

خدمات صحت در ایالات متحده



نظام خدمات صحت در ایالات متحده پیچیده است و ممکن است فهمیدن آن در ابتدا دشوار باشد. به یاد داشته باشید که شبکه های حمایتی شما می تواند به سوالات تان پاسخ دهند و اطلاعات بیشتری در اختیار شما قرار دهند.

دانستن پوشش صحت در ایالات متحده

دسترسی به خدمات صحت در ایالات متحده معمولاً به داشتن بیمه صحت وابسته است، که در پرداخت مصارف طبی کمک می کند. چندین نوع پوشش صحت وجود دارد:

بیمه مارکیت پلیس (بازار بیمه):
اگر شما برای مدیکید واجد شرایط نیستید و از طریق یک وظیفه بیمه ندارید، شما ممکن قادر به خرید بیمه از طریق بازار بیمه صحتی باشید. کمک مالی ممکن بر اساس عاید و وضعیت مهاجرت شما موجود باشد

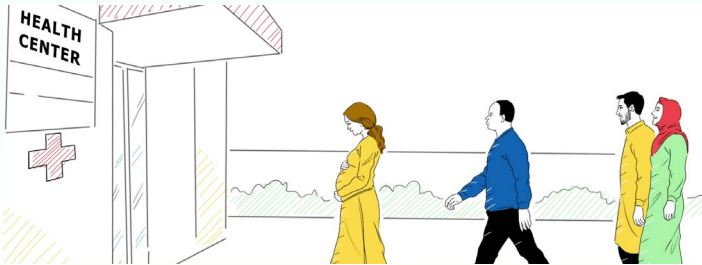
بیمه صحت از طرف کارفرما:
بسیاری از مشاغل بیمه صحت را به عنوان یک امتیاز برای کارمندان خود ارائه می دهند. ممکن است لازم باشد بخشی از هزینه را از طریق معاش خود پرداخت کنید.

مدیکید یا بیمه صحت دولتی: یک برنامه دولتی که برای افراد دارای درآمد کم بیمه ی صحتی رایگان یا کم هزینه فراهم می سازد، از اول اکتوبر ۲۰۲۶ قوانین واجد شرایط بودن برای تازه واردان تغییر کرده است و به وضعیت مهاجرت و ایالات متفاوت است

ارائه دهندگان خدمات صحتی

در ایالات متحده چندین نوع از ارائه دهنده خدمات بهداشتی وجود دارد. در اینجا برخی از ارائه دهندگان رایج خدمات بهداشتی آمده است:

ادارات صحت عامه واکسیناسیون علیه بیماری ها را فراهم می کنند و دیگر خدمات صحتی و قایموی بشمول آزمایش و تدای بیماری سل را ارائه می دهند. خدمات صحتی و قایموی خدماتی هستند که از بروز بیماری ها جلوگیری می کنند. گرفتن نوبت معمولاً الزامی است.



کلینیک و مراکز صحتی عمومی به ارائه خدمات صحتی اولیه و مشاوره صحتی می پردازند. برخی از آنها نیز خدمات دندان و معاینات چشم ارائه می کنند. برخی کلینیک های شهری بیماران خاص مانند زنان حامله یا افراد مصاب به HIV/ایدز را تدای می کنند. کلینیک ها پوشش بیمه خصوصی و بیمه صحتی دولتی (بیمه دولتی مخصوص افراد با عواید کم) را می پذیرند و بسیاری از آنها مصارف خدمات خود را بر بنیاد قدرت پرداخت بیمار محاسبه می کنند.



داکتران خصوصی به شمول داکتران عمومی یا مسلکی هستند. داکتران عمومی خدمات صحتی عمومی، به شمول معاینات سالانه، ارائه می دهند. متخصصان در یک زمینه خاص از طب فعالیت می کنند. برخی متخصصان گروپ های معینی مانند زنان یا اطفال را تدای می کنند. برخی دیگر مسلکی بخش یا دستگاه خاصی از بدن، مانند قلب، چشم یا پا، هستند.



