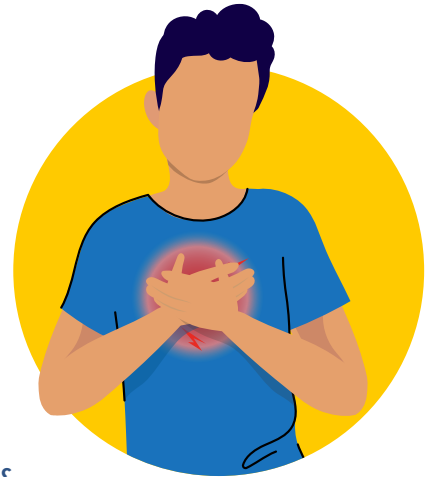


# နာတာရှည်ကိုဗစ်ရောဂါအတွက် ပံ့ပိုးကူညီပေးနေသည့်နေရာများ

၄/၂၀၂၃ တွင် ပြင်ဆင်ခဲ့သည်

နာတာရှည်ကိုဗစ်ရောဂါဆိုသည်မှာ ကိုဗစ်-၁၉ ကူးစက်ခံရပြီးနောက်ပိုင်း ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်သည့် အခြေအနေတစ်ရပ် ဖြစ်သည်။ ရောဂါလက္ခဏာအမျိုးမျိုး ဖြစ်တတ်ပြီး သင့်ခန္ဓာကိုယ်၏ မည်သည့်အစိတ်အပိုင်းကိုမဆို ထိခိုက်စေနိုင် ကာ အပျော့စားမှ ပြင်းထန်အခြေအနေအထိ ဖြစ်တတ်သည်။ ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါခံစားရသူအများစုသည် သတင်းပတ် အနည်းငယ်အတွင်း လုံးလုံးလျားလျားနာလန်ပြန်ထူလာကြသော်လည်း အချို့ကမူ နာတာရှည်ကိုဗစ်ရောဂါကို ခံစားရကာ ရောဂါ၏ သက်ရောက်မှုများကို လပေါင်းများစွာ သို့မဟုတ် နှစ်ပေါင်းများစွာကြာအောင် ခံစားကြရသည်။



သင်သည် နာတာရှည်ကိုဗစ်ရောဂါကို ခံစားနေရခြင်းဖြစ်နိုင်သည်ဟု ထင်ပါက ဆရာဝန် သို့မဟုတ် ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုပေးသူနှင့် ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ပါ။ ယခုလောလောဆယ် နာတာရှည်ကိုဗစ်ရောဂါအတွက် ကုသစရာဆေးမရှိ သော်လည်း ရောဂါလက္ခဏာများကို သင် စီမံခန့်ခွဲနိုင်အောင် ဆရာဝန်တစ်ဦးက ကူညီပေးနိုင်ပါသည်။

## နာတာရှည်ကိုဗစ်ရောဂါအတွက် ပံ့ပိုးကူညီမှုအစီအစဉ်များရှိသည့် Utah ပြည်နယ် ဆေးခန်းများ

### Utah တက္ကသိုလ်

#### နာတာရှည်ကိုဗစ်ရောဂါ Hauler ဆေးခန်း

လူကိုယ်တိုင်ပြသခြင်းနှင့် တယ်လီဖုန်းမှတစ်ဆင့် ကုသ၊ ဆွေးနွေး၊ အကြံပေးခြင်း ရွေးချယ်စရာများ။  
**(801) 213-0884**

ဤဝန်ဆောင်မှုများအတွက် ဆရာဝန်တစ်ဦးထံမှ လွှဲစာကို လိုအပ်ပါသည်။ 801-213-0884 သို့ ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ သို့မဟုတ် ဆရာဝန်လွှဲစာကို 801-213-1147 သို့ ဖက်စ်ပို့ပါ။

<https://healthcare.utah.edu/locations/covid-19-clinic>

### Intermountain Health

#### Long COVID Navigation System

လူကိုယ်တိုင်လာရောက်ပြသမှုများ။ မည်သည့်လွှဲစာ ကိုမျှ မလိုအပ်ပါ။  
**801-408-5888**

