

FROM 
BORDERS TO
BELONGING

صحت شما در کانادا

رهنمود معلوماتی برای تازه واردان
پناهجوی LGBTQI که از طریق
مشارکت کمک به پناهجویان
رنگین کمانی حمایت می شود



مراقبت از صحت تان مهم است. می‌توانید به عنوان بخشی از برنامه‌ریزی ورود و اسکان خود، درباره نیازهای صحت جسمی، دندان، روانی و جنسی خود با حامیان مالی صحبت کنید.

دسترسی به مراقبت صحتی در کانادا

تمام شهروندان کانادا و ساکنین دائمی به مراقبت صحتی اساسی و عاجل که خدمات دولتی اند، دسترسی دارند. کانادایی‌ها در پرداخت هزینه‌های مراقبت‌های صحتی دولتی از طریق دادن مالیات سهم می‌گیرند.

Medicare مراقبت‌های صحتی دولتی است که برای همه شهروندان یا مقیم دائمی کانادا قابل دسترسی است. با Medicare، ساکنان کانادا

می‌توانند بدون پرداخت هزینه از جیب خود به خدمات طبیب و شفاخانه که از نظر طبی ضرور باشد، دسترسی داشته باشند.

هر شهروند یا مقیم دائمی کانادا می‌تواند برای بیمه صحت عامه اقدام کند. هنگامی که بیمه صحت عامه داشته باشید، مستقیماً برای اکثر خدمات مراقبت‌های صحتی پرداخت نمی‌کنید. به جای پرداخت مستقیم، کارت یا شماره بیمه عامه خود را به شفاخانه یا کلینیک طبی نشان می‌دهید.

دسترسی به مراقبت صحتی برای مهاجرین: درباره IFHP

بیمه صحتی شما برنامه موقت صحت فدرال (PHFI) خواهد بود. PHFI طرح بیمه ای است که برای همه افرادی که به عنوان پناهنده به کانادا می

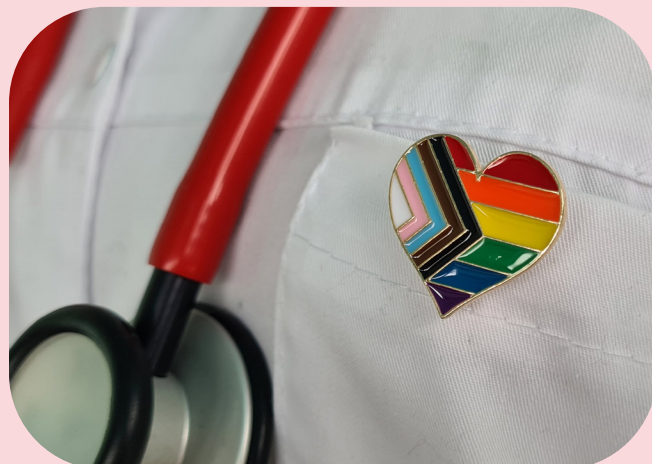
آیند ارائه می‌شود. IFHP نیازهای طبی قبل از عزیمت شما از جمله معاینه طبی مهاجرت را پوشش می‌دهد. IFHP به شما امکان دسترسی به مراقبت‌های صحتی لازم را برای ماه‌های اول اقامت در کانادا می‌دهد. حامیان مالی شما را راهنمایی خواهند کرد که چگونه از IFHP برای مراقبت‌های صحتی خود استفاده کنید. هنگامی که به کلینیک‌های صحتی یا شفاخانه می‌روید، به مدرک یا شماره IFHP خود نیاز خواهید داشت.

IFHP مراقبت‌های صحتی لازم را پوشش می‌دهد:

- مراقبت‌های شفاخانه‌یی بستری و سرپایی
- مراقبت از داکترهای طبی، نرس‌های رسمی و سایر متخصصین مراقبت‌های صحتی
- معاینات لابراتواری و تشخیصی به دستور طبیب متخصص
- خدمات امبولانس

IFHP برخی از مراقبت‌های تکمیلی محدود را پوشش می‌دهد

- بینایی محدود
- مراقبت عاجل دندان
- مراقبت از صحت روانی از سوی برخی روانشناسان کلینیکی، متخصصین روانی، متخصصین مشاوره
- برخی از خدمات از طرف متخصصین صحتی مانند متخصصین شغلی، متخصصین گفتار، فیزیوتراپیست‌ها



پس از IFHP: درخواست برای طرح بیمه ولایتی یا منطقه‌ای شما

تا پایان اولین سال اقامت خود در کانادا، باید برای طرح بیمه صحتی دولتی برای ولایت یا منطقه‌ای که در آن زندگی می‌کنید درخواست دهید. حامیان مالی شما در این درخواست به شما کمک خواهند کرد.

