



# ساهم في نشر الصحة

## تابع مدخراتك الجامعية مع برنامج TIPS بمعدل مطابقة 1 إلى 4

حول \$125 إلى \$625 مع برنامج TIPS. افتح حساب ادخار للجامعة وعزز فرص طفلك في المستقبل الآن من خلال الاستفادة من معدل المطابقة 4 إلى 1 التي يقدمها برنامج Tennessee Investments Preparing Scholars (TIPS) (برنامج Tennessee للاستثمارات لإعداد الباحثين).

TIPS هو برنامج للمنع المطابقة تم إعداده لتيسير حصول المواطنين في Tennessee على المدخرات الجامعية. عندما تفتح عائلة مؤهلة حساب ادخار TNStars جامعيًا، بدءًا من \$25 فقط، وتسجل مستفيدًا يبلغ من العمر 14 عامًا أو أقل في برنامج TIPS، ستوفر الولاية مساهمة مطابقة بنسبة 4 إلى 1 لحساب TNStars الخاص بالمستفيد. ما يعني أن البرنامج سيمنح \$100 مقابل كل \$25 يساهم بها صاحب الحساب، حتى \$500 سنويًا لكل طفل، بحد أقصى للمطابقة قدره \$1500 لكل طفل طوال العمر.

تتراكم المبالغ الصغيرة شيئًا فشيئًا. من المرجح بمقدار ثلاثة أضعاف أن يلتحق الطفل الذي يملك حساب ادخار مدرسي قبل بلوغه سن الدراسة الجامعية بالجامعة ومن المرجح بمقدار أربعة أضعاف أن يتخرج من الجامعة، وذلك مقارنةً بالطفل الذي لا يملك حساب ادخار.

لمعرفة ما إذا كنت مؤهلًا أو إن كان أحد معارفك مؤهل للحصول على منحة برنامج TIPS، تفضّل زيارة [Treasury.TN.gov/TIPS](https://www.treasury.tn.gov/TIPS). ابدأ اليوم، واستثمر في مستقبل طفلك، وشارك هذه المقالة مع غيرك من الأسر التي قد تستفيد من هذا البرنامج.

## الأعضاء من الآباء والأمهات والبالغين في برنامج TennCare Kids: الفحوصات السنوية للأطفال والشباب دون سن 21 عامًا

يحتاج الأطفال والمراهقون والشباب إلى فحوصات صحية سنوية، حتى لو كانوا يشعرون أنهم بخير. تساعد هذه الزيارات مقدمي الرعاية الأولية (PCP) لهم في اكتشاف المشكلات ومعالجتها مبكرًا.

يغطي برنامج TennCare Kids الفحوصات السنوية للأطفال حتى بلوغهم 21 عامًا. وتشمل هذه الزيارات ما يلي:

- مناقشة التاريخ الصحي.
  - فحص بدني كامل.
  - الفحوصات المخبرية، إذا لزم الأمر.
  - اللقاحات أو "الحقن".
  - فحص النظر والسمع.
  - فحص صحة الفم.
  - الفحوصات النمائية والسلوكية، حسب الحاجة.
  - نصائح حول الكيفية التي يمكنك بها أن تنعم بالصحة وتحافظ عليها.
- إذا كنت عضوًا في TennCare وعمرك أقل من 21 عامًا أو ولي أمر لم يخضع طفله لفحص طبي في العام الماضي، فنوصيك بالاتصال بمكتب الطبيب لتحديد موعد فحص TennCare Kids اليوم.



## يتم تجديد المنحة سنويًا



يتم تجديد برنامج TennCare سنويًا. سنتلقى خطابًا وحرمة تجديد عبر البريد. ابحث عن تاريخ التجديد المعين لك في الخطاب وحدّث معلوماتك. إذا انتقلت مؤخرًا وصار لديك عنوان بريد جديد أو غيرت رقم هاتفك، فيرجى تحديث معلومات الاتصال الخاصة بك عن طريق تسجيل الدخول إلى بوابة TennCare Connect على [tenncareconnect.tn.gov](http://tenncareconnect.tn.gov) أو الاتصال بالرقم (TRS 711) 855-259-0701.



