Siyaasadda Nidaamka Guud ee MaineHealth

Siyaasaddan waxaa si wadajir ah u ansixiyay ururada xubnaha ka ah MaineHealth waxayna quseysaa dhammaan xubnaha nidaamka MaineHealth iyo kuwa ka hoos shaqeeyo, oo ay ku jiraan mid kasta oo ka mid ah hay'adaha hoos ku xusan: MaineHealth Corporate, MaineHealth Medical Group, Maine Medical Center-Portland, Maine Medical Center-Biddeford, Maine Medical Center-Sanford, Lincoln Hospital, Franklin Hospital, Mid Coast Hospital, Stephens Hospital, Pen Bay Hospital, Waldo Hospital, Memorial Hospital, Caafimaadka Habhaqanka ee Spring Harbor (MaineHealth Behavioral Health), Daryeelka Guriga lagu bixiyo ee MaineHealth, MaineHealth CH.ANS Home Health & Hospice, iyo NorDx.

Cinwaanka Siyaasadda: *Free Care*

Raadi Ereyga: *Billing (Biil Bixinta), Collections (uruurinada), Self-pay (Iska bixinta lacagta), Financial Assistance (Kaalmada Dhaqaale)*

Soo-koobista Siyaasadda:

Waa siyaasadda isbitaallada MaineHealth, iyo Isbitaalka Memorial ee Waqooyiga Conway N.H. (si wada jir ah loogu yeero "Isbitaalada MH") ee ay u adeegsadaan in kaalmo dhaqaale la siiyo bukaannada u qalma marka la eego tilmaamaha lagu dejiyay Siyaasaddan.

1. Tilmaamaha Dakhliga
2. Adeegyada Caynsan
3. Ogaysiiska Helitaanka ee Free Care
4. Go’aaminta U-qalmidda
5. Biil Bixinta
6. Sheegista iyo Haynta Diiwaanka
7. Fayl Garaynta; Ku Habboonaanta
8. Ogaysiiska Jiritaanka Fursadda Dhagaysiga Xaqsoorka
9. Dayacnida Caafimaad iyo Mutaysiga la Filan karo
10. Kaalmada Barnaamijyada Gobolka & Fadaraalka
11. Qorshayaasha Goobaha Suuqa
12. Macluumaadka Xidhiidhka ee loogu talagalay Kaalmada Dhaqaale
13. Adeegyada Dhakhtarka ee ku Caynsan Kaalmada Dhaqaale
14. Siyaasadda Biilasha/Biil Dallacida iyo Uruurinta Lacagaha

I. Baaxadda:

Isbitaal kasta waxa looga baahan yahay inuu la qabsado oo uu adeeco siyaasadda Free Care taasi oo bixiso go’aaminta iska bixin kari waaga lacagaha, qeexayso adeegga lagu bixinayo Free Care, isla markaana tixgelineyso ilo kale oo laga heli karo lacag daryeelka lagu bixin karo, iyadoo la raacayo heerarka ku qoran Cutubka 150 ee xeerarka xukuma Waaxda Adeegyada Caafimaadka iyo Aadanaha ee Maine, Xafiiska Adeegyada MaineCare. Habdhaqamada kale ee dhakhaatiirta MaineHealth ee la xidhiidha ayaa sidoo kale u hoggaansamo Siyaasaddan Free Care.

II. Bayaannada Siyaasadda:

Sida Sharciga Maine dhigayo, ma jiro isbitaal u diidi kara adeegyada cid deggan Maine iyadoo lagu salaynayo in qofku kharashka adeegyada aanu iska bixin karin. Isbitaalada MH waxay Free Care dhammaystiran siiyaan dhammaan bukaannada gaarayo ama ka hooseeya 200% Tilmaamaha Saboolnimada ee Federaalka.

III. Habraacyada:

1. **Tilmaamaha Dakhliga**

   a. **Qeexitaannada.**Ujeedada Siyaasaddan laga leeyahay awgeed, qeexitaanada soo socda ayaa lagu dabaqi doonaa:

      1. <u>Qoyska:</u> Qoysku waa koox dad ah oo ka kooban laba ama ka badan oo dhalasho, guur ama korsi xidhiidhiyay kuwaasi oo meel ku wada nool oona ay jirto mas'uuliyado sharci oo ah xagga taageerada; dhammaan dadkan wax isku ah waxaa loo tixgaliyaa sida hal qoys. (Haddii uu qoysku ka kooban yahay hal qoys wax ka badan iyo/ama wax ka badan hal qof oo ayna waxba isku ahayn, tilmaamaha dakhligu waxay u kala khusaynayaan si gaar ah qoys kasta iyo/ama qofka aan waxba la isku ahayn, oo ma noqonaayo qoyska guud ahaan.)

         1. Sida siyaasaddan dhigayso, lammaanaha isla nool oona diiwaangashan waxaa loo tixgaliyaa sida hal qoys.

      u. <u>Qoyska Halka Qof ka Kooban:</u> Marka la eego tilmaamaha dakhliga, qoyska halka qof waa qof ayna qoyska kale waxba isku ahayn, taasi oo ka dhigan, qof ah 15 jir ama ka wayn kaasi oo la noolayn wax qaraabadiisa ah. Qofka ayna cidna waxba isku ahayn wuxuu noqon karaa qof kaliya ee guriga deggan, ama wuxuu noqon karaa ka kaliya ee ku nool guriga (ama koox meel wada deggan sida guri loogu wada nool yahay si kala gooni ah) kaasi oo qof ama ka badan uu sidoo kale ku nool yahay oo ayna waxba isku ahayn marka la eego xagga dhalashada, guurka, ama korsiga qofka laga hadlayo.

         1. Sida siyaasaddan dhigayso, ardayda qaangaarka ah (18 ama ka wayn) waxaa loo tixgaliyaa qoys hal qof ka kooban, xitaa haddii ay wali la nool yihiin waalidiintooda.

      v. <u>Dakhliga:</u> Dakhliga macnihiisu waxa weeye wadarta lacagta caddaanka ah ee sanadkii qofka soo gasha kahor cashuurta meesha ay doontaba ha ka soo gasho marka laga reebo sida ku cad baaragaraaf-yaraha (b) ee hoose.

