

FROM 
BORDERS TO
BELONGING

صحتك في
كندا

دليل معلومات للوافدين الجدد من
اللاجئين من مجتمع الميم برعاية
شراكة مشروع البرنامج التعاوني
”لمنظمة قوس قزح للاجئين



يعتبر الاهتمام بالصحة أمرًا في غاية الأهمية. لذلك يمكنك البدء في مناقشة احتياجاتك من الرعاية الصحية البدنية والنفسية والجنسية وتلك التي تتعلق بالأسنان مع فريق الرعاية، وذلك في إطار التخطيط لوصولك إلى كندا واستقرارك فيها.

الوصول إلى خدمات الرعاية الصحية في كندا

يتمتع جميع المواطنين الكنديين وحاملي الإقامة الدائمة بالحصول على خدمات الرعاية الصحية الأساسية والطوارئ والتي تُعد خدمات عامة. إذ يتم فرض الضرائب على المواطنين الكنديين نظير الحصول على تلك الخدمات.

يُعد ميديكير هو برنامج الرعاية الصحية المتاح لكافة المواطنين الكنديين أو حاملي الإقامة الدائمة. فمن خلاله يمكن للمواطنين الكنديين الحصول على خدمات الأطباء والمستشفيات الضرورية دون الدفع من أموالهم الخاصة.

يستطيع كل مواطن كندي أو حامل إقامة دائمة التقدم بطلب للحصول على تأمين صحي عام. حيث يعني امتلاك تأمين صحي عام أنه ليس عليك أن تدفع رسوم مباشرة نظير معظم خدمات الرعاية الصحية المقدمة. فبدلاً من دفع رسوم مباشرة، كل ما عليك القيام به هو تقديم بطاقة أو رقم وثيقة التأمين العام الخاصة بك للمستشفى أو العيادة الطبية.



وصول اللاجئين لخدمات الرعاية الصحية: نبذة عن برنامج الصحة الفيدرالي المؤقت (IFHP)

يمكنك الحصول على التأمين الصحي من خلال برنامج الصحة الفيدرالي المؤقت. حيث يعتبر هذا البرنامج هو خطة التأمين المقدمة لجميع الوافدين إلى كندا بصفتهم لاجئين. ويغطي البرنامج الاحتياجات الطبية لمرحلة ما قبل القدوم إلى كندا، بما في ذلك الفحص الطبي الخاص بالهجرة. علمًا بأن هذا البرنامج سيساعدك على الوصول إلى خدمات الرعاية الضرورية خلال أول شهر من وصولك إلى كندا. حيث سيضمن فريق الرعاية توجيهك بشأن الاستفادة من خدمات الرعاية الصحية التي يقدمها برنامج الصحة الفيدرالي المؤقت. وللاستفادة من الخدمات التي تقدمها العيادات الطبية أو المستشفيات، ستحتاج إلى وثيقة البرنامج أو الرقم الخاص به.

يغطي برنامج الصحة الفيدرالي المؤقت خدمات الرعاية الصحية الضرورية ومنها:

- خدمة الرعاية الصحية للمرضى المقيمين بالمستشفيات ومرضى العيادات الخارجية.
- خدمات الرعاية الصحية من قبل الأطباء والممرضين المرخصين وغيرهم من مقدمي الرعاية الصحية المهنيين.
- الاختبارات المعملية والتشخيصية التي يطلبها أحد مقدمي رعاية الصحة المهنيين.
- خدمات سيارات الإسعاف.

يغطي برنامج الصحة الفيدرالي المؤقت بعض خدمات الرعاية التكميلية ومنها:

- ضعف النظر
- رعاية الأسنان العاجلة
- الرعاية الصحية النفسية التي تقدمها بعض عيادات الطب النفسي والأطباء النفسيين والاستشاريين النفسيين.
- بعض الخدمات الصحية التي يقدمها المهنيين الصحيين المتخصصين، مثل أخصائيي العلاج الوظيفي وأخصائيي التخاطب واللغة وأخصائيي العلاج الطبيعي.

مرحلة ما بعد برنامج الصحة الفيدرالي المؤقت: التسجيل في خطة التأمين الخاصة بالإقليم أو المقاطعة التي تقطن فيها

بانقضاء أول سنة لك في كندا، عليك التسجيل في خطة التأمين الصحي العام التي تتبع الإقليم أو المقاطعة التي تقطن فيها، على أن يساعدك فريق الرعاية المختص بحالتك في إجراءات طلب التسجيل.