## نصائح للوقاية من تسوس الأسنان عند الأطفال

إن تسوس الأسنان هو أكثر الأمراض المزمنة شيوعًا بين الأطفال في الولايات المتحدة، ولكن يمكن الوقاية منه أيضًا. فيما يلي بعض النصائح للمساعدة في وقاية أطفالك من الإصابة بتسوس الأسنان.

### الأطفال دون سن عامين

- امسح اللثة بعد الرضاعة وقبل النوم.
- عندما تبدأ الأسنان في الظهور، اغسلها مرتين في اليوم باستخدام فرشاة أسنان ذات شعيرات ناعمة وماء الصنبور.
- حدد موعدًا للزيارة الأولى لطبيب الأسنان في غضون ستة أشهر من ظهور أول سن، أو بحلول عيد ميلاده الأول.
- اسأل طبيب الأسنان عن استخدام دهان الفلورايد على أسنان طفلك عند ظهور أول سن له.

### الأطفال الذين تتراوح أعمارهم ما بين عامين وما فوق

- ساعد طفلك على تنظيف أسنانه مرتين على الأقل يوميًا.
- اطلب من طفلك أن يستخدم كمية بحجم حبة البازلاء من معجون الأسنان بالفلورايد عند تنظيف أسنانه.
- حدد مواعيد منتظمة لفحوصات الأسنان حسب الحاجة بما يتناسب مع عمره. اسأل طبيب الأسنان عما هو مناسب لطفلك.
- اسأل طبيب الأسنان عن المواد المانعة لتسوس الأسنان، وهي طبقة واقية توضع على سطح أسنان طفلك وتساعد على الوقاية من تسوس الأسنان.



## توجيه العميل

يمكن أن يساعد توجيه العميل في معالجة التفاوتات العرقية في الرعاية الصحية. واجهت مجتمعات الأقليات تاريخياً عدم المساواة في الحصول على الرعاية الصحية ونتائجها. يمكن أن يساعد التوجيه الذاتي في التخفيف من هذه التفاوتات من خلال منح الأفراد القدرة على اختيار مقدمي الرعاية المؤهلين من الناحية الثقافية والذين يفهمون احتياجاتهم الخاصة. يمكن أن يؤدي هذا إلى تيسير التواصل ورفع مستوى الثقة وتحسين النتائج الصحية.

يتيح توجيه العميل، الذي يُشار إليه عادةً باسم التوجيه الذاتي، للأعضاء القدرة على اختيار الخدمات والدعم الذي يناسب احتياجاتهم الشخصية بشكل أفضل، ما يسهل عليهم العيش بصورة مستقلة في أجواء من الراحة.

يمكن للأعضاء اختيار مقدمي الرعاية وتحديد جدول الرعاية حسب رغبتهم. يمكنهم اختيار مقدمي الرعاية الذين يتقنون بهم، ويكون مقدم الرعاية في الغالب شخصاً يعرفونه بالفعل. تساعد هذه المعرفة على المستوى الشخصي مقدمي الرعاية في تلبية احتياجات العضو المطلوبة تمامًا.



## كيفية تغيير PCP

في بعض الأحيان، قد تحتاج إلى تغيير مقدم الرعاية الأولية (PCP) المسؤول عنك. فيما يلي كيفية إجراء ذلك:

1. تفضّل زيارة [wellpoint.com/tn/medicaid](https://www.wellpoint.com/tn/medicaid).
2. يمكنك تسجيل الدخول أو تسجيل حسابك عبر الإنترنت.
3. فور تسجيل الدخول، يمكنك عرض مقدم الرعاية الأولية المسؤول عنك أو تغييره في قسم مقدم الرعاية الأولية (PCP).

إذا كنت تفضل التحدث مع شخص ما لتغيير مقدم ال PCP المسؤول عنك، فاتصل برقم خدمات الأعضاء الموجود على بطاقة هوية العضو الخاصة بك.



## يمكنك إدارة حالتك أو حالة طفلك من خلال مزايا Wellpoint التي تحصل عليها

نوفر لك الموارد اللازمة لمعرفة المزيد عن حالتك أو حالة طفلك الصحية.

عندما تتصل بنا لبدء المشاركة في إحدى مزايا Wellpoint لدينا، سيتعاون منسق الرعاية معك أو مع طفلك لتحديد الأهداف الصحية وتحقيقها. سوف يضطلع منسق الرعاية بما يلي:

- التحدث معك حول احتياجات الرعاية الصحية.
- تنسيق الرعاية، مثل تحديد المواعيد للأطباء المختلفين وإيجاد وسائل النقل للوصول إلى هناك والعودة إلى المنزل.
- تقديم معلومات حول خدمات الدعم المحلية لحالات صحية معينة.

