



101 8th Street, Suite 100  
Oakland, CA 94607



# ASIAN HEALTH SERVICES

NEWSLETTER  
FALL 2021



## 2021 Ханиадны эсрэг вакцинжуулалт хийж буй ЭМНЭЛГҮҮД

Азийн эрүүл мэндийн төвүүдэд хамааралтай  
**Насанд хүрэгчдэд ханиадны эсрэг вакцинжуулалт хийж буй  
эмнэлгүүдийн байршил, ажиллах хуваарь\***

**Цаг авах болон асууж тодруулах зүйл байвал 510-735-3222 утсаар холбогдоно уу.**

19 болон түүнээс дээш насны насанд хүрэгчдэд нээлттэй. Эмэгтэйчүүд үйлчлүүлэх бол тухайн үед жирэмслээгүй байх ёстой. Хэрэв та Азийн Эрүүл мэндийн үйлчилгээний салбараар үйлчлүүлдэг бол гишүүнчлэлийн үнэмлэх болон фото зураг бүхий биеийн байцаалттай ирнэ үү.

**Frank Kiang Эрүүл мэндийн төв**  
250 East 18<sup>th</sup> Street  
11-р сарын 6  
Бямба гариг бүр: 9:00 - 13:00

**Rolland & Kathryn Lowe Эрүүл мэндийн төв**  
835 Webster Street  
11-р сарын 13  
Бямба гариг бүр: 9:00 – 13:00

**Вакцинжуулалтын эмнэлэг – 416 8-р гудамж**

10/15 – 12/17 хооронд Баасан гариг бүр | 9:15 – 12:00; 1:30 – 16:00 (11/26-ы өдрөөс бусад өдөр)

## Хүүхдэд ханиадны эсрэг вакцинжуулалт хийж буй эмнэлгийн байршил, ажиллах хуваарь\*

**Цаг авах болон асууж тодруулах зүйл байвал 510-735-3222 утсаар холбогдоно уу.**

ЗӨВХӨН Азийн Эрүүл мэндийн төвүүдээр үйлчлүүлдэг 6 сартайгаас 18 насны хүүхдэд үйлчилнэ. Үзүүлэх тохиолдолд эцэг эх/хууль ёсны асран хамгаалагч дагалдана. Хүүхдийн АЭМТ-ийн гишүүнчлэлийн үнэмлэх болон даатгалын картаа авч ирнэ.

**Chenming & Margaret Hu Эрүүл мэндийн төв: 818 Webster Street, 3-р давхар**

12-р сарын 04  
Бямба гариг бүр: 9:00 – 13:00

\*Дараах шинж тэмдэг илэрч буй хүмүүс вакцинжуулалтад хамрагдахаас ӨМНӨ өөрийн эмнэлгийн үйлчилгээ авдаг газарт хандаж, зөвлөгөө авна. Эдгээрт:

- халуурах / жихүүдэс хүрэх
- ханиалгах
- хоолой өвдөх
- амьсгалын бэрхшээлтэй
- бүх биеийн бүлчин өвдөх
- амт, үнэр мэдрэхгүй байгаа
- түгжрэх, эсвэл нус гоожих
- дотор муухайрах / бөөлжих
- гүйлгэх зэрэг орно

Ханиадны эсрэг вакцин байгаа эсэхээс хамаарч үйлчилгээ авах өдөр/цагийг нуцалж болно. 5-10 долларын хандивыг талархан хүлээж авна. Дэмжлэг үзүүлж буй танд баярлалаа.

## Бид таны саналыг сонсохыг хүсэж байна

Агнита Пэл

Энэ оны 11-р сард Азийн эрүүл мэндийн үйлчилгээний төвөөс өөрийн үйлчлүүлэгчиддээ санал асуулгын цахим холбоос илгээхээр төлөвлөж байна. Тус асуулгаар бид сүүлийн 12 сарын хугацаанд манай байгууллагын үйлчилгээ хэр байсан талаар таны бодол, саналыг авах зорилготой. Түүнчлэн Ковид-19 цар тахлын нөхцөлд таныг мөн өөр мэдлэг, туршлага хуримтлуулсныг бид ойлгож байгаа бөгөөд мөн энэ талаар бид мэдэхийг хүсэж байна. Танаас өгсөн мэдээллийн нууцлалыг чанд сахина. Бидний судалгаанд оролцсон танд талархал илэрхийлье.

## Ковидын халдвараас өөрсдийгөө хэрхэн хамгаалах вэ?

Ковидын талаар бид юу мэдэх вэ?

Вирусын шинэ төрлүүд

Вирус нь тасралтгүй өөрчлөгдөж, түүний шинэ хувилбарууд бий болох магадлал өндөр байна. Иймээс эдгээрийн тархалтыг хязгаарлах хамгийн шилдэг арга бол халдвар хамгааллын арга хэмжээ авах асуудал юм. Тодруулбал,

- амны хаалт зүүх
- халдвар авсан тохиолдолд гэрээсээ гарахгүй байх
- ковид-19-ын халдвартай хүнтэй үулсан, эсвэл тухан өвчний шинж тэмдэг илэрсэн тохиолдолд шинжилгээ өгөх
- шинжилгээний хариу эерэг гарсан тохиолдолд өөрийн үзүүлдэг эмнэлгийн багууллагаас зөвлөсний дагуу өөрийгөө тусгаарлах
- хамгийн чухал нь боломжтой үед цаг алдалгүй вакцинжуулалтад хамрагдах

Вакцинжуулалт нь таны болон бусдын эрүүл мэндийг хамгаалахад чухал ач холбогдолтой.

- Вакцин нь дельта болон одоогоор мэдэгдээд байгаа бусад төрлийн вирусээс хамгаална.
- Вакцинд хамрагдсанаар та Ковид-19 –өөр өвчлөх, эмнэлэгт хэвтэх, амь насаа алдах зэрэг аюулаас өөрийгөө хамгаална.

### Ямар хүн вакцинжуулалтад хамрагдах вэ?

Файзер, Модерна болон J&J зэрэг вакцинуудын дэмжих тунг хэзээ, хэрхэн хийлгэх, мөн дэмжих/идэвжүүлэх тунг хийхэд ямар вакцин хоорондоо тохирох талаарх шинэ мэдээллийг зөвлөмжийн хамт хүргэж байна. Иймээс та бүхэн шаардлага хангаж байгаа нэмэлтээр ямар вакцин хийлгэхээ өөрсдөө сонгох боломжтой.

	Эхний тунг хэнд хийх вэ?	Нэмэлт тунг хэнд хийх вэ?	Дэмжих/идэвжүүлэх тунг хэнд хийх вэ?
<b>Файзер (Pfizer)</b>	12 болон түүнээс дээш насныхан  Зөвшөөрөл авсан тохиолдолд 5 – 11 насныхан	Дунд зэргээс маш сул дархлаажилттай 12 болон түүнээс дээш насныхан  Хэзээ: Файзер вакцины нэмэлт тунг зөвхөн хоёр дах тун хийлгэснээс 28 хоногийн дараа хийнэ.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 65 болон түүнээс дээш насныхан</li> <li>• Асрамж үйлчилгээний газруудад урт хугацаагаар оршин суугчид</li> <li>• 18 болон түүнээс дээш насны суурь өвчтэй хүмүүс</li> <li>• Эрсдэлтэй нөхцөлд ажиллаж, амьдарч буй 18 болон түүнээс дээш насныхан</li> </ul> <p>Хэзээ: эхний тунг хийлгэснээс 6 сар болон түүнээс дээш хугацаа өнгөрсөн бол хийлгэнэ.</p>
<b>Модерна (Moderna)</b>	18 нас болон түүнээс дээш насныхан	Дунд зэргээс маш сул дархлаажилттай 18 болон түүнээс дээш насныхан  Хэзээ: Модерна вакцины нэмэлт тунг зөвхөн хоёр дах тун хийлгэснээс 28 хоногийн дараа хийнэ.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 65 болон түүнээс дээш насныхан</li> <li>• Асрамж үйлчилгээний газруудад урт хугацаагаар оршин суугчид</li> <li>• 18 болон түүнээс дээш насны суурь өвчтэй хүмүүс</li> <li>• Эрсдэлтэй нөхцөлд ажиллаж, амьдарч буй 18 болон түүнээс дээш насныхан</li> </ul> <p>Хэзээ: эхний тунг хийлгэснээс 6 сар болон түүнээс дээш хугацаа өнгөрсөн бол хийлгэнэ.</p>
<b>Жонсон ба Жонсон (Johnson and Johnson (J&amp;J))</b>	18 болон түүнээс дээш насныхан	Боломжгүй	Хэрэв J&J вакцины тунг бүрэн хийлгээд 2 сар болон түүнээс дээш хугацаа өнгөрсөн бол J&J, Файзер болон Модерна вакцины нэмэлт тунг хийлгэх боломжтой.

### Вакцинжуулалтыг хаана хийж байна вэ?

Вакцинжуулалт хийж буй манай эмнэлгүүдэд цаг авах бол (510) 735-3222 утсаар холбогдоно уу. Бид одоогоор Файзер, Модерна болон Жонсон ба Жонсон зэрэг гурван төрлийн вакциныг санал болгож байна.

Вакцины талаарх сүүлийн үеийн мэдээллийг Азийн эрүүл мэндийн үйлчилгээний төвийн Covid-19 цахим хуудас <https://asianhealthservices.org/covid19vaccine/> -аас авна уу.



### Шинээр өвчтөн авах, эрүүл мэндийн даатгалд хамруулах талаар Дин Ли, гишүүнчлэл хариуцсан ахлах мэргэжилтэн

Азийн эрүүл мэндийн үйлчилгээний төв нь таны эрүүл мэндийн аливаа хэрэгцээг хангахад үргэлж нээлттэй байна. Бид одоогоор шинэ өвчтүүдийн хүлээн авч байна. Үүний зэрэгцээ үйлчлүүлэгч элсүүлэхээс эхлэн Medi-Cal болон Covered CA зэрэг засгийн газрын хөтөлбөрт хамрагдах зэрэг олон төрлийн үйлчилгээ авахад танд туслана. Түүнчлэн таны нийгмийн байдалтай тохирох эрүүл мэндийн даатгалд хамрагдах, үүнд санхүүгийн боломж өөрчлөгдсөн хүмүүст мөн хамрагдахад

туслалцаа үзүүлнэ.

#### Medi-Cal хөтөлбөр:

- Хязгаарлагдмал орлоготой Калифорни мужийн хууль ёсны оршин суугчдад нээлттэй бага үнэтэй болон үнэгүй эрүүл мэндийн даатгалыг санал болгож байна. Та энэхүү хөтөлбөрт хамрагдах хүсэлтэй жилийн туршид (хүсэлтээ гаргах тодорхой хугацаа заагаагүй) гаргах боломжтой. Та тавигдсан шаардлагыг бүрэн хангаж байгаа хугацааны туршид Medi-Cal даатгалд бүрэн хамрагдана.
- Өмнө нь DACA (Deferred Action for Childhood Arrivals) статустай байсан, мөн хууль эрхзүйн бүх шаардлагыг хангасан хүмүүс PRUCOL-ийн хүрээнд Medi-Cal –д бүрэн хамрагдах боломжтой.
- 2022 оны 01 сарын 05-аас эхлэн цагаачлалын шаардлага хангасан 50 болон түүнээс дээш насныханд Medi-Cal хөтөлбөрт бүрэн хамрагдана.

#### Covered CA хөтөлбөр:

- Энэ нь Калифорни мужийн оршин суугчид эрүүл мэндийн даатгалын хувилбаруудтай танилцаж, авах, мөн шаардлага хангаж байгаа бол санхүүгийн туслалцаа авах боломжтой тус мужийн эрүүл мэндийн зах зээлийн газар юм.
- Гишүүнээр элсэхэд 2022 оны 11-р сарын 01-ээс 01-р сарын 31-ий өдрийн хооронд нээлттэй.
- Шинэчлэхэд 2021 оны 10-р сарын 01-ээс 12-р сарын 31-ий өдрийн хооронд боломжтой. Хэрэв та тогтсон хугацаанд хүсэлт гаргаагүй бол Covered California-ийн гишүүнчлэл автоматаар 1 жилээр сунгагдана.

#### c. CalFresh хөтөлбөр:

- CalFresh (өмнө нь Food Stamps нэрээр танигдсан) нь бага орлоготой Калифорни мужийн хууль ёсны байнгын оршин суугч АНУ-ын иргэдэд эрүүл хүнс худалдан авахад санхүүгийн туслалцаа үзүүлдэг хоол тэжээлийн хөтөлбөр юм.
- 2021 оны 01-р сарын 20-оос эхлэн CalFresh тэтгэмжийн хувиарлаалт 25% -иар тогтмол нэмэгдэнэ.
- CalFresh –ийг орон нутгийн ихэнх хүнсний дэлгүүр, фермерийн зах, мөн Amazon, Walmart зэрэг онлайн дэлгүүрүүдэд ашиглан давуу эрхийг эдэлнэ.

Гишүүнчлэлийн үйлчилгээний талаарх мэдээллийг та биечлэн ирж, эсвэл (510) 986-6880 утсаар авах боломжтой.



### Олон нийтийн эмчилгээ, үйлчилгээний баг тантай хамт

Бид амаргүй цаг үеийг туулж байна. Энэхүү гамшигт өвчин хүн бүрт аюул заналхийлж, айдас, сэтгэл зовнилыг дагуулж байгаад бид өөрсдөө гэрч болж байна. Энэ нүүрлээд байгаа гамшиг бодитоор бий болсон тул Азийн эрүүл мэндийн үйлчилгээний төвийн өмнөөс та ганцаараа биш нүү гэдгийг бид мэдэжэй гэж хүсэж байна. Та өөрөө, таны гэр бүлийн боломж хамт олон туслахад авсан тохиолдолд хэнд ч бай бид тусламжийн гарца суугахад болж байна. Таны эрүүл мэнд, энх тунх амьдрал бидэнд хамгаас чухал учраас бид тантай хамт байгаа билээ.

Бид та бүхнийг шинээр байгуулагдсан Олон нийтийн эмчилгээ, үйлчилгээний багтай холбогдохыг урьж байна. Энэхүү баг нь англи болон Азийн бусад олон хэл дээр үйлчилгээг аюулдагараа онцлог: Энд та бүхэн өөрийн төрөлх хэл дээр манай эмчилгээ, сувилганы ажиглалтуудтай харилцаж, өөрт шаардлагатай эрүүл ахуйн мэргэжлийн зөвлөгөө, туслалцаа, халдвар авсан тохиолдолд түүнийг даван туулах талаар бодитой дэмжлэг авах боломжтой. Хэрэв шаардлагатай бол бид та бүхэнд хуулийн болон нийгмийн хамгааллын чиглэлээр бусад үйлчилгээ үзүүлдэг болно байна. Эцгээр үйлчилгээ авахад та манай байнгын үйлчлүүлэгч байх шаардлагатай бөгөөд энэ нь Аламеда мужийн бүх оршин суугчдад нээлттэй юм.

Бид нэгэн хамт олныг төлөөлж байгаагийн хувьд бие биенээ ойлгож, дэмжих нь хамгаас чухал. Бид тантай хамт.

510-735-3940 утсаар, эсвэл

[ahshealingunit@ahsdc.org](mailto:ahshealingunit@ahsdc.org) хаягаар холбогдоно уу.

Даваа – Баасан гаригуудад 9:00 – 17:00 цагийн хооронд

Энэ бол яаралтай тусламжийн утас биш тул онцгой тохиолдолд 911-руу ярина уу. Ажлын бус цагаар бол мессеж үлдэх, эсвэл [ahshealingunit@ahsdc.org](mailto:ahshealingunit@ahsdc.org) хаягаар холбогдох боломжтой.



### Цахимаар болон утсаар эмнэлгийн үйлчилгээ авах боломж

Жорж Ли

Та эмнэлгийн үйлчилгээг цахимаар болон утсаар авах боломжтойг мэдэх үү?

Энэ нь таны цагийг хэмнэж, эмнэлгийн үйлчилгээ авах нэн тохиромжтой элчлэр юм. Та эмнэлэг авж үзүүлэх шаардлагагүй, харин гэрийнхээ тухтай орчинд эмчийн үзлэг, үйлчилгээг авна гэсэн үг. Түүнчлэн гэр бүлийн бусад гишүүд ч үзлэгт оролцож, мэдээлэл авах боломжтой.

Энэ төрлийн үйлчилгээ авахад танд ердөө Apple iPhone, эсвэл камертай ямар ч утас байхад хангалттай.

Түүнчлэн видео болон утсан үзлэг нь өөрсдөө сайтар хянах боломжтой өндөр даралт, чихрийн шижин зэрэг аргаг өвчтэй хүмүүст маш тохиромжтой. Цаашилбал, хүндрэл багатай ханиад зэрэг өвчний үед эмнэлгийн яаралтай үйлчилгээ авахад ч тохиромжтой.

Хэрэв та энэ талаар сонирхож байвал үзлэгийн цаг авахдаа тодруулж асуугаарай.