom tshuaj tiv thaiv kab mob ua ntej yuav pib kawm ntawv. Piv txwv tias, tamsim no lawv yuav tsum txhaj tshuaj tiv thaiv tus kab mob hnoos hawb pob ua ntej lawv pib qib xya. Thiab, tamsim no nws yog ib yam zoo rau cov pojniam uas ib ce xeeb tub li ntawm nees nkaum vasthiv mus rau plaub caug vasthiv kom lawv mus txhaj tshuaj tiv thaiv tus kab mob hnoos hawb pob. Cov tshuaj txhaj tiv thaiv kab mob yuav pab tiv thaiv koj thiab cov uas nyob ze rau ntawm koj. Nrog koj tus PCP tham tias koj xav txhaj tshuaj tiv thaiv kab mob



los pab kom koj nyob ib lub neej noj qab haus huv mus ntxiv.

Muab txoj kev teem sijhawm ntxov los ua ib yam uas koj niaj hnub ua. Tsis txhob tos kom txog thaum kawg, koj mam li ua. Ua li no, koj thiaj li tau lub sijhawm teem uas zoo rau koj. Tej zaum koj tus PCP yuav khvw heev ua ntej tsev kawm ntawv pib.

Yog tias koj muaj lus nug txog menuam cov kev txhaj tshuaj tiv thaiv kab mob, mus saib **Centers for Disease Control and Prevention's Parents' Guide to Childhood Immunizations (Lub Chaw Haujlwm Tswj thiab Tiv Thaiw Kab Mob Cov Lus Pab Qhia Rau Cov Niam Txiv Txog Menyuam Kev Txhaj Tshuaj Tiv Thaiw Kab Mob)** hauv Internet: www.morehealth.org/cdc-pg.

Lwm cov kev fajseeb kho mob

TEJ YAM UAS KOJ YUAV TSUM PAUB

Tej zaum koj kuj muaj lwm hom kev fajseeb kho mob (other health coverage; OHC) yog tias:

- Koj muaj kev fajseeb kho mob los ntawm koj lub chaw haujlwm, Covered California, koj tus txiv los yog koj tus pojniam lossis koj tus khub, lossis yog tias koj yuav kev fajseeb koj tus kheej
- Koj tsim nyog tau txais vim tias nws muaj ib yam dabtsi tshiab hauv koj lub neej, piv txwv tias koj yuav pojniam los yog txiv

Tej zaum koj qhov OHC kaw lawm yog tias:

- Lawv muab koj hloov ntawm Covered California mus rau Medi-Cal
- Koj txoj haujlwm tag lawm lossis koj lub chaw haujlwm tso koj mus
- Koj cov sijhawm ua haujlwm tsis txaus los tsim nyog txais qhov kev fajseeb los ntawm koj txoj haujlwm
- Koj tsis them tus nqi them txhua hli rau koj qhov kev fajseeb
- Koj muab koj phau ntawv tuav kev fajseeb ncua tseg

Kuv yuav hu rau leej twg kom nej tau tej yam lus qhia txog kuv qhov OHC kom thwj? Yog tias koj muaj Medi-Cal, hu rau Medi-Cal lub chav haujlwm uas nyob hauv koj lub cheeb nroog. Nws tseem ceeb kom koj qhia tej yam ntawm no rau lawv li ntawd lawv

thiaj li kho tau koj cov ntaub ntawv kom thwj. Koj yuav tau hu rau Alliance Lub Chaw Pab Cuam Tswvcuab thiab. Lawv yuav tau hu mus nug kom tseeb tias koj qhov OHC yeej kaw tiag tiag ua ntej lawv kho tau koj cov ntaub kom thwj.

Vim li cas nws tseem ceeb kom kuv kho tej yam uas qhia txog kuv qhov OHC kom thwj?

- Kom koj paub tseeb tias koj yuav tsis muaj teeb meem thaum koj mus ntsib koj tus kws kho mob lossis thaum koj mus nqa tshuaj hauv lub tsev muag tshuaj
- Li ntawd koj thiaj li tsis txais ib daim nqi los ntawm koj tus kws kho mob lub chav haujlwm

MEDI-CAL THIAB LUB ALLIANCE

Lawv txawv li cas?