هر ولایت یا منطقه دارای یک طرح بیمه است که افراد ساکن در آن ولایت برای دسترسی به مراقبت‌های صحتی اولیه و اضطراری از آن استفاده می‌کنند. برخی از طرح‌ها همچنین مراقبت‌های صحتی اضافی را برای گروه‌های خاصی از افراد مانند سالمندان، اطفال، افراد دارای معلولیت و افرادی که از کمک‌های اجتماعی استفاده می‌کنند، پوشش می‌دهد. هر طرح متفاوت است، اما ممکن است برخی از هزینه‌های مراقبت‌های تکمیلی مانند دواهای تجویزی، مراقبت‌های بینایی، مراقبت‌های دندان، خدمات امبولانس و پشتیبانی مراقبت‌های خانگی را پوشش دهد.

در اینجا می‌توانید در مورد طرح‌های بیمه ولایتی صحتی منطقه‌ای بیشتر بدانید

بسیاری از خدمات مراقبت‌های صحتی تحت پوشش طرح‌های بیمه دولتی نیستند - به عنوان مثال عینک یا تماس، فیزیوتراپی یا روانشناس. مردم هزینه این خدمات را از جیب خود یا از طریق بیمه صحتی خصوصی پرداخت می‌کنند. برخی از کارفرمایان بیمه صحتی خصوصی را به عنوان یک مزیت به کارکنان خود ارائه می‌کنند.

چالش های مراقبت های صحتی برای همه در کانادا

اگرچه کیفیت مراقبت های صحتی در کانادا بسیار خوب است، اما سیستم مراقبت های صحتی در کانادا به ویژه پس از پاندمی COVID-19 تحت فشار قرار گرفته است. بسیاری از مجتمع ها به داکتران یا فراهم کنندگان مراقبت های صحتی بیشتری نیاز دارند. این بدان معناست که اکثر مردم منتظر هستند تا با یک داکتر خانوادگی یا داکتر مراقبت های اولیه یا برای قرار ملاقات با متخصصین ارتباط برقرار کنند. بسیاری از مردم تا زمانی که با یک داکتر خانوادگی ثابت یا فراهم کننده مراقبت های اولیه در ارتباط باشند، از کلینیک های مراقبت از راه دور یا قرار ملاقات های صحتی از راه دور استفاده می کنند.

تازه واردان و LGBTQI و مراقبت های صحتی

به عنوان یک تازه وارد IQTBGL+، ممکن است برای دسترسی به مراقبت های صحتی با چالش های متفاوتی روبرو شوید.

برنامه موقت صحت فدرال (IFHP) مراقبت های صحتی را برای همه پناهندگان پوشش می دهد، اما همه داکتران یا فراهم کنندگان مراقبت های صحتی در مورد IFHP نمی دانند. پیدا کردن یک داکتر یا فراهم کننده مراقبت های صحتی که IFHP را می پذیرد چالش برانگیز است. حامیان مالی شما می توانند به شما کمک کنند فراهم کنندگان مراقبت های صحتی را پیدا کنید که IFHP را می پذیرند.

اگر برای قرار ملاقات های صحتی نیاز به ترجمه دارید، حق دارید از یک مترجم برای خدمات مراقبت های صحتی استفاده کنید. شما یا حامیان مالی

تان باید از قبل برای ترجمه درخواست کنید. برای برخی از زبان ها زمان بیشتری نیاز خواهد بود. در بدل ترجمه هیچ هزینه اضافی وضع نخواهد شد. ترجمه صحتی اغلب توسط تلفون انجام می شود. مترجمین از نظر قانونی مکلف اند از محرمانگی شما محافظت کنند و با شما محرمانه رفتار نمایند. برخی از مترجمین در مورد زبان و شرایط صحتی محرمانه 2SLGBTQI+ آموزش دیده و برخی دیگر آموزش ندیده اند.

در حالی که حقوق افراد 2SLGBTQI+ در دهه های اخیر بسیار بهبود یافته است، مساوات اجتماعی هنوز محقق نشده است. افراد 2SLGBTQI+ ممکن است هنوز با بدننامی، تبعیض و موانع مراقبت های صحتی روبرو شوند.

