

من أجل صحة أفضل

ميزة الحفاضات من TennCare

لدى TennCare أخبار سارة لعائلات TennCare في جميع أنحاء الولاية. توفر TennCare ما يصل إلى 100 حفاضة شهريًا للأطفال دون عمر عامين ممن لديهم TennCare أو CoverKids. تتعاون TennCare مع الصيدليات في جميع أنحاء الولاية للتأكد من أن الأعضاء في جميع المقاطعات يمكنهم الحصول على هذه الميزة بسهولة.

للحصول على الحفاضات:

1. بادر بزيارة صيدلية مشاركة. ابحث عن موقع في tn.gov/tenncare/diapers

2. أظهر بطاقة ID هوية الصيدلية الخاصة بطفلك عند شباك الصيدلية. بالنسبة للمواليد الجدد، يمكنك استخدام بطاقة ID هوية الصيدلية الخاصة بالأم أو رقم الضمان الاجتماعي حتى يتلقى المولود بطاقة ID هويته الخاصة.

ستغطي TennCare العلامات التجارية الشهيرة للحفاضات، وسوف تُدرج أنواعًا مختلفة من الحفاضات لتلبية احتياجات العائلة. قد لا تتوفر في صيدليتك جميع العلامات التجارية المدرجة أو قد لا تتوفر لديها مخزونات من العلامة التجارية المفضلة لديك.

لمزيد من المعلومات حول ميزة الحفاضات، انتقل إلى حفاضات لمزيد من المعلومات حول ميزة الحفاضات، انتقل إلى حفاضات TennCare (TennCare Diapers) tn.gov/tenncare/diapers



لماذا ينبغي للمراهقين الحصول على لقاح فيروس الورم الحليمي البشري (HPV)

دعونا نتحدث عن شيء مهم للغاية لصحتك ومستقبلك، وهو لقاح HPV. ربما تكون قد سمعت به، ولكن هل تعلم لماذا يحظى بأهمية بالغة؟ لتتعرف على الموضوع بشكل أوسع.

ما هو فيروس HPV؟

يشير الاختصار HPV إلى فيروس الورم الحليمي البشري. إنه فيروس شائع الانتشار يمكنه الانتقال من شخص إلى آخر عبر الملامسة الحميمة عن طريق الجلد. هناك أنواع عديدة لفيروس HPV، وبالرغم من أن بعضها قد يكون غير ضار، فإن البعض الآخر منها قد يتسبب في حدوث مشكلات صحية خطيرة، مثل الزوائد الجلدية التناسلية وحتى السرطان.¹

لماذا ينبغي الحصول على لقاح HPV؟

1. **الوقاية من السرطان:** يمكن أن يقي لقاح HPV من الإصابة بأنواع فيروس HPV التي تسبب سرطان عنق الرحم، علاوة على أنواع السرطان الأخرى.^{1,2}

2. **الحد من فرصة الإصابة بالزوائد الجلدية التناسلية:** إلى جانب الوقاية من السرطان، يقي لقاح HPV أيضًا من الإصابة بأنواع فيروس HPV التي تسبب الإصابة بالزوائد الجنسية التناسلية.² وهذا يعني تقليل عدد زيارات الطبيب وحدث انزعاجات أقل للشخص.

3. **الوقاية المبكرة هي الخيار المثالي:** يعمل اللقاح بشكل أفضل عند الحصول عليه في عمر 9 حتى 12 عامًا، قبل التعرّض للفيروس.^{1,2} وهذا سبب التوصية بحصول الأطفال عليه قبل مرحلة المراهقة، ولكن لا يفوت الأوان مطلقًا وقت الحصول على اللقاح إذا لم تكن قد حصلت عليه بالفعل.

4. **وقاية دائمة مستمرة:** تدوم الوقاية التي يوفرها لقاح HPV بفترة طويلة مستمرة. وقد أظهرت الدراسات أن فاعلية اللقاح تستمر قوية للعديد من السنوات.³

5. **آمن وفعال:** يحظى لقاح HPV، والذي حصل المواطنون على 135 مليون جرعة منه في الولايات المتحدة، بسجل أمان قوي مدعومًا بأكثر من 15 سنة من المراقبة والبحث.¹



كيف يؤدي اللقاح وظيفته؟

يساعد لقاح HPV الجسم على بناء المناعة ضد الفيروس. يمثل الأمر محاكاة لجهازك المناعي على التعرف على الفيروس ومحاربته قبل التسبب في حدوث أي ضرر.² يحتاج معظم المراهقين إلى جرعتين من اللقاح، يتم إعطاؤهما بفاصل 6 إلى 12 شهرًا.¹