ဤဝန်ဆောင်မှုများအတွက် ဆရာဝန်တစ်ဦးထံမှ လွှဲစာကို လိုအပ်ပါသည်။ 801-408-5888 သို့ ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ သို့မဟုတ် ဆရာဝန်လွှဲစာကို 801-297-1639 သို့ ဖက်စ်ပို့ပါ။

<https://intermountainhealthcare.org/primary-childrens/programs-specialties/long-covid/>

### Intermountain Pediatric

#### Long COVID Navigation Clinic

လူကိုယ်တိုင်ပြသခြင်းနှင့် တယ်လီဖုန်းမှတစ်ဆင့် ကုသ၊ ဆွေးနွေး၊ အကြံပေးခြင်း ရွေးချယ်စရာများ။  
**801-662-1639** (ပင်မရုံးခန်း)

ဤဝန်ဆောင်မှုများအတွက် ဆရာဝန်တစ်ဦးထံမှ လွှဲစာ ကို လိုအပ်ပါသည်။ 801-662-1610 သို့ ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ သို့မဟုတ် ဆရာဝန်လွှဲစာကို 801-297-1639 သို့ ဖက်စ်ပို့ပါ။

<https://intermountainhealthcare.org/primary-childrens/programs-specialties/long-covid/>

### Bateman Horne Center

မည်သည့်လွှဲစာကိုမျှ မလိုအပ်ပါ။ လျှောက်ထားနိုင်သည့် နေရာများမှာ  
<https://batemanhornecenter.org/clinical-care/>  
<https://batemanhornecenter.org/education/long-covid/>

### Northern Utah

#### ပြန်လည်ထူထောင်ရေးဆေးရုံ

**(801) 475-2102**

ဤဝန်ဆောင်မှုများအတွက် ဆရာဝန်တစ်ဦးထံမှ လွှဲစာကို လိုအပ်ပါသည်။ ဆရာဝန်လွှဲစာကို-

(801) 475-2294 သို့ ဖက်စ်ပို့ပါ။

<https://nurh.ernesthealth.com/>

သတိပြုရမည့်မှာ ဤဆေးခန်းများတွင် ပံ့ပိုးပေးသော ကုသမှုအတွက် သင်၏ကျန်းမာရေးအာမခံက ကုန်ကျခံပေးခြင်း ရှိနိုင်သလို ကုန်ကျခံမပေးခြင်းလည်း ရှိကောင်းရှိနိုင်ပါသည်။ သင် မျှော်လင့်ထားရမည့်အရာများကို သိရှိရန်အတွက် ကုသမှုမခံယူမီ ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသော ကုန်ကျစရိတ်များနှင့် ပတ်သက်၍ သင့်အာမခံကုမ္ပဏီကို မေးမြန်းပါ။

## ပံ့ပိုးကူညီရေးအဖွဲ့များ

နာတာရှည်ကိုဗစ်ရောဂါခံစားရသူများသည် ပူပန်စိတ်များခြင်း၊ စိုးရိမ်သောကများခြင်းနှင့် စိတ်ဓာတ်ကျခြင်းတို့ ခံစားရနိုင်သည်။ ပံ့ပိုးသူနေရာမှ သို့မဟုတ် စောင့်ရှောက်ပေးသူနေရာမှ လုပ်ကိုင်နေခြင်းပင်လျှင် စိန်ခေါ်မှုတစ်ရပ်ဖြစ်နိုင်သည်။ အလားတူအတွေ့အကြုံမျိုး ခံစားရသူအချင်းချင်း အကူအညီပေးလျက်ရှိသော Utah ပြည်နယ်အခြေပြု အဖွဲ့များရှိပါသည်။

**Bateman Horne Center** တွင် နာတာရှည်ကိုဗစ်ရောဂါ ခံစားနေရသူများ၊ ရောဂါရှင်များကို ကူညီပေးနေသူများနှင့် ချစ်ခင်ရသူများအတွက် ပံ့ပိုးကူညီရေးအဖွဲ့ရှိသည်။ ထိုအဖွဲ့တွင် ပါဝင်ရန် သင်သည် BHC ရှိ လူနာတစ်ဦးဖြစ်ရန် မလိုပါ။ <https://batemanhornecenter.org/events/> တွင် စာရင်းသွင်းရန် လင့်ခ်များပါရှိသော အပ်ဒိတ်ပြက္ခဒိန်ကို ရှာပါ။

