



Gid Swen Sante Pou Refijye Eta Florid

Depatman Sante Eta Florid, Divizyon Kontwòl Maladi
Biwo Tibèkiloz ak Sante Refijye
Pwogram Sante pou Refijye

Avan-Pwopo

Nou kontan resevwa ou Ozetazini ak nan Eta Florid.

Depatman Sante Eta Florid te devlope gid sa a pou ede ou konprann ak resevwa sèvis nan sistèm swen sante Eta Florid. Swen Sante nan Eta Florid kapab diferan ak swen sante nan peyi natifnatal ou.

Gid sa a genyen ladan enfòmasyon jeneral sou sèvis ki disponib pou ou ak pou fanmi ou, yon rezime sèvis swen sante ki garanti anba Pwogram Sante Refijye Eta Florid, ak yon deskripsyon kondisyon ki itilize nan sistèm swen sante a.

Pwogram Sante Refijye Eta Florid (RHP) se yon lidè nan ofri sèvis sante ki respekte kilti pou tout refijye k ap chèche yon lavi miyò nan Lamerik. Objektif prensipal Pwogram Sante Refijye se pou pwoteje

sante moun k ap viv nan Eta Florid. Pou fè sa, pwogram nan revize istwa medikal refijye a, epitou li ofri tè depistaj ak iminizasyon.

Pwogram Sante Refijye ofri yon evalyasyon sante ak sèvis iminizasyon pou: refijye, moun ki pran azil, Kiben/Ayisyen ki aplike pou azil politik, patisipan Kiben/Ayisyen (ak moun yo bay libète sou pawòl), Ameriken-Azyatik, timoun minè refijye ki pa akonpaye, imigran espesyal afgan ak irakyen, ak sèten moun ki viktim fòm trafik moun ki grav.

Si ou genyen enkyetid oswa kesyon, ou ta dwe kontakte departman sante konte kote w ap viv la. Ou kapab kontakte Pwogram Sante Refijye Eta Florid tou, Depatman Sante Eta Florid nan nimewo 1.850.245.4350 oswa ale sou sit wèb nou nan floridashealth.com oswa nan doh.state.fl.us/disease_ctrl/refugee/.

Sa ki nan Gid la

Seksyon 1:

Premye Evalyasyon Medikal	1
Aktivite Premye Tès Depistaj Medikal	3
Egzamen Fizik	3
Revizyon Iminizasyon ak Mizajou Ladan.....	3
Echantiyon San	3
Echantiyon Poupou (lè ou al nan twalèt).....	3
Tès Depistaj pou Tibèkiloz.....	3
Tès Depistaj pou Enfeksyon moun Trape nan Relasyon Seksyèl	4
Tès Depistaj pou Eyozinofili.....	4
Tès Depistaj pou Malaria	4
Tès Depistaj pou Vyolans nan Kay	4
Trafik Moun.....	6
Tès Depistaj pou Sante Mantal	7

Seksyon 2:

Lèt Sèvis Swen Sante nan Eta Florid	8
Depatman Sante Konte.....	8
Klinik Kominotè oswa Sant Sante Katye.....	9
Doktè Prive	9
Lopital yo.....	9
Ijans ak Swen Ijan	9
Sant Kontwòl Pwazon	11

Seksyon 3:

Asirans Sante	11
Asirans Sante ki Ede Piblik la	12
Lèt Chwa Asirans Sante.....	12

Seksyon 4:

Sante Prevantif.....	13
Tansyon.....	13
Kolestewòl	14
Dyabèt	14
Enfeksyon/Maladi Moun Trape nan Relasyon Seksyèl	14
Iminizasyon pou Adilt ak Timoun	14
Tès Depistaj Sante ki Enpòtan pou Fanm yo.....	15
Tès Depistaj Sante ki Enpòtan pou Gason yo	15
Swen Dantè	16
Swen Zye.....	16
Ijyèn Pèsonèl.....	16
Ijyèn Alimantè.....	17
Fason pou Kwit Manje san Pwoblèm	18
Fason pou Estoke Manje Kòrèkteman.....	19
Fason pou Antreteni yon Kay Pwòp	20
Abitid ki Bon pou Sante	22
Aktivite Fizik	22
Yon Rejim Alimantè ki Bon pou Sante	23