استفسارات شائعة

- هل سيتسبب في الشعور بالألم؟ قد تسبب اللقاحات شعورًا بالوخز، ولكنه سرعان ما ينتهي. ولل فوائد قيمة أكبر بكثير من هذا الألم البسيط المحدود.
- هل هو آمن؟ نعم، لقد تم اختبار لقاح HPV بالكامل وهو يخضع للمراقبة المستمرة للتأكد من سلامته.¹
- هل يشجع على ممارسة النشاط الجنسي مبكرًا؟ لا، لقد أظهرت الدراسات أن الحصول على لقاح HPV لا يؤدي إلى الممارسة المبكرة للنشاط الجنسي.²

اتخاذ إجراء

تحدث إلى والديك وطبيبك حول تلقي لقاح HPV. إنها مجرد خطوة بسيطة يمكنها توفير الحماية اللازمة لك من الإصابة بالمشاكل الصحية الخطيرة في المستقبل. وتذكر أن الوقاية من السرطان خير من العلاج منه دائمًا.¹

حافظ على صحتك وتولى مسؤولية مستقبلك.

المصادر:

1. مراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها في الولايات المتحدة (U.S. Centers for Disease Control and Prevention):
Reasons to Get Vaccinated (أسباب الحصول على اللقاح)
(3 يوليو 2024): cdc.gov.
2. Who needs it, how it works: HPV Vaccine: Mayo Clinic.
(من يحتاجه وكيفيته عمله: لقاح (25 أغسطس 2023):
mayoclinic.org.
3. مراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها في الولايات المتحدة (U.S. Centers for Disease Control and Prevention):
لقاح VPH (HPV Vaccination) (20 أغسطس 2024):
cdc.gov.



لقاح علاج الحساسية للأطفال

يمكن للقاح علاج الحساسية أن تساعد في علاج الأطفال المصابين بالحساسية الحادة

كيفية عمل لقاح علاج الحساسية

سيقوم الطبيب أو اختصاصي علاج الحساسية بحقن كميات قليلة من مسبب الحساسية (الشيء الذي لدى الطفل حساسية تجاهه) تحت جلده. يساعد هذا جسم الطفل على "التعود" على مسبب الحساسية هذا. هذا يساعد على تعليم الجسم عدم إصدار رد فعل لمسبب الحساسية.

يمكن للقاح الحساسية أن تساعد الأطفال على أن يظهر عليهم عدد أقل من الأعراض أو عدم ظهورها مطلقاً. قد يمضي حتى عام كامل من وقت الحصول على اللقاح قبل أن ترى تغييراً في أعراض الأطفال.

الحصول على اللقاح

في أول الأمر، قد يحتاج الطفل لجرعة لقاح واحدة كل أسبوع. وبعد ذلك، قد يحتاج فقط للحصول على جرعة لقاح واحدة كل شهر.

قد يتعرض الطفل عقب الحصول على اللقاح لبعض لأعراض الطفيفة، مثل:

- ألم التهابي أو احمرار أو ارتفاع درجة حرارة الجلد أو تورمه في الذراع الذي حصل فيه على اللقاح.
- الحكّة.
- الشرى.
- طفح ينتشر على أجزاء أخرى من الجسم.

من الأهمية حجز كل المواعيد والالتزام بها والاتصال بالطبيب إذا أصاب الطفل أي مشكلات. كما أنه من المستحسن الاحتفاظ بقائمة تضم كل الأدوية التي يتناولها الطفل ومعرفة نتائج تعاطيها.

الحفاظ على سلامة الطفل في المنزل

• تقليل الأمراض الأخرى:

- ساعد الطفل على اجتناب الإصابة بالإنفلونزا وكوفيد 19 ونزلات البرد. اطلب منه غسل يديه بشكل متكرر.
- ينبغي حصول الطفل على لقاح الإنفلونزا السنوية وتأكد من حصوله على الجرعات الإضافية من لقاح كوفيد 19.

- يوجد الكثير من الأمور التي يمكنك فعلها في المنزل للمساعدة على تقليل أعراض الحساسية التي تصيب الطفل:
- حفظ الطفل بعيدًا عن الدخان ومنع الآخرين من التدخين في المنزل أو بالقرب من الطفل.
- استخدام مرشح هواء وأغلق النوافذ عند وجود الكثير من التلوث أو الملوثات أو الغبار في الخارج.

• إذا كان الطفل لديه حساسية تجاه الغبار أو عث الغبار:

- يمكن غسل الملاءات وأغطية الوسادات وغيرها من المفروشات في ماء ساخن أسبوعيًا.
- استخدم أغطية مقاومة للغبار للوسادات والألحفة والمراتب.
- يمكن اجتناب الأغطية البلاستيكية حيث تتمزق بسهولة وتصبح ساخنة بسبب "عدم وجود مسام لمرور الهواء خلالها".
- استخدم البطاطين القابلة للغسل.
- لا تستخدم الوسادات أو البطاطين غير الضرورية.
- يمكن التفكير في إزالة الأكسية أو السجاجيد (التي يمكن أن تجذب التراب وتحبسها) من منطقة نوم الطفل.

