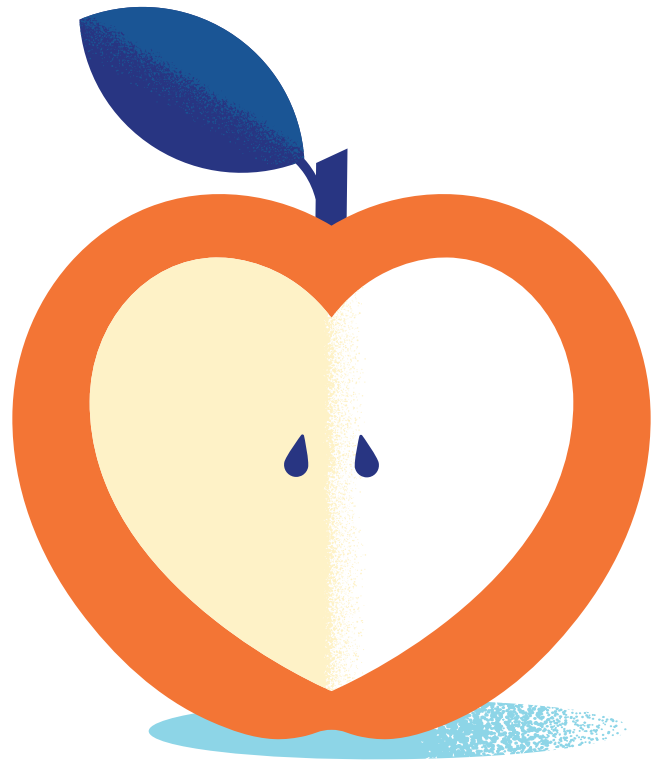




အင်ဒီယားနား - 2024 ခုနှစ်၊ ဇူလိုင်လ

သင့်ကျန်းမာရေး အစီအစဉ် ကို အကောင်းဆုံး အသုံးပြုပါ

စတင်ရန် လမ်းညွှန်



United
Healthcare
Community Plan



Indiana PathWays for Aging



သင့်အတွက် ရိုးရင်းပါသည်။ ဤသည် မှာ ကျွန်ုပ်တို့၏ ကတိ ဖြစ်သည်။

UnitedHealthcare Community Plan နှင့် Indiana PathWays for Aging program (PathWays) တွင် ပါဝင်ခြင်း အတွက် ကျေးဇူးတင်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့က သင်၏ ကျန်းမာရေး အစီအစဉ် ဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် သင်၏ ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု လိုအပ်ချက်များကို နားလည်ရန် သင်ရော သင့်ဆရာဝန်နှင့်ပါ အလုပ်လုပ်နေပါသည်။

ကျွန်ုပ်တို့သည် သင်၏ တစ်ကိုယ်ရေ လိုအပ်ချက်များအပေါ်အခြေခံ၍ အသင့်လျော်ဆုံးသော စောင့်ရှောက်မှုကို သင်ရရှိစေရန်နှင့် သင်၏ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု အကူအညီကို သင်ရယူနိုင်စေရန် သေချာလုပ်ဆောင်ပေးပါ သည်။ သင်နေထိုင်နေကျပုံစံအတိုင်း နေထိုင်နေရင်း ပံ့ပိုးကူညီမှုရရှိသည်ဟု ခံစားရစေရန် သင်လိုအပ်သည့် အချက်အလက်အားလုံး သင့်တွင်ရှိကြောင်း သေချာစေလိုပါသည်။ ဤလမ်းညွှန်သည် စတင်ခြင်းအတွက် အရေးကြီးအဆင့်များမှတစ်ဆင့် သင့်အား လမ်းပြပေးပါမည်။

PathWays သည် အသက် 60 အရွယ် အင်ဒီယားနားပြည်နယ်သူ/သားများနှင့် Medicaid အတွက် သတ်မှတ်ချက် မီသော အသက်ကြီးသူများအတွက် အင်ဒီယားနား ကျန်းမာရေးအကျိုးဝင်မှု အစီအစဉ်တစ်ခု ဖြစ်သည်။ သုတေသ နအရ 75% သို့မဟုတ် ထို့အထက်သော လူကြီးအများစုသည် နေအိမ်တွင်နှင့် မိမိတို့၏ အသိုင်းအဝိုင်းများတွင် အသက်ကြီးပြင်းလိုကြသည်ဟု သိရပါသည်။ PathWays ဖြင့်ဆိုပါက အင်ဒီယားနားပြည်နယ်သူ/သားများသည် ၎င်းတို့အလိုရှိသည့်ပုံစံအတိုင်း အသက်ကြီးပြင်းနိုင်ကြပါသည်။ ဘိုးဘွားရိပ်သာသည် လူအချို့အတွက် မှန်ကန်သောရွေးချယ်မှု ဖြစ်သည်။ PathWays သည် လူပုဂ္ဂိုလ်များအား နေအိမ်တွင်ဖြစ်စေ သို့မဟုတ် အသိုင်းအဝိုင်းဝန်းကျင်တွင်ဖြစ်စေ အမှီအခိုကင်းစွာနေထိုင်နေစဉ် ဘိုးဘွားရိပ်သာအဆင့်ရှိသော စောင့်ရှောက်မှု ရရှိစေမည့် နောက်ထပ် ရွေးချယ်မှုများ ကမ်းလှမ်းပေးပါသည်။

ကျန်းမာရေး လိုအပ်ချက်များ စစ်ဆေးခြင်း



Indiana PathWays for Aging အစီအစဉ်နှင့် UnitedHealthcare တွင် အသစ်ပါဝင်လာသည့် အဖွဲ့ဝင်များသည် ကျန်းမာရေး လိုအပ်ချက်များ စစ်ဆေးခြင်းကို မဖြစ်မနေ ပြီးစီးလုပ်ဆောင်ရမည်။ ကျွန်ုပ်တို့နှင့်အတူရှိသည့် သင်၏ ပထမဆုံး ရက် 30 အတွင်း ပြီးစီးသွားပါက ဆုချီးမြှင့်မှု ရရှိပါမည်။ ကျွန်ုပ်တို့၏ အဖွဲ့ဝင်ဆုများ စာရင်းရှိ ပစ္စည်းများထဲမှ ရွေးချယ်ပါ။

တစ်စုံတစ်ယောက်က မကြာခင် သင့်ထံ ဆက်သွယ်လာပါမည်။ သင်သည် စတင်ရန် ကျွန်ုပ်တို့၏ဖုန်း **1-800-832-4643** ကိုလည်း ခေါ်ဆိုနိုင်သည်။ TTY အသုံးပြုသူများသည် **711** ကိုလည်း ခေါ်ဆိုနိုင်သည်။