Tib neeg niaj zaus hu tuaj nug peb seb Medi-Cal thiab lub Alliance puas yog tib qho. Lo lus teb ces ob qho ntawd tsis yog tib qho.

Medi-Cal yog lub xeev thiab tsoom fwv tebchaws qhov kev pab cuam uas tib neeg thov rau. Yog tias lawv tsim nyog, lawv yuav txais tau cov kev pab them nqi kho mob.

Central California Alliance for Health (lub Alliance) yog qhov kev npaj kho mob. Nws yog qhov kev npaj kho mob uas ntawt tus neeg uas muaj Medi-Cal hauv cov cheeb nroog Santa Cruz, Monterey thiab Merced muaj npe nkag rau hauv.

Medi-Cal. Medi-Cal muab kev fajseeb kho mob rau cov menuam, cov neeg laus thiab cov tib neeg xiam oob qhab uas nyob hauv California. Kom tsim nyog txais tau, cov tib neeg yuav tsum tau nyiaj tsawg tshaj qhov lawv hais. Lub xeev thiab tsoom fwv tebchaws yog tus them rau. Tej tug neeg tsim nyog vim tias lawv tau Supplemental Security Income (Nyiaj Xiam Oob Qhab; SSI) los ntawm lub chav haujlwm Social Security.

Koj thov tau rau Medi-Cal hauv lub chav haujlwm Medi-Cal uas nyob hauv koj lub cheeb nroog. Koj kuj thov tau ntawm California's Health Benefits Exchange (ib qho chaw muag kev fajseeb), uas muaj lub npe tias Covered California.

Lub chav haujlwm Medi-Cal hauv koj lub cheeb nroog mam li yog tus txiav txim seb koj puas tsim nyog. Yog tias koj tsim nyog, koj yuav txais Medi-Cal Daim Npav Qhia Kev Txais Kho Mob (Benefits Identification Card; BIC) hauv koj lub npov xa ntawv. Rau thawj lub hlis lossis lub hli thib ob, koj yuav muaj daim Medi-Cal "fee-for-service" (them nqi rau txoj kev pab) lossis "lub xeev". Koj mus ntsib tau



txhua tus kws khomob uas kam txais daim fee-for-service Medi-Cal. Tus kws kho mob mam li xa daim nqi mus rau lub xeev.

Hu rau lub chav haujlwm Medi-Cal uas nyob hauv koj lub cheeb nroog kom koj:

- Nug tau seb koj qhov Medi-Cal puas raug pom zoo muab rau koj lossis koj puas tseem txais tau
- Nug tau seb thaum twg yog lub sijhawm uas koj yuav tau ua dua cov ntawv tshiab rau koj qhov Medi-Cal (koj yuav tau mus ua ntawv tuaj xyoo tshiab txhua xyoo rau Medi-Cal)
- Kho kom tau koj qhov chaw nyob thiab/lossis tus xovtooj kom thwj
- Qhia yog tias koj yuav tsiv rau lwm lub cheeb nroog li ntawd lawv thiaj li hloov tau koj qhov Medi-Cal mus rau koj lub cheeb nroog tshiab
- Qhia yog tias koj tsev neeg cov nyiaj hloov lossis koj tsev neeg ntawz zog tuaj los yog tsawg zog tuaj lawm
- Nug tau rau ib daim BIC tshiab
- Qhia rau lawv paub yog tias koj muaj lwm hom kev fajseeb kho mob lossis yog tias koj yeej muaj lwm hom kev fajseeb dua tiamsis koj tsis muaj lawm

Central California Alliance for Health (lub Alliance). Koj yuav raug cuv npe nkag rau Alliance ncaj nraim ib lossis ob lub hlis tom qab koj xub tsim nyog los txais Medi-Cal. Thaum qhov ntawd tshwm sim, koj yuav txais ib daim Alliance ID card hauv koj lub npov xa ntawv thiab ib phau ntawv rau tus tswvcuab tshiab. Koj yuav xaiv ib tug Thawj Kws Kho Mob (PCP). Yog tias koj tsis xaiv, peb yuav xaiv ib tug rau koj.