• إذا كانت الحساسية لدى الطفل يثيرها العفن:

- ينبغي التخلص من الأثاث أو الأكسية أو السجاجيد العفنة.
- تحقق من عدم وجود العفن أسفل الأحواض في الحمام.
- وتحقق أيضًا من عدم وجوده في الغرف أعلى المنزل والدور الأرضي.
- استخدم مزيل الرطوبة لتقليل العفن في المناطق الرطبة أو المصابة بالعفن.

• إذا كانت الحساسية لدى الطفل يثيرها وبر الحيوانات الأليفة:

- اجعل الحيوانات الأليفة بعيدًا عن غرفة نوم الطفل أو احفظ الحيوانات الأليفة خارج المنزل.
- فكّر في استبدال السجاد القديم والأثاث القماشي. فهذه الأقمشة يمكن أن تمسك الكثير من وبر الحيوانات.

• إذا كانت الحساسية لدى الطفل يثيرها الهواء البارد:

- اجعل طفلك يرتدي وشاحًا حول وجهه والتنفس من أنفه.



متى يمكن الاتصال لطلب المساعدة

اتصل على 911 إذا كنت تعتقد أن الطفل بحاجة إلى رعاية طارئة.

هناك بعض الأمثلة على ردود الفعل التحسسية الحادة. اتصل على 911 إذا ظهرت الأعراض التالية على طفلك:

- ظهور مناطق مرتفعة حمراء (الشرى) في كل الجسم.
- تورم الحلق أو الفم أو الشفتين أو اللسان.
- مشاكل في التنفس.
- الإغماء (فقدان الوعي) أو الشعور بالدواء أو الضعف أو الارتباك أو الانزعاج.
- ألم شديد في المعدة أو الغثيان أو القيء، أو الإسهال.

اتصل على طبيبك أو اطلب الرعاية الطبية فورًا إذا ظهر على الطفل رد فعل تحسسي:

- مناطق مرتفعة حمراء على الجلد (طفح جلدي أو الشرى).
- الحكّة.
- التورم.
- ألم خفيف بالمعدة أو الغثيان.



في بعض الأحيان، نحتاج كلنا للتشجيع - المكافآت الصحية (Healthy Rewards)

- زيارات رعاية ما بعد الولادة، \$75 - مرة واحدة لكل حمل
 - للإناث بين 16 و24 عامًا: فحص الكلاميديا، \$25 - مرة واحدة في العام
 - توجد مكافآت أخرى حسب السن والحالات الصحية. سجّل الدخول لقائمة مخصصة من المكافآت التي تناسبك. يجب أن تكون مسجلاً قبل تاريخ الخدمة أو خلال 30 يومًا منه للحصول على المكافأة.
- الإجراء سهل للغاية**
1. سجّل في برنامج المكافآت الصحية (Healthy Rewards) من خلال تسجيل الدخول إلى مركز مكافآت المزايا على [wellpoint.com/tn/medicaid](https://www.wellpoint.com/tn/medicaid). أو اتصل على الهاتف المجاني لبرنامج المكافآت الصحية (Healthy Rewards) على الرقم (888-990-8681 TRS 711) من الاثنين إلى الجمعة من الساعة 8 صباحًا إلى الساعة 9 مساءً بالتوقيت المركزي.
 2. أكمل المواعيد والفحوصات المستحقة. بعد إكمال الموعد وتقديم مقدم الخدمة لفواتير المطالبة، سيظهر مبلغ المكافأة بالدولار في حساب المكافآت الصحية (Healthy Rewards) الخاص بك.
 3. سجّل الدخول إلى المكافآت الصحية (Healthy Rewards)، واختر بطاقة هدية واستمتع بها.
- يساعد برنامج المكافآت الصحية (Healthy Rewards) على تحفيزك على تصميم أسلوب حياة صحي من خلال بطاقات الهدايا للمتاجر المشهورة. فهو برنامج مجاني اختياري للأعضاء المؤهلين المسجلين في خطتنا الصحية. يمكن أن تكون مؤهلاً للحصول على مكافآت نظير إكمال ما يلي:
 - منذ الولادة إلى عام واحد (يتوقف عند بلوغ عامين): لقاحات الإنفلونزا \$25 — مرة لكل عضو
 - من الولادة إلى 7 أشهر (يتوقف عند بلوغ 8 أشهر): مجموعة لقاح الفيروس العجلي \$25 — مرة لكل عضو (يجب إكمال كل الجرعات ليصبح مؤهلاً)
 - من عمر 2 حتى 9 سنوات: زيارة رعاية الطفولة والمراهقين، \$50 - مرة واحدة في السنة
 - من عمر 3 حتى 17 عامًا: إكمال النسبة المئوية لمؤشر كتلة الجسم \$25، (BMI)، مرة واحدة في السنة
 - من عمر 9 إلى 12 عامًا (يتوقف عند بلوغ العام الثالث عشر): مجموعة لقاح \$75، HPV، مرة لكل عضو (يجب الحصول على جرعتين بينهما 6 أشهر من سن 9 حتى 13 عامًا)
 - من عمر 10 إلى 20 عامًا: زيارة رعاية الطفولة والمراهقين، \$100 — مرة واحدة في العام
 - الزيارة الأولى لرعاية ما قبل الولادة \$25 - مرة واحدة لكل حمل