အဖွဲ့ဝင် လက်စွဲစာအုပ်

သင်၏ အဖွဲ့ဝင် လက်စွဲစာအုပ်ကို အွန်လိုင်း myuhc.com/CommunityPlan တွင် ရရှိနိုင်သည်။ ၎င်းကို သင်၏ ကွန်ပျူတာ၊ လပ်တော့ သို့မဟုတ် တက်ဘလက်ထဲသို့ ခေါင်းလှစ်လုပ်နိုင်သည်။ ၎င်းကို သင့်ထံသို့ အီးမေးလ်ဖြင့် သို့မဟုတ် စာတိုက်မှတစ်ဆင့်လည်း ပေးပို့နိုင်သည်။ သင်၏ အဖွဲ့ဝင် လက်စွဲစာအုပ်တွင် ဖော်ပြပါတို့ အပါအဝင် အကြောင်းအရာများစွာ ပါဝင်ပါသည်-

- သင်၏ အကျိုးခံစားခွင့်များနှင့် အကျုံးဝင်မှု (ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ၊ အပြုအမူပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး၊ သွားဘက်ဆိုင်ရာ၊ ဆေးဆိုင်၊ အမြင်အာရုံဆိုင်ရာ)
- ကျွန်ုပ်တို့ ကမ်းလှမ်းသည့် အခမဲ့ အစီအစဉ်များနှင့် ဝန်ဆောင်မှုများ
- အဖွဲ့ဝင် ရင်းမြစ်များ
- သင်နေထိုင်သည့်နေရာတွင် ဘေးကင်းစွာ နေထိုင်ခြင်း
- ဆေးဘက်ဆိုင်ရာမဟုတ်သော လိုအပ်ချက်များအတွက် သင့်အား ကူညီပေးခြင်း
- UnitedHealthcare နှင့် အချက်အလက်များ မျှဝေခြင်း
- Medicare နှင့် Medicaid အကျိုးခံစားခွင့်များကို စီမံဆောင်ရွက်ခြင်း
- ပြန်လည်ဆုံးဖြတ်ခြင်း
- အဖွဲ့ဝင် အခွင့်အရေးများနှင့် တာဝန်များ
- မေတ္တာရပ်ခံမှုများနှင့် နှစ်နာချက်များ
- အခြားဖောမတ်များဖြင့် အချက်အလက်များ ရယူခြင်း



ဆောင်ရွက်ပေးသူများ ရှာဖွေခြင်း

PathWays အဖွဲ့ဝင်အားလုံးတွင် အခြေခံဆေးဘက်ဆိုင်ရာ ဆောင်ရွက်ပေးသူ (Primary Medical Provider, PMP) တစ်ဦး ရှိပါသည်။ သင်၏ PMP သည် သင်နှင့်အတူ လုပ်ကိုင်မည်ဖြစ်ပြီး ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ ဆုံးဖြတ်ချက်များ ချမှတ်ချိန်တွင် သင်၏ အဓိက ဆက်သွယ်ရမည့်လူ ဖြစ်ပါသည်။ သင်၏ PMP သည် လွှဲပြောင်းမှုများလည်း ပြုလုပ်ပေးမည်ဖြစ်ပြီး Medicaid ဖြင့် အမြဲအကျုံးမဝင်သည့် ဝန်ဆောင်မှုများအတွက် ကြိုတင်ခွင့်ပြုချက် (Prior Authorizations, PA) နှင့်ပတ်သက်ပြီးလည်း သင့်အား ကူညီပေးပါမည်။ သင်တွေ့ဆုံရသည့် အခြား ဆောင်ရွက်ပေးသူအားလုံးအကြောင်းကို သင်၏ PMP အား အသိပေးပါ။

သင့်တွင် ဆရာဝန်တစ်ဦး သို့မဟုတ် အခြား အခြေခံ သို့မဟုတ် အထူးသီးသန့် ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ ဆောင်ရွက်ပေးသူတစ်ဦး ရှိနေပြီးသားဖြစ်ပါက၊ သင်သည် သင်၏ ဆောင်ရွက်ပေးသူက UnitedHealthcare Community Plan ဆောင်ရွက်ပေးသူ ကွန်ရက်၏ အစိတ်အပိုင်းဖြစ်ကြောင်းကို သေချာစေလိုပါမည်။ သင့်တွင် PMP တစ်ဦးမရှိပါက၊ တစ်ဦး ရွေးချယ်နိုင်စေရန် သင်နှင့်အတူ ကျွန်ုပ်တို့ လုပ်ကိုင်ပေးနိုင်ပါသည်။ တစ်ဦးကိုမျှ သင်မရွေးချယ်ပါက ကျွန်ုပ်တို့က သင့်အတွက် PMP တစ်ဦးကို ရွေးချယ်သတ်မှတ်ပေးပါမည်။ သင်သည် PMP အသစ်တစ်ဦးကို အချိန်မရွေး ရွေးချယ်နိုင်ပါသည်။

ဆောင်ရွက်ပေးသူတစ်ဦး ရှာဖွေခြင်းက လွယ်ကူပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့ထံတွင် ဖော်ပြပါပုဂ္ဂိုလ်များကို သင်ရှာတွေ့နိုင်စေမည့် နည်းလမ်းများနှင့် ပံ့ပိုးမှု ရှိပါသည်။

- စိတ်ကျန်းမာရေး ဆောင်ရွက်ပေးသူများ
- မျက်စိဆရာဝန်များ
- ပါရဂူများ
- ဆေးရုံများ၊ ဆေးဆိုင်များနှင့် ဓာတ်ခွဲခန်းများကဲ့သို့ နေရာများ
- သွားဆရာဝန်များ
- အကြားအာရုံဆောင်ရွက်ပေးသူများ

တစ်ကိုယ်ရေ အကူအညီအတွက် ကျွန်ုပ်တို့၏ဖုန်း **1-800-832-4643** ကို ခေါ်ဆိုပါ။ TTY အသုံးပြုသူများသည် **711** ကို ခေါ်ဆိုနိုင်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် PMP သို့မဟုတ် အခြား ဆောင်ရွက်ပေးသူတစ်ဦးကို ရှာဖွေနိုင်သည် သို့မဟုတ် ပြောင်းလဲနိုင်သည်။ ဆောင်ရွက်ပေးသူတစ်ဦးကို သင်ရွေးချယ်နိုင်စေရန်အလို့ငှာ ကျွန်ုပ်တို့၏ ဝတ်ဆိုက်သို့ သင်ရောက်ရှိနိုင်စေရန် သင့်အား ကူညီပေးနိုင်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် ဆောင်ရွက်ပေးသူ ရွေးစရာများစာရင်းတစ်ခုကို သင့်ထံသို့ ပေးပို့နိုင်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် စာရင်းကို ချောစာတွင်ထည့်၍ ပေးပို့နိုင်ပါသည်။