         1. Dakhliga waxa kamid ah:
            - mushaharada guud ahaan kahor inta aan waxba laga jarin
            - wixii qofka ka soo gala wixii aan beer ahayn ama beer uu isagu ka shaqaysto ah (wixii qofka ka soo gala ganacsigiisa ama **beer** uu leeyahay ama kiraystay kadib markii laga jaro kharashka ganacsiga ama beerta)
            - lacagaha caadiga ah ee ka soo gala sooshiyaal sikiyuuritiga (sugnaanta bulshada), hawlgabka jidka tareenka, magdhawga shaqo la'aanta, magdhawga shaqaalaha, dheefaha shaqo-joojinta ee ururada shaqaalaha, dheefaha halyeeyada
            - lacagaha kaalmada dadwaynaha oo ay ku jiraan Kaalmada Ku

meelgaadhka ah ee Qoysaska Baahan, Dakhliga Ammaanka ee Kabka ah, iyo Kaalmada Guud

- lacagaha tababarka
- masruufka, taageerada ilmaha, iyo qoondaynta qoyska milatariga ama taageerada kale ee caadiga ah ee laga helo xubin qoyska ka maqan ama qof aan qoyska la noolayn
- lacagaha hawlgabka gaarka ah, lacagaha hawlgabka shaqalaha dawladda, iyo caymiska caadiga ah ama lacagaha caymiska ee soo noqnoqda
- macaashka la qaybsado, dulsaarka, kirada, lacagta ikhtiraaca, ama lacagaha wakhtiga ku xidhan ee hantida ma guurtada ah ama maalgalinada
- lacagta khamaarka ama ku guuleysiga bakhtiyanasiibka

2. Dhakhliga kuma jiro kuwa soo socdaa:
   - macaashka hantida
   - wixii hanti horey laga isticmaali karo ah, oo ay ku jiraan lacagaha lagala baxo bangiga ama laga helo iibinta hanti
   - lacagaha canshuur celinta
   - hadiyadaha, daymaha, lacagaha la dhaxlo ee hal mar la bixiyo
   - lacag-bixinta caymiska halka mar ah ama magdhawga dhaawaca halka mar ah oo kale
   - dheefaha aan lacag caddaan ahayn sida qaybta loo-shaqeeyaha ama ururka shaqaaluhu bixiyo ee caymiska caafimaadka ama dheefaha kale ee shaqaaluhu helo
   - qiimaha cuntada iyo shidaalka la soo saaro laguna isticmaalo beerta iyo qiimaha lacagta laga helo kirada ee beerta aanu mulkiiluhu haysan ama guryaha beerta
   - Barnaamijyada aan lacagta caddaanka ah bixin ee dawladda, oo ay ku jiraan Medicare, Medicaid, Foojarada Cuntada (Food Stamps), qaddada dugsiga, iyo kaalmada guryaynta

3. Fiiro gaar ah: In kastoo lacagaha caymiska halka-wakhti laga saaro dakhliga, lacagaha caymiska halka-wakhti ee loo bixiyo daboolista adeegyada cusbitaalka ayaa xaddidaya helitaanka Free Care lagu bixinayo biilasha ayna daboolin lacag-bixinta noocan ah. Eeg qayb-hoosaadda 4.a.

iv. Qofka: Erayga “Qofka” waxaa loola jeedaa Degganaha Maine ama New Hamps hire.

v. Degganaha Maine: Tibaaxda "Degganaha Maine" waxa loola jeedaa qof ugu nool gobolka si ikhtiyaari ah isagoo ku talo jira inuu guri ku yeesho Maine. Qofka booqashada ku jooga ama ku sugan Maine si ku meel gaadh ah ma aha deggane.

vi. Degganaha New Hampshire: Tibaaxda “Degganaha New Hampshire” waxa loola jeedaa qof ugu nool gobolka si ikhtiyaari ah isagoo ku talo jira inuu guri ku yeesho New Hampshire. Qofka booqashada ku jooga ama ku sugan New Hampshire si ku meel gaadh ah ma aha deggane. Caddaynta degganaanshaha oo qayb ka ah hannaanka dalabka ayaa la codsan doonaa.

b. **Iska Bixin Kari Waaga Kharashka.** Qofka ma awoodo inuu iska bixiyo kharashka adeegyada isbitaalka markii dakhliga qoyska ee Qofkaasi, markii lagu xisaabiyo

hababka soo socda midkood, aanu ka badnayn tilmaamaha dakhliga ku habboon ee ku cad qayb-hoosaad 2.3, (haddii hal hab aanu khusayn, ka kale waa in la adeegsado kahor inta aan la gaadhin go'aan mutaysi la'aan ah):

i. Ku dhufashada afar dakhliga qoyska Qofka ee saddexdii bilood ee ka horreyey go'aanka u-qalmida; ama

ii. Isticmaalidda dakhliga qoyska qofka ee dhabta ah ee 12 bilood ee ka horreeyey go'aaminta mutaysiga.

c. **Tilmaamaha Dakhliga.** Sida ay dhigayaan qawaaniinta Gobolka Maine, cusbitaalada waxa looga baahan yahay inay siiyaan Free Care oo dhammaystiran dadka ah 150% Tilmaamaha Heerka Saboolnimada Fadaraalka (Federal Poverty Guidelines, FPL). MaineHealth waxay aqoonsan tahay inay jirto baahi sharci ah in la siiyo qiime dhimis dheeraad ah dadka dakhligooda sanadkii uu ka badan karo Tilmaamaha Saboolnimada Fadaraalka, laakiin kuwaasi oo wali aan lahayn awoodda ay ku bixin karaan kharashka adeegyada. Taasi awgeed, MH waxay qiimo dhimista Free Care siin doonaan Dadka deggan Maine iyo New Hampshire sida hoos lagu sheegayba. Tilmaamaha dakhliga soo socda waa in la isticmaalo marka la go'aaminayo haddii Qof uuna awoodin inuu kharashka iska bixiyo. Tilmaamahan dakhliga waxbaa laga beddeli doonaa sanad kasta.

i. MaineHealth waxay isticmaali Tilmaamaha Saboolnimada Fadaraalka ee wakhtigan sida ku qoran Diiwaanka Fadaraalka waxayna Free Care Dhammaystiran siin doontaa dadka dakhligoodu la mid yahay ama ka yar yahay 200% ee Tilmaamaha Saboolnimada Fadaraalka. Tilmaamaha wakhtigan ee Free Care ee MH waxay ku qoran yihiin Lifaaqa 1aad ee Siyaasaddan. Tilmaamaha dakhliga ee MH waxay dheeraad ku yihiin shuruudaha Waaxda Caafimaadka iyo Adeegyada Aadanaha ee Maine.