برخی از داکتران و فراهم کنندگان مراقبت های صحتی در مورد مراقبت های صحتی 2SLGBTQI+ و تایید افراد 2SLGBTQI+ آگاه اند - و برخی از آنها اطلاعی ندارند. در مجتمع های 2SLGBTQI+، ما طیف وسیعی از نیازها، خطرات و آسیب پذیری های مراقبت های صحتی را داریم. برخی از داکتران ممکن نیازهای مراقبت های صحتی مردان همجنس گرا را به خوبی درک کنند، اما در مورد نیازهای صحتی زنان همجنسگرا، دو جنسه یا افراد دارای تنوع جنسیتی آگاه نباشند.

بعضی اوقات مریضان 2SLGBTQI+ باید به متخصصین صحتی خود در مورد نیازها یا خطرات صحتی خود آموزش دهند. در برخی موارد، فراهم کنندگان مراقبت های صحتی از پذیرش مریضان 2SLGBTQI+ خودداری می کنند، زیرا داکتر احساس نمی کند که آنها به اندازه کافی در زمینه صحت 2SLGBTQI+ آموزش دیده باشند - این امر دسترسی به مراقبت را به تاخیر می اندازد.

به دلیل بدننامی و تبعیض، برخی از افراد 2SLGBTQI+ در مورد گرایش جنسی یا هویت جنسی خود به داکتر خود نمی گویند. متأسفانه این امر کیفیت مراقبت های صحتی آنها را کاهش می دهد. به عنوان مثال، ممکن کمتر احتمال داشته باشد که به درستی از نظر HIV یا STI معاینه شوند.

بسیاری از کلینیک ها و شفاخانه های داکتران به تازگی شروع به تغییر میزان پذیرش مریضان جدید خود کرده اند تا از نام و جنسیت صحیح برای افراد دوجنسه و دارای تنوع جنسیتی استفاده کنند. ممکن با جنسیت مخالف مواجه شوید یا نیاز داشته باشید که به مسؤول پذیرش و فراهم کننده مراقبت های صحتی یادآوری کنید که از نام و جنسیت درست شما استفاده کنند. اگر در مسیریابی خود در سیستم صحتی با چالش هایی روبرو باشید، می توانید از فردی که به آن اعتماد دارید، یکی از اعضای گروه حامی شما، یا یک دوست با تجربه که از دیگران با حمایت فردی حمایت می کند بخواهید که شما را در قرار ملاقات تان همراهی کند و به شما کمک نماید تا نام و جنسیت حقیقی خود را با فراهم کننده مراقبت های صحتی، شریک سازید یا آن درخواست ها را برای شما انجام دهد. حامیان مالی شما می توانند شما را راهنمایی کنند که چگونه فراهم کنندگان مراقبت های صحتی را که دارای صلاحیت 2SLGBTQI هستند و تایید می کنند و IFHP می گیرند، دریابید. آنها تلاش خواهند کرد به شما کمک کنند تا به فراهم کننده ای که برای نیازهای مراقبت های صحتی شما صلاحیت دارد دسترسی پیدا کنید. هنگامی که این امکان پذیر نیست، آنها می توانند پیشنهاداتی در مورد نحوه صحبت با فراهم کننده مراقبت های صحتی که می توانید به آن دسترسی داشته باشید ارائه کنند.



همکاری با حامیان تان برای کمک به صحت شما

برای حمایت به صحت تان، شما و حامیان مالی خود باید آشکارا و به صورت منظم در مورد نیازهای مراقبت های صحتی خود ارتباط برقرار

کنید. برخی از موضوعاتی که ممکن بخواهید پوشش دهید: چگونه مراقب صحت خود بوده اید؟ چه مسائل صحتی برای شما ضروری است؟

تمویل کنندگان مسؤلیت دارند به شما کمک کنند در مورد خدمات مراقبت های صحتی بیاموزید و به فراهم کنندگان مناسب دسترسی پیدا کنید. این شامل موارد ذیل می شود:

1. کمک به شما برای دسترسی به برنامه صحت فدرال مؤقت (IFHP) در اولین ورود.
2. توضیح نحوه دریافت کمک در مواقع عاجل، مثلاً اگر به امبولانس نیاز دارید یا برای رفتن به سرویس عاجل.