ဆရာဝန်များကို ရှာမည်/ပြောင်းလဲမည်



ID ကတ်ကို ကြည့်မည်/ပရင့်ထုတ်မည်



အကျိုးခံစားခွင့်များကို ကြည့်မည်



ရှာမည် သယ်ယူပို့ဆောင်ရေး

နောက်ထပ် အကူအညီ လိုအပ်ပါသလား။ 1-800-832-4643၊ TTY 711၊ နံနက် 8 နာရီမှ ည 8 နာရီ။ EST၊ တနင်္လာနေ့မှ သောကြာနေ့။ အဖွဲ့ဝင်ဝန်ဆောင်မှုများသည် သင်၏ အကျိုးဝင်မှုအကြောင်း မေးခွန်းများကို ဖြေကြားပေးနိုင်သည်။ ဆရာဝန်တစ်ဦးကို ကူညီ၍ ရှာပေးနိုင်သည် သို့မဟုတ် ရက်ချိန်းတစ်ခုအတွက် ကူညီပေးနိုင်သည်။

ကျွန်ုပ်တို့နှင့် ချိတ်ဆက်ပါ

သင့်တွင် UnitedHealthcare ၌ အဓိက ဆက်သွယ်ရမည့်ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦး ရှိသည်။ သူသည် သင်၏ စောင့်ရှောက်မှု ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်သူ ဖြစ်သည်။ တစ်စုံတစ်ယောက်က မကြာခင် သင့်ထံ ဆက်သွယ်လာပါမည်။ သင်သည် စတင်ရန် ကျွန်ုပ်တို့၏ဖုန်း 1-800-832-4643 ကိုလည်း ခေါ်ဆိုနိုင်သည်။ TTY အသုံးပြုသူများသည် 711 ကို ခေါ်ဆိုနိုင်သည်။

သင်၏ စောင့်ရှောက်မှု ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်သူသည် သင်ပြောသမျှကို နားထောင်ပေးပါသည်။ သင့်အား စိတ်အေးချမ်းသာမှုပေးရန်မှာ ၎င်းတို့၏ အဓိက ဦးစားပေးအချက် ဖြစ်သည်။ သင့်ဘဝကို သင်နေထိုင်လိုသလို နေထိုင်ရာတွင် သင့်အား ကူညီပေးပါမည်။ ၎င်းတို့သည် သင်ရွေးချယ်သည့် အစီအစဉ်များ၊ ဝန်ဆောင်မှုများနှင့် ပတ်သက်ပြီး ရွေးစရာများကို မျှဝေပေးကြပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည်-

- ကျွန်ုပ်တို့နှင့်အတူ သင်လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်လိုသည့် နည်းလမ်းကို ကျွန်ုပ်တို့ နားလည်နိုင်အောင် ကူညီပေးမည့် အသေးစိတ်အချက်များကို စုစည်းပါသည်



1-800-832-4643၊ TTY 711

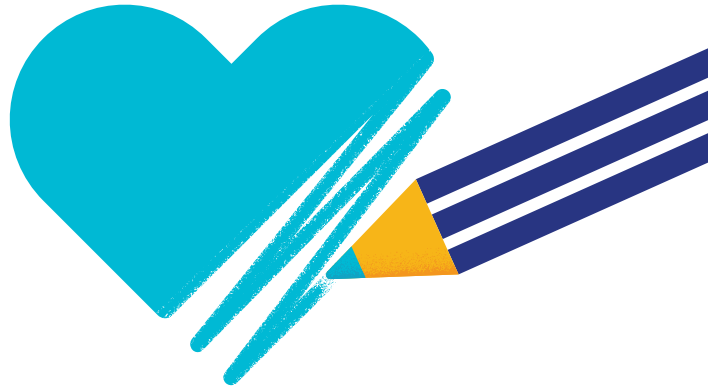


myuhc.com/CommunityPlan/IN



UnitedHealthcare အက်ပ်

- သင်၏ ကျန်းမာရေး လိုအပ်ချက်များ စစ်ဆေးခြင်းနှင့် အခြားအကဲဖြတ်မှုများကို စုဆောင်းပါသည်
- အမှီအခိုကင်းစွာ ကြာနိုင်သမျှကြာကြာ သင်နေထိုင်ရာတွင် သင့်အား ကူညီပေးပါသည်
- တစ်ကိုယ်ရေ ဘေးကင်းရေး၊ အစားအစာ၊ ဖုန်း၊ ဆေးဝါး၊ သယ်ယူပို့ဆောင်ရေး၊ အိမ်ရာ၊ အဝတ်အထည်၊ အလုပ်၊ စေတနာ့ဝန်ထမ်းခြင်း သို့မဟုတ် ငွေကြေးပိုင်းကဲ့သို့ လိုအပ်ချက်များကို ဖြေရှင်းပေးသည့် ရွေးချယ်မှုများကို မျှဝေပေးသည်
- လိုအပ်သော ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုနှင့် အပိုဆောင်း ပံ့ပိုးကူညီမှုတို့ကို သင်လိုအပ်ချိန်တွင် ရရှိနိုင်စေရန် ကူညီပေးသည်
- သင့်အား ကူညီပေးသည့် မိတ်ဆွေများနှင့် မိသားစုအတွက် ပံ့ပိုးကူညီမှု ပေးသည်
- စွန့်လွှတ်ကြောင်းစာ သို့မဟုတ် Medicare ကဲ့သို့ အခြားကျန်းမာရေးအကျိုးဝင်မှုမှတစ်ဆင့် ပေးအပ်သည့် ဝန်ဆောင်မှုများကို ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်နိုင်စေရန် သင့်အား ကူညီပေးသည်