Seksyon 5:**Maladi Moun Ka Transmèt Ba Lòt Moun (Kontajye).....23**

Tibèkiloz.....	23
Epatit B ak C.....	24
Parazit Entestinal ak Bakteri ki pa bon pou Sante	24
Enfeksyon Moun Trape nan Relasyon Seksyèl	25
Viris Imino-defisyans Imen	25

Seksyon 6:**Maladi Kwonik26**

Dyabèt	26
Ipè-Tansyon	26
Anjin	27
Opresyon	27

Seksyon 7:**Entèprèt nan domèn Swen Sante.....27****Seksyon 8:****Dwa ak Responsablite Ou29****Seksyon 9:****Kat Jeyografik Konte Eta Florid31****Seksyon 10:****Enfòmasyon pou Kontakte Depatman****Sante Konte Eta Florid.....31****Resous36**

Premye Evalyasyon Medikal

Premye kontak ou avèk sistèm swen sante Etazini ap pètèt nan premye tès depistaj sante ou ki fèt nan depatman sante konte a (CHD). Nan Eta Florid, esponsò ou, yon manm fanmi ou oswa yon ajans volontè (VOLAG) ap ede ou pran yon randevou nan CHD a pou tès depistaj medikal ou.

Tès depistaj medikal ou ap genyen ladan yon egzamen medikal ki ofri nan CHD zòn ou. Tès depistaj sa a ta dwe fèt nan 30 premye jou ki vini apre lè ou antre Ozetazini, kidonk li trè enpòtan pou ou pran randevou ou san pèdi tan. Si ou resevwa evalyasyon sante ou nan 90 jou ki vini apre dat ou rive Ozetazini (oswa apre dat yo te akòde ou azil la), y ap fè tès depistaj la gratis pou ou.

Objektif tès depistaj medikal la se pou evalye sante ou, idantifye kondisyon sante ou, ba ou rekòmandasyon ba founisè swen sante si li nesèsè pou swiv tretman, epitou anpeche ou gaye nenpòt maladi moun ka transmèt ba lòt moun. Tès depistaj medikal sa a ap diferan ak nenpòt egzamen ou te kapab fè aletranje.

Tès depistaj sa a ap genyen ladan yon egzamen fizik, tès laboratwa, ak yon revizyon istwa medikal ou ak dosye iminizasyon (vaksen) ou. Y ap mande ou pou bay echantiyon san ak pipi pandan ou nan biwo a. Y ap ba ou tou yon twous ki genyen enstriksyon, epitou y ap mande ou pou yo pran echantiyon nan pou pou ou (lè ou ale nan twalèt) lakay ou.



Y ap teste echantiyon sa yo pou detekte maladi tankou epatit, anemi ak parazit. Y ap fè pou ou yon tès po avèk tibèkilin, epitou y ap ba ou nenpòt vaksen ou bezwen. Y ap teste timoun yo pou verifye si genyen plon nan san yo. Liv sa a ap dekri diferan kalite tès y ap fè pou ou nan tès depistaj medikal ou.

Piki yo (ki rele vaksen oswa iminizasyon tou) ede kontwole anpil maladi enfektye ki abitye komen nan peyi sa a, tankou polyo, lawoujòl, differi, koklich, ribeyòl, malmouton, tetanòs, ak *Haemophilus influenza* tip b. Dènye vaksen yo obligatwa pou ajiste sityasyon imigrasyon ou an rezidan pèmanan legal.



Si yo jwenn yon pwoblèm pandan depistaj medikal ou, y ap fè ou konnen sa a epitou y ap ba ou rekòmandasyon pou jwenn lòt sèvis sante. Li TRÈ enpòtan pou w chèche swen medikal ki apwopriye pou pwoblèm sa yo. Si ou genyen Asistans Medikal pou Refijye (RMA) oswa Medicaid, sa vle di yo deja peye pou swen sante ou, epitou ou ta dwe itilize sèvis sa yo pandan yo disponib pou ou.