إدارة الحساسية الموسمية: غير الدوائية والدوائية

- أغلق النوافذ في المنزل وفي السيارة. هذا يمنع حبوب اللقاح من الدخول.
- إذا كان يلزم ترك النوافذ مفتوحة، فاستخدم حواجز مزودة بمرشح النوافذ أو حاول إغلاق النوافذ في الصباح الباكر أو قبل الخلود إلى النوم. غالبًا ما تزيد أعداد حبوب اللقاح فجأة. ينبغي الحفاظ على النوافذ مغلقة وقت هبوب الرياح في الخارج؛ إذ إن ذلك يمنع حبوب اللقاح من الدخول إلى المنزل أو السيارة.
- استخدم مكيف الهواء بدلاً من فتح النوافذ للمساعدة على ترك حبوب اللقاح في الخارج.
- يمكن الاستحمام قبل النوم لإزالة مسببات الحساسية من الشعر والبشرة.
- إذا كانت لديك أعراض حادة، فالزم عدم الخروج.

في ظل اقتراب موسم الإصابة بالحساسية، من الأهمية أن تعرف أفضل طريقة للسيطرة على الأعراض. تشمل أعراض الحساسية الشائعة العطس أو سيلان الأنف أو حكة العينين.

يمكنك الحد من أعراض الحساسية باستخدام المحاليل الصيدلانية (التي تحتوي على أدوية) والمحاليل غير الصيدلانية (التي لا تحتوي على أدوية).

تتضمن الحلول الدوائية لعلاج الحساسية تناول العقاقير، مثل الأقراص أو بخاخ الأنف. وأما الحلول غير الدوائية، فهي أمور يمكنك فعلها في المنزل لتقليل أعراض الحساسية.

الحلول غير الدوائية

فيما يلي بعض الطرق البسيطة التي من خلالها يمكنك تقليل تعرّضك لمسببات الحساسية الشائعة (الأشياء التي تسبب الحساسية)، مثل حبوب اللقاح والعفن:

الكورتيكوستيرويدات الأنفية: هذه العقاقير هي الاختيار الأمثل للذين يعانون الأعراض المتوسطة أو الحادة أو المستمرة، مثل احتقان الأنف أو الحكة أو التهيج أو سيلان دموع العين. هذه الأدوية توجد كبخاخ للأنف. تتضمن الآثار الجانبية الشعور بالوخز في الأنف أو نزيف الأنف. متوفرة دون وصفة طبية وبوصفة طبية.

عقاقير إزالة احتقان: عقاقير إزالة احتقان هي الخيار الأمثل للذين يعانون أعراض الحساسية من حين لآخر، مثل انسداد الأنف. يمكن الجمع بين عقاقير إزالة الاحتقان ومضادات الهيستامين الفموية للمساعدة في السيطرة على الأعراض. متوفرة دون وصفة طبية وبوصفة طبية.

للمزيد من المعلومات حول أدوية علاج الحساسية، يمكن زيارة موقع الويب لإدارة الغذاء والدواء (FDA) عبر fda.gov/consumers/consumer-updates/know-which-medication-right-your-seasonal-allergies.

قد لا يكون ممكنًا دائمًا بالبقاء بالداخل إذا كانت لديك أعراض حساسية حادة. يمكن أن يساعد قرص أو بخاخ الأنف في تقليل الأعراض.

الحلول الدوائية

إذا لم تتلاشى أعراض الحساسية بعد تجربة الحلول غير الدوائية، فقد يلزم التفكير في تناول قرص أو استخدام بخاخ أنفي. يعتمد أفضل دواء للحساسية يانسبك على عمرك ومدى حدة الأعراض وتفضيلاتك وأي حالات طبية قد تكون مصابًا بها.

إذا كنت تتناول دواءً يتوفر دون وصفة طبية لعلاج الحساسية، فمن الأهمية قراءة ورقة المعلومات بوضوح. إذ إن بعض الأدوية قد لا تكون مناسبة للأطفال، أو البالغين الكبار أو المرضى المصابين بالمياه الزرقاء أو غيرها من الحالات الطبية.