ကြိုတင်ညွှန်ကြားချက်များ

ကြိုတင်ညွှန်ကြားချက်များသည် သင်ကိုယ်တိုင်အတွက် စကားမပြောနိုင်သည့် သို့မဟုတ် ကိုယ်တိုင် ဆုံးဖြတ်ချက်များ မချမှတ်နိုင်သည့် အချိန်အခါမျိုးတွင် သင်၏ အနာဂတ် ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ စောင့်ရှောက်မှုနှင့် ပတ်သက်ပြီး သင်ပေးအပ်သည့် ညွှန်ကြားချက်များ ဖြစ်သည်။ ကြိုတင်ညွှန်ကြားချက်များ ရှိထားခြင်းဖြင့် သင်၏ လက်ရှိ ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု အကျိုးခံစားခွင့်များကို ဆုံးဖြတ်ရန် သင့်အခွင့်အရေးများ ဆုံးရှုံးမည် မဟုတ်ပါ။ ကြိုတင်ညွှန်ကြားချက်များသည် သင်၏ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုနှင့် ပတ်သက်ပြီး ဆုံးဖြတ်ချက်များချမှတ်နိုင်မည့် လူတစ်ဦးကို ရွေးချယ်သတ်မှတ်ရန် အခွင့်အရေးလည်း သင့်အား ပေးအပ်ပါသည်။ ၎င်းတို့သည် သင့်မိသားစုနှင့် သမားတော်အား သင့်ဆန္ဒများကို နားလည်နိုင်စေရန် ကူညီပေးပါသည်။ ကြိုတင်ညွှန်ကြားချက်များဖြင့် သင်သည်-

- အသက်ကယ်စက်များ အသုံးပြုစေလိုခြင်း ရှိ၊ မရှိကို သင့်ဆရာဝန်အား အသိပေးနိုင်သည်။
- ကိုယ်အင်္ဂါအလှူရှင်တစ်ဦး ဖြစ်လိုပါက သင့်ဆရာဝန်အား အသိပေးနိုင်သည်
- သင်၏ ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ ကုသမှုများနှင့်ပတ်သက်ပြီး “ဟုတ်” သို့မဟုတ် “မဟုတ်” ဟု ပြောရန် အခြားတစ်စုံတစ်ဦးအား ခွင့်ပြုချက်ပေးနိုင်သည်

သင်ကိုယ်တိုင်အတွက် စကားပြောနိုင်မှသာ ကြိုတင်ညွှန်ကြားချက်များကို အသုံးပြုပါသည်။ ၎င်းသည် နောက်ပိုင်းတွင် သင်ကိုယ်တိုင်အတွက် သင်စကားပြောလာနိုင်ပါက မတူကွဲပြားသော ရွေးချယ်မှုတစ်ခု ပြုလုပ်ခွင့်ကို ဖယ်ရှားပစ်မည် မဟုတ်ပါ။ သင်သည် ဤနည်းလမ်းများဖြင့် ကြိုတင်ညွှန်ကြားချက် ချမှတ်နိုင်သည်-

- သင့်ဆရာဝန်အပြင် မိသားစုနှင့် ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ခြင်း
- သင့်အတွက် စကားပြောပေးရန် သို့မဟုတ် ဆုံးဖြတ်ပေးရန် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ကိုယ်စားလှယ်တစ်ဦးအဖြစ် သိကြသည့် တစ်စုံတစ်ဦးအား ရွေးချယ်ခြင်း
- ကိုယ်စားလှယ်လွှဲစာ နှင့်/သို့မဟုတ် ရှင်သန်ချိန်ဆန္ဒ ဖန်တီးခြင်း

အင်ဒီယားနားတွင် အသိအမှတ်ပြုသည့် ကြိုတင်ညွှန်ကြားချက် အမျိုးအစားများ

- ကိုယ်အင်္ဂါနှင့် တစ်ရူး လှူဒါန်းခြင်း
- ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ကိုယ်စားလှယ်
- ရှင်သန်ချိန်ဆန္ဒ ကြေညာချက် သို့မဟုတ် အသက်ဆွဲဆန့်ရေး လုပ်ထုံးများ ကြေညာချက်
- စိတ်ရောဂါဆိုင်ရာ ကြိုတင်ညွှန်ကြားချက်များ
- ဆေးရုံပြင်ပတွင် သတိလည်လာအောင် ပြုစုပေးပါနှင့် ကြေညာချက်အပြင် ကုသမှုနယ်ပယ်အတွက် သမားတော် ညွှန်ကြားချက်များ (Physician Orders for Scope of Treatment, POST)
- ကိုယ်စားလှယ်လွှဲစာ

ကြိုတင်ညွှန်ကြားချက်များဆိုင်ရာ နောက်ထပ်အချက်အလက်များအတွက်အပြင် သင့်အတွက် ရနိုင်သည့် ပုံစံများကို ရှာတွေ့ရန် အင်ဒီယားနား ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု အရည်အသွေး ရင်းမြစ်စင်တာ (Indiana Health Care Quality Resource Center) လိပ်စာ in.gov/isdh/25880.htm သို့ ဝင်ကြည့်ပါ။ အကူအညီလိုအပ်ပါကလည်း ကျွန်ုပ်တို့နှင့် ဆွေးနွေးတိုင်ပင်နိုင်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် မေးခွန်းများကို ဖြေကြားပေးနိုင်သည်။ သင့်ထံ ပုံစံများ ပေးပို့နိုင်သည်။ ထို့ပြင် ရင်းမြစ်များ သင်ရှာတွေ့နိုင်စေရန် ကူညီပေးနိုင်သည်။ ကျွန်ုပ်တို့၏ အဖွဲ့ဝင် ဝန်ဆောင်မှုများ ဖုန်းနံပါတ်ကို ဤစာမျက်နှာ၏ အောက်ခြေတွင် ဖော်ပြထားသည်။ သင်၏ အဖွဲ့ဝင် ID ကတ်၏ ကျောဘက်တွင်လည်း ဤဖုန်းနံပါတ် ပါရှိပါသည်။





သင်၏တစ်ကိုယ်ရေ ဘေးကင်းရေး

UnitedHealthcare သည် သင်၏တစ်ကိုယ်ရေ ဘေးကင်းရေးအတွက် ကတိကဝတ်ပြုထားပါသည်။ သင် သို့မဟုတ် တစ်စုံတစ်ယောက် အန္တရာယ်ကျရောက်နေပါက အန္တရာယ်ကို ချက်ချင်း သတင်းပို့ရပါမည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် ပြဿနာအကြောင်း သိလိုက်ရသည့်အခါ ထိုပြဿနာကို မဖြစ်မနေ သတင်းပို့ရပါမည်။

ဘေးအန္တရာယ်သင့်နေသည့် လူကြီးတစ်ဦးဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း။