تفضلُ بزيارة موقعنا عبر الإنترنت على

[.wellpoint.com/tn/medicaid](https://www.wellpoint.com/tn/medicaid)

تحقق مما يلي:

- قم بإدارة صفحة حالتك لمعرفة المزيد عن خدمات الدعم لدينا.
- تفضلُ بزيارة صفحة الصحة والعافية لمعرفة المزيد حول الحالات الصحية والعثور على أدوات تفاعلية وتطبيقات صحية.



### الخطوات التي يمكنك اتخاذها اليوم

اتصل بنا مجانًا على (TRS 711) 833-731-2153، من الاثنين إلى الجمعة من الساعة 7 صباحًا حتى 5:30 مساءً بالتوقيت المركزي. عندما تتصل، سنقوم بما يلي:

- نحدد لك موعدًا مع أحد منسقي الرعاية.
- نطرح عليك بعض الأسئلة حول صحتك أو صحة طفلك.
- نبدأ في وضع خطة رعاية صحتك أو صحة طفلك.
- يمكن أن تتم إزالته من البرنامج إذا كنت لا تريد الاشتراك فيه الآن (اختيار عدم المشاركة).
- نتطلع إلى العمل سويًا من أجل صحة أفضل لك ولطفلك.



## العلاجات المتاحة دون وصفة طبية لنزلات البرد الشائعة

نزلات البرد الشائعة عبارة عن مرض تنفسي طفيف يتحسن عادةً من تلقاء نفسه خلال فترة قصيرة من الزمن. من الضروري أن تتذكر أن تناول المضادات الحيوية لن يساعدك في التعافي إذا كنت مصابًا بالبرد، ولكن يمكنك تجربة بعض العلاجات المنزلية أو العلاجات المتاحة دون وصفة طبية (OTC)\* لتخفيف الأعراض. يحتوي الجدول أدناه على بعض علاجات إصابة الأطفال والبالغين بالبرد.

العلاج	الأطفال	البالغون
احصل على قسط من الراحة واشرب السوائل	✓	✓
استخدم مرطب أو مبخر رذاذ بارد	✓	✓
تناول المستحلبات للحلق أو القطرات للسعال	يمنع الاستخدام للأطفال دون سن 4 أعوام.	✓
استخدم العسل لتخفيف أعراض السعال	يمنع الاستخدام للأطفال دون سن عام واحد.	✓
تناول مسكنات الألم مثل الأسيتامينوفين أو الإيبوبروفين	<ul style="list-style-type: none"> <li>يمنع استخدام دواء الأسيتامينوفين للأطفال دون سن 6 أشهر.</li> <li>يمكن للأطفال الذين تبلغ أعمارهم 6 أشهر فما فوق تناول الإيبوبروفين أو الأسيتامينوفين.</li> </ul>	✓
أدوية السعال والبرد التي لا تستلزم وصفة طبية	لا ينصح بها للأطفال دون سن 6 سنوات.	✓

\* يُرجى قراءة تعليمات الدواء دائمًا قبل إعطائه لطفلك من أجل معرفة معلومات الجرعة الصحيحة. لا ينصح ببعض الأدوية التي لا تستلزم وصفة طبية للأطفال في سن معينة.

المصادر: مراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها: Relief for Common Symptoms of Colds and Cough: <https://www.cdc.gov/antibiotic-use/media/pdfs/HCP-Relief-Colds-Cough-85by11-P.pdf>

مراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها: Preventing and Managing Common Cold: [https://www.cdc.gov/common-cold/media/pdfs/2024/04/CommonCold\\_fact\\_sheet\\_508.pdf](https://www.cdc.gov/common-cold/media/pdfs/2024/04/CommonCold_fact_sheet_508.pdf)

## تعاطي المواد المخدرة والسلوكيات المحفوفة بالمخاطر الجنسية بين الشباب

وفقًا لمراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها، هناك عوامل شائعة مشتركة قد تدفع المراهقين إلى الانخراط في تعاطي المواد المخدرة والسلوكيات المحفوفة بالمخاطر الجنسية، مثل ممارسة الجنس ومخالطة شركاء متعددين جنسيًا وعدم استخدام وسيلة حماية مثل الواقيات الذكرية، على سبيل المثال لا الحصر.