فيما يلي بعض أكثر الأنواع انتشارًا من أدوية علاج الحساسية:

مضادات الهيستامين: تُعد مضادات الهيستامين أفضل علاج للمصابين بالأعراض الخفيفة إلى المتوسطة، مثل الحكة أو العطس. ويمكن أن تساعد بخاخات الأنف المضادة للهيستامين في علاج الذين لديهم احتقان أنفي بسبب الحساسية. قد تتضمن الآثار الجانبية الإصابة بالدوار، وبذلك يمكن أن تقلل مضادات الهيستامين من القدرة على قيادة السيارة أو تشغيل الآلات الثقيلة. متوفرة دون وصفة طبية وبوصفة طبية.

هل تعلم أنه يمكنك الوصول إلى دليل الأعضاء عبر الإنترنت؟

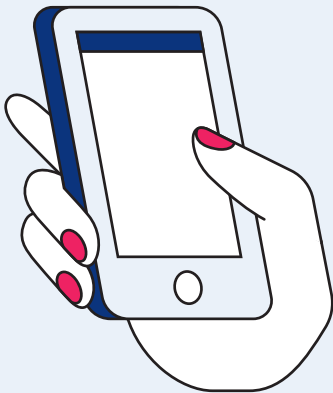
اتبع الخطوات التالية:

1. تفضل بزيارة wellpoint.com/tn/medicaid.

2. اختر خطتك الصحية.

3. بعد ذلك، قم بالتمرير للأسفل للوصول إلى رابط ينقلك إلى كتيب الأعضاء.

إذا كنت تفضل الحصول على نسخة مطبوعة، يمكنك دائمًا الاتصال بنا على الهاتف رقم **833-731-2153 (TRS 711)**. سنرسل إليك نسخة عبر البريد بكل سرور.



مرض الزهري الخلقي

يحدث مرض الزهري الخلقي (CS) عندما ينتقل مرض الزهري من شخص إلى الجنين في أثناء الحمل. ويُولد الطفل بعد ذلك مصاباً بمرض الزهري، وهو عدوى منقولة جنسياً (STI) يمكن أن تسبب مشكلات صحية خطيرة إذا لم تخضع للعلاج بشكل صحيح.

يمكن أن يُصاب الأطفال المولودون بمرض CS بما يلي:

- تشوه العظام.
- فقر الدم الحاد (انخفاض تعداد الدم).
- تضخم الكبد والطحال.
- اليرقان (اصفرار الجلد والعين).
- مشكلات بالدماغ والأعصاب، مثل العمى أو الصمم.
- التهاب السحايا.
- حالات الطفح الجلدي.

ولحسن الحظ، يمكن علاج مرض الزهري بسهولة. إذا كانت المرأة حاملاً، يمكن أن تخضع لاختبار مرض الزهري خلال أول زيارة لمقدم الرعاية الصحية. إذا كانت نتيجة اختبار مرض الزهري إيجابية، فإن علاج عدوى مرض الزهري ستحافظ على سلامة الطفل وحمايتهم من الإصابة بمرض CS.

من الممكن أن يُصاب الشخص بمرض الزهري دون معرفة أنه مصاب به. وأحياناً لا يسبب مرض الزهري أعراضاً أو يسبب أعراضاً خفيفة فقط. ويُعد الخضوع للاختبار أفضل طريقة لاكتشاف ما إذا كنت مصاباً بمرض الزهري ومعرفة الخطوات التي يمكن اتخاذها لعلاجها.

كيفية تأثير مرض CS على الطفل

يمكن أن يكون لمرض CS تبعات سلبية على الصحة لدى الأطفال، بما يشمل الوفاة.

يمكن لمرض CS أن يسبب ما يلي:

- الإجهاض (وفاة الطفل خلال الحمل).
- ولادة طفل ميت (يُولد الطفل ميتاً).
- الولادة المبكرة (ولادة الطفل قبل اكتمال فترة الحمل).
- انخفاض وزن المولود.
- وفاة الطفل عقب الولادة بقليل.

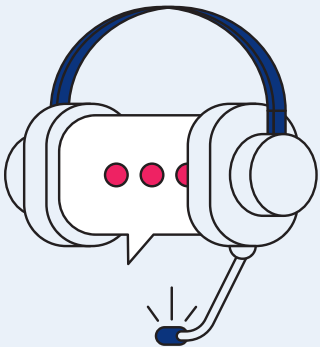
المصدر:

مراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها (U.S. Centers for Disease Control and Prevention): حول مرض الزهري الخلقي (About Congenital Syphilis) (5 نوفمبر 2024): [cdc.gov/about-congenital-syphilis.html](https://www.cdc.gov/about-congenital-syphilis.html)

عملية التجديد - تجديد المزايا كل عام

تتحقق TennCare سنوياً مما إذا كنت لا تزال مؤهلاً للتغطية أم لا. إذا احتاجت TennCare لمعلومات منك للتجديد، فقد يصلك طرد عبر البريد أو إشعار إلكتروني يتضمن تعليمات بشأن ما ينبغي لك فعله والموعود النهائي لإرسال طلب التجديد.