W ap bezwen pote dokiman sa yo nan randevou pou premye evalyasyon sante ou:

- ◆ Dosye medikal ak radyografi ki fèt aletranje (si ou genyen yo)
- ◆ Dosye iminizasyon (si ou genyen yo)
- ◆ Lòt dosye medikal oswa enfòmasyon sou sante ou
- ◆ Nenpòt medikaman w ap pran nan moman an
- ◆ Kat I-94 oswa lòt dokiman imigrasyon ki montre sityasyon imigrasyon ak dat ou te rive, oswa dat azil ou
- ◆ Kat Medicaid ak kat Sekirite Sosyal (si ou genyen yo)
- ◆ Yon kat ki idantifikasyon ki genyen foto ou

Aktivite Premye Tès Depistaj Medikal

Sa ki endike anba la a se sa ou ka espere nan depistaj medikal la:

Egzamen Fizik

- ◆ Revize dosye medikal ou ak diskite sou istwa medikal ou
- ◆ Mezire wotè ak pwa ou
- ◆ Koute poumon ak kè ou
- ◆ Egzamine zye, zòrèy, nen ak gòj ou
- ◆ Egzamine dan ak jansiv ou
- ◆ Tcheke abdomèn/vant/lestomak ou
- ◆ Mezire tansyon ou
- ◆ Teste vizyon ak odisyon ou

Revizyon Iminizasyon/Vaksen ak Mizajou Ladan yo

- ◆ Revize piki (vaksen) ou te pran anvan yo
- ◆ Poze ou kesyon sou maladi ou te genyen yo

- ◆ Egzamen fizik pou jwenn sikatris varisèl
- ◆ Ba ou piki, si li nesèsè

Echantiyon San

- ◆ Y ap pran yon ti echantiyon san pou teste pou detekte plon (pou timoun yo), epatit B, epatit C, ak malarya



Echantiyon Poupou (lè ou al nan twalèt)

- ◆ Y ap ba ou yon twous epi y ap mande ou pou pote de (2) oswa twa (3) echantiyon poupou ou (lè ou ale nan twalèt) epi y ap mande ou pou pote yo retounen nan departman sante konte a. Y ap itilize echantiyon sa yo pou teste pou bakteri ak parazit ki pa bon pou sante ou.

Tès Depistaj pou Tibèkiloz (TB)

- ◆ Fè yon tès po ou pou tibèkiloz
- ◆ Y ap fè yon radyografi pwatrin ou **si**:
 - ✓ Tès po ou pozitif oswa

- ✓ Ou te genyen yon maladi tibèkiloz Klas A oswa B (nan egzamen ou te fè aletranje) oswa
- ✓ Ou genyen sentòm tibèkiloz

Tès Depistaj pou Enfeksyon moun Trape nan Relasyon Seksyèl (STI)

Y ap poze ou kesyon tankou si oumenm oswa patnè ou te nan sèks avèk plis pase yon moun oswa si ou genyen sentòm STI yo. Selon repons ou bay yo, founisè swen sante a kapab rekòmande pou fè tès pou STI yo tankou; enfeksyon viris imen imino-defisyans (VIH), sifilis, blenoraji, klamidya, ak enfeksyon viral. Pou tès pou STI yo, y ap oblije fè yon tès san epi/oswa y ap pran fliyid/sipirasyon kò ou.

Tès Depistaj pou Eyozinofili

Eyozinofili se yon kalite globil blan ki pwodui nan mwèl zo epi yo jwenn li nòmalmman nan san. Eyozinofili genyen pwoteyin ki ede kò a goumen kont enfeksyon parazit, tankou vè. Eyozinofili se yon kondisyon kote yo jwenn yon gwo kantite eyozinofili nan san an oswa nan tisi kò a. Si ou genyen sentòm

eyozinofili, enfimyè a kapab pran yon echantiyon san ou pou fè yon dyagnostik.

Tès Depistaj pou Malaria

Yo ta dwe fè tès san sa a si ou t ap viv nan yon zòn kote malarya prezan, kote ou te ekspoze nan moustik, epitou si ou te devlope sentòm grip (lafyè, frison, ak transpirasyon).

Si founisè swen sante ou panse ou kapab genyen malarya, men premye tès san negatif, ou ta dwe fè tès la ankò, chak 8 a 12 èdtan pandan 36 èdtan.