برای ملاقات با داکتر خصوصی باید نوبت بگیرید. قبل از مراجعه به داکتر خصوصی، معمولاً باید ثابت کنید که قدرت پرداخت فیس خدمات یا پوشش بیمه دارید. اگر بیمه دارید، ممکن است همچنان نیاز باشد که هنگام مراجعه، یک هزینه جزئی یا هم پرداخت (مثلاً ۲۰ تا ۵۰ دلار) بپردازید. اگر بیمه صحت ندارید، هزینه مراجعه به یک داکتر خصوصی می تواند بسیار بالا باشد و گاهی صدها دلار برای هر ملاقات شود. در این صورت، ممکن است بخواهید به کلینیک های بهداشتی جامعه یا کلینیک های با نرخ متغیر مراجعه کنید، که مراقبت های صحت را با هزینه کمتر بر اساس درآمد شما ارائه می دهند.



شفافخانه ها برای افرادی است که دچار مشکلات خاص هستند و به آزمایش و جراحی ضرورت دارند. معمولاً داکتر شما را به شفافخانه ارجاع می دهد یا شما از طریق بخش عاجلی پذیرفته می شوید. خدمات شفافخانه گران است و ممکن است از شما خواسته شود قبل از پذیرش، ثابت کنید که می توانید هزینه خدمات را پرداخت کنید یا بیمه دارید. البته، بخش عاجل شفافخانه نمی تواند از قبول افرادی که توانایی پرداخت مصارف تداوی را ندارند، خودداری کند.

کلینیک های مراقبت فوری در برخی از جامعه ها موجود هستند. این کلینیک ها برای مواردی مناسب اند که شما بیماری یا آسیب دارید که نیاز به مراقبت فوری دارد، اما به اندازه ای جدی نیست که به بخش عاجل مراجعه کنید. نیازی به گرفتن نوبت ندارید.



• نمونه هایی از وضعیت هایی که در کلینیک های مراقبت فوری درمان می شوند، شامل موارد زیر است:

- عفونت های گوش
- عفونت های مجاری ادراری
- بریدگی ها یا سوختگی های جزئی
- پیچ خوردگی یا کشیدگی عضلات
- تب یا علائم آنفولانزا

اتاق های عاجل برای مشکلات ناگهانی و جدی سلامتی هستند که نیاز به مراقبت فوری صحت دارند. مثال ها شامل موارد زیر می شوند:



- درد قفسه سینه یا مشکل در تنفس
- خونریزی شدید یا جراحات ناشی از تصادف
- نشانه های سکته مغزی (مانند بی حسی ناگهانی، سردی یا مشکل در صحبت کردن)
- تب بالا در نوزاد یا کودک کوچک
- واکنش های شدید حساسیت
- شکستگی استخوان یا بریدگی های عمیق

برای رفتن به اتاق عاجل نیازی گرفتن به وقت قبلی ندارید، اما این مکان ها پر ازدحام هستند و اگر مشکل شما جدی نباشد، ممکن است مدت زیادی منتظر بمانید. مراقبت در اتاق عاجل بسیار پرهزینه است. اگر مشکل شما جدی و عاجل نیست، بهتر است در یک کلینیک یا دفتر داکتر دیگر وقت ملاقات بگیرید.

حقوق شما در مراقبت های صحت

در ایالات متحده، شما دو حق مهم در مراقبت های صحت دارید: حق داشتن خدمات ترجمانی و حق داشتن محرمانه بودن معلومات تان. به کارمندان شفاخانه یا کلینیک بگویید که هنگام تعیین وقت یا وقتی برای خدمات عاجل مراجعه می کنید، به مترجم نیاز دارید. هر موضوع که بین شما و ارائه دهنده خدمات صحت شما بحث می گیرد، طبق قانون محرمانه است. ارائه دهنده خدمات صحت شما بدون اجازه شما نمی تواند به خانواده، دوستان یا کارفرمای شما در مورد وضعیت صحت تان معلومات بدهد.