تنبغي الإشارة إلى أن لكل إقليم أو مقاطعة خطة تأمين خاصة، بحيث يمكن للقاطنين في هذا الإقليم الاستفادة من خدمات الرعاية الصحية الأساسية والطوارئ. وثمة بعض خطط التأمين التي تشتمل على تقديم خدمات الرعاية الصحية الإضافية لفئات معينة من المواطنين، من قبيل كبار السن والأطفال وذوي الإعاقات ومتلقي المساعدة الاجتماعية. ومع أن كل خطة تختلف عن الأخرى، إلا أنها تغطي بعض تكاليف الرعاية التكميلية مثل وصفات الأدوية والعناية بالنظر والعناية بالأسنان وخدمات سيارات الإسعاف وخدمات العناية المنزلية.

يمكنك معرفة المزيد عن خطط التأمين الصحي لكل إقليم ومقاطعة هنا

ثمة العديد من خدمات الرعاية الصحية غير مشمولة بخطط التأمين العام، مثل النظارات أو العدسات اللاصقة أو العلاج الطبيعي أو الطب النفسي. حيث يتعين على المواطنين دفع رسوم مقابل هذه الخدمات من أموالهم الخاصة أو من خلال شركة تأمين صحي خاصة. علمًا بأن بعض أصحاب العمل يقدمون تأمين صحي كميزة لموظفيهم.

التحديات التي تواجه نظام الرعاية الصحية في كندا

على الرغم من أن جودة نظام الرعاية الصحية في كندا جيدة جدًا، إلا أن النظام قد شهد انتكاسةً، لا سيما في أعقاب تفشي جائحة كوفيد-19. حيث إن العديد من المجتمعات بحاجة إلى أطباء أو مقدمي رعاية صحية. وهذا يعني أن معظم الأفراد عليهم الانتظار للوصول إلى طبيب العائلة أو طبيب الرعاية الأساسية أو حجز مواعيد لدى المتخصصين. فالعديد من الأفراد يلجؤون إلى العيادات التي لا تتطلب حجز موعد أو يحجزون مواعيد لتلقي الرعاية الصحية عن بعد، وذلك إلى حين تمكنهم من الوصول إلى طبيب العائلة أو مقدم الرعاية الأولية الاعتيادي.

الوافدون الجدد من مجتمع الميم والرعاية الصحية

بصفتك وافد جديد منحدر من مجتمع الميم، فقد تواجهك بعض التحديات البارزة في الوصول إلى خدمات الرعاية الصحية.

يغطي برنامج الصحة الفيدرالي المؤقت جميع اللاجئين، ولكن بعض الأطباء أو مقدمي الرعاية الصحية قد لا يكونوا على دراية بالبرنامج. فالعثور على مقدم رعاية صحية يوافق على العمل في إطار برنامج الصحة الفيدرالي المؤقت، أمر يمثل تحديًا. إلا أنه باستطاعة فريق الرعاية المختص بحالتك مساعدتك في العثور على مقدمي رعاية صحية يوافقون على العمل في إطار هذا البرنامج.

في حال كنت بحاجة لمترجم ليرافقك في مواعيدك الطبية، فيحق لك الاستعانة بمترجم للوصول إلى خدمات الرعاية الصحية. ويتعين عليك أو على فريق الرعاية المختص، تقديم طلب مسبق للاستعانة بخدمات المترجم. حيث إن ذلك قد يستغرق مزيد من الوقت لبعض اللغات. علمًا بأنه لا توجد رسوم إضافية نظير الاستعانة بخدمة المترجم. وغالبًا ما تتم خدمة الترجمة الصحية عبر الهاتف. وعلى المترجمين بموجب القانون حماية سرية بياناتك ومعاملتها باحترام. علمًا بأن بعض المترجمين تلقى تدريبًا على مخاطبة مجتمع الميم واستخدام لغة محترمة ومصطلحات طبية، فيما لم يتلقى بعضهم الآخر مثل هذا التدريب.

مع أن حقوق مجتمع الميم قد شهدت تحسنًا كبيرًا في العقود القليلة المنصرمة، إلا أن العدالة الاجتماعية لم تتحقق بعد. إذ لا زال ذلك المجتمع يوصم بالعار ويواجه التمييز ضده وتعرضه عقبات في سبيل الوصول إلى خدمات الرعاية الصحية.

بعض الأطباء على دراية ومعرفة بكيفية تقديم خدمات الرعاية الصحية لأعضاء مجتمع الميم ويعترفون بهم، فيما لا يعترف بهم البعض الآخر. وثمة مجموعة من الاحتياجات والمخاطر ونقاط الضعف التي تتعلق بالرعاية الصحية ضمن مجتمع الميم. فبعض الأطباء قد يكونون على دراية وفهم باحتياجات المثليين من الرجال، ولكنهم في الوقت نفسه لا علم لهم بالاحتياجات الصحية للمثليات أو المتحولين أو المتنوعين جنسيًا.