- عندما يبدأ المراهقون في تعاطي المواد المخدرة واعتياد السلوكيات المحفوفة بالمخاطر الجنسية، يصبحون أكثر عرضة للإصابة بفيروس نقص المناعة البشرية (HIV) والأمراض المنقولة جنسيًا (STD)، ومن المرجح أن تصبح الفتيات حوامل.
- إن فهم عوامل الخطر الشائعة سيساعد أولياء الأمور ومجتمعاتهم المحلية في معالجتها من خلال سبل الوقاية الرئيسية.
- تشمل بعض عوامل الخطر لتعاطي المواد المخدرة والسلوكيات المحفوفة بالمخاطر الجنسية ما يلي:
- الفقر.
- التاريخ العائلي لتعاطي المواد المخدرة أو السلوكيات المحفوفة بالمخاطر الجنسية.
- غياب المشاركة الإيجابية من جانب الوالدين.
- التعرض للضغط من جانب أقرانهم للانخراط في هذه السلوكيات.
- ضعف الترابط والتواصل بين الطلاب والمعلمين في المدرسة.



## الدفع المشترك الصيدلاني

إذا كنت تتمتع بمزايا الخدمات الصيدلانية من خلال TennCare، فلديك الحق في الحصول على الوصفات الطبية التي تحتاج إليها. إذا كنت غير قادر على دفع مبلغ إضافي عند صرف الوصفة الطبية، فلا يمكن لمقدمي الرعاية الدوائية والصيدليات رفض تقديم الخدمات.\* إذا واجهتك مشكلات في الحصول على أدويةك الموصوفة، فيمكنك أو يمكن بمساعدة طبيبك الاتصال بمكتب مساعدة الخدمات الصيدلانية لدى TennCare على الرقم **888-816-1680**.

\* قواعد (11)08-13-13-1200 TennCare و (11)08-14-13-1200.

من المهم أن تتحدث مع ابنك في سن المراهقة حول مخاطر تعاطي المواد المخدرة وممارسة الجنس الآمن.

فيما يلي بعض سبل الوقاية التي يمكن أن تساعدك وأسرتك في التعامل سويًا مع الموضوع:

برامج الدعم الأسرى

- البرامج المقدمة بالمدارس
- برامج مكافحة تعاطي المواد المخدرة والكحول بتوجيه من الأقران
- التدريب على المهارات المكتسبة من برامج تدريب الآباء والأمهات

# Family Voices of TN (تعليقات أولياء الأمور في TN): تنسيق دعم ECF CHOICES وتنسيق رعاية CHOICES

تعليقات أولياء الأمور في ولاية TN هو برنامج تابع للائتلاف المعني بمشكلات الإعاقة في ولاية Tennessee يساعد الأشخاص في التعرف على أنظمة وبرامج الرعاية الصحية للأطفال ذوي الإعاقة والأمراض المزمنة والاحتياجات الصحية الخاصة.

يوفر البرنامج ما يلي:

- دعم الأقران: يقدم المتطوعون المدربون الدعم الفردي للأعضاء الذين يتعاملون مع احتياجاتهم الصحية بناءً على التجارب التي عايشوها.
- المساعدة في التنقل بين أنظمة الخدمة: احصل على المساعدة فيما يتعلق ببرامج Medicaid وTennCare وSSI for Children (و Title V (Children's Special Services) و Early Intervention (TEIS) وبرامج أخرى مثل ECF Choices وKatie Beckett.
- PEARS (الوالدان، التعزيز/التمكين، إمكانية الوصول، الموارد، الدعم): يقدم هذا البرنامج الدعم للأسر التي لديها أطفال يعانون من الصمم أو ضعف السمع أو فقدان السمع.

لمعرفة المزيد عن Family Voices of TN (تعليقات أولياء الأمور في ولاية تينيسي)، يمكنك زيارة [familyvoicestn.org](http://familyvoicestn.org) أو الاتصال على الرقم 615-383-9442.

المصدر: Family Voices of Tennessee (تعليقات أولياء الأمور في ولاية تينيسي): Get Connected: (July 2024): [familyvoicestn.org](http://familyvoicestn.org).

