

# Care Management

## (برنامج إدارة الرعاية)

ARABIC



من الصعب عليك إدارة أمورك الصحية ومعرفة أين تذهب للحصول على الدعم. هذا هو المكان الذي يمكن لفريق إدارة الرعاية لدينا تقديم المساعدة فيه.



University of  
Vermont Health

UVM Health

## Care Management

### (برنامج إدارة الرعاية)

الموايد

الإثنين إلى الجمعة  
8 صباحاً حتى 4:30 مساءً

هاتف

رقم مجاني: 833-763-0652

فاكس

802-847-6545

### MyChart

للعثور على معلومات صحية، أو للوصول المريح والآمن إلى سجلك الطبي من خلال MyChart Online، يرجى زيارة [UVMHealth.org/MyChart](http://UVMHealth.org/MyChart) أو الاتصال بنا على 844-886-4325.



Healthier Communities.  
Healthiest Lives.  
Together.

[UVMHealth.org](http://UVMHealth.org)



هناك أشياء كثيرة يمكن أن تحول بينك وبين  
الحفاظ على صحتك -

تخصيص وقت لمواعيد الطبيب، وإيجاد وإعداد طعام  
مغذي ميسور التكلفة، وقضاء بعض الوقت في القيام  
بأنشطة تحافظ على الصحة وتنميها مثل التمارين واليقظة  
وقضاء الوقت مع الأصدقاء، وتنظر متى أو كم مرة  
تناول أدويةك - وغيرها الكثير.

لا بأس أن تشعر بالإرهاق.

نحن هنا لمساعدتك على فهم ما قد يعترض طريقك  
ولدعمك في إيجاد الحلول حتى تتمكن من التركيز على  
تحسين صحتك والبقاء بصحة جيدة قدر الإمكان.

"لقد اختلف الأمر كثيراً بالنسبة لي مع وجود شخص آخر يقوم بدور المüber عن رأيي والمشجع والموجه لي وأن يكون مجرد شخص يمكنه فهم العملية التي كنت أقوم بها. سأوصي بشدة بهذا البرنامج ... "

## — اقتباس من أحد المشاركين في Care Management

### من يمكنه تلقي المساعدة من فريق Care Management (إدارة الرعاية)؟

نحن نخدم البالغين والأطفال والعائلات والحوامل وكبار السن... الجميع!

### كيف أحصل على أقصى استفادة من خدمات Care Management (إدارة الرعاية)؟

سيكون الدعم الذي تتلقاه من فريق Care Management أكثر نجاحاً إذا:

◀ ساعدتنا في التعرف عليك. نحن نتفهم أنه قد يكون من الصعب التحدث عن الأمور الصحية الخاصة أو الأمور الشخصية. سيساعدنا التحدث إلى مدير الرعاية الخاص بك بما تحتاجه أو أي شيء يعيق رعايتك على توصيلك بالدعم المناسب. نحن هنا لتقديم أفضل رعاية ممكنة دون إصدار أحكام.

◀ أخبرنا إذا كنت لا نفهم شيئاً ما أو إذا كان لديك أي أسئلة حول رعايتك.

◀ أخبرنا إذا كنت تواجه صعوبة في اتباع خطة الرعاية التي وضعتها مع مقدم الرعاية الصحية الخاص بك.

◀ أخبر مقدم الرعاية أو مدير الرعاية إذا كنت لم تعد بحاجة إلى هذه الخدمة.

◀ كما هو الحال دائمًا، سوف نتعامل معك باحترام ونطلب منك أن تبادلنا الاحترام نفسه.

يمكن التعرف على حقوق ومسؤوليات المريض الخاصة بك على الإنترنت على الموقع [UVMHealth.org/Care-Management](http://UVMHealth.org/Care-Management) أو يمكنك أن تطلب نسخة منها من مدير الرعاية الخاص بك.

### ما الذي يقوم به فريق Care Management (إدارة الرعاية)؟

يعلم فريق Care Management عن كثب معك ومع مقدم (مقدمي) الرعاية الصحية الخاص بك.

معاً، سنقوم بما يلي:

◀ وضع أهدافاً لتحسين صحتك

◀ تتأكد من فهمك التام لخطة الرعاية التي وضعتها أنت ومقدم الرعاية الخاص بك وقررت على اتباعها

◀ نراجع الأدوية الخاصة بك للتأكد من أنك تعرف كيفية تناولها والبحث عن المزيد من الخيارات أو البرامج ذات الأسعار الميسورة لمساعدتك في دفع مقابلها

◀ نساعدك على التعافي وتأكد من حصولك على كل ما تحتاجه بعد الإقامة في المستشفى أو زيارة غرفة الطوارئ

◀ نوفر لك خيارات مختلفة للنقل حتى تتمكن من حضور مواعيدهك الطبية، خاصة بعد زيارة المستشفى أو غرفة الطوارئ

◀ نزودك بالأدوات والموارد والدعم لمساعدتك في إدارة أمورك الصحية

### من الذي يوجد ضمن فريق Care Management (إدارة الرعاية)؟

يشمل فريق Care Management كلاً من:

◀ أنت

◀ مقدم (مقدمي) الرعاية الصحية الخاص بك

◀ عائلتك / القائم على رعايتك (إن وجد)

◀ مدير الرعاية

◀ الأخصائيين ومقدمي الرعاية الآخرين

### كيف أحصل على الدعم من Care Management (إدارة الرعاية)؟

من المهم أن تخبر مقدم الرعاية الصحية الخاص بك بالمشكلات التي تؤثر على صحتك وعافيتك أو إذا كنت تواجه مشكلة في اتباع خطة الرعاية الخاصة بك. يمكنك أن تسأل مقدم الرعاية الخاص بك عما إذا كنت قد تستفيد من دعم Care Management، أو يمكن لمقدم الرعاية الخاص بك مناقشة الأمر معك.

سيتوافق معك أحد مديري الرعاية لتحديد اجتماع يتم إجراؤه في أفضل ظروف تلائبك – سواء عبر الهاتف أو عبر الفيديو أو بالحضور شخصياً. في الاحتماع الأول، سيسألك مدير الرعاية الخاص بك عن مخاوفك، وما الذي يعيق رعايتك، وما هو الدعم الذي تحتاجه لتحسين صحتك أو الحفاظ عليها.

قد تتضمن احتياجاتك العديد من المجالات، ويمكن لمدير الرعاية الخاص بك أن يوصلك بخدمات وبرامج الدعم في الشبكة الصحية لجامعة فيرمونت (UVM Health Network) وبالخدمات التي لا نقدمها في مجتمعك.

سنعمل معك لتحديد الأهداف ووضع الخطط التي يتعين تحقيقها. وئعد الأهداف التي تضعها لصحتك جزءاً مهماً من خطتك.

### أولوياتنا هي دعمك في:

◀ تحسين صحتك ونوعية حياتك

◀ الاهتمام بمخاوفك وظروفك الصحية طويلة المدى

◀ العمل عن كثب مع مقدم الرعاية الأولية والمتخصصين فيها

◀ البحث عن الموارد المتوفرة في مجتمعك لدعمك أنت وعائلتك