قد يتعين على مرضى مجتمع الميم في بعض الأحيان، تثقيف مقدمي الرعاية الصحية خاصتهم بشأن احتياجاتهم أو المخاطر الصحية التي يعانون منها. ففي بعض الأحيان، قد يرفض مقدمي الرعاية الصحية تقديم خدماتهم لمرضى من مجتمع الميم؛ لأن الطبيب يشعر أنه غير مؤهل بما فيه الكفاية لتقديم خدماته الصحية له، مما يؤدي إلى حالات تأخير في الوصول إلى الرعاية الصحية.

لا يخبر بعض المنتمين إلى مجتمع الميم الأطباء عن ميولهم الجنسية أو هويتهم الجنسية خشية وصمة العار والتمييز. وللأسف، ينتج عن هذا انخفاض جودة الرعاية الصحية المقدمة لهم. فمثلًا، قد لا يتلقون فحصًا مناسبًا للكشف عن فيروس نقص المناعة البشرية أو الأمراض المنقولة بالاتصال الجنسي.

مؤخرًا، بدأ العديد من عيادات الأطباء والمستشفيات في تغيير حجز المرضى الجدد بما يتيح استخدام الاسم والجنس الصحيحين للمتحولين والمتنوعين جنسيًا. حيث يمكن أن يُوصف جنسك وصفًا غير دقيق أو تجد أنه لا بد من تذكير موظف الاستقبال ومقدم الرعاية الصحية باستخدام اسمك وجنسك الصحيحين. وفي حال كنت تواجه تحديات في التنقل في النظام الصحي بنفسك، يمكنك أن تطلب ممن تثق به أو عضو في فريق الرعاية أو صديق لديه خبرة في دعم الغير بالمؤازرة الفردية لمرافقتك إلى الموعد الخاص بك ومساعدتك على حل مشكلة اسمك وجنسك الصحيح لدى مقدم الرعاية الصحية، أو طلب ذلك لأجلك.

كما يمكن للراحة إرشادك بشأن كيفية العثور على مقدمي الرعاية الصحية ممن يتمتعون بالكفاءة عند التعامل مع مجتمع الميم ويعملون ببرنامج الصحة الفيدرالي المؤقت. حيث سيعملون على مساعدتك في الوصول إلى مقدم رعاية مختص باحتياجاتك الصحية. وفي حال تعذر ذلك، يمكنهم تقديم اقتراحات بشأن كيفية التحدث إلى مقدم الرعاية الصحية الذي يمكنك الوصول إليه.



العمل مع الرعاية المختصين بحالتك للحفاظ على صحتك

للحفاظ على صحتك، ينبغي أن تتواصل أنت والرعاة بحرية وانتظام بشأن احتياجاتك من الرعاية الصحية. وتشمل بعض الموضوعات التي ربما ترغب في تغطيتها: كيف كنت تعتني بصحتك في السابق؟ ما أهم المشاكل الصحية العاجلة التي تعاني منها؟

يوظف الرعاية بمسؤولية مساعدتك في التعرف على خدمات الرعاية الصحية والوصول إلى مقدمي الخدمات المناسبين. وهذا يتضمن ما يلي:

1- مساعدتك في الوصول إلى برنامج الصحة الفيدرالي المؤقت عند وصولك لأول مرة.

2- توضيح كيفية الحصول على المساعدة في حالات الطوارئ، مثل إذا كنت بحاجة إلى سيارة إسعاف أو دخول غرفة الطوارئ.

3- مساعدتك على التواصل مع مقدمي الرعاية الصحية لتلبية احتياجاتك الصحية العامة والخاصة، بما يشمل ما يلي:

- العيادات الطبية بدون موعد لتقديم خدمات الرعاية العامة حتى تتواصل مع مقدمي الرعاية الأولية
- مقدمي الرعاية الأولية مثل طبيب الأسرة أو الطبيب العام أو الممرض الممارس
- أطباء الأسنان (لا يغطي برنامج الصحة الفيدرالي المؤقت إلا رعاية الأسنان العاجلة فقط)
- العناية بالنظر (لا يغطي برنامج الصحة الفيدرالي المؤقت إلا العناية بالعيون المحدودة فقط)
- مقدمي الرعاية الصحية النفسية، مثل المعالجين النفسيين أو المستشارين أو الأخصائيين الاجتماعيين أو الأخصائيين النفسيين.
- خدمات الوقاية من الإدمان أو التعافي منه (إدمان الكحول، المخدرات، القمار، وما إلى ذلك)
- مقدمو رعاية تغيير الجنس
- مقدمو خدمات التنقيف والرعاية الصحية الجنسية

4- مرافقتك في المواعيد الطبية عند اللزوم.