အင်ဒီယားနားသည် နှိပ်စက်ညှဉ်းပန်းမှု၊ လျစ်လျူရှုမှု၊ မိမိကိုယ်ကို လျစ်လျူရှုမှု သို့မဟုတ် ခေါင်းပုံဖြတ်မှု တို့ကို ရင်ဆိုင်ကြုံတွေ့ခဲ့ရသည့် သို့မဟုတ် ရင်ဆိုင်ကြုံတွေ့နေရသည့် လူတစ်ဦးတစ်ယောက်ကို ဘေးအန္တရာယ်သင့်နေသည့် လူကြီးတစ်ဦးအဖြစ် မှတ်ယူပါသည်။

- **နှိပ်စက်ညှဉ်းပန်းမှု**- သင် သို့မဟုတ် အခြားလူတစ်ဦးအပေါ် တိုက်ရိုက်လွှမ်းမိုးသည့် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ ခံစားချက်ပိုင်းဆိုင်ရာ သို့မဟုတ် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ လုပ်ဆောင်ချက်များ သို့မဟုတ် လုပ်ဆောင်မည်ဟု ခြိမ်းခြောက်မှုများ
- **လျစ်လျူရှုမှု**- မိမိကိုယ်ကို လျစ်လျူရှုမှု၊ အစားအစာ ပြတ်လပ်မှု၊ အဝတ်အထည်၊ နေစရာ သို့မဟုတ် ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ စောင့်ရှောက်မှု
- **ခေါင်းပုံအမြတ်ထုတ်မှု**- သင်၏ ငွေကြေး၊ ပစ္စည်းဥစ္စာ သို့မဟုတ် အလုပ်အကိုင် သတင်းအချက်အလက် များကို ခွင့်ပြုချက်မရှိဘဲ အသုံးပြုခြင်း

နေအိမ်နှင့် အသိုင်းအဝိုင်းအခြေပြု ဝန်ဆောင်မှုများ (Home and community-based services, HCBS) နှင့် HCBS မဟုတ်သည့် အန္တရာယ်သင့်နေသော လူကြီးများ

အန္တရာယ်သင့်နေသော လူကြီးများသည် HCBS Medicaid စွန့်လွှတ်ကြောင်းတရားဝင်စာ လက်ခံရရှိနေသည့် သို့မဟုတ် လက်ခံရရှိမနေသည့် အဖွဲ့ဝင်များ ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ ဤစွန့်လွှတ်ကြောင်းတရားဝင်စာသည် Medicaid အား မိမိတို့၏ မိသားစုနေအိမ်များ သို့မဟုတ် အခြား အသိုင်းအဝိုင်း လူနေရပ်ကွက်ဆိုင်ရာ အစီအစဉ်များရှိ မသန်စွမ်းသူသော လူကြီးများအတွက် ငွေကြေးပံ့ပိုးမှုနှင့် ဝန်ဆောင်မှုများကို ငွေကြေးထောက်ပံ့ခွင့်ပြုပါသည်။ HCBS မဟုတ်သော အဖွဲ့ဝင်များသည် ဘိုးဘွားရိပ်သာဂေဟာများ၊ ပုဂ္ဂလိက စိတ်ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု နေရာများ၊ ပြည်နယ်ဆေးရုံများ သို့မဟုတ် အခြား လူနေရပ်ကွက်ဆိုင်ရာ ကုသမှု ဂေဟာများတွင် နေထိုင်ကောင်း နေထိုင်နိုင်ပါသည်။

သင်၏ စောင့်ရှောက်မှု ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်သူနှင့် တိုင်ပင်ဆွေးနွေးပါ

သင် သို့မဟုတ် လူကြီးနောက်တစ်ဦးသည် နှိပ်စက်ညှဉ်းပန်းမှု၊ လျစ်လျူရှုမှု၊ ခေါင်းပုံအမြတ်ထုတ်မှု၊ မမျှော်လင့်ဘဲ ဆုံးပါးမှု သို့မဟုတ် အောက်ပါတစ်ခုခုကို ကြုံတွေ့နေရပါက သို့မဟုတ် ကြုံတွေ့ခဲ့ပါက-

- ထိခိုက်ဒဏ်ရာ
- သေကြောင်းကြံရန် ခြိမ်းခြောက်မှု သို့မဟုတ် ကြိုးပမ်းမှု
- ကျန်းမာရေး သို့မဟုတ် စိတ် အခြေအနေတွင် သိသိသာသာ ပြောင်းလဲမှုကြောင့် မူမမှန်သော ဆေးရုံတက်ခြင်း သို့မဟုတ် ဘိုးဘွားရိပ်သာတွင် နေထိုင်ခြင်း
- လူပျောက်ခြင်း
- ပံ့ပိုးကူညီမှု သို့မဟုတ် ကြီးကြပ်မှု မရှိခြင်းဖြင့် သင် သို့မဟုတ် လူကြီးနောက်တစ်ဦးကို အန္တရာယ်ဖြစ်စေနိုင်ခြင်း
- ဆေးဝါးပြဿနာများ
- သင့်ကျန်းမာရေးအပေါ် ခြိမ်းခြောက်မှု ဖြစ်စေနိုင်သည့် ဘေးမကင်းသော အိမ်ရာ
- ဝန်ထမ်း၊ မိသားစု၊ သူငယ်ချင်း သို့မဟုတ် ရဲ ဖမ်းဆီးမှုဖြင့် သံသယဖြစ်သော သို့မဟုတ် မျက်မြင်တွေ့ထားသော ရာဇဝတ်မှုမြောက်သည့် လှုပ်ရှားမှု
- သင်၏ လူထုဘေးကင်းရေးအပေါ် အရေးပါသော နှောင့်ယှက်မှု သို့မဟုတ် ခြိမ်းခြောက်မှု
- သင့်ဆန္ဒနှင့် ဆန့်ကျင်၍ ဖမ်းဆီးထိန်းသိမ်းခံရသည့်ဖြစ်ရပ်

စိုးရိမ်မှုကို တိုင်ကြားခြင်း

အင်ဒီယားနားတွင် တိုင်ကြားခြင်းအတွက် လျှို့ဝှက်ပြီး အဓိကကျသော စနစ်တစ်ခု ရှိပါသည်။ သင် သို့မဟုတ် သင်သိသည့် တစ်စုံတစ်ယောက်သည် ချက်ချင်းလက်ငင်း အန္တရာယ်သင့်နေပါက 911 ကို ခေါ်ဆိုပါ။

သင် သို့မဟုတ် အခြားလူကြီးတစ်ဦးက နှိပ်စက်ညှဉ်းပန်းခြင်း၊ လျစ်လျူရှုခြင်း သို့မဟုတ် ခေါင်းပုံဖြတ်ခြင်း ကြုံထားရပါက သို့မဟုတ် ကြုံတွေ့နေရပါက သင်သည် အောက်ပါတို့ထံ တိုင်ကြားနိုင်သည်-