للاستعداد لعملية التجديد، يُرجى التأكد من توفير معلومات الاتصال المحدثة الخاصة بك لـ TennCare والتعرف على تاريخ تجديدك. يمكن تنفيذ هذا الإجراء عبر الإنترنت من خلال tenncareconnect.tn.gov أو عبر الهاتف بالاتصال على الرقم **855-259-0701** لمزيد من المعلومات حول إكمال إجراء التجديد، يمكن زيارة tn.gov/tcrenew.



الخدمات المقدمة بالمدارس

دعم الطلاب من خلال خطة تثقيف فردية (IEP) أو خطة صحية فردية (IHP)

خطط التعليم الفردية (IEP) مصممة لدعم أهداف التعلم والخطط الصحية الفردية (IHP) مخصصة للطلاب ذوي الاحتياجات الخاصة المعينة. تُعد IHP خطة رعاية للطلاب الذين لديهم، أو معرضين لخطر أن يصبح لديهم، احتياجات صحية بدنية أو عقلية تتطلب خدمات ترميز مدرسي أكثر تعقيداً. يتم إعداد هذه الخطط لتناسب مع احتياجات كل عضو على وجه التحديد، بناءً على التقييم. تُعد الخدمات المدرسية (SBS) مورداً أساسياً يدعم خطة IEP أو خطة IHP. تتطلب TennCare خطة IEP أو خطة IHP لأي خدمات طبية ضرورية يتم تقديمها للطلاب في البيئة المدرسية.

يمكن تقديم خدمات الصحة السلوكية المغطاة المطلوبة من الناحية الطبية، مثل خدمات التحليل السلوكي التطبيقي (ABA) في المدرسة.

ما الخدمات التي يغطيها Medicaid كجزء من الخدمات المقدمة بالمدارس؟

- تقييم وعلاج الأمراض الحادة والمزمنة
- مراقبة واختبار جلوكوز الدم
- مراقبة العلامات الحيوية
- رعاية فغر القصبة الهوائية والشفط
- رعاية فغر القولون
- تركيب القسطرات
- إعطاء دواء فموي عبر أنبوب
- مراقبة تشبع الأكسجين (مرض رئوي /أو قلبي)
- التغذية عبر أنبوب فغر المعدة
- العناية بالجروح
- العلاج بالبخاخات
- النزع الوضعي
- إعطاء الأدوية للطلاب الذين يعانون مشاكل صحية، كما هو محدد في خطة IEP أو خطة IHP
- إعداد خطة IHP وتنفيذها
- تقييم الخدمات التمريضية في خطة IEP

كيفية الحصول على الخدمات الضرورية من الناحية الطبية المغطاة المقدمة بالمدارس

يتم طلب الخدمات الطبية الضرورية والمشمولة في خطة IEP أو خطة IHP من قبل مقدم الرعاية الأولية (PCP) أو مقدم علاج آخر في شبكة Wellpoint Medicaid Tennessee. قد تتطلب Wellpoint الحصول على موافقة لتقديم بعض الخدمات أولاً قبل أن تصبح مؤهلاً للحصول عليها.

للتعرف على المزيد من المعلومات حول الخدمات المغطاة المقدمة بالمدارس، يُرجى التواصل مع خدمة أعضاء Wellpoint على الرقم (711 TRS) 833-731-2153 أو التحدث إلى مقدم الرعاية الصحية أو مشرفي المدرسة.

ما الخدمات غير المشمولة بالتغطية في نطاق المدارس؟

الخدمات التجريبية أو البحثية تعتبر ليست ضرورية من الناحية الطبية.



أداة الاحتياجات الاجتماعية

تسمح لك أداة الاحتياجات الاجتماعية (Social Needs Tool) التابعة لنا بالبحث عن الجمعيات القريبة التي يمكنها تقديم يد العون إليك عندما تضطرك الحياة إلى طلب مساعدة إضافية بسيطة. يمكنك الحصول على المساعدة التي تتعلق بما يأتي:

- الطعام:** توصيل الوجبات، وبرنامج المساعدات الغذائية التكميلية (SNAP) (قسائم الطعام)، والأدوات اللازمة للتعرف على كيفية تناول طعام صحي.
- الإسكان:** المساعدة في العثور على مأوى أو سكن دائم، وإصلاحات المنازل، ودفع فواتير السكن والمرافق.
- السلع:** الملابس والسلع المنزلية والمستلزمات الطبية ومستلزمات الرضّع والأطفال.
- النقل والمواصلات:** تصاريح ركوب الحافلات والمساعدة على دفع تكاليف السيارة والوقود.
- الأموال:** الإعانات والقروض والضرائب والتأمينات والفصول التعليمية الحكومية للمساعدة على إدارة الأموال.
- العمل:** المساعدة في العثور على وظيفة أو المساعدات في أثناء التوظيف، والتقاعد، وإعانات البطالة.
- التعليم:** المساعدة في العثور على المدارس ودفع تكاليف الدراسة لك أو لطفلك، واختبارات تطوير التعليم العام (GED)، والإعانات المالية، والمستلزمات المدرسية، وبرامج التدريب.
- المساعدة القانونية:** المساعدة في العثور على محامٍ لشؤون التبني أو الرعاية البديلة، أو الجنسية والهجرة، أو المترجمين الفوريين، أو التمييز، أو سرقة الهوية.
- للحصول على قائمة تتضمن الجمعيات المحلية المخصصة حسب احتياجاتك، يمكنك إكمال استبيان قصير نوفره عبر الإنترنت على الرابط <https://resource.findhelp.com/forms/resource-prapare-assessment-2025>



ما الذي تحتاج إلى معرفته حول الوقاية من الشمس

- يُعد سرطان الجلد نوع السرطان الأكثر شيوعًا في الولايات المتحدة، ويحدث بسبب التعرض المفرط للشمس.
- **فيما يلي ما تحتاج إلى معرفته للحفاظ على سلامتك خلال التعرض للشمس:**
- ارتداء قبعة ذات حواف عريضة للتظليل على الوجه والرأس والأذن والعنق.
- ارتداء نظارات شمسية تحجب أشعة UVA وUVB.
- ارتداء ملابس تغطي الذراعين والساقين.
- وضع كريمات الوقاية من أشعة الشمس وارتداء قبعة ولو كان الوجود في الخارج لفترة زمنية قصيرة. قد يتلف الجلد غير المحمي بأشعة الشمس فوق البنفسجية (UV) خلال وقت قصير يبلغ 15 دقيقة.
- ينبغي وضع كريمات الوقاية من أشعة الشمس وارتداء القبعة ولو في الأيام ذات الغيوم. فمع أن الشمس لا تسطع مباشرةً، توجد أشعة UV ويمكن أن تنعكس من الماء والرمل والثلوج.
- البقاء في مكان غير مكشوف أو مظلل لا سيما في وقت منتصف النهار.
- وضع كريم الوقاية من أشعة الشمس من درجة الوقاية 15 SPF أو أعلى والتي توفر حماية من UVA وUVB (واسع المجال) كل ساعتين.
- وضع كريم الوقاية من أشعة الشمس مجددًا بعد السباحة والتعرق أو استخدام المنشفة لتجفيف البشرة.
- لمعرفة المزيد عن الوقاية من أشعة الشمس، يمكنك زيارة [cdc.gov/cancer/skin](https://www.cdc.gov/cancer/skin).



متابعة حالتك الصحية أو حالة طفلك باستخدام مزيا Wellpoint

نوفر من أجلك موارد لمعرفة المزيد حول حالتك الصحية أنت أو طفلك.

عندما تتصل بنا للبدء في المشاركة في إحدى مزيا Wellpoint، سيتعاون معك مدير الحالة أو مع طفلك لتحديد الأهداف الصحية والوصول إليها. سيقوم مدير الحالة بما يلي:

- التحدث معك حول احتياجات الرعاية الصحية.
- تنسيق الرعاية، مثل تحديد المواعيد لدى مختلف الأطباء.
- تقديم المعلومات حول خدمات الدعم المحلية لحالات صحية معينة.

تفضل بزيارة موقعنا عبر الويب [wellpoint.com/tn/medicaid](https://www.wellpoint.com/tn/medicaid) يمكنك الاطلاع على مواردنا الآتية:

- صفحة إدارة حالتك الصحية (Manage Your Condition) لمعرفة المزيد حول خدمات الدعم التي نوفرها.
- صفحة الصحة والعافية (Health & Wellness) لمعرفة المزيد حول الحالات الصحية والعثور على الأدوات التفاعلية وتطبيقات العافية.



خطوات مهمة لليوم قبل الغد

اتصل بنا عبر الهاتف المجاني على الرقم **833-731-2153** (TRS 711) من الاثنين إلى الجمعة، من الساعة 7 صباحاً حتى 5:30 مساءً بالتوقيت المركزي. عندما تتصل بنا، سنقوم بما يلي:

- تحديد مدير حالة لك.
 - طرح بعض الأسئلة حول صحتك أو صحة طفلك.
 - البدء في تصميم خطة الرعاية الخاصة بك أو بالطفل.
 - إلغاء اشتراكك في البرنامج إذا لم تكن ترغب في البقاء فيه الآن (اختيار عدم المشاركة).
- نتطلع باهتمام بالغ إلى التعاون معك لتحظى أنت أو طفلك بالصحة المثالية.