2. **Adeegyada Caynsan**

a. MH waxay Free Care siin doonaan adeegyada bukaan-jiifka iyo bukaan-socodka ee caafimaad ahaan lagama maarmaanka ah. Kaliya daryeelka caafimaadka ee lagama maarmaanka ah ayaa loo bixiyaa Free Care ahaan. MH waxay raaci doonaan Siyaasadaha Xarumaha Adeegyada Medicare iyo Medicaid (Center for Medicare and Medicaid Services,(CMS), Dib-u-eegista Caafimaadka Deegaanka ama go'aamada Caymiska Qaranka si loo go'aamiyo daruurinimada caafimaad. Daruurinimada Caafimaad sidoo kale waxa go'aamin kara dhakhtarka dalbaya, ama shirkadda caymiska caafimaadka ee aan dawliga ahayn ee dalbadaha. Siyaasadda Free Care waxay dabooli kartaa adeegyada kahortagga ah ee daruuriga ah ee bukaan-socodka.

i. Adeegyada Ka Baxsan/Xaddidan:

- Free Care ma daboolo Qalliinka Isqurxinta, qalliinka loo sameeyo ujeedada kaliya ee ah hagaajinta muuqaalka bukaanka (marka laga reebo qalliinka dib-u-hagaajinta).
- Qalliinka Cayilka Caloosha wuxuu Free Care daboolaa kaliya haddii dhakhtarku qoraal ku caddeeyo daruurinimadiisa caafimaad.
- Wuxuu Free Care daboolaa Qalliinka Ilkaha, oo ah qalliin loo sameeyo ujeedada kaliya ee ah saarista ilko caabuq ama wax kale ku dhaceen, kaliya haddii dhakhtarku qoraal ku caddeeyo daruurinimadiisa caafimaad.
- Free Care ma daboolo qalliimada la xidhiidha dhalmo la'aanta.

- Qalliimada la xidhiidha dhalmo-joojinta waxaa daboolaa Free Care oo kaliya haddii dhakhtarku qoraal ku caddeeyo daruurinimadiisa caafimaad.

3. **Ogaysiiska Helitaanka ee Free Care**

a. Soo-koobista Hadalka Cad: Isbitaalada MH iyo kooxdeeda dhakhaatiirtu waa inay ku dhejiyaan ogaysiiyo sheegaya jiritaanka Free Care goobaha xarunta dhexdeeda kuwaasi oo xubnaha dadwaynaha ay guud ahaan macaamil lkua sameeyaan cusbitaalka ama ay u imaadaan inay helaan ama codsadaan adeegyada cusbitaalka, oo ay kujiraan aagagga aqbalitaanka, qolalka sugitaanka, xafiisyada ganacsiga, iyo aagagga soodhawaynta bukaan-socodka.

b. Ogaysiiska Shakhsiga ah: Marka la eego adeegyada bukaan-jiifka, cusbitaalada iyo dhakhaatiirta MH waa inay bukaanka siiyaan ogaysiis qoran oo ku aadan jiritaanka Free Care kahor inta aan la saarin. Marka la eego adeegyada bukaan-socodka, cusbitaal kasta waa inuu u raaciyo biilka bukaanka nuqul ogaysiis ah oo sheegaya jiritaanka Free Care ama waa uu siiyo nuqul ogaysiis ah wakhtiga adeegga la siinayo.

c. Waxa ku yaala Ogaysiiska: Ogaysiiska la soo dhejiyo iyo kan qoran ee qofka la siiyo waxa laga heli kaaraa Lifaaqa 1aad ee siyaasaddan.

d. Faafinta waxa ku Qoran: Cusbitaalada iyo dhakhaatiirtu MH waa inay sameeyaan dadaal macquul ah oo ay ku gaadhsiinayaan waxa ku qoran ogaysiiska qoran Dadka la rumaysan yahay inayna awoodin inay akhriyaan ogaysiiska. Turjumaada dukumeentiyada Free Care waxaa laga heli karaa mareegta MH (mainehealth.org) ee ku hoos taalo qaybta kaalmada dhaqaale.

4. **Go'aaminta U-qalmidda**

a. Dalabka

i. MB waa inay siiso fursad Qof kasta oo raadinaya Free Care si uu dalab ugu sameeyo foomamka ay isbitaalada MH bixiyaan.

ii. MH waxay uga baahan doontaa dalbadaha inuu keeno wixii macluumaad daruuri u ah caddaynta dakhliga dalbadaha ama xaqiiqda ah in qofku aanu lahayn caymis daboola ama uu mutaystay inay caymiyaan barnaamijyada gobolka ama faderaalka ee kaalmada caafimaad markii la wado hawsha oggolaanshaha.

iii. Codsiyada Free Care waxaa baari doonaa la-taliyayaasha maaliyadeed ee Xafiiska Ganacsiga Isku-dhafka ah (CBO) ama shaqaale loo xilsaaray xarun kasta.

b. Go'aaminta

i. Markii la helo dalab, CBO ama shaqaalaha loo xilsaaray waa inay go'aamiyaan in qofka raadinaya Free Care uu u-qalmo daryeelkan haddii:

- Qofka uu buuxiyey tilmaamaha dakhliga ee ku cad Qaybta 1-aad;

- Qofka uusan daboolin wax caymis ah ama aanan u-qalmin caymiska ay bixiyaan gobolka ama dawladda dhexe ee barnaamijyada kaalmada caafimaadka. Go'aankan looma baahna haddii adeegyada ay bixiyaan xarumaha ama dhakhaatiirta ka qaybqaadanaysa Barnaamijyada Dib-u-bixinta Deymaha ee NHSC.
- adeegyada la helay ay caafimaad ahaan daruuri ahaayeen.

ii. Haddii CBO ama shaqaalaha loo xilsaaray ay go'aamiyaan in Qofka raadinaya Free Care uu buuxiyey tilmaamaha dakhliga laakiin uu leeyahay caymis ama ay dabooleen barnaamijyada gobolka ama dowladda dhexe ee kaalmada caafimaad, waa inay go'aamiyaan in wixii ah baaqi soo hara markii caymiyaha ama barnaamijka kaalmada caafimaad ay bixiyaan lacagta loo tixgaliyo Free Care.