- လူကြီးအကာအကွယ် ဝန်ဆောင်မှုများ (Adult Protective Services, APS) ဖုန်း 1-800-992-6978 သို့မဟုတ် အွန်လိုင်း လိပ်စာ aps-govcloud.my.site.com/APSOnlineReport/s/
- သင်၏ UnitedHealthcare စောင့်ရှောက်မှု ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်သူ သို့မဟုတ် အဖွဲ့ဝင် ဝန်ဆောင်မှုများ
- သင်၏ အခြေခံ ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ ဆောင်ရွက်ပေးသူ

ကာလရှည် စောင့်ရှောက်မှု အဖွဲ့ဝင်များအတွက် တိုင်ကြားခြင်း

ကာလရှည် စောင့်ရှောက်မှု ဂေဟာများသည် အထက်ပါနည်းလမ်းတစ်ခုခုကို တိုင်ကြားနိုင်သည် သို့မဟုတ် သင်သည် သင်၏ ဝန်ထမ်းစစ်ဆေးရေးအရာရှိထံ တိုင်ကြားနိုင်သည်။ သင်၏ ဝန်ထမ်းစစ်ဆေးရေးအရာရှိသည် ကာလရှည် စောင့်ရှောက်ရေးဂေဟာတွင် နေထိုင်နေသည့် နေထိုင်သူတစ်ဦးအဖြစ် သင့်အခွင့်အရေးများကို ထောက်ခံအားပေးပါသည်။

ပြည်နယ် ဝန်ထမ်းစစ်ဆေးရေးအရာရှိ သီးသန့်ဖုန်းလိုင်း 1-800-622-4484 ကို ခေါ်ဆိုပါ သို့မဟုတ် အွန်လိုင်းလိပ်စာ www.in.gov/health/ltc/ တွင် တိုင်ကြားပါ။

အင်ဒီယားနားကျန်းမာရေးဌာန (Indiana Department of Health, INDOH) ကို ခေါ်ဆိုပါ- 1-800-382-9480

တိုင်ကြားပြီးနောက်

တိုင်ကြားချက်ကို တင်ပြပြီးနောက် APS သို့ ပေးပို့ပါသည်။ APS သည် သင်၏ တိုင်ကြားချက်ကို လျှို့ဝှက်သွားပါမည်။ ၎င်းတို့သည် တရားရုံးအမိန့်စာ သို့မဟုတ် တိုင်ကြားချက်တွင် အမည်ဖော်ပြထားသည့် လူအားလုံး၏ သဘောတူညီချက် မပါဘဲ သင့်အမည်ကို ထုတ်ဖော်မည် မဟုတ်ပါ။

- APS သည် လုပ်ဆောင်နေဆဲ စုံစမ်းစစ်ဆေးမှုများကို ဆွေးနွေးခြင်း မပြုပါ။ ၎င်းတို့သည် သင့်အား စုံစမ်းစစ်ဆေးမှု၏ အသေးစိတ်အချက်များ သို့မဟုတ် အခြေအနေပြကို တင်ပြမည်မဟုတ်ပါ။
- လူကြီးများတွင် ၎င်းတို့၏ ကိုယ်ပိုင် ဆုံးဖြတ်ချက်များ ချမှတ်နိုင်စွမ်းရှိသည့်အခါ ၎င်းတို့အနေဖြင့် ဝန်ဆောင်မှုများကို ငြင်းဆိုနိုင်ပြီး ထိုသို့ငြင်းဆိုပိုင်ခွင့်လည်းရှိသည်ကို နားလည်ပေးပါ။ APS သည် လူတစ်ဦးတစ်ယောက်အား သူ၏ ဆန္ဒနှင့်ဆန့်ကျင်သည့် တစ်စုံတစ်ရာကို ပြုလုပ်ရန် အတင်းအဓမ္မ ခိုင်းစေပိုင်ခွင့် မရှိပါ။
- UnitedHealthcare သည် သင်၏ ဘေးကင်းရေးအတွက် ကတိကဝတ်ပြုထားသည်။ အချက်အလက်အားလုံးကို လျှို့ဝှက်ထားပါသည်။

ရင်းမြစ်များ

APS နှင့်ပတ်သက်ပြီး နောက်ထပ် အချက်အလက်များအတွက် in.gov/fssa/da/adult-protective-services ကို ဝင်ကြည့်ပါ။

ထို့ပြင် ကျွန်ုပ်တို့သည် သင်၏ တစ်ကိုယ်ရေ ဘေးကင်းရေးနှင့်ပတ်သက်ပြီး သင့်ထံသို့ အသိပေးရန် ဆက်သွယ်လာပါမည်။ ဤကမ်းလင့်ထောက်ကူမှုများတွင် အောက်ပါတို့ ပါဝင်နိုင်သည်-


- ဘေးကင်းစွာနေထိုင်နည်းနှင့် ပတ်သက်သည့် အချက်အလက်များ မျှဝေပေးသည့် ဖုန်းခေါ်ဆိုမှုများ၊ ပြသမှုများ၊ အီးမေးလ်များ သို့မဟုတ် စာသားများ။ ကျွန်ုပ်တို့ သင့်ထံ ဆက်သွယ်ရမည့်နည်းလမ်းကို သင်ရွေးချယ်နိုင်သည်။
- သင့်ကို အချိန်နှင့်တစ်ပြေးညီဖြစ်စေမည့် သို့မဟုတ် နောက်ထပ် ရင်းမြစ်များကို မျှဝေပေးမည့် အွန်လိုင်း ဆောင်းပါးများနှင့် ဆောင်ရွက်ရန်စာရင်းများ

ပြည်နယ် ဝန်ထမ်းစစ်ဆေးရေးအရာရှိ/လူကြီး အကာအကွယ် ဝန်ဆောင်မှုများ (Adult Protective Services, APS)

UnitedHealthcare သည် အာဏာပိုင်များထံသို့ လိုအပ်သလို အချက်အလက်များ ပေးအပ်ပါမည်။ သင်သည် လုပ်ငန်းစဉ်တွင် ပါဝင်ရန် အခွင့်အရေး ရှိပါသည်။ သင် ဘေးကင်းလုံခြုံနေစေရန် သင့်တော်သော ဝန်ဆောင်မှုများကို ချမှတ်ထားကြောင်း သေချာစေရေးတွင် လူတိုင်းပါဝင်နိုင်အောင် ကူညီပေးရန် APS၊ ပြည်နယ် ဝန်ထမ်းစစ်ဆေးရေးအရာရှိအပြင် သင်နှင့်အတူ အနီးကပ်လုပ်ကိုင်နေသည့် အဖွဲ့ဝင်အကြံပေးတစ်ဦး ကျွန်ုပ်တို့တွင် ရှိပါသည်။