Tès Depistaj pou Vyolans nan Kay

Vyolans nan kay se lè yon mari/madanm, yon patnè oswa yon manm fanmi frape oswa menase pou frape ou. Se yon bagay ki mache avèk lalwa Ozetazini. Yo kapab poze ou kesyon sou vyolans nan kay tankou:

- ◆ Èske yon moun menase pou frape ou oswa pou blese ou?
- ◆ Èske yon moun fòse ou fè sèks ak li lè ou pa vle?

- ◆ Èske yon moun anpeche ou ale konsilte yon founisè swen sante?
- ◆ Èske yon moun kontwole lajan ou?
- ◆ Èske yon moun pa kite ou sòti lakay ou oswa anpeche ou wè zanmi ouswa fanmi ou?
- ◆ Èske yon moun te pran dokiman imigrasyon ou epi li refize ba ou yo?
- ◆ Èske yon moun pale lèd avèk ou? Ba ou non oswa menase ou?



Yo kapab poze timoun ou yo kesyon konsènan abi ak neglijan. Yo kapab poze yo kesyon konsènan:

- ◆ Grafouyen oswa siy agresyon seksyèl
- ◆ Malnitrisyon
- ◆ Mank swen medikal oswa edikasyon

Yo kapab poze manm fanmi ou ki se granmoun aje kesyon konsènan abi ak neglijan. Yo kapab poze yo

kesyon konsènan:

- ◆ Grafouyen oswa siy agresyon seksyèl
- ◆ Abi mantal tankou menas vèbal, rele non, oswa izòlman
- ◆ Pran lajan san pèmisyon
- ◆ Malnitrisyon
- ◆ Mank swen medikal oswa swen pèsònèl

Si ou genyen nenpòt nan pwoblèm sa yo, fè founisè swen medikal ou konnen pou li kapab ede ou.

Si oumenm oswa yon moun ou konnen an danje, rele 911 pou èd annijans. Si ou pa nan danje imedyat men ou vle pale avèk yon moun konsènan sityasyon ou, ou ta dwe rele Liy Enfòmasyon Nasyonal pou Vyolans nan Kay (1.800.799.7233) oswa liy enfòmasyon gratis Eta Florid pou vyolans nan kay (1.800.500.1119).

Ozetazini, nou genyen règ tou konsènan disiplin timoun ki akseptab, epitou w ap bezwen vin abitye avèk pratik sa yo pou aprann kijan ou ta dwe bay pitit ou yo disiplin.

Trafik Moun

Yon pwoblèm ki trè grav nan monn lan jodi a se trafik moun. Trafik moun se yon komès ilegal kreyati imen pou eksplwatasyon seksyèl komèsyal oswa pou travay fòse. Sa gen pou wè tou ak yon fòm esklavaj epitou li se youn nan aktivite kriminel ki devlope pi rapid nan monn lan. Viktim trafik moun yo se kapab jenn timoun, adolesan, gason, oswa fanm tout laj, tout peyi, ak tout koulè. Timoun ki poko genyen laj 18 tan nan pi gwo risk.

Genyen anpil fason trafikman yo kreye laperèz sou viktim yo pou mete yo nan esklavaj. Kèk trafikman mete yo viktim yo yon kote ki fèm ak kle. Men, trafikman yo itilize souvan mwens fòm kontwòl evidan tankou:

- ◆ Izòlman ak piblik la – limite kontak avèk moun deyò epi asire tout kontak fèt sou kontwòl oswa tout kontak fèt yon fason ki minimal
- ◆ Izòlman ak manm fanmi ak manm kominote etnik oswa relijye
- ◆ Pran paspò, viza ak/oswa dokiman idantifikasyon
- ◆ Itilize oswa menase vyolans kont viktim yo ak/

oswa fanmi viktim yo

- ◆ Fè viktim yo konnen y ap mete yo nan prizon oswa y ap depòte yo pou vyolasyon imigrasyon si yo kontakte otorite yo
- ◆ Kontwòl lajan viktim yo, tankou, kenbe lajan yo pou “pwoteksyon”

Yo kapab poze ou kesyon pou asire ou pa epi ou p ap vin yon viktim trafik moun:

- ◆ Èske ou kapab kite djòb ou oswa sitiyasyon ou si ou vle?
- ◆ Èske ou kapab vini epi ale jan ou vle?
- ◆ Èske ou jwenn menas si w ap eseye ale?
- ◆ Èske yon moun frape ou fizikman nan nenpòt fason?
- ◆ Nan ki kondisyon w ap travay oswa w ap viv?
- ◆ Ki kote ou dòmi ak manje?
- ◆ Èske ou dòmi sou yon kabann, sou yon kabann kan oswa atè?
- ◆ Èske ou te janm pa jwenn manje, dlo, dòmi oswa swen medikal?

- ◆ Èske ou dwe mande pèmisyon pou manje, pou dòmi oswa pou ale nan twalèt?
- ◆ Èske genyen seri nan pòt ak fenèt ou pou ou pa kapab sòti deyò?
- ◆ Èske genyen moun ki te menase fanmi ou?
- ◆ Èske yo retire idantifikasyon oswa dokiman ou nan men ou?
- ◆ Èske yon moun fòse ou fè yon bagay ou pa vle fè?

Si ou panse ou se yon viktim trafik moun oswa si ou konnen yon viktim trafik moun, rele **Sant Resous Nasyonal pou Trafik Moun nan nimewo 1.888.373.7888.**

Tès Depistaj pou Sante Mantal

Vin viv nan yon nouvo peyi se yon bagay ki bay estrès. Lè ou kite moun yo, peyi ou, pèdi byen ou, tradisyon ou, sityasyon ou ak travay ou se yon bagay ki bay estrès, sitou pou moun ki pa pale lang Angle. Tout moun genyen estrès nan fason ki diferan. Kèk sansasyon w ap genyen nan kòmansman prale apre yon sèten tan; men si yo pa ale, ou ta dwe diskite

sou sansasyon sa yo avèk founisè swen sante ou. Ou ta kapab genyen pwoblèm pou fonksyone nan yon nouvo kilti, mennen yon mòdvi nan yon nouvo kay, twomatis, koupab pou siviv, pèt, chagren, ak depresyon. Reyaksyon sa yo se reyaksyon ki nòmal nan sityasyon difisil ou kapab te genyen. Sèvis yo disponib pou ede ou fè fas avèk yo pi byen.



Founisè swen sante ou kapab poze ou kesyon pou evalye sante mantal ou epitou pou detèmine si ou bezwen swen medikal. Men kèk egzanp kesyon yo kapab poze ou:

- ◆ Èske ou genyen pwoblèm pou dòmi oswa pou manje?
- ◆ Èske ou tris toutan?
- ◆ Èske ou kriye anpil?
- ◆ Èske ou enève toutan?

- ◆ Èske ou fwistre ak fasil pou ankòlè?
- ◆ Èske ou fè kochma?
- ◆ Èske ou gen pwoblèm pou sonje bagay ak pou konsantrè?
- ◆ Èske ou gen doule kò fèmèl/doule nan kò?
- ◆ Èske ou fatigue toutan?

Ou kapab pa genyen sentòm sa yo okòmansman, men si ou reponn wi pou pifò nan kesyon sa yo nan kèk pwèn, ou ta dwe pale avèk founisè swen medikal ou. L ap anmezi pou ede ou jwenn swen medikal pou oumenm ak pou fanmi ou. Ou pa ta dwe santi ou anbarase oswa wont si ou bezwen èd. Emosyon sa yo se emosyon nòmèl kèk moun genyen, epi li pi bon pou mande èd pou yo.

Ou kapab mande pou wè yon founisè swen sante mantal ki pale menm lang ak ou oswa youn ki kapab ba ou yon entèprèt.

Tankou yon pwoblèm fizik, pwoblèm sante mantal yo kapab soulaje ak diminye si ou chèche èd ki konvnan ak apwopriye.

Se plizyè doktè diferan ki kapab fè tout tès depistaj sa yo, ak ba ou swen medikal swivi nan diferan kote.