iii. MH waxay oggolaani go'aanka u qalmidda adeegyada Free Care ee bukaan-socodka inay ilaa lix bilood u sii shaqeeyaan wixii daryeel xaalad gurmad ah ama caafimaad ahaan daruuri ah kadib taariikhda go'aanku soo baxay. Tan waxaa ku jiri doona dhammaan daymaha maqan oo ay kujiraan kuwa ay gacanta ku hayaan hay'adaha daymaha raagay ilaa la bixiyey lacagta taagan. Isbeddel ku dhaca xaaladda dhaqaale ama soo biirista mutaysiga lacag-bixiye dhinac saddexaad waxay beddeli kartaa muddada oggolaanshaha waxaana loo baahan dib-u-eegis kale.

iv. Go'aan u-qalmidda bukaan-jiifka ee adeegyada Free Care waa in la qaato gelitaan kasta.

c. Dib-u-dhigidda Go'aanka

i. Marka la eego shuruudaha lagu sheegay baaragaraafyada (ii) iyo (iii) ee hoose, go'aanka u-qalmidda Free Care waxa dib loo dhigi karaa ilaa 60 maalmood, iyadoo ujeedadu tahay dalbadaha in loo diro inuu keeno caddaynta wakhtigan ee mutaysi la'aanta barnaamijyada kaalmada caafimaad ama inuu xaqiijiyo in adeegyada la sheegayo aanay caymis daboolin.

ii. Haddii codsadaha Free Care, ee buuxiya tilmaamaha dakhliga ee ku jira qaybta 1aad ee aysan daboolin barnaamij kale oo goboleed ama dawladeed ee kaalmada caafimaadka ah, uu buuxiyo mid ka mid ah shuruudahan soo socda, u-qalmitaanka Free Care dib ayaa loo dhigayaa:, go'aankan looma baahan doono haddii adeegyada ay bixiyaan xarumaha ama dhakhaatiirta ka qaybqaadanaysa Barnaamijyada Dib-u-bixinta Deymaha ee NHSC.

- da'da 65 jir ama ka wayn;
- indho la',
- naafo ah,
- Qofku uu ka tirsan yahay qoys kaasi oo uu jiro ilmo aan haysanin taageerada waalidka ama daryeel taasi oo ay ugu wacan tahay sababaha soo socda midkood, oo dakhliga Qofku uu ka yar yahay tilmaamaha ku jira qaybta **1aad.**

- o dhimashada waalidka;
- o waalidka(iinta) oo si joogto ah uga maqan guriga taasi oo ay ugu wacan tahay inuu jeel ku jiro, inuu ku xanniban yahay goob caafimaad oo loogu talagalay xaaladaha guud, xaaladaha raaga ama mid gaar ah, loo dhoofiyey waddan shisheeye, furriin dhacay, waalidka oo la kala kaxeeyey, waalidnimo bilaa guur ah;
- o waalidka oo naafo ah; ama
- o waalidka oo bilaa shaqo ah kaasi oo ah qofka kaliya ee reerka u shaqeeya

111. Haddii Qofku aanu buuxinin wax kamid ah shuruudaha lagu sheegay (ii) ee sare, laakiin cusbitaalku MH aanu awoodin inuu go'aamiyo caymiska qofka oo uu haysto sabab macquul ah oo uu ku rumaysto in qofka ay dhici karto inuu caymis daboolo ama uu mutaystay barnaamijyada kaalmada caafimaadka fadaraalka ama gobolka , wuxuu isbitaalka dib u dhigi karaa go'aaminta la xidhiidha Free Care. Go'aankan looma baahna haddii adeegyada ay bixiyaan xarumaha ama dhakhaatiirta ka qaybqaadanaya Barnaamijyada Dib-u-bixinta Deymaha ee NHSC.

d. Macluumaadka Go'aanka Dantu ku Jirto

i. Go'aanka ah in Qofka u-qalmo Free Care waa inuu muujiyo:
- In MaineHealth ay bixin doonto daryeel **barta** oo bilaash ama raqiis ah;
- Taariikhda adeegyada la codsaday;
- Taariikhda go'aanka la gaadhay; iyo
- Taariikhda adeegyada la siiyay ama la siin doono dalbadaha.
- Wixii lacag ay hore ugu lahaayeen isbitaalada MH ayaa la dhaafi doonaa markii la oggolaado kaalmada dhaqaale.
- Adeegyada bukaan-socodka waxaa la dabooli muddo lix bilood ah oo ka bilaabanta taariikhda oggolaanshaha.
- Shakhsiyaadka hela adeegyada Bukaan-jiifka waxa loo baahan doonaa inay dib u dalbadaan Free Care haddii oggolaanshahoogii hore uu ka badnaa 90 maalmood laga bilaabo aqbalitaanka wakhtigan. Haddii Qof loo aqbalo bukaan-jiifka ahaan 90 maalmood gudahooda laga bilaabo oggolaanshaha Free Care ee bukaan-socodka, waxaa loo sheegi inay saxiixaan foom marag-fur oo xaqiijinaya inaan dakhligoodu isbeddelin ilaa dalabkoodii hore.
- Shakhsiyaadka hela adeegyada Bukaan-socodka, kuwaasi oo loo haysto inay qayb ahaan mutaysteen Siyaasadda Free Care ama loo diiday Free Care, waxa dhici karta in dib loo qiimeeyo markii la codsado haddii bukaanku uu la kulmay isbeddel dakhli muddadii lixda bilood ahayd ee la daboolay. Bukaanadan oo kale waxa looga baahan doonaa inay dib u dalbadaan sida barnaamijku dhigayo iyagoo wata macluumaadka dakhliga oo wax iska beddeleen.

e. Sababaha u Diididda

1. CBO-ga MH ama shaqaalaha loo xilsaaray waa inay siiyaan dalbade kasta oo codsada Free Care oo loo diiday, dhammaan ama qayb ahaan, bayaan qoran

oo taariikhaysan oo sheegaya sababaha diidmada markii diidmada la soo saaro. Markii sababta diidmada lagu saleeyo ku guuldaraysiga ah inuu bukaanku bixiyo macluumaadka loo baahan yahay intii lagu jiray muddada dib-u-dhigidda sida ay dhigayso qaybta 4aad., Qofka waa in lagu wargeliyo inay ama inuu dib u dalban karo Free Care, haddii macluumaadka loo baahan yahay uu keeno. Inta waxaa dheer, ogaysiisku waa inuu sheegayo in uu Qofku xaq u leeyahay in dhagaysi la qabto; sida loo helo dhagaysi; iyo magaca iyo lambarka taleefanka qofka lala xidhiidhayo, haddii bixiyaha/bukaanku uu qabo su'aalo la xidhiidha ogaysiiska.