အခြားဖောမတ်များဖြင့် အချက်အလက်များ

ကျွန်ုပ်တို့သည် အချက်အလက်များကို အခြား ဘာသာစကားများနှင့် ဖောမတ်များဖြင့် ကမ်းလှမ်းပေးပါသည်။ ၎င်းတွင် ပုံနှိပ်စာလုံးကြီးနှင့် မျက်မမြင်စာတို့ ပါဝင်ပါသည်။ သင် အချက်အလက်များ ရရှိလိုသည့်ပုံစံကို ကျွန်ုပ်တို့အား အသိပေးရန် အဖွဲ့ဝင်ဝန်ဆောင်မှုများကို ခေါ်ဆိုပါ။



သင်၏ အဖွဲ့ဝင် လက်စွဲစာအုပ်ကို ကြည့်ပါ

သင်သည် သင်၏ အဖွဲ့ဝင်လက်စွဲစာအုပ်တွင် Indiana PathWays for Aging အစီအစဉ်နှင့် ပတ်သက်ပြီး နောက်ထပ် လေ့လာနိုင်ပါသည်။ သင်သည် ၎င်းကို အွန်လိုင်း myuhc.com/CommunityPlan တွင် အမြဲ ကြည့်ရှုနိုင်သည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် အဖွဲ့ဝင်လက်စွဲစာအုပ်ကို သင့်ထံသို့လည်း ပေးပို့နိုင်ပါသည်။



1-800-832-4643၊ TTY 711



myuhc.com/CommunityPlan/IN



UnitedHealthcare အက်ပ်

UnitedHealthcare က ကမ်းလှမ်းသည့် အပိုဆောင်းအရာများ



DialCare Dentist

သွားဆရာဝန်တစ်ဦးနှင့် ဖုန်းဖြင့် သို့မဟုတ် ဗီဒီယိုချက်ဖြင့် စကားပြောပြီး အကြံဉာဏ် လျင်မြန်စွာ ရရှိရန် ဤအခမဲ့ ကိရိယာကို 24/7 အသုံးပြုပါ။ စတင်ရန် **UHCcommunity.DialCare.com** ကို ဝင်ကြည့်ပါ။



Doctor Chat

အခမဲ့ ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ အကြံဉာဏ်ကို မိနစ်ပိုင်းအတွင်း ရယူပါ။ ဤဆရာဝန် “ရုံးခန်း” သည် 24/7 ဖွင့်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် သင့်အား စိတ်ကျန်းမာရေးဆောင်ရွက်ပေးသူများနှင့်လည်း ချိတ်ဆက်ပေးနိုင်ပါသည်။ စတင်ရန် **uhcDoctorChat.com** ကို ဝင်ကြည့်ပါ။



Farmbox

ကျွန်ုပ်တို့သည် ခြံထွက်လတ်ဆတ်သော သစ်သီးများနှင့် ဟင်းသီးဟင်းရွက်များ ပါဝင်သည့် သစ်သီးဝလံပုံးကိုလည်း ပေးအပ်ပါသည်။ ၎င်းသည် လက်ဆောင်တစ်ခု သင်ရရှိထားသည့်အခါ ကျွန်ုပ်တို့၏ အဖွဲ့ဝင် ဆုများစာရင်းရှိ ရွေးချယ်မှုတစ်ခု ဖြစ်သည်။ သင်သည် သင်၏ စောင့်ရှောက်မှု ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်သူနှင့် အလုပ်လုပ်သည့်အခါ သို့မဟုတ် လိုအပ်သော ကြိုတင်ကာကွယ်ရေး စောင့်ရှောက်မှု ရရှိသည့်အခါ လက်ဆောင်တစ်ခုကို ရပါသည်။ အသေးစိတ်အချက်များအတွက် သင်၏ အဖွဲ့ဝင်လက်စွဲစာအုပ်၏ အရည်အသွေးအပိုင်းကို ကြည့်ပါ။



ကျန်းမာကြံ့ခိုင်ရေး

ကာယလေ့ကျင့်ခန်း လုပ်လိုပါသလား။ ကျွန်ုပ်တို့၏ One Pass အစီအစဉ်တွင် အင်ဒီယားနားအနံ့အပြားမှ ကာယလေ့ကျင့်ခန်းများ ပါဝင်ပါသည်။ သင်သွားလိုသလောက် သွားပါ။ အကုန်လုံးက အခမဲ့ပါ။ အွန်လိုင်း လေ့ကျင့်ခန်း အတန်းများလည်း ရှိပါသည်။ **YourOnePass.com** တွင် စာရင်းသွင်းပါ။



အခမဲ့စမတ်ဖုန်း

ကျွန်ုပ်တို့သည် စကားပြောခြင်း၊ စာတိုပို့ခြင်းနှင့် ဒေတာများနှင့်အတူ စမတ်ဖုန်းများကို ကမ်းလှမ်းပေးပါသည်။ ဤကမ်းလှမ်းချက်ကို တစ်အိမ်ထောင်လျှင် တစ်ဦးသာ ရနိုင်ပါသည်။ **assurancewireless.com** တွင် လျှောက်ထားပါ။



HERO Council

HERO သည် ကျန်းမာရေး၊ လုပ်ပိုင်ခွင့်အာဏာပေးခြင်း၊ ရင်းမြစ်များနှင့် အခွင့်အလမ်းများကို ကိုယ်စားပြုသည်။ သင့်အသံက အရေးပါသည်။ ဤသည်မှာ အဖွဲ့ဝင်များအပြင် အဖွဲ့ဝင်များကို ကူညီပေးသူများအတွက် ဖွင့်ထားသည့် အဖွဲ့တစ်ခု ဖြစ်သည်။ သင့်အတွေးအမြင်များကို မျှဝေပါ။ မေးခွန်းများ မေးပါ။ ဂိမ်းများ ကစားပြီး ဆုရယူပါ။ မုန့်စားပါ။ လူကိုယ်တိုင်ဖြစ်စေ သို့မဟုတ် ဖုန်းဖြင့်ဖြစ်စေ ကျွန်ုပ်တို့နှင့် ပူးပေါင်းပါ။ ကျွန်ုပ်တို့သည် အဖွဲ့ဝင်များ ပြောသည့်အချက်များပေါ် မူတည်ပြီး အရေးယူလုပ်ဆောင်ပါသည်။ သင်နှင့်တွေ့ဆုံရန် မျှော်လင့်နေပါမည်။