Divès Kalite Sèvis Swen Sante nan Eta Florid

Depatman Sante Konte

Jan sa endike nan premye chapit la, departman sante konte (CHD) yo ofri pifò sèvis sante piblik pou Floridyen yo. Pami sèvis sa yo, genyen sèvis depistaj medikal, iminizasyon (vaksinasyon oswa piki), epi tès ak tretman pou maladi moun ka transmèt ba lòt moun (kontajye).

Pifò sèvis yo ofri nan CHD se sèvis ki gratis oswa yo kapab fè ou peye yon ti frè selon revni ou.

Yon sèvis enpòtan CHD ofri se iminizasyon pou timoun ki anwole nan lekòl. Tout timoun ki anwole nan sistèm lekòl leta dwe bay dosye iminizasyon yo nan moman enskripsyon yo. Anvan ou anwole pitit ou yo, tcheke avèk CHD zòn ou konsènan iminizasyon pou timoun ou yo.

Klinik Kominotè oswa Sant Sante Katye

Nan zòn kote w ap viv la, genyen diferan klinik kominotè oswa sant sante katye disponib ki ofri divès kalite sèvis. Pifò aksepte Medicaid epi pou moun ki pa genyen asirans sante, peman an baze sou revni moun k ap viv nan kay la.

Doktè Prive

Se yon moun ki gen lisans pou pratike lamedsin. Yo kapab travay poukont yo, kòm pati yon klinik prive, oswa angwoup avèk lòt doktè. Pifò reklame peman nan jou ou resevwa sèvis yo. Ou kapab peye avèk yon plan asirans, avèk lajan kach, oswa avèk yon kat kredi. Li enpòtan pou konnen kalite plan asirans yon doktè ap aksepte anvan ou ale nan randevou ou.

Lopital yo

Pifò kominote ki nan Eta Florid genyen lopital disponib moun itilize sitou lè yo bezwen fè operasyon oswa lè yo genyen blezi ki grav. Yo kapab voye ou nan lopital la pou pwoblèm oswa tès espesyal.

Anjeneral, tibebe yo fèt nan lopital yo. Y ap mande ou pou montre prèv asirans sante ou oswa pou eksplike kijan plan ou ap peye pou sèvis yo.

Ijans ak Swen Ijan

Yo ofri pifò sèvis swen sante pou ijans ak sèvis swen sante ijan nan lopital ki nan zòn ou yo. Sèvis **swen sante pou ijans** se sèvis ki deziyen pou pwoblèm sante toudenkou, ki menase lavi moun oswa ki ekstrèmman grav epi ki bezwen atansyon imedyat, tankou:

- ◆ Blesi oswa senyman ki grav
- ◆ Doulè nan pwatrin, zèpòl oswa bra avèk sansasyon presyon nan pwatrin ou, souf kout, men frèt ak anpil transpirasyon (pwoblèm sa yo kapab se siy atak kadyak)
- ◆ Pwoblèm pou respire
- ◆ Etoufman lè w ap manje
- ◆ Pèt konesans, oswa endispozisyon



- ◆ Anpwazònman oswa òvèdòz ki sispèk (lè ou pran twòp nan yon medikaman)
- ◆ Tantativ swisid (lè yon moun eseye detwi lavi li)
- ◆ Malkadi oswa kriz
- ◆ Kò ou vin rèd toudenkou oswa ou pa anmezi pou bouje yon bra, oswa yon janm sou yon bò nan kò ou
- ◆ Yon maltèt toudenkou, sitou avèk doulè nan kou oswa chanjman nan konsyans

Nan kalite sitiyasyon sa yo ki endike anwo a, ou kapab resevwa èd medikal ijans depi ou rele 911 nan nenpòt telefòn. Se yon apèl telefonik ki gratis. Lè ou rele 911, w ap bezwen fè operatè ijans lan konnen ou genyen yon pwoblèm medikal ak kote ou ye a. Y ap voye yon anbilans epi pètèt lòt veyikil ijans ba ou san pèdi tan. Pa rakwoche telefòn nan jouk lè operatè 911 nan di ou pou fè sa.