f. Sababaha Dib-u-dhigidda

i. Markii dalabka Free Care dib loo dhigo, Qofka waa in loo ogaysiiyaa sida soo socota:

Go'aanka Free Care wali lama qaadan. Waxa jirta sabab lagu rumaysto in adiga [dalbadaha] aad mutaystay caymiska barnaamijyada gobolka ama fadaraalka ee kaalmada caafimaad. Haddii aad muujin karto inaanad mutaysan caymiska barnaamijyadan 60 maalmood gudahood laga bilaabo taariikhda ogaysiiskan adigoo keenaya waraaq ama bayaan kale oo ka socda __________ [insert name of state or federal agency to which applicant has been referred], markaa kadib waxa laguu tixgalin doonaa inaad u qalanto Free Care. Xiitaa haddii aad mutaysatay caymiska, Free Care waxa loo heli karaa qaybaha biilasha ee aysan barnaamijyada kaalmada caafimaadku
(ama caymis kasta oo aad leedahay) bixin doonin. Go'aankan looma baahna haddii adeegyada ay bixiyaan xarumaha ama dhakhaatiirta ka qaybqaadanaya Barnaamijyada Dib-u-bixinta Deymaha ee NHSC.

g. Markii dalab dib loo dhigo, dalbadaha waa in loo sheego sababta dib-u-dhigidda, oo ay ku jiraan waxa lagu saleeyey waxa isbitaalku rumaysan yahay ee ah in caymis ama mutaysi uu jiro iyo nooca caddaynta ee ay tahay in la bixiyo si loo dhammaystiro go'aanka. Ogaysiisku waa **inuu** yahay qaabka lagu cayimay baaragaraafka sare waana inuu kujiraa weedha ugu dambaysa ee foomkaas.

5. Biil Bixinta

a. Haddii Qofka la go'aamiyo inuu u-qalmo 100% Free Care sida ku cad qaybta 4-aad, Qofka waa inaan lagu dallicin biilasha adeegyada loo qabtay.

b. Haddii la go'aamiyo inuu Qofka u-qalmo 100% Free Care sida ku cad qaybta 4aad, Qofka waa inaan lagu dallicin lacag kasta oo aanu bixin caymiyuhu ama barnaamijka kaalmada caafimaad.

c. Haddii laguu oggolaaday kaalmada dhaqaale sida ay dhigayso siyaasaddayadu oo oggolaanshahaaguna aanu daboolayn 100% lacagta adeegyada aanu kuu qabanay, lagugu soo dallici maayo wax dheeraad ah oo ku aadan daryeelka gurmadka ah ama caafimaad ahaan daruuri ah, marka loo eego xaddiga caadi ahaan lagu dallaco (AGB) bukaanada caymiska leh. MaineHealth waxay doorotay inay isticmaasho

Habka Dib Fiirinta si ay u xisaabiso AGB-ga bukaanada dalbanaya kaalmada dhaqaale. Waxaad ka heli kartaa macluumaad dheeraad ah oo la xidhiidha AGB, adigoo booqanayo qaybta biilasha ee mareegteena. Macluumaadka AGB waxa laga heli karaa halka ka hoosaysa qaybta, Siyaasadaha, Siyaasadda Biilasha & Ururinta Lacagta. Sidoo kale waxaad codsan kartaa nuqul bilaash ah oo siyaasaddan ah adigoo Adeegyada Dhaqaalaha Bukaanka kala xidhiidhaya lambarka bilaashka lagu Waco ee ah (866) 804- 2499.

d. Haddii codsiga shaqsiga uu ku dalbanayo Free Care dib loo dhigay sida ay dhigayso qaybta 4-aad, markaa wixii ka dambeeya qofka waxaa lagu soo dallici karaa biilasha adeegyada loo qabtay muddada lagu jiro dib-u-dhigidda..

e. Haddii qof la go'aamiyo inuu u-qalmo Free Care sida ay dhigayso qayb-hoosaadka qaybta 4-aad ama haddii go'aanka ku saabsan Free Care dib loo dhigay sida ay dhigayso qayb-hoosaad 4.c., markaa waa inaan dawladda hoose lagu soo dallicin biil sida uu dhigayo barnaamijka kaalmada guud ee biilka daryeelka oo uu isbitaalku siiyo qofkaas.

6. **Sheegista iyo Haynta Diiwaanka**

a. MH waa inay hayaan diiwaanada lacagta Free Care ee la bixiyo iyadoo la raacayo tilmaamaha ugu yar ee ku cad Siyaasaddan iyo inta Shakhsiyaad ee la siiyey Free Care. Haddii cusbitaal uu bixiyo Free Care oo ayna dhigaynin Siyaasaddani, waa in cusbitaalku sameeyo diiwaano gooni ah oo ah lacagta daryeelka noocan ah ee la bixiyey iyo inta qof ee la siiyey daryeelkan.

b. Isbitaalada Maine Hospital ee kasta waa inay warbixin siiyaan Waaxda Maine ee Adeegyada Caafimaadka iyo Aadanaha (Department of Health and Human Services, DHHS) ka qayb ahaan fayl garayntooda macluumaadka si iswaafajin kama dambays ah loo sameeyo, guudmarka Free Care lagu bixiyey lacagta khusaysa; lacagta Free Care ee aan shardiga ahayn laakiin la bixiyey sanadkaas; iyo inta Qof ee nooc kasta ee Free Care (shardi ah ama shardi ahayn) la siiyey.

7. **Fayl Garaynta; Ku Habboonaanta**

a. Isbitaalada MH Hospitals waxa looga baahan yahay inay fayl gareeyaan oo ku hayaan Maine DHHS nuqulkeeda ugu dambeeyay ee Siyasaadda Free Care iyo nuqulkeeda ugu dambeeyay ee Warbixinta Kooban ee Cad.