3. کمک به شما برای ارتباط با فراهم کنندگان مراقبت های صحیح برای نیازهای عمومی و خاص مراقبت های صحتی، از جمله:

- یک کلینیک طبی برای مراقبت های عمومی تا زمانی که با یک فراهم کننده مراقبت های اولیه ارتباط برقرار کنید
- فراهم کننده مراقبت های اولیه مانند دکتر خانوادگی، دکتر عمومی یا نرس
- دکتر دندان (فقط مراقبت های فوری دندان تحت پوشش PHFI است)
- مراقبت از بینایی (فقط مراقبت های محدود چشم تحت پوشش PHFI است)
- فراهم کنندگان مراقبت های روانی مانند متخصصین روانی، مشاورین، مددکاران اجتماعی یا روانشناسان
- خدمات وقایه یا بهبودی از اعتیاد (الکل، مواد مخدر، قمار و غیره)
- فراهم کنندگان مراقبت های تایید کننده جنسیت
- فراهم کنندگان مراقبت و آموزش صحت جنسی

4. همراهی شما در قرارهای طبی در صورت نیاز

5. در صورت نیاز، ترجمه برای قرارهای طبی شما تنظیم شود. هزینه های مترجم توسط سیستم صحتی دولتی پوشش داده می شود، اما برنامه ریزی و زمان بیشتری می طلبد.

6. توضیح نحوه دسترسی:

- معاینات لابراتواری (مانند معاینه خون یا ایکسری)
- دواهای تجویزی
- واکسیناسیون
- آزمایش ITS
- منابع برای قبل یا بعد از قرار گرفتن در معرض VIH

7. به شما نشان می دهد که چگونه برای بیمه مراقبت های صحتی ولایتی در ولایت خود درخواست دهید.

برآورده سازی نیازهای خاص مراقبت صحتی

مراقبت های صحتی جنسی، از جمله وقایه و مراقبت از HIV، خدمات صحتی دولتی هستند. همه افرادی که از نظر جنسی فعال اند باید به آموزش صحت جنسی، معاینه عفونت های مقاربتی (STI) و وقایه از HIV مانند PREP دسترسی داشته باشند. با این وجود، تمام داکتران در مورد صحت جنسی برای افراد دارای تنوع جنسیتی اطلاع ندارند. همه داکتران +2SLGBTIQ را تایید نمی کنند. شما می خواهید با حامیان مالی خود کار کنید

تا فراهم کننده خدماتی را بیابید که +2SLGBTIQ+ مراقبت های صحتی جنسی شما را تایید می کند.

مراقبت از HIV بخشی از مراقبت های صحتی با تمویل دولتی است. بسته به شهر یا ولایتی که در آن هستید، یافتن یک داکتر مجرب در مراقبت

از HIV که IFHP را نیز می گیرد، ممکن است زمان ببرد.

مراقبت های تایید جنسیت، مانند هورمون معالجوی یا جراحی، بخشی از مراقبت های صحتی با تمویل دولتی است، اما دسترسی به داکتری که بتواند مراقبت های تایید جنسیت را ارائه کند، می تواند دشوار باشد. بسته به موقعیت مکانی شما، ممکن مجبور باشید منتظر بمانید یا به شهر دیگری سفر کنید و زمان انتظار برای جراحی ها می تواند طولانی باشد. حامیان مالی شما می توانند به شما کمک کنند تا در مورد گزینه های مراقبت تایید کننده جنسیت موجود در شهر و ولایت خود بیاموزید، و در برخی شهرها، سازمان ها می توانند به شما در هدایت سیستم مراقبت های صحتی کمک کنند.

مراقبت های روانی هنوز به صورت کامل از هزینه دولتی تامین نمی شود. IFHP از فراهم کنندگان مراقبت های صحتی روانی مانند متخصصین روانی، مشاورین، مددکاران اجتماعی یا روانشناسان را پوشش می دهد. با این حال، یافتن فراهم کننده ای که IFHP را می پذیرد و افراد +2SLGBTIQ را تایید می کند، می تواند چالش برانگیز باشد. شفاخانه ها می توانند مراقبت های عاجل را برای هر کسی که در معرض خطر بحران شدید صحت روانی هستند، مانند کسانی که در معرض خطر خودکشی اند، ارائه کند.

مراقبت های بینایی و مراقبت های دندان نیز به صورت کامل از هزینه دولتی تامین نمی شود. IFHP فقط یک معاینه اولیه چشم و مراقبت های فوری دندان را پوشش می دهد. عینک، تماس، و مراقبت های دندان غیر عاجل پوشش داده نمی شود. حامیان مالی شما می توانند به شما در دسترسی به خدمات مراقبت دندان کم هزینه در شهرتان کمک کنند.

FROM
BORDERS TO
BELONGING

ما امیدواریم که این به شما کمک کند به مراقبت خوب دسترسی داشته باشید و صحت خود را در کانادا حفظ کنید.