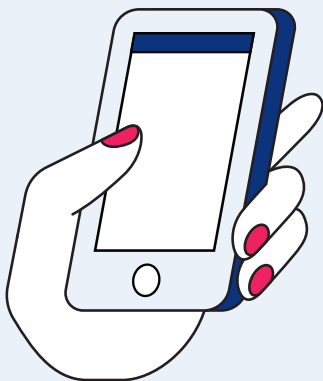
## هل تعلم أنه يمكنك الوصول إلى دليل الأعضاء عبر الإنترنت؟ يمكنك اتباع الخطوات التالية:

1. تفضّل زيارة [wellpoint.com/tn/medicaid](http://wellpoint.com/tn/medicaid).

2. اختر خطتك الصحية.

3. مرّر لأسفل للعثور على رابط إلى كتيب الأعضاء.

إذا كنت تفضل الحصول على نسخة مطبوعة، فيمكنك أيضًا الاتصال بنا على الرقم 833-731-2153 (TRS 711). سيسعدنا أن نرسل إليك واحدًا مجانًا.







## أداة الاحتياجات المجتمعية

تتيح لك أداة الاحتياجات المجتمعية لدينا البحث عن المؤسسات القريبة التي يمكنها تقديم يد المساعدة عندما تحتاج إلى القليل من العون. يمكنك العثور على المساعدة فيما يتعلق بما يلي:

**العمل:** المساعدة في العثور على عمل أو تقديم العون أثناء العمل، والتقاعد، وتوفير إعانات البطالة.

**الغذاء:** توصيل الوجبات، وبرنامج SNAP (المعونات الغذائية)، والأدوات اللازمة لمعرفة الطعام الصحي.

**التعليم:** المساعدة في العثور على مدرسة ودفع تكاليفها لك أو لطفلك، واختبار تطوير التعليم العام (GED) والمساعدات المالية، وتوفير المستلزمات المدرسية، وبرامج التدريب.

**السكن/الإقامة:** المساعدة في العثور على مأوى أو سكن دائم، وإصلاح وترميم المنزل، ودفع فواتير السكن والمرافق.

**المساعدة القانونية:** المساعدة في العثور على محامٍ يعني بقضايا التبني أو الرعاية البديلة، والمواطنة والهجرة، وتوفير المترجمين، ومكافحة التمييز، أو انتحال الشخصية.

**السلع:** الملابس، والسلع المنزلية، والمستلزمات الطبية، ومستلزمات الأطفال والرضع.

**وسائل النقل:** تذاكر الحافلات والمساعدة في دفع ثمن أقساط سيارتك أو البنزين.

للحصول على قائمة بالمؤسسات المحلية المخصصة لتقديم المساعدة في تلبية احتياجاتك، يمكنك ملء استبياننا الموجز عبر الإنترنت على

**المال:** الإعانات الحكومية، والقروض، والضرائب، والتأمين، وتوفير الدروس للمساعدة في إدارة الأموال.

[wellpoint.findhelp.com/forms/social\\_needs\\_tool](https://www.wellpoint.findhelp.com/forms/social_needs_tool)



## الاكتئاب: بين الخرافة والحقيقة

هناك العديد من الخرافات التي يؤمن بها الناس حول الاكتئاب، ولكن من المهم معرفة أيها صحيحة وأيها غير صحيحة. فيما يلي قائمة بالخرافات الشائعة حول الاكتئاب، والحقائق التي تدحضها.