8. **Ogaysiiska Jiritaanka Fursadda Dhagaysiga Xaqsoorka**

a. Sida waafaqsan 22 M.R.S.A. §1716, Degganeyaasha Maine waxay qoraal ama hadal ahaan kula xiriiri karaan DHHS si ay u dhageystaan dacwad-dhageysiyada Qaybta Maamulka Dhageysiga, Waaxda Caafimaadka iyo Adeegyada Aadanaha, 11 State House Station, Augusta, Maine 04333- 0011, si ay u codsadaan fursadda dacwad-dhegaysiga caddaalada ah oo khuseysa u-qalmitaanka Free Care. Maine DHHS waa in ay bixiso fursad lagu helayo **dhageysi** cadaalad ah oo ku saabsan u-qalmitaanka Free Care:

- Dalbade kasta oo codsada maadaama la diiday doonistiisa Free Care ama aan wax looga qaban mudda macquul ah, ama
- Cid kasta oo hesha daryeel taasi oo u codsatay sababo la xiriira inay rumaysan tahay in isbitaalku uu tallaabo si qaldan u qaaday.
- Bukaanada waxay Adeegyada Dhaqaalaha Bukaanka kala xiriiri karaan lambarka bilaashkalagu waco ee ah 1-866-804-2499 si ay u helaan macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan codsashada dacwad-dhageysi.

b. Dadka degan New Hampshire waxay codsan karaan dib u eegis lagu sameeyo go'aankooda Free Care iyaga oo Adeegyada Dhaqaalaha Bukaanka kala xiriirayo lambarka bilaashka lagu waco ee ah 1-866-804-2499. Codsiga ayaa dib loo eegi doonaa si ay go'aan uga gaaraan hogaanka Sare ee Wareegga Dakhliga.

9. Dayacnida Caafimaad iyo Mutaysiga la Filan karo

a. MaineHealth MH waxay aqoonsan yihiin inay jiri karaan xaalado laga yaabo in bukaanku aanu u qalmin Free Care sida ay dhigayso Siyaasaddani oo aanu haddana wali si sharci ah u awoodin inuu iska bixiyo kharashka adeegyada loo qabto. Sidaas darteed, MH waxay abuureen laba qaybood oo dheeraad ah oo tan lagu xallinayo, Dayacnida Caafimaad iyo Mutaysiga La Filan Karo. Haddii laguu oggolaaday kaalmada dhaqaale sida ay dhigayso Siyaasaddan oo oggolaanshahaaguna aanu daboolayn 100% lacagta adeegyada aanu kuu qabanay, lagugu soo dallici maayo wax dheeraad ah oo daryeelka gurmadka ah ama caafimaad ahaan daruuri ah, marka loo eego xaddiga caadi ahaan lagu dallaco AGB bukaanada caymiska leh. MaineHealth waxay dooratay inay isticmaasho Habka Dib Fiirinta si ay u xisaabiso AGB-ga bukaanada dalbanaya kaalmada dhaqaale. Waxaad ka heli kartaa macluumaad dheeraad ah oo la xidhiidha AGB, adigoo booqanayo qaybta biilasha ee mareegteena.
Macluumaadka AGB waxa laga heli karaa halka ka hoosaysa qaybta, Siyaasadaha, Siyaasadda Biilasha & Ururinta Lacagta. Sidoo kale waxaad codsan kartaa nuqul bilaash ah oo siyaasaddan ah adigoo Adeegyada Dhaqaalaha Bukaanka kala xidhiidhaya lambarka bilaashka lagu waco ee ah (866) 804-2499.

1. <u>Dayacnida Caafimaad:</u> Waxaa jira saddex qaybood oo aasaasi ah oo ah Dadka Caafimaad Ahaan Dayacan oo lagu tixgeliyo Siyaasaddan.

   1. Qaybta koowaad waxaa ka mid ah bukaanada u-qalma Free Care iyadoo lagu salaynayo dakhligooda, laakiin kuwaasi oo dhinaca kale aan buuxin shuruudaha Siyaasadda. Tusaalayaasha qaar ee qaybtan waxa kamid ah:
   - Bukaanku uusan ahayn mid deggan Maine ama New Hampishire
   - Bukaanku waa darbijiif
   - Bukaanku wuxuu kujiraa koox la caymin karo laakin aan bixinin ogaysiiska diidmada ee DHHS ka socda
   - Adeegyadu ma aha qaar caafimaad ahaan daruuri ah, laakiin bixiyuhu uu aaminsan yahay inay caafimaad ahaan habboon yihiin

2. Qaybta labaad waxaa ka mid ah bukaanada aan buuxin tilmaamaha mutaysiga Free Care dakhligooda guud dartiis, laakiin dakhligooda saafiga ah uusan awood u siinayn inay kharashka biilasha caafimaadka iska wada bixiyaan.

3. Labada qaybood ee shakhsiyaadka kor ku xusan waxa dib u habayn u oggolaan kara shaqaalaha kormeerka ama maamulka ee Waaxda Adeegyada Dhaqaalaha Bukaanka ama shaqalaaha CBO u xilsaartay ee ku habboon, markii uu talo ka bixiyo shaqaalaha ururinta lacagta ama adeegga macmiilka. Dhammaystirka Su'aalaha Xogururinta Dhaqaale oo ay la socoto macluumaadka dakhliga iyo kharashka ayaa loo baahan yahay si loo caddeeyo baahida dib-u-habbayn sida qaybtan dhigayso. Tijaabo xagga hantida ah ayaa la adeegsan karaa haddii MH u qaadato inay habboon tahay.

4. Qaybta saddexaad ee bukaanada caafimaad ahaan dayacan waxaa kamid noqon kara bukaanada Kansarka ee Gobolka ka Baxsan, kuwaasi oo laga yaabo in loo oggolaado Free Care qaab kiis calaa kiis ah sida ay dhigayso Siyaasaddan. Bukaanada kansarka ee gobolka ka baxsan ee kaqaybqaadanaya barnaamijka Daryeelka Kansarka una baahan daawada kansarka ee daruuriga ah si loo daaweeyo waxay MH u tixgalin doonaan Free Care. Oggolaanshan Free Care waxa la galin doonaa nidaamka EHR oo leh taariikhaha dhaqangalka iyo dhicitaanka si loo hubiyo in bukaanada u qalma Free Care ay sidoo kale heli doonaan daawadooda shardiga ah oo lacag la'aan ah.

ii. <u>Mutaysiga la Filan Karo:</u> Mutaysiga la filan karo waxa loogu talogalay bukaanada aan waligood buuxin codsiga Free Care, laakiin waaxda Adeegyada Dhaqaalaha Bukaanka ay ka hayso macluumaad ku filan oo lagu go'aamin karo in bukaanku uu qalmi karo Free Care haddii uu dalbado. Tusaalayaasha waxa kamid ah kuwa soo socda:

- Adigoo isticmaalaya buundooyinka FPL ee uu bixiyo lammaane katirsan wareegga dakhliga, go'aami u-qalmitaanka kaalmada dhaqaale iyadoo lagu salaynayo buundada dakhliga ee la helay.
- Bukaanku yahay darbijiif oo aanu buuxin codsi.
- Bukaanka uu ku caynsan yahay qorshe Medicaid oo gobolka ka baxsan oo bixiyaha aan ruqsad loo siin, oo baaqiga bukaanku aanu u cudurdaarayn dhammaystirka waraaqaha la rabo in la buuxiyo si ruqsad loo helo.
- Haddii Qofka uu daboolo barnaamijka State of Maine MaineCare ama New Hampshire Medicaid, u-qalmida mala-awaalka ah ayaa lagu codsan doonaa adeegyada aan la daboolin kahor iska diiwaangelinta Medicaid, oo ku xaddidan taariikhaha adeegga sannadkii ugu dambeeyay gudahiisa kahor iska diiwaangelinta barnaamijka Gobolka.
- Haddii Qofka uu daboolo barnaamijka CarePartners, u-qalmida mala-awaalka ah ayaa lagu codsan doonaa adeegyada aan la

daboolin kahor iska diiwaangelinta CarePartners, oo ku xaddidan taariikhaha adeegga sannadkii u dambeeyay gudahiisa kahor iska diiwaangelinta barnaamijka Gobolka.

- Bukaanku uu xidhan yahay wax hanti ahna aanu lahayn.
- U-qalmitaanadii hore ee Free Care looma adeegsado in lagu go'aamiyo in qofku u-qalmo mutaysiga la filan karo.
- .*Dhammaan* adeegyada lagu bixiyo Preble Street Collaborative waxaa loo qaddarin doonaa mutaysiga la filan karo ee hoos yimaada barnaamijkan.
- Bukaanada loo soo gudbiyo adeegyada laga bixiyo isbitaalka Mid Coast ee ka socda rugta Oasis Free Clinic ee ku taala Brunswick waxaa loo qaddarin doonaa mutaysiga la filan karo ee hoos yimaada barnaamijkan.
- Bukaannada aan caymiska lahayn ee adeegyada daryeelka dhibaatooyinka caafimaadka dhimirka ka helaya qaybta gurmadka degdegga ah ee MaineHealth ayaa loo qaddarin doonaa mutaysiga la filan karo ee hoos yimaada barnaamijkan.

1. Bukaannada U-qalmitaanka Male-awaalka ah waxaa loo oggolaan doonaa wax-ka-beddel sida uu dhigayo Habka u-qalmitaanka Male-awaalka ah ee Adeegyada Dhaqaalaha Bukaanka ama sida ay qabaan shaqaalaha hoggaanka ka ah Waaxda Adeegyada Dhaqaalaha Bukaanka.

10. **Kaalmada Barnaamijyada Gobolka & Fadaraalka**

a. MH waxay soosaareen barnaamij ay ku kaalmaynayaan bukaanadeeda iyagu kharashka iska bixiya xagga dalbashada barnaamijyada Gobolka iyo Fadaraalka kuwaasi oo ka caawin kara daboolista kharashka cusbitaalka ama adeegyada dhakhtarka. Barnaamijkan waxa kujira booqasho loogu tago dhammaan bukaan-jiifyada kharashka iska bixiya iyo bukaan-socodyo xul ah iyadoo ku salaysan gudbinaha MH si loo go'aamiyo mutaysigooda barnaamijyada Gobolka iyo/ama Fadaraalka. MH waxa laga yaabaa inay caawiyaan nidaamka codsiga dhallaanka dhawaan dhashay iyo inay u qalmaan barnaamijka MaineCare (Medicaid) ee Gobolka Maine ama Cisbitaalka Memorial iyo bukaanada dhakhaatiirta la xidhiidha barnaamijka Medicaid ee Gobolka New Hampshire. Bukaanada codsada Free Care ee Bukaan-jiif ka ahaa Mil ayaa loo qiimayn doonaa u-qalmitaanka Medicaid. Haddii la go'aamiyo in bukaan aanu u qalmi doonin wax kamid ah kaalmada Gobolka ama Fadaraalka, go'aankaas waxa loo qaadan inuu yaay diidmada DHHS kadibna MH waxay ka hawlgali dalabka Free Care ee Qofka. Go'aankan looma baahna haddii adeegyada ay bixiyaan xarumaha ama dhakhaatiirta ka qaybqaadanaya Barnaamijyada Dib-u-bixinta Deymaha ee NHSC.

11. **Qorshayaasha Goobaha Suuqa**

a. Xeerka Daryeelka la Awoodi Karo waxa la socda shardi ah in bukaanadayadu ay leeyihiin caymis daryeelka caafimaadka ah oo ama loo-shaqeeyaha ah, mid gaar ay u iibsadeen ah ama ah dalbashada iyagoo adeegsanaya Caymiska Caafimaadka ee MarketPlace (Health Insurance Marketplace). MH waxay leedahay khayraad la

heli karo oo aanu kaga kaalmaynayo bukaanadayada hannaanka dalbashada qorshayaasha MarketPlace. Bukaannada waxay kooxdayada CarePartners kala soo xiriiri karaan lambarka 877-626-1684 si ay caawimaad u helaan.

b. Bukaanada soo codsada Free Care ee bukaan-jiifka ku ahaa Isbitaalka MH Hospital waxaa la qiimeyn doonaa inay u-qalmaan MaineCare (Medicaid) ama New Hampshire Medicaid ee loogu talagalay bukaanada ku jira Isbitaalka Memorial Hospital. Haddii uu Qofku keeni karo nuqul ka mid ah Ogeysiiska U-qalmitaanka ee Caymiska Caafimaadka MarketPlace ee muujinaya in uusan u-qalmi doonin caymiska Medicaid, shaqaalaha MH ayaa meelmarin doona codsiga Free Care ee Qofka.

12. **Macluumaadka Xidhiidhka ee loogu talagalay Kaalmada Dhaqaale**

a. Shakhsigu waxa uu codsan karaa Free Care isaga oo Xafiiska Adeegyada Dhaqaalaha Bukaanka kala xiriirayo lambarka bilaashka lagu waco (866) 804-2499. Dalabka Free Care iyo Siyaasaddan sidoo kale waxa laga heli karaa websaytkayaga ee qaybta biilasha.

b. Wixii ah khayraad dhaqaale oo kale, bukaanadu waxay la xidhiidhi karaan CarePartners. CarePartners waxay isku duwdaa bixinta adeegyada daryeelka caafimaadka ee loogu deeqo degganayaasha saboolka ah ee bilaa caymiska ah ee ku nool shan degmo oo kamid ah Maine (Cumberland, Lincoln, Waldo, York iyo Kennebec). Barnaamijka, oo ah iskaashi ka dhexeeya MH, dhakhaatiirta, isbitaalada iyo bixiyayaaha kale ee daryeelka caafimaadka, waxay ka caawiyaan xubnaha bulshada ee aan u qalmin barnaamijyada caymiska daryeelka caafimaadka ee dadwaynaha ama gaarka loo leeyahay inay helaan daryeel caafimaad oo dhammaystiran caafimaad ahaana daruuri ah. Wixii macluumaad dheeraad ah oo la xidhiidha CarePartners fadlan wac taleefanka bilaashka ah 877-626-1684.