Li enpòtan pou ou sonje anbilans yo ta dwe itilize sèlman lè ou nan yon sitiyasyon ijans epi ou pa genyen lòt mwayen ki pwoteje pou mennen yon moun ki malad oswa ki blese nan lopital. Sèvis

anbilans lan pa yon sèvis ki gratis. Y ap fè ou peye pou trajè a pou ale nan lopital la. Oumenm oswa konpayi asirans ou ap gen pou peye tou pou sèvis yo ba ou nan lopital la.

Swen ijans se pou pwoblèm medikal ki pa menase lavi moun, pwoblèm sa yo grav epi yo bezwen atansyon medikal, tankou:

- ◆ Gwo lafyèv, sitou sou tibebe, jenn timoun ak granmoun aje
- ◆ Vomisman oswa dyare ki pa sispann, sitou sou tibebe, jenn timoun, ak granmoun aje
- ◆ Vomisman oswa touse san
- ◆ Doulè lestomak k ap kontinye oswa ki vin grav
- ◆ Yon maltèt k ap lanse ou avèk vizyon twoub
- ◆ Yon chanjman toudenkou nan vizyon ou, tankou lè ou wè doub
- ◆ Nenpòt pwoblèm sante ki vin pi grav

Lè ou genyen yon pwoblèm medikal ki pa bezwen swen ijans, ou kapab rele founisè premye swen ou pou pran yon randevou. Se doktè ou, enfimyè ou,

oswa klinik ou vizite pou resevwa swen regilye. Se pa founisè swen sante ki nan depatman ijans nan lopital la. Ajans entegrasyon ou kapab anmezi pou ede ou jwenn yon founisè swen sante ki nan zòn ou.

Mwayen ou pou peye pa dwe anpeche ou jwenn swen medikal pou pwoblèm medikal ou yo. Pifò founisè swen ak lopital yo kapab ede ou jwenn yon fason pou peye pou tretman ki nesèsè yo.

Sant Kontwòl Pwazon

Anpil atik ki lakay ou genyen engredyan ki anpwazonnen si ou vale yo. Pami atik sa yo, genyen pwodui netwayaj kay la, detèjan, sibstans chimik, kèk plant, pestisid, sèten medikaman, ak alkòl. Medikaman sou preskripsyon ak medikaman san preskripsyon kapab anpwazonnen tou si ou pa pran yo selon enstriksyon doktè a.

Ou ta dwe kite atik sa yo ak lòt atik pwazon yo lwen timoun yo epitou ou ta dwe estoke lwen ak manje.

Si yon moun ta vale yon pwodui ki gen pwazon, w ap bezwen rele Sant Kontwòl Pwazon touswit nan

nimewo 1.800.222.1222. Lè ou rele, w ap bezwen genyen atik pwazon an avèk ou pou kapab di operatè a sa li ye.

Asirans Sante

Moun k ap viv Ozetazini peye pou pwòp **asirans sante** yo, epitou pafwa li kapab koute anpil lajan, men li trè enpòtan. Asirans sante peye pou depans medikal yo lè ou malad, epitou li diminye kantite lajan ou dwe peye pou swen an. Ou kapab achte li antan yon moun, nan yon gwoup, oswa travay ou kapab ba ou li. Yo peye prim yo (lajan ou peye pou asirans sante) pou ede pwoteje oumenm ak fanmi ou kont gwo depans oswa depans sanzatan pou swen sante.

Lè ou genyen asirans sante, ou gen plis chans pou ale nan klinik doktè a lè ou pa santi ou byen, epi ou genyen yon pi bon chans pou rete an sante. Si li posib, li trè enpòtan pou oumenm ak fanmi ou toujou genyen asirans sante.

Li kapab trè konplike pou jwenn swen sante ak peye pou li. Kèk moun resevwa asistans pou peye pou swen sante alòske lòt yo peye pou pwòp asirans sante yo. Pifò travay ofri asirans sante, men si travay ou pa ofri, ou kapab kalifye pou pwogram asistans piblik k ap ofri ou asirans sante.

Asirans Sante ki Ede Piblik la

Asistans Medikal pou Refijye (RMA) se yon pwogram asirans sante federal ki ofri swen sante pou moun ki kalifye pou benefis refijye pou premye uit (8) mwa yo apati dat yo te rive Ozetazini (oswa pou moun ki jwenn azil, apati dat yo akòde yo azil la).

