



Iskudubaridka Daryeelka

Wuxuu caawiyaa dadka qaba xanuunka neefta, sonkoroowga, xanuunada wadnaha, dadka qaba Xanuunka Dabo Dheeraada ee Xalfaafka Wadnaha (COPD), ama wadno istaaga waxay ku raaxeystaan caafimaad iyo kaydad wanaagsan

Qorshaha Caafimaadka ee OSU | osuhealthplan.com

Iskudubaridka Daryeelka wuxuu macalimiinta Ohio State University, shaqaalaha, iyo xubnaha qoyskooda ka caawiyaa inay si wanaagsan u maareeyaan cudurada darada dheer, iyo sidii ay u hormarin lahaayeen caafimaadkooda una kaydsan lahaayeen lacag. Haddii aad qabto neef, sonkor, cudurada wadnaha, Xanuunka Dabo Dheeraada ee Xalfaafka Wadnaha (COPD) ama wadno istaaga aadna ka diiwaangashan tahay qorshaha caafimaadka ee jaamacada, markaas talaabada xigta way fududahay. Wac **1-614-292-4700** ama **1-800-678-6269** si aad u qabsato balantaadii koowaad ee taleefanka.

5 FAA'IDOOYINKA OO LAGA HELO ISKUDUBARIDKA DARYEELKA

- 1** Waxaa bilaash ku hela macalimiinta Ohio State University, shaqaalaha, iyo xubnaha qoysaskooda ee ka diiwaangashan qorshaha caafimaadka ee jaamacada!
- 2** Wuxuu kaa taageerayaa kaana caawinayaa inaad fahanto daawooyinka lagu soo qoray, iyo sidaad lacag badan oga kaydsan lahayd* daawooyinka lagu soo qoray.
- 3** Waxaa laga helaa dhibco dheeraad ah ayadoo loo maraayo Qorshahaaga Waaxda Caafimaadka iyo Barnaamijka Dhiirigelinta Shaqaalaha..†
- 4** Wuxuu kugu xirayaa koox xirfadley ah oo qaabilsan daryeelka caafimaadka si ay kaaga caawiyaan inaad gaarto yoolalkaaga caafimaadka iyo badqabka, si aad faa'idada ugu badan oga heli lahayd gunnooyinkaaga qorshaha caafimaadka, iyo si aad u barato ilaha bulsho ee kale.
- 5** Qorshe shaqsiyadeed oo ku aadan helitaanka caafimaad iyo kor u qaadista caafimaadka iyo badqabka muddo kadib.

Kaydka lacagta ee ku saleysan baahiyaha daawooyinka iyo xanuunada joogtada ah. Daawooyin badan ayaa lagu bixiyaa lacag la'aan ayadoo qaar kamid ah daawooyinka ay soo saaraan shirkaduhu soo saaran lacagta qayb la iskaga qaado.

† Waxaa loogu talagalay macalimiinta, shaqaalaha, iyo lamaanayaasha.

Halkaan waxaa ku qoran sida loo kaydiyo lacagta

Qaabka ugu wanaagsan ee lagu kaydiyo kharashaadka daryeelka caafimaadka waa inaad naftaada daryeesho

Si wada jir ah, adiga iyo iskuduwahaaga daryeelka waxaad abuuri doontaan qorshe hawl oo gaar ah oo loogu talagalay inaad ka hesho caafimaad ama joogteeyo caafimaadkaaga aadna ku dareento deganaan. Tusaale ahaan, qorshahaaga waxaa kujiri kara dhaqamada caafimaadka leh si loo hormariyo cadaadiska dhiigaaga iyo heerarka sonkorta dhiiga, si loo maareeyo miisaankaaga iyo kalastaroolka, iyo sidii aad u sameyn lahayd jimicsiyada caafimaadka wadnaha. Markaas kadib waxaad qorshaha u raaceysaa si iskaa ah.

Kaydi lacag adoo adeegsanaaya Gunnada Daawooyinka lagu soo qoray

Kaydi kharashaadka qiimaha* u qalmitaanka daawooyinka sanad walba. Hel qiimo dhimis ku saabsan lacagta go'an ee aad ku bixinayso daawooyinka lagu soo qoray inta lagu gudo jiro labo asbuuc kadib markaad balantaada koowaad la yeelato farmashiilaha - markaas si ay u bixiso si aad isku diiwaangeliso isla markaas!

Iskuduwahaaga daryeelka wuxuu bixiyaa taageero gaar ah oo la xariirta caafimaadka wanaagsan

Arrinta ugu muhiimsan barnaamijka Iskudubaridka Daryeelka waa inaad hesho Iskuwude Daryeel oo dhageysan doona walaacyadaada, ka jawaaba su'aalahaaga, abuurana qorshe caafimaad oo keenaya caafimaad wanagsan, kuguna haga nolal guul leh.

Iskuduwahaaga daryeelka wuxuu sidoo kale u adeegaa sida hage qiimo leh si uu kaaga caawiyo inaad fahanto tilmaamaha dhakhtarkaaga iyo daawooyinka lagu soo qoray, inaad ogaato ilaha bulshada ee muhiimka ah, wuxuuna kugu xirayaa waxyaabaha kale ee muhiimka ah sida adeegyada qorshaha caafimaadka oo ay kuiraan Baaritaanka Caafimaadka ee Gaaban, iyo Barnaamijyada Waxbarashada. Qiimeynta Caafimaadka iyo badqabka shaqsiga (PHA), barnaamijka dhiirigelinta macalimiinta, Shaqaalaha, iyo Barnaamijka Caawimaada Shaqaalaha Ohio State University.

Saaxiib, la isku haleyn karo, aqoon leh, kulana leh xiriir

Iskuduwahaaga daryeelka wuxuu ugu xiri doonaa kooxda xirfadlayaal ah oo qaabilsan daryeelka caafimaadka oo ay kujiraan kalkaalisooyin, tababarayaal caafimaad, dhakhaatiirta cuntooyinka, dhakhaatiirta dhaqdhaqaaqa jirka, farmashiilayaal, macalimiin kaa caawin doonaa yoolalkaaga caafimaadka.

Hadda kusoo Biir

Isniinta illaa Jimcaha | 8 a.m. illaa 5 p.m.

Wac 1-614-292-4700 ama 1-800-678-6269

Dooro "0" sii aad u wacdo qaybta adeega macaamiisha ama iimayl udir: carecoordination.osuhealthplan@osumc.edu

Iskudubaridka Daryeelka waa adeeg uu bixiyo Qorshaha Caafimaadka OSU, waxaana loogu talagalay Qorshahaaga Caafimaadka (YP4H), nidaamka dhameystiran ee Ohio State University si macalimiinta iyo shaqaalaha loo siiyo agabyada iyo ilaha awooda u siinaya inay noqdaan kuwo firfircoon oo maareeya caafimaadkooda.



THE OHIO STATE UNIVERSITY
HEALTH PLAN