13. **Adeegyada Dhakhtarka ee ku Caynsan Kaalmada Dhaqaale**

a. Dhammaan adeegyada dhakhaatiirta ay bixiyaan kooxaha dhakhaatiirta **MH** waxaa lagu dabooli doonaa barnaamijka Free Care.

b. Qaar kamid ah adeeg bixiyayaasha wada shaqayn lama laha MH waxaana dhici karta inayna aqbalin go'aankayaga Free Care. Bixiyeyaashaas waxaa ku jiri kara, laakiin aan kuma xadidno, kuwan soo socda: Spectrum Medical Group (Suuxinta, Qaybta Cudurada & Raajooyinka) dhakhaatiirta InterMed iyo kooxaha dhakhaatiirta kale ee gaarka ah.

14. **Siyaasadda Biilasha/Biil Dallacida iyo Uruurinta Lacagaha**

a. MH waxay isticmaali doontaa isku dayada isgaadhsiinta ee soo socda si ay uga soo ururiso biilka dammaanad qaadayaashayada; bayaanada bukaanka, waraaqaha iyo wicitaanada telefoonka. Iyadoo la raacayo siyaasadda biilasha iyo ururinta lacagaha ee MH, haddii kadib marka habkan marayo 120 maalmood aanay jirin wada xidhiidh lala sameeyay dammaanad qaadaha oo ku saabsan bixinta lacagta hadhay,

akoonku wuxuu u qalmi doonaa in loo gudbiyo wakaaladayada dayn ururinta. Nuqulka Siyaasadda Biilka & Ururinta Lacagaha ee MH waxaa laga heli karaa mareegta MH ee ah www.mainehealth.org ama iyadoo adeegyada Dhaqaalaha Bukaanka laga wacayo lambarka bilaashka lagu waco ee ah (866) 804-2499.

Tixraacyada La Xiriira:

Waaxda Adeegyada Caafimaadka iyo Aadanaha ee Maine (Maine Department of Health and Human Services), Xafiiska Adeegyada MaineCare. (2007). Cutubka 150-aad [Word document]. Laga soo xigtay https://www.maine.gov/sos/cec/rules/10/144/144c150.doc

Xeerarka Maine ee Dib Loo Eegay , Qodobka 22, Qaybta 1716. (1995). Laga soo xigtay https://www.mainelegislature.org/1egis/statutes/22/title22sec1716.html

---

Taariikhda Asalka ah ee Dhaqangalka: *01/01/2012*

Guddiga(yadda) Ansixinta:

Siyaasaddan waxa ansixiyay wakiilo ka socda ururo xubno ka ah MaineHealth waxaana ka soo qaybgalay {magaca golaha ama guddiga} kulan dhacay{bb/ mm/ssss}.

Milkiilaha Siyaasadda: *Tony Murray*,Sr. Agaasimaha, Xafiiska Biilka Keliga ah & Hawlaha Lacagta Caddaanka ah, Maareynta Wareegga Dakhliga, MaineHeath Corporate

Kafiilka Fulinta: Rich Bayman. *CFO*,, *MaineHeath Corporate*

Approved by the MaineHealth Board of Trustees

8/11/25

Lifaaqa 1

OGEYSIISKA

Daryeelka Caafimaadka ee Bilaashka ah ee loogu talagalay Dadka Aan Awoodin inay Iska Bixiyaan Kharashka — 2025

Sharciga Maine wuxuu dhigayaa in daryeel caafimaad oo bilaash ah ay waajib tahay in la siiyo dadka deggan Maine ee dakhligoodu ka hooseeyo boqolkiiba 150 heerka saboolnimada fadaraalka. MaineHealth waxay siisaa daryeel bilaash ah oo buuxa dhammaan bukaanada **ku sugan ama dakhligoodu ka hooseeya boqolkiiba 200** heerka saboolnimada. Dadka deggan New Hampshire ee daryeelka ka hela Memorial Hospital iyo/ama dhakhaatiirta kale ee la shaqeeya MaineHealth ayaa sidoo kale u qalmi kara barnaamijka daryeelka bilaashka ah.

Cabirka Qoyska	150 %	200 %
1	$23,475.00	$31,300.00
2	$31,725.00	$42,300.00
3	$39,975.00	$53,300.00
4	$48,225.00	$64,300.00
5	$56,475.00	$75,300.00
6	$64,725.00	$86,300.00
7	$72,975.00	$97,300.00
8	$81,225.00	$108,300.00
Dheeraad Walba	$8,250.00	$11,000.00

Si aad u dalbato kaalmo dhaqaale, fadlan naga soo wac:

- Xafiiska Adeegyada Dhaqaalaha Bukaanka lambarka: lambarka sida bilaashka ah lagu waco **866-804-2499** inta lagu gudajiro wakhtiyada shaqada Isniinta ilaa Jimcaha socoto 8 subaxnimo-4:30 galabnimo.

Dalacaadyada Ma Dhaafeyso Tirada Guud ahaan loo Diray Medicare

SHaddii laguu oggolaaday kaalmada dhaqaale sida ay dhigayso siyaasaddayadu oo oggolaanshahaaguna aanu daboolayn 100 boqolkiiba lacagta adeegyada aanu kuu qabanay, lagugu soo dallici maayo wax dheeraad ah oo loogu talagalay daryeelka gurmadka ah ama daryeelada kale ee caafimaad ahaan daruuriga ah, marka loo eego xaddiga caadi ahaan lagu dallaco bukaanada caymiska leh.

Daryeelka caafimaadka ee daruuriga ah oo kaliya ayaa lagu bixiyaa si bilaash ah. Haddii aadan u-qalmin daryeelka caafimaadka ee bilaashka ah, waxaad codsan kartaa dhagaysi xaqsoor ah. Waanu kuu sheegi sida loo codsado dacwad-dhagaysiga caddaalada ah.

MaineHealth