5- توفير الترجمة الفورية في مواعيدك الطبية عند اللزوم. علمًا بأن نظام الصحة العامة يغطي تكاليف الترجمة الفورية، ولكن هذا يتطلب مزيدًا من التخطيط والوقت.

6- توضيح كيفية الوصول إلى:

- الاختبارات المعملية (مثل فحوصات الدم أو الأشعة السينية)
 - الأدوية الموصوفة
 - التطعيمات
 - اختبار الأمراض المنقولة بالاتصال الجنسي
 - موارد ما قبل أو ما بعد التعرض لفيروس نقص المناعة البشرية
- 7- توضيح كيفية طلب الحصول على تأمين الرعاية الصحية الإقليمي في مقاطعتك.

تلبية احتياجاتك من الرعاية الصحية

تعتبر الرعاية الصحية الجنسية، بما في ذلك الوقاية والرعاية من فيروس نقص المناعة البشرية، خدمة صحية عامة. وينبغي أن يحصل كل شخص نشط جنسيًا على التنقيف الصحي الجنسي وفحص الأمراض المنقولة جنسيًا والوقاية من فيروس نقص المناعة البشرية مثل "العلاج الوقائي قبل التعرض". مع ذلك، لا يطلع جميع الأطباء على الصحة الجنسية لمختلفي ومتنوعي الجنس. كما أن ليس كل الأطباء يتمتعون بالكفاءة عند التعامل مع مجتمع الميم. لذلك سترغب في العمل مع الرعاة المختصين بحالتك لمحاولة العثور على مقدم خدمة يتمتع بالكفاءة عند التعامل مع مجتمع الميم لتقديم الرعاية الصحية الجنسية لك.

تعتبر رعاية فيروس نقص المناعة البشرية جزءًا من الرعاية الصحية العامة. إلا أن الأمر قد يستغرق بعض الوقت، اعتمادًا على المدينة أو المقاطعة التي تتواجد فيها، للعثور على طبيب متمرس في رعاية فيروس نقص المناعة البشرية ويعمل ببرنامج الصحة الفيدرالي المؤقت أيضًا.

تعد رعاية تغيير الجنس، مثل العلاج بالهرمونات أو الجراحة، جزءًا من الرعاية الصحية العامة، ولكن قد يصعب الوصول إلى طبيب يمكنه تقديم هذا النوع من الرعاية. وقد تضطر إلى الانتظار أو السفر إلى مدينة أخرى وقد تكون أوقات الانتظار لإجراء العمليات الجراحية طويلة اعتمادًا على موقعك، إلا أن الرعاية يمكنهم مساعدتك في التعرف على خيارات رعاية تغيير الجنس المتاحة في مدينتك ومقاطعتك، ويمكن للمنظمات في بعض المدن مساعدتك في التنقل في نظام الرعاية الصحية.

الرعاية الصحية النفسية ليست ممولة بشكل كامل من القطاع العام بعد. إلا أن برنامج الصحة الفيدرالي المؤقت يغطي بعض مقدمي الرعاية الصحية النفسية، مثل المعالجين النفسيين أو المستشارين أو الأخصائيين الاجتماعيين أو الأخصائيين النفسيين. ومع ذلك، قد يصعب العثور على مقدم خدمة يقبل برنامج الصحة الفيدرالي المؤقت ويقدم رعاية تغيير الجنس لأفراد مجتمع الميم. علمًا بأن المستشفيات يمكن أن تقدم رعاية طارئة لأي شخص معرض لخطر الإصابة بأزمة نفسية حادة، مثل المعرضين لخطر الانتحار.

العناية بالنظر والأسنان كذلك ليست ممولة بشكل كامل من القطاع العام بعد. وكذلك لا يغطي برنامج الصحة الفيدرالي المؤقت إلا الفحوصات الأساسية للعيون والرعاية العاجلة للأسنان. ولا تشمل التغطية النظارات والعدسات اللاصقة والعناية غير العاجلة بالأسنان. إلا أنه يمكن للرعاة مساعدتك في الحصول على رعاية أسنان بتكلفة منخفضة في مدينتك.

FROM  BORDERS TO BELONGING

نرجو أن يساعدك هذا في الحصول على رعاية جيدة والمحافظة على صحتك في كندا.