Lub Alliance yuav pab them rau feem ntawt ntawm Medi-Cal cov kev pab tiamsis peb yuav tsis pab them rau cov kev pab kho kaus hniav. Cov kev pab kho kaus hniav raug pab them los ntawm Qhov Kev Pab Cuam Denti-Cal. **Yog tias koj xav paub txog cov kev pab kho kaus hniav, hu rau Qhov Kev Pab Cuam Denti-Cal ntawm 1-800-322-6384.**

Hu rau lub Alliance kom koj:

- Kawm tau tias koj qhov kev npaj kho mob ua haujlwm li cas
- Txais tau kev pab kom koj nkag siab tias hom kev pab twg raug pab them rau thiab koj yuav mus txais kev pab li cas
- Xaiv lossis hloov tau koj tus Alliance PCP
- Qhia rau peb paub yog tias koj tsis txaus siab rau koj tus kws kho mob, txoj kev tu xyuas uas koj txais lossis nrog tej Yam uas Alliance tau ua
- Kho kom tau koj qhov chaw nyob thiab/lossis tus xovtooj kom thwj
- Nug kom tau ib daim Alliance ID card tshiab

Koj hu tau rau lub Alliance ntawm **1-800-700-3874.**

	Cov chav haujlwm Medi-Cal uas nyob hauv koj lub cheeb nroog	Social Security
Lub Cheeb Nroog Santa Cruz	1-888-421-8080	1-800-780-1106
Lub Cheeb Nroog Monterey	1-877-410-8823	1-877-696-9397
Lub Cheeb Nroog Merced	209-385-3000	1-888-632-7069

Koj puas muaj feem mob kheesxaws ntawm txoj hnyuv loj thiab hnyuv qhov quav?

Nriav kom tau cov lus teb txog tus kab mob kws ua rau ntawt tus neeg mob.

Tus mob kheesxaws ntawm txoj hnyuv loj thiab hnyuv qhov quav yog dabtsi? Tus mob kheesxaws ntawm txoj hnyuv loj thiab hnyuv qhov quav yog tus mob kheesxaws thib ob uas tau ua rau tib neeg tag ib sim neej ntawt tshaj plaws hauv Tebchaws Asmesliskas. Nws yeej raug tau txiv neej thiab pojniam tsis hais hom haiv neeg lossis pab neeg twg li. Tus mob kheesxaws yog ib tug kab mob uas cov roj ntsha (cell) cia li ntawt tuaj cuag cas. Thaum tus mob kheesxaws pib hauv txoj hnyuv loj lossis txoj hnyuv qhov quav, nws hu tias tus mob kheesxaws ntawm txoj hnyuv loj thiab hnyuv qhov quav (colorectal cancer). Tej lub sijhawm peb cia li muab hu kom luv luv tias tus mob kheesxaws ntawm txoj hnyuv loj.

Kuv yuav ua li cas kuv thiaj li tiv thaiv tau kuv tus kheej ntawm tus mob kheesxaws ntawm txoj hnyuv loj thiab hnyuv qhov quav?

Txoj kev tiv thaiv ua ntej yog qhov tseem ceeb! Yog tias koj muaj hnub nyooog 50 xyoo lossis laus dua, koj yuav tau pib mus kuaj rau tus mob kheesxaws ntawm txoj hnyuv loj thiab hnyuv qhov quav tamsim no. Thaum koj niaj zaus mus soj ntsuam tej zaum koj yuav tiv thaiv tau kom koj tsis txhab tag ib sim neej vim tus mob kheesxaws ntawm txoj hnyuv loj thiab hnyuv qhov quav. Thaum koj mus soj ntsuam kom ntxov nws yuav pab nrhiav tus

mob kheesxaws ntawm txoj hnyuv loj thiab hnyuv qhov quav thaum nws nyuam qhuav pib, thiab txoj kev kho feem ntawt yuav kho tau kom koj zoo. 9 ntawm 10 tus neeg uas nrhiav tau lawv tus mob kheesxaws ntawm txoj hnyuv loj thiab hnyuv qhov quav thaum ntxov thiab mus kho tseem nyob tau tsib xyoos tom ntej ntxiv.