خرافة	حقيقة
”الاكتئاب ليس مرضًا حقيقيًا“.	الاكتئاب هو في الواقع مرض ينتج عن اضطراب التوازن الكيميائي في الدماغ. لا يوجد سبب بعينه لذلك، ولكن بعض العوامل التي يمكن أن تؤدي إلى الاكتئاب تشمل العوامل الوراثية، والمرض، والأحداث المؤلمة، وتناول بعض الأدوية.
”إنها مجرد أوهام داخل عقلك“.	من الممكن التعافي من الاكتئاب دون الحصول على علاج، ولكن معظم الناس يحتاجون إليه. بدون الحصول على علاج، يمكن أن تستمر الإصابة بالاكتئاب لشهور أو سنوات.
”الاكتئاب سوف يختفي دائمًا من تلقاء نفسه“.	يمكن لأي شخص أن يصاب بالاكتئاب، بغض النظر عن العمر، والانتماء العرقي، والوضع الاقتصادي، والجنس.
”العلاج لا يجدي نفعًا“.	”لا يصاب الأطفال بالاكتئاب“.
”تجاوز الأمر وتوقف عن المبالغة“.	الاكتئاب مرض، وليس عيبًا في الشخصية. لا يمكن التخلص من الاكتئاب بالإرادة المجردة مثلما لا يمكن للنوبة القلبية أن تختفي فجأة.
”الاكتئاب من علامات ضعف الشخصية“.	يمكن أن تساعد الأدوية في علاج الاكتئاب سواءً كانت تراودك أفكارًا انتحارية أم لا.
”الأشخاص الذين يفكرون في الموت أو الانتحار هم وحدهم من يحتاجون إلى الأدوية“.	إذا كنت تعاني من الاكتئاب أو تعتقد أنك قد تعاني من الاكتئاب، فمن الأفضل التحدث مع طبيبك. إذ يمكنه مساعدتك في تحديد أفضل طريقة للعلاج مع تناول الأدوية أو بدونها.



## اختبار مستوى الرصاص في الدم

### من يجب أن يخضع للفحص؟

- الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 12 شهرًا و24 شهرًا\*
- الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 36 شهرًا و72 شهرًا دون تحليل موثق يظهر مستوى الرصاص في الدم\*
- الأطفال الذين يطلب ولي الأمر/الوصي عليهم فحص مستوى الرصاص في الدم
- الأطفال الذين يجيب ولي الأمر/الوصي عليهم بـ "نعم" أو "لا أعرف" على أي سؤال في استبيان تقييم المخاطر أو الذين تغيرت حالة التعرض لخطر الإصابة بالتسمم بالرصاص لديهم
- \* يلزم تطبيقه لجميع المستفيدين من برنامج TennCare.

يقيس فحص الرصاص مستوى الرصاص في الدم. الرصاص عبارة عن سم خطير جدًا على الأطفال الصغار ويمكن أن يؤدي إلى الإصابة بفقر الدم وصعوبات التعلم ومشكلات طبية أخرى. يمكن للأطفال استنشاق الرصاص أو ابتلاعه عند التعرض له.

- الطلاء الذي أساسه الرصاص والغبار الملوث بالرصاص في المباني القديمة.
- التربة الملوثة بالرصاص.
- المياه التي تتدفق عبر الأنابيب المصنوعة من الرصاص أو يتم تخزينها في خزانات المياه المبطنة بالرصاص.
- الفخار والخزف المطلي بالرصاص.
- بعض الألعاب المعدنية ومجوهرات الدمى.

يعد فحص مستوى الرصاص في الدم أفضل طريقة لمعرفة ما إذا كان الطفل مصابًا بالتسمم بالرصاص أم لا. لا تظهر أي أعراض عن الإصابة بالتسمم بالرصاص على العديد من الأطفال المصابين به. يمكن لأولياء الأمر التحدث إلى مقدم الرعاية الصحية لطفلهم بشأن إجراء فحص مستوى الرصاص في الدم إذا تعرض طفلهم للرصاص.



## حقك في إلغاء الاشتراك في Wellpoint

بصفتك عضوًا لدينا، نأمل أن نقدم لك المزايا والخدمات والدعم الذي تحتاجه لتعيش حياة صحية. ونتفهم أنه في بعض الأحيان، قد تحتاج إلى الانسحاب من خطتنا الصحية أو إلغاء الاشتراك فيها. بصفتك عضوًا لدينا، يحق لك طلب إلغاء الاشتراك إذا:

- اخترت التسجيل في مؤسسة رعاية مُدارة (MCO) أخرى في غضون 90 يومًا من التسجيل لدينا.
- اخترت مؤسسة رعاية مُدارة (MCO) أخرى خلال مدة الاختيار السنوية وقمت بالتسجيل في مؤسسة رعاية مُدارة (MCO) أخرى.
- يوافق برنامج TennCare على طلبك أو الطعن في الطلب لتغيير مؤسسات الرعاية المُدارة بناءً على معايير الصعوبة، وقمت بالتسجيل في مؤسسة رعاية مُدارة (MCO) أخرى.
- تم تعيينك بشكل غير صحيح في خطتنا الصحية وقمت بالتسجيل في مؤسسة رعاية مُدارة (MCO) أخرى.
- لم تعد مؤهلاً للحصول على تغطية TennCare.
- لقد انتقلت إلى خارج منطقة خدمتنا، وسجلت في مؤسسة رعاية مُدارة (MCO) أخرى.
- يقرر TennCare أن ذلك في مصلحتك المثلى ومصلحة البرنامج أثناء عملية الطعن.
- لم نعد معنيين بتقديم خدمات TennCare، أو لقد انتهى عقدنا لتقديم خدمات TennCare.
- يمنحك TennCare الحق في إنهاء تسجيلك معنا والتسجيل في مؤسسة رعاية مُدارة (MCO) أخرى.



## خدمات النقل المجانية

تشمل خطة التأمين لدينا وسائل النقل من الصيدلية وإليها ومواعيد الرعاية الصحية في الحالات غير الطارئة. يمكنك الاتصال بالرقم 866-680-0633 لتحديد موعد للتوصيل بالسيارة مسبقًا. تذكر، أنه عندما تحتاج إلى توصيلة في حالة طبية طارئة اتصل بالرقم 911.



## يمكنك المساعدة في حماية هويتك من خلال الإبلاغ عن حادثة احتيال وهدر وسوء استخدام

للإبلاغ عن نشاط مشبوه أو سوء استخدام إلى مكتب المفتش العام (OIG)، يمكنك الاتصال على الرقم المجاني **800-433-3982**. كما يمكنك الانتقال عبر الإنترنت إلى **tn.gov/tenncare** والنقر على **Report TennCare Fraud** (الإبلاغ عن احتيال TennCare). للإبلاغ عن احتيال مقدم رعاية أو إساءة معاملة المرضى إلى وحدة مكافحة الاحتيال في Medicaid (MFCU)، اتصل على الرقم المجاني **800-433-5454**.

لأسئلة عن ...	من يجب أن أتصل به ...
المزايا والبرامج الصحية الخاصة التي ستحصل عليها والأسئلة التي تساورك حول خطط الرعاية الصحية الأخرى.	خدمات الأعضاء أعضاء TennCare: <b>833-731-2153 (TRS 711)</b> أعضاء CHOICES/ECF CHOICES: <b>866-840-4991 (TRS 711)</b>
الأمراض أو الإصابات أو غيرها من المخاوف الطبية.	خط المساعدة الخاص بالتمريض المتوفر على مدار 24 ساعة: <b>866-864-2544 (TRS 711)</b>
التقدم بطلب إلى الاشتراك في TennCare أو تجديده.	خط المساعدة الخاص بـ TennCare Connect: <b>855-259-0701</b>

**Spanish: Español**

ATENCIÓN: Si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 833-731-2153 (TRS: 711).

**Kurdish: كوردی**

ئاگاداری: ئەگەر بە زمانی کوردی قەسە دەکەیت، خزمەتگوزاریهکانی یارمەتی زمان، بەخۆرای، بۆ تو بەردەستە. پەیوەندی بە 833-731-2153 (TRS 711) بکە.

**هل تحتاج إلى مساعدة فيما يتعلق برعايتك الصحية أو التحدث معنا أو قراءة ما نرسله إليك؟  
اتصل بنا مجاناً على الرقم: 833-731-2153 (TRS: 711).**

نممثل للقوانين الفيدرالية والولاية الخاصة بالحقوق المدنية. لا نعامل الأشخاص بطريقة مختلفة بسبب العرق أو اللون أو مكان الميلاد أو اللغة أو العمر أو الإعاقة أو الدين أو الجنس. هل تعتقد أننا لم نساعدك أو نعاملك بشكل مختلف؟ إذن، اتصل على الرقم 833-731-2153 (TRS 711) أو بـ TennCare على الرقم 855-857-1673 (TRS 711) مجاناً.

تم نشر *Make Health Happen* (ساهم في نشر الصحة) بواسطة Wellpoint لتقديم المعلومات. وليس المقصود منه تقديم استشارة طبية شخصية. للحصول على استشارة طبية شخصية، تحدث إلى طبيبك. ©2024. جميع الحقوق محفوظة. طبع في الولايات المتحدة الأمريكية.