ဥပဒေရေးရာ အကူအညီ

သင် ဥပဒေရေးရာ အကူအညီ လိုအပ်ပါသလား။ ကျွန်ုပ်တို့သည် သင့်အား ရင်းမြစ်များနှင့် ချိတ်ဆက်ပေးနိုင်ပါသည်။ ကိုယ်စားလှယ်လွှဲစာ သို့မဟုတ် ကြိုတင်ညွှန်ကြားချက်များနှင့်ပတ်သက်ပြီး အကူအညီရယူပါ။ အလုပ် သို့မဟုတ် အိမ်ရာ ရရှိရေးအတွက် အခက်ကြုံစေသည့် ရာဇဝတ်မှုမှတ်တမ်းတစ်ခုကို ဖယ်ရှားရန် လုပ်ဆောင်လိုက်ပါ။

UnitedHealthcare က ကမ်းလှမ်းသည့် အပိုဆောင်းအရာများ



အဖွဲ့ဝင်ဆုများစာရင်း

ဆုများရရှိခြင်းနှင့် ပတ်သက်လာပါက ကျွန်ုပ်တို့က ရွေးချယ်စရာများ ပေးပါသည်။ ဆုရရှိခြင်းသည် ကျွန်ုပ်တို့နှင့် ချိတ်ဆက်ခြင်းလိုပင် လွယ်ကူပါသည်။ ပိုမိုလေ့လာရန် သင်၏ စောင့်ရှောက်မှု ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်သူ သို့မဟုတ် အဖွဲ့ဝင်ဝန်ဆောင်မှုများနှင့် ယနေ့ပဲ ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ပါ။ ဆုများတွင် အစားအစာ၊ အိမ်ထောင်စုသုံးပစ္စည်းများနှင့် လက်ဆောင်ကတ်များ ပါဝင်သည်။ ကျွန်ုပ်တို့၏ စာရင်းကို အွန်လိုင်း MyUHC.com/CommunityPlan တွင် ကြည့်ပါ။ ကျွန်ုပ်တို့သည် ဤစာရင်းကို သင့်ထံသို့ အီးမေးလ်ဖြင့်ပို့နိုင်သည် သို့မဟုတ် ချေစာဖြင့် သင့်ထံသို့ ပေးပို့နိုင်သည်။



Postbook

Postbook သည် ဆွေးမျိုး သို့မဟုတ် သူငယ်ချင်း တစ်ဦးနှင့် ပိုနက်နဲသော ဆက်ဆံရေးများကို ဖန်တီးပေးပါသည်။ သင်၏ Postbook ကို ရွေးချယ်လိုက်ပြီး နေ့စဉ်မှတ်တမ်းတွင် ပါဝင်သည့် စိတ်ကူးများပေါ် အခြေခံ၍ ပိုမိုကတ်များကို မျှဝေပါ။ ကျွန်ုပ်တို့သည် စာပို့ခနှင့် ပစ္စည်းများကို ထည့်သွင်းပေးပါသည်။



ခေတ္တရွှေ့ဆိုင်းခြင်း အကူအညီ

သူငယ်ချင်း သို့မဟုတ် မိသားစုဝင်တစ်ဦးထံမှ ရေရှည်အကူအညီ သင် ရရှိပါက၊ ကျွန်ုပ်တို့က ၎င်းတို့ကို ကူညီပေးရန် အထူးအစီအစဉ်တစ်ခုကို ကမ်းလှမ်းပေးပါသည်။ သင်၏ စောင့်ရှောက်မှု ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်သူသည် ၎င်းတို့ ခေတ္တနားနေစဉ် သင်လိုအပ်သည့် စောင့်ရှောက်မှုကို စီစဉ်ပေးပါမည်။



မိမိကိုယ်ကို စောင့်ရှောက်ရေး အကိမ်

ဤသည်မှာ ကျန်းမာရေးနှင့် သုခချမ်းသာ မိုဘိုင်းအကိမ် တစ်ခုပါ။ စိတ်ဖိစီးမှု၊ စိုးရိမ်မှုအပြင် ကိုင်တွယ်ဖြေရှင်းမှုနှင့်ပတ်သက်ပြီး အကူအညီ ရယူပါ။ ၎င်းသည် အဖွဲ့ဝင်များအပြင် အဖွဲ့ဝင်များကို ကူညီပေးနေသူများအတွက် အခမဲ့ ဖြစ်ပါသည်။



သယ်ယူပို့ဆောင်ရေး

သင် ကားမမောင်းပါက သင်လိုအပ်သည့် လိုက်ပါစီးနင်းမှုများ သင်ရရှိစေရန် ကျွန်ုပ်တို့ လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ပေးပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် ကုန်စုံဆိုင်၊ အစားအစာတက်များ၊ ဆေးဆိုင်၊ ဆေးဘက်ဆိုင်ရာမဟုတ်သော ရက်ချိန်းများနှင့် အသိုင်းအဝိုင်း ပွဲအစီအစဉ်များသို့ သွားလာရေးကို ကမ်းလှမ်းပေးပါသည်။



ဗဟုကျွမ်းရည် အသိုင်းအဝိုင်း စင်တာ

အင်တာနက် အသုံးပြုနည်းနှင့် ကြည့်ရှုခံစားနည်း ကို လေ့လာခြင်းက နောက်ကျသည်ဟူ၍ မရှိပါ။ ဤဝတ်ဆိုင်သည် အသက်ပိုကြီးသော လူကြီးများအတွက် ဖြစ်သည်။ အတန်းများကို သင်တို့နှင့်သက်တူရွယ်တူသူများက ဦးဆောင်ပါသည်။ သူတို့က အကိမ်များနှင့် အခြားဝတ်ဆိုင် များ အသုံးပြုနည်းကို သင့်အား ပြသပေးပါသည်။ လေ့ကျင့်ခန်း၊ ချက်ပြုတ်ခြင်းနှင့် အခြားလူများနှင့် စကားပြောရန်အချိန်ကဲ့သို့ အခြားအကြောင်းအရာ များစွာနှင့် ပတ်သက်သည့် အချိန်ကဏ္ဍများလည်း ရှိပါသည်။ သင်၏ အဖွဲ့ဝင်ပေါ်တယ်ကို MyUHC.com/CommunityPlan တွင် ဝင်ရောက်သည့်အခါ၌ ဤဆိုက်ကို သင်စတင်၍ အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