**Utah တက္ကသိုလ် ပြုစုစောင့်ရှောက်ရေးကောလိပ် (University of Utah College of Nursing)** သည် မတူညီသော ဖေးမကူညီရေး အဖွဲ့ 2 ဖွဲ့ကို ပံ့ပိုးထားပါသည်။ ပြန်လည်ထူထောင်မှု ဖေးမကူညီရေးအဖွဲ့သည် နာတာရှည်ကိုဗစ်ရောဂါကို ခံစားနေရခြင်းကြောင့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အခက်အခဲများ ကြုံတွေ့နေရသူများကို ကူညီပေးရန်ဖြစ်သည်။ ပူဆွေးဝမ်းနည်းနေသူများအား ဖေးမကူညီရေးအဖွဲ့သည် ကိုဗစ်-၁၉ ကြောင့် ချစ်ခင်ရသူ ဆုံးရှုံးသွားသောသူများကို အားပေးကူညီသည်။ စာရင်းသွင်းရန် 801-585-9522 သို့ ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ (သို့) <https://nursing.utah.edu/caring-connections> သို့ ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ။

## မသန်စွမ်းမှုတစ်ခုအဖြစ် နာတာရှည်ကိုဗစ်ရောဂါ

နာတာရှည်ကိုဗစ်ရောဂါကို အလွန်ခံစားနေရသဖြင့် ဘဝလုပ်ငန်းဆောင်တာ တစ်ခုနှင့်အထက်ကို သိသိသာသာ မလုပ်ဆောင်နိုင်ဖြစ်နေပါက ၎င်းကို မသန်စွမ်း အမေရိကန်လူမျိုးများ ဥပဒေ (Americans with Disabilities Act, ADA) လမ်းညွှန်ချက်များအရ မသန်စွမ်းမှုအဖြစ် ခွဲခြားသတ်မှတ်နိုင်ပါသည်။

- အမေရိကန်ပြည်ထောင်စု ကျန်းမာရေးနှင့်ပြည်သူ့ဝန်ဆောင်မှုများဌာန (U.S. Department of Health and Human Services) ၏ ADA အောက်ရှိ မသန်စွမ်းမှုအဖြစ် အကျုံးဝင်သော "နာတာရှည်ကိုဗစ်ရောဂါ" ဆိုင်ရာ လမ်းညွှန်ချက် <https://www.hhs.gov/civil-rights/for-providers/civil-rights-covid19/guidance-long-covid-disability/index.html>
- Utah မသန်စွမ်းမှု ဥပဒေရေးရာစင်တာ (Utah Disability Law Center) (800) 662-9080 သို့မဟုတ် <https://disabilitylawcenter.org/>

သင်သည် Medicaid သို့မဟုတ် လူမှုဖူလုံရေး မသန်စွမ်းအာမခံကဲ့သို့ အကျိုးခံစားခွင့်များအတွက် သတ်မှတ်ချက်ပြည့်မီနိုင်ပါသည်။ <https://www.ssa.gov/benefits/disability/> တွင် ပိုမိုလေ့လာပါ (သို့) ဤအကျိုးခံစားခွင့်များအတွက် လျှောက်ထားသူများကို ကူညီပေးသည့် အောက်ဖော်ပြပါ အေဂျင်စီတစ်ခုကို ဆက်သွယ်ပါ-

- Ability 1st Utah 801-373-5044 သို့မဟုတ် <https://ability1stutah.org/contact-us/>
- Utah လုပ်သားဝန်ဆောင်မှုများဌာန (Utah Department of Workforce Services) <https://jobs.utah.gov/usor/dds/index.html>
- Utah ဥပဒေရေးရာ ဝန်ဆောင်မှုများ (Utah Legal Services) <https://www.utahlegalservices.org/>

ပိုမိုလေ့လာရန်- <https://coronavirus.utah.gov/covid19-long-haulers/>