مفاهیم صحت در ایالات متحده

بیشتر آمریکایی ها سالی یک بار برای معاینه صحت نزد داکتر می روند تا از مشکلات صحت پیش از آن که جدی شوند، آگاهی پیدا کنند. آنها سالی دو بار نزد داکتر دندان می روند تا دندان های شان پاک کاری شود و از بروز مشکلات جدی دندان جلوگیری گردد. آمریکایی ها باور دارند که بسیاری از بیماری ها را می توان از طریق پاکیزگی، تغذیه مناسب، ورزش و خواب کافی جلوگیری کرد.

پاکیزگی و حفظ الصحة شخصی



اکثر آمریکایی ها هر روز حمام می کنند یا دوش می گیرند، دندان های خود را روزانه دو بار مسواک می زنند، موهای خود را به طور منظم شستشو می دهند، روزانه از مواد ضد عرق استفاده می کنند و لباس های شان را به طور مکرر می شویند. فروشگاه ها انواع محصولات را می فروشند که به افراد کمک می کند تا تمیز به نظر برسند و بوی عرق ندهند. رعایت بهداشت شخصی مخصوصاً برای به دست آوردن و نگه داشتن شغل اهمیت دارد.

تغذیه درست و سالم

تغذیه مناسب یعنی خوردن انواع غذای درست و سالم که بدن را سالم و قوی نگه دارد. این همچنین به معنی محدود کردن غذاهایی است که در صورت مصرف زیاد و مکرر می توانند باعث مشکلات صحتی و بیماری های جدی شوند. چنین غذاهایی شامل غذاهایی است که شکر، نمک یا چربی زیاد دارند (مثلاً غذاهای سرخ شده، شیرینی ها و نوشابه ها).



مراقبت از صحت روانی

مردم آمریکا باور دارند که سلامت روان به اندازه سلامت جسمانی مهم است. سلامت روان به احساسات، افکار و رفتار شما هنگام روبرو شدن با وضعیت های مختلف زندگی اشاره میکند. همچنین شامل نحوه مدیریت و مقابله با استرس می شود. مراقبت خوب از سلامت شامل درمان توسط متخصص صحت روان در مواقع نیاز است. اگر احساس می کنید زندگی بیش از حد سخت است و نمی توانید با فعالیت های روزمره کنار بیایید، باید از خدمات صحت روان استفاده کنید. قوانین ایالات متحده از افراد دارای معلولیت محافظت کرده و به آن ها کمک می کند. بیمه صحتی و کمک های نقدی برای افراد دارای معلولیت در دسترس است و تازه واردان ممکن است بتوانند پس از ورود برای این کمک ها درخواست دهند.

در مورد Settle In

Settle In منبع قابل اعتماد شما برای دریافت اطلاعات قابل اطمینان، پاسخگو و مرتبط است که به تازه واردان به ایالات متحده کمک می کند. این پلتفرم های دیجیتالی به زبان های مختلف در دسترس هستند و منابع ضروری، راهنمایی ها و پشتیبانی چند زبانه را برای کمک به تازه واردان در مسیریابی زندگی در آمریکا ارائه می دهند.

در مورد سوئیچبورد

سوئیچبورد یک مرکز منابع جامع برای ارائه دهندگان خدمات پناهندگان در ایالات متحده است و ابزار ها، فرصت های آموزشی و کمک های فنی در موضوعات مربوط به اسکان مجدد را ارائه می دهد.

سوئیچبورد که توسط دفتر اسکان مجدد پناهندگان (ORR) تمویل می شود، توسط کمیته بین المللی نجات (IRC) اجرا می گردد.

اداره IRC از طریق وزارت بهداشت و خدمات انسانی ایالات متحده، اداره امور کودکان و خانواده ها، با شماره گرانت #RB0053 90 بودجه رقابتی دریافت کرده است. این پروژه به طور کامل (۱۰۰٪) توسط بودجه فدرال تأمین مالی می شود.

محتوای این سند صرفاً مسئولیت نویسندگان است و الزاماً نمایانگر دیدگاه های رسمی وزارت بهداشت و خدمات انسانی ایالات متحده، اداره امور کودکان و خانواده ها نمی باشد.