Leej twg thiaj li muaj feem mob kheesxaws ntawm txoj hnyuv loj thiab hnyuv qhov quav?

- Cov txiv neej thiab cov pojniam tsis hais hom haiv neeg lossis pab neeg twg li yeej muaj feem raug.
- Feem ntawt lawv nrhiav tau hauv cov tib neeg uas muaj hnub nyooog 50 xyoo lossis laus dua.
- Qhov feem koj yuav raug tus mob yuav nce siab zog tuaj thaum koj laus zog tuaj.

Lwm yam uas yuav muaj feem raug tau rau koj ntxiv. Qhov feem koj yuav raug tus mob kheesxaws ntawm txoj hnyuv loj thiab hnyuv qhov quav yuav nce siab zog tuaj dua lwm tus yog tias:

- Koj lossis ib tug txheeb ze muaj cov colorectal polyps (ib co cells uas ua teb pawg nyob rau ntawm lub phab ntsha ntawm txoj hnyuv loj) lossis tus mob kheesxaws ntawm txoj hnyuv loj thiab hnyuv qhov quav
- Koj muaj tus kab mob uas nyob ntawm txoj hnyuv me thiab txoj hnyuv loj
- Koj muaj tus mob uas los ntawm niam txiv, xws li familial adenomatous polyposis lossis tus mob kheesxaws ntawm txoj hnyuv loj thiab hnyuv qhov quav hereditary nonpolyposis

Cov tib neeg uas muaj feem siab dua los raug tus mob kheesxaws ntawm txoj hnyuv loj thiab hnyuv qhov quav tej zaum yuav tau mus kuaj kom ntxov zog lossis mus kuaj heev zog. Nrog koj Tus Thawj Kws Kho Mob (PCP) tham tias seb thaum twg yog lub sijhawm uas koj yuav tau pib mus soj ntsuam thiab koj yuav tau mus kuaj heev npaum li cas.

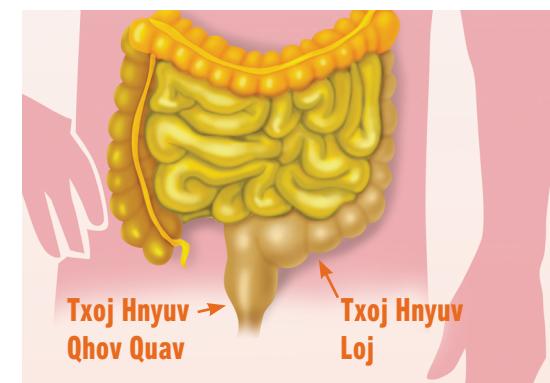
Cov tsos mob zoo li cas? Cov tib neeg uas mob colorectal polyps lossis tus mob kheesxaws ntawm txoj hnyuv loj thiab hnyuv qhov quav muaj cov tsos mob uas nrog rau:

- Ntshav hauv lossis ntawm cov quav (thaum tso quav)
- Hnov mob, mob lossis mob li ntswj hauv plab uas tsis txawj ploj mus
- Poob phaus tiamsis tsis paub tias vim li cas

Yog tias koj muaj cov tsos mo no, nrog koj tus PCP tham. Tej zaum cov tsos mob no tshwm sim vim lwm yam mob uas tsis yog kheesxaws. Tiamsis tib txoj kev kom koj paub tias dabtsi ua rau cov ntawd tshwm sim ces yog mus ntsib koj tus PCP xwb.