حقك في إلغاء التسجيل في Wellpoint

بصفتك عضوًا مهمًا لدينا، نأمل دائمًا أن نقدم لك المزايا، والخدمات، والدعم الذي تحتاج إليه لتتعم حياة مفعمة بالصحة. إننا نتفهم أنك ربما ترغب أحيانًا في مغادرة خطتنا الصحية أو إلغاء التسجيل فيها.

بوصفك عضوًا لدينا، يحق لك طلب إلغاء التسجيل في الحالات الآتية:

- اختيار التسجيل لدى مؤسسة رعاية مُدارة (MCO) أخرى خلال 90 يومًا من تاريخ التسجيل لدينا.
- اختيار مؤسسة MCO أخرى خلال فترة الاختيار السنوية والتسجيل في MCO.
- موافقة CoverKids على طلبك أو التماسك بشأن تغيير مؤسسة MCO بناءً على معايير الصعوبة، وتسجيلك لدى مؤسسة MCO أخرى.
- تسجيلك بشكل غير صحيح في خطتنا الصحية وأنت مسجل في MCO أخرى.
- انتقالك إلى خارج منطقة الخدمة والتسجيل في مؤسسة MCO أخرى.
- قررت CoverKids أن هذا الأمر في مصلحتك وفي مصلحة CoverKids في أثناء إجراءات الالتماس.
- لم تُعد مؤهلًا للبقاء في CoverKids.
- لم نُعد نقدم خدمات CoverKids أو انتهت صلاحية العقد الذي أبرمناه لتقديم خدمات CoverKids.
- تمنحك CoverKids الحق في إنهاء التسجيل لدينا، والتسجيل في مؤسسة MCO أخرى.

يمكنك المساعدة على حماية هويتك من خلال منع الاحتيال، والتبديد، وإساءة الاستخدام

للإبلاغ عن التعرض لحالات الاحتيال أو إساءة الاستخدام، يمكنك الاتصال على **800-433-3982** أو إبلاغ مكتب المفتش العام (OIG). للإبلاغ عن التعرض للاحتيال أو إساءة المعاملة من قبل مقدم الخدمة، يمكنك الاتصال على الرقم **833-687-9611** أو إبلاغ مكتب TennCare لنزاهة البرامج (OPI) أو عبر البريد الإلكتروني ProgramIntegrity.TennCare@tn.gov. يمكن أيضًا الإبلاغ عن التعرض للاحتيال أو إساءة معاملة المريض من قبل مقدم الخدمة على الرقم **800-433-5454** أو قسم مكافحة الاحتيال في برنامج TBI Medicaid (MFCD) أو عبر البريد الإلكتروني TBI.MedicaidFraudTips@tbi.tn.gov.



الجهة التي عليك الاتصال بها...	للاستفسارات بشأن...
خدمات الأعضاء أعضاء CoverKids: 833-731-2153 (TRS 711)	المزايا، والبرامج الصحية الخاصة، والاستفسارات الأخرى المتعلقة بالخطة الصحية.
خط 24-hour Nurse HelpLine للمساعدة التمريضية المتاح على مدار الساعة: 866-864-2544 (TRS 711)	المرض، أو الإصابة، أو المشكلات الصحية الأخرى.
الخط الساخن لـ TennCare Connect: 855-259-0701	طلب الانضمام إلى TennCare أو تجديد عضويتها.

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: ئهگهر به زمانی کوردی قهسه دهکەیت، خزمەتگوزاریهکانی یارمەتی زمان، بهخۆراپی، بۆ تۆ بهردهسته. پهيوهندی به 833-731-2153 (TRS 711) بکه.

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

نلتزم بالقوانين الفيدرالية وقوانين الحقوق المدنية بالولاية. ولا نعامل الناس معاملة مختلفة على أساس العرق أو لون البشرة أو مكان الولادة أو اللغة أو العمر أو الإعاقة أو الدين أو الجنس. هل تظن أننا لم نساعدك أو عاملناك معاملة مختلفة؟ اتصل بنا على رقم **833-731-2153 (TRS 711)** أو برنامج TennCare على الهاتف رقم **855-857-1673 (TRS 711)** مجاناً.

منشور "من أجل صحة أفضل" تنشره شبكة Wellpoint لتوفير المعلومات الصحية. ولا يهدف هذا المنشور إلى إسداء مشورة طبية شخصية. للحصول على استشارة طبية شخصية، يُرجى التحدث إلى الطبيب. حقوق النشر © لعام 2024. جميع الحقوق محفوظة. طُبِعَ في الولايات المتحدة الأمريكية.