Medicaid se yon patenarya leta ak federal ki ofri asirans sante gratis oswa pou yon pri ki ba pou moun ki kalifye yo.

Florida Healthy Kids ak **Florida KidCare** se pwogram ki ofri asirans sante gratis oswa asirans sante avèk rabè pou timoun kalifye ki poko gen laj 19 ane.

Medicare se yon pwogram asirans sante federal ki ofri asirans sante gratis oswa asirans sante ki pa koute chè pou moun ki genyen laj 65 ane oswa plis, moun enfim, oswa kèk moun ki souffri ensifizans renal tèminal.

Lòt Chwa Asirans Sante

Nan pifò ka y, genyen de (2) kalite plan asirans sante debaz: swen kontwole ak swen pou dwa sèvis.

1. *Plan swen pou dwa sèvis* ofri ou plis kontwòl nan chwa ou genyen pou swen sante ou, men anjeneral, li koute pi chè pase plan swen kontwole a.
2. *Anjeneral, plan swen kontwole* a ofri ou yon lis founisè swen sante, tankou klinik ak lopital, pou chwazi pami yo. Yon plan swen kontwole kapab youn nan sa ki anba la:

Òganizasyon Antretyen Medikal Komèsyal (HMO) yo se plan swen kontwole ki ofri ou yon lis pwofesyonèl swen sante, epi anjeneral, lis la genyen ladan doktè, dantis, famasyon, terapet, kiwopraktè, ak lopital. Ou gen obligasyon pou chwazi nan lis founisè a. Si ou chwazi pou pran

sèvis yon founisè swen sante ki pa nan lis founisè swen an, ou kapab gen pou peye plis pou sèvis sa yo.

Òganizasyon Founisè Prefere (PPO) se konpayi asirans sante ki fè kontra avèk doktè ak lopital konpayi yo “prefere”. Doktè ak lopital sa yo ki nan rezo a reklame yon frè kontra pou sèvis yo. Anjeneral, asirans sante PPO koute plis pase yon HMO.

Tankou ou kapab remake, genyen anpil chwa pou asirans sante, epi yo kapab bay konfizyon pafwa. Pifò konpayi asirans sante yo ofri nimewo telefòn pou Liy Èd pou ede ou lè ou genyen kesyon.

Pou toujou peye mwens lajan pou swen medikal ak asirans ou, pwochen chapit la diskite sou fason pou rete an sante.

Sante Prevantif

Bon sante vo plis pase trete maladi lè yo rive sou ou. Sa vle di tou ou dwe genyen ak konsève yon gwosè ki bon pou sante ou, manje aliman ki fòtifyan, fè

egzèsis fizik epi rete anfòm, epitou pran mezi pou anpeche ou trape maladi. Lè ou pran kontwòl sante ak byennèt ou sa ba ou pi bon chans pou mennen yon mòdvi an sante.

Pou rete an sante, ou ta dwe fè egzamen/tchekòp regilye avèk founisè swen sante ou. Pa rete tann jouk lè ou malad pou chèche swe medikal. Anpil maladi ak pwoblèm medikal pi fasil pou trete ak geri, si yo detekte yo pi bonè. Kèk moun panse si yo santi yo an sante, pa genyen rezon pou yo al wè yon founisè swen sante, men sa pa toujou vrè. Founisè swen sante yo kapab jwenn detekte premye siy maladi lè yo fè egzamen ak tès depistaj.

Men kèk egzamen ak tès depistaj komen ki enpòtan pou tout adilt yo fè regilyèman:

Tansyon

Ou ta dwe tcheke tansyon ou regilyèman. Si tansyon ou wo, lè ou



bese li sa ap ede pwoteje ou kont maladi kè, estwòk, ak pwoblèm ren. Ipètansyon pa kapab geri, men ou kapab kontwole li lè ou chanje rejim alimantè ou, lè ou pèdi pwa, ak lè ou pran medikaman si li nesèsè.

Kolestewòl

Ou ta dwe tcheke nivo kolestewòl ou omwen chak senkan. Kolestewòl ki wo kapab lakòz maladi kè ak lòt pwoblèm grav. Si kolestewòl ou wo, founisè swen sante