Yog tias koj xav tau tej yam lus qhia ntxiv, mus xyuas www.cdc.gov/cancer/colorectal/sfl lossis hu rau **1-800-232-4636**. Rau TYY (rau cov uas tsis hnov lus), hu rau **1-888-232-6348**.

Muab cov ntsiab lus tawn los ntawm: Colorectal Cancer Screening: Basic Fact Sheet. National Colorectal Cancer Action Campaign and the Centers for Disease Control and Prevention. Vital Signs: Colorectal cancer screening test use—United States, 2012. MMWR 2013;62(44):881–888.



Koj yuav npaj li cas rau lub sijhawm teem mus kuaj mob

Yog tias koj npaj yuav mus ntsib koj Tus Thawj Kws Kho Mob (PCP), lub sijhawm uas koj muaj nrog nws yuav luv heev. Nws tseem ceeb kom koj npaj txaus ua li ntawd koj thiaj li nug tau ntau li ntau tau hauv lub sijhawm uas koj muaj nrog koj tus PCP. Ntawm no yog ib co tswyim uas yuav pab tau koj:

1. Nqa koj daim Alliance ID card thiab cov npav rau lwm cov kev fajseeb kho mob uas koj muaj (Medicare, Blue Cross, HealthNet, thiab tej yam xws li ntawd).

2. Nqa koj cov ntaub ntawv kho mob nrog koj mus. Yog tias koj muaj cov ntaub ntawv kho mob, nqa cov ntawd nrog koj mus yog tias lub sijhawm teem ntawd yog nrog ib tug PCP tshiab. Yog tias koj tsis muaj cov ntawd, tamsim no yog lub sijhawm zoo los pib khaws ib co ntaub ntawv rau koj. Nco ntsoov, cov ntaub ntawv uas qhia txog koj cov kev kho mob yog koj li, thiab koj muaj txoj cai tau cov ntawd. Koj thov tau cov ntawd los ntawm txhua tus kws kho mob lossis tsev kho mob loj uas tau kho koj yav tas los.

3. Sau ib daim ntawv cia txog tej yam uas koj xav tham txog nrog koj tus PCP. Lub sijhawm uas koj yuav tau tham tim ntsej tim muag nrog tus PCP luv heev, thiab tej tug tsis nco qab nug tej yam tseem ceeb. Nws yog ib lub tswyim kom koj nqa ib daim ntawv uas koj tau sau txog tej yam koj xav tham nrog koj tus PCP nrog koj mus. Tej zaum koj yuav tsis muaj sijhawm txaus los tham txog txhua yam uas koj txhawj txog rau tib lub sijhawm uas teem ntawd. Ua zoo saib tias koj sau cov teeb meem uas tseem ceeb tshaj plaws rau saum toj ntawm koj daim ntawv teev tseg,

ces koj mam li muab cov uas tsis tshua tseem ceeb puas tsawg tso rau hauv qab.

Txawm tias koj ntshai lossis txaj muag, tsis txhob tos txog thaum lub sijhawm yuav tag koj mam li qhia lub ntsiab tias vim li cas koj ho mus ntsib koj tus PCP. Tej zaum koj tus PCP twb hnov dua los ntawm lwm tus neeg lawm, thiab raws li txoj cai nws yuav tsum txwv tsis pub qhia tej yam txog koj rau lwm tus.

4. Npj kom txaus los qhia rau koj tus PCP tias koj txoj kev noj qab haus huv zoo li cas lawm.

- Qhia rau koj tus PCP tias koj cov tsos mob yog dabtsi thiab nws tshwm sim thaum twg.
- Qhia rau koj tus PCP txog tej yam uas koj pom tias yuav pab tau koj cov tsos mob zoo zog tuaj lossis phem zog tuaj.
- Qhia rau koj tus PCP txog cov tshuaj—cov tshuaj noj siv ntawv yuav thiab cov koj yuav koj tus kheej—uas koj niaj zaus noj.



Ib co lus nugpiv txwv uas koj nug tau koj tus PCP yog:

- Thaum twg kuv mam li zoo zog tuaj?
- Kuv yuav ua li cas kom qhov no tsis txhob rov mob dua?
- Nws puas OK rau kuv mus ua haujlwm lossis kawm ntawv?

5. Xav seb koj puas xav coj ib tug phooj ywg lossis tsev neeg nrog koj mus. Ntawm no nyob ntawm koj, tiamsis yog tias koj ntshai txog ib tug mob uas lawy nrhiav tau lossis yog tias koj yuav tham txog cov kev kho mob uas lawv muaj rau koj xaiv, tej zaum nws yuav zoo dua yog tias koj muaj ib tug neeg uas koj ntseeg nyob hauv lub hoob nrog koj. Tej zaum lawv yuav pab tau koj nco txog tej yam lus nug, li ntawd koj thiaj li tsis hnov qab ib yam dabtsi tseem ceeb.

6. Tsis txhob tawm mus txog txij koj nkag siab tias koj tus PCP hais dabtsi rau koj. Nug koj tus PCP kom nws rov qhia tej yam uas neb tau tham txog thaum koj mus ntsib nws.

■ Yog tias koj yuav tau mus kuaj ntshav, nug tias koj yuav mus rau qhov twg thiab thaum twg.

■ Rau koj cov tshuaj, nug koj tus PCP seb koj yuav tau noj ntau npaum li cas, heev npaum li cas thiab ntev npaum li cas. Nug koj tus PCP seb cov tshuaj ntawd puas ua rau tej yam kev mob tshwm sim, cov teeb meem lossis cov lus qhia tshwj xeeb, xws li seb koj puas yuav tsum tau noj cov tshuaj nrog mov lossis tsis txhob noj mov ua ntej.

■ Nug koj tus PCP kom nws pab qhia txog tej yam uas koj ua tau los pab kom koj zoo nrawm zog tuaj.

■ Nug koj tus PCP seb koj ua tau tej yam dabtsi, koj yuav tsum tsis txhob ua dabtsi thiab koj yuav tau tsum ntev npaum li cas.

■ Nug koj tus PCP seb dabtsi ua rau qhov teeb meem tshwm sim thiab koj yuav ua tau dabtsi los pab kom nws tsis txhob tshwm sim ntxiv.



Los ua kom koj paub koj pab pawg kho mob

Koj puas paub tias leej twg nyob hauv koj pab pawg kho mob? Los kawm tias vim li cas nws tseem ceeb rau koj.

Muaj lub tsev kho mob. Thaum koj yog Alliance tus tswvcuab, koj yuav muaj ib Tug Thawj Kws Kho Mob (PCP) rau txhua cov kev tu xyuas mob uas koj niaj zaus mus txais.

Koj tus PCP yog koj lub tsev kho mob. Lub chaw no yog **thawj lub chaw koj hu** thaum koj yuav tsum tau kev tu xyuas lossis muaj tej yam kev txhawj xeeb lossis lus nug txog cov kev mob.

Thaum koj muaj lub tsev kho mob nws txhais tias:

Tagnrho koj cov ntaub ntawv yuav nyob ib qho chaw. Koj tus PCP yuav muaj koj cov ntaub ntawv kho mob. Nws yuav ua haujlwm nrog koj rau tej yam kev mob uas koj muaj, xws li tus mob ntshav qab zib, tus mob ua pa tsis nto lossis tus mob ntshav siab.

Nws yuav kho koj tagnrho. Koj tus PCP yuav kuaj lwm yam ntawm koj txoj kev noj qab haus huv, tsis yog tias nws tsuas

pab koj rau qhov teeb meem uas koj tau teem mus ntsib nws nkaus xwb.

Nws yuav teem koj txoj kev tu xyuas. Koj tus PCP yuav pab tau koj khwv tswv yim yog tias koj yuav tsum mus ntsib lwm cov kws kho mob lossis yuav tsum tau mus ntsuam xyuas lossis yuav tsum tau tshuaj. Koj tus PCP mam li ua ntawv muab tshuaj rau koj thiab teem cov sijhawm rau koj rov mus kuaj mob. Nws mam li ua ntawv xa koj mus ntsib cov kws kho mob tshwj xeeb yog tias koj yuav tsum tau mus.

Koj pab pawg kho mob. Koj tus PCP tej zaus yuav tog ib tus kws kho mob uas nws muaj nws lub chaw kho mob, ib pab pawg kho mob lossis lub chaw kuaj mob. Tiamsis koj tus PCP tsis yog ib tug neeg nkaus xwb. Nws muaj lwm cov nyob hauv lub chaw haujlwm lossis lub chaw kuaj mob uas ua haujlwm nrog koj tus kws kho mob. Lawv tagnrho yeej yog ib feem uas tseem ceeb heev ntawm koj pab pawg kho mob.

Koj tus PCP thiab lub chaw haujlwm lossis lub chaw kuaj mob yuav ua haujlwm los saib xyuas kom koj txais tau cov kev tu xyuas uas koj yuav tsum tau. Qhov no nrog

rau cov kev kuaj mob thiab cov kev txhaj tshuaj tiv thaiv kab mob (cov koob txhaj tshuaj) thaum koj tsis xis nyob. Nws kuj yog cov sijhawm uas koj mus ntsib lawv thaum koj tsis xis nyob thiab.

Koj pab pawg kho mob tej zaum yuav muaj ib co lossis tagnrho cov lawv qab ntawm no:

- Cov Kws Muaj Ntaub Ntawv Tu Xyuas Mob (nurse practitioner; NP)
- Cov Neeg Uas Pab Tus Kws Kho Mob (physician assistant; PA)
- Tus Kws Tu Neeg Mob (registered nurse; RN) lossis Tus Kws Muaj Laisxees Tu Mob (licensed vocational nurse; LVN)
- Tus Neeg Tsis Muaj Laisxees Uas Pab Tus Kws Kho Mob (medical assistant; MA)

Hauv tej lub chav haujlwm thiab chaw kuaj mob, koj pab pawg kho mob tej zaum yuav nrog rau ib co lossis tagnrho cov ntawm no:

- Tus kws qhia txog txoj kev noj qab haus huv
- Tus teem txoj kev tu xyuas
- Tus kws tuav ntawv
- Tus kws npaj thiab saib xyuas tus neeg mob
- Tus kws pab tawm tswvyim rau cov mob kev nyuaj siab lossis puas hlwb

Tej zaum koj yuav ntsib ib lossis ntaw tshaj ib tug ntawm cov tib neeg no thaum koj mus rau tom koj tus PCP lub chaw haujlwm. Lawv txhua tus muaj lawv yam uas tseem ceeb heev los saib xyuas tias koj txais tau txoj kev tu xyuas thiab cov kev pab uas koj yuav tsum tau. Lawv ua haujlwm nrog koj tus kws kho mob, nrog txhua leej txhua tus nyob hauv thiab nrog koj thaum lawv yog koj pab pawg kho mob.

nyob noj qab
haus huv

NYOB NOJ QAB HAUS HUV yog luam tawn rau cov tswvcuab thiab cov neeg muab kev koom tes hauv zej zos ntawm CENTRAL CALIFORNIA ALLIANCE FOR HEALTH, 1600 Green Hills Road, Suite 101, Scotts Valley, CA 95066, xov tooj 831-430-5500 lossis 1-800-700-3874, ext. 5513, website www.ccah-alliance.org.
Cov ntsiab lus hauv NYOB NOJ QAB HAUS HUV yog los ntawm coob tus kws kho mob los. Yeg koj muaj kev txhawj xeeb lossis muaj lus nug txog tej yam lus uas yuav tsum tau tej yam tsis zoo rau koj txoj kev noj qab haus huv, thov hu rau koj tus kws kho mob.
Cov duab thaj thiab cov duab teeb no tej zaum yog siv cov neeg ua quav yees duab.

Member Services Director

Jan Wolf

Editor

Erin Huang

Health Education Coordinator III Sandra Orozco

Health Programs Supervisor Deborah Pineda

www.ccah-alliance.org