**Wax kusaabsan Telehealth**

**Waa maxay ballanta telehealth?**

Ballanta telehealth waa wicitaan fiidyow ah halkaas oo aad ku arki doontid oo aad kula hadli karto takhasuslahaaga. Telehealth waxay ku siineysaa inaad hesho daryeel caafimaad adoo jooga masaafad fog, adigoo isticmaalaya taleefankaaga smartphone-kaaga, kombiyuutarka ama tablet-kaaga. Takhasuslahaagu awood uma yeelan doono inuu jir ahaan ku baari karo, hase ahaatee way ku arki doonaan oo kaala hadli doonaan caafimaadkaaga. Waxaa lagugu soo dhaweynayaa inaad soo wadato xubin qoyska ka mid ah ama daryeele inay kula joogaan wicitaanka.

**Maxay tahay sababta ballantaygu utahay ballanta telehealth?**

Takhasuslahaaga ayaa kaa caawin doona go'aaminta haddii ballanta telehealth adiga kugu habboon tahay. Waxaad had iyo jeer dooran kartaa inaad hesho ballan fool ka fool ah haddii aad doorbideyso.

**Maxaa loo isticmaalaa telehealth?**

Waxaa laga yaabaa inay kuu sahlan tahay inaad kula kulanto ballanta telehealth marka loo eego ballamaha fool ka fool ah. Waxay noqon kartaa ikhtiyaar wanaagsan haddii aad:

- Ku nooshahay miyiga ama meelaha fog

- Live oos ah dowlad-goboleedka dhexdooda

- Aad dhib ku qabtid inaad tagtid ballamaha sababta oo ah gaadiidka ama socodkaaga oo yaraada awgeed.

**Kawaran hadaanan imaan karin balanteyda?**

Fadlan noo sheeg sida ugu dhaqsaha badan **haddii aadan imaan karin**. Waad nagala soo xiriiri kartaa si aad u kansalgarayso ama aad u sameysato waqti ballan cusub. Waxaan siin karnaa waqti ballantaada qof kale oo imaan kara. Tani waxay naga caawineysaa inaan yareyno waqtiga sugitaanka ee qof walba. **Haddii aadan imaan laba ballan** oo aadan horay nooga sheegin, **ballan kale lagu siin maayo**. Waxaad u baahan doontaa soo-gudbin cusub.

**Maxaan u baahanahay inaan haysto ballanta telehealth?**

Waxaad u baahan doontaa xiriir wanaagsan oo khadka internetka ah ee smartphonekaaga, kombiyuutarka ama aaladda tablet-ka. Waxaad sidoo kale ubaahan doontaa kamarada websaydhka, speakerada iyo makarafoon haddii aysan horeyba qeyb uga aheyn aaladdaada. Waxaad ubaahan tahay meel degan, sifiican u ifaysa meeshaas oo aan lagu carqaladaynayn.

**Sidee baan ku ogaanayaa waxaan sameeyo?**

Waxaan ku siin doonnaa tilmaamo laguugu sharxayo waxaad u baahan tahay inaad sameyso. Waxaad sameyn kartaa wicitaan tijaabo ah kahor ballantaada si aad u hubiso in wax waliba ay shaqeynayaan.

**Kawaran haddii aan u baahdo turjumaan?**

Fadlan noo sheeg haddii aad u baahan tahay turjumaan oo waxaan kugu siin karnaa mid ballantaada. Wax kharash ah adiga kuuguma fadhiyo haddii aad haysato kaarka Medicare ee hadda jira.

**Miyaan u baahanahay inaan lacag ku bixiyo ballantayda?**

Bukaanka haysta kaarka Medicare hadda uma baahna inay lacag bixiyaan. Haddii aadan haysan Medicare Card ama aad tahay soo booqde dibadeed, fadlan noo sheeg maadaama aad u baahan tahay inaad bixiso lacagta ballantaada.

Waxaan macluumaadkaaga ku saabsan daryeelkaaga la wadaagi doonnaa GP-gaaga iyo xirfadlayaal kale oo caafimaad oo ku lug leh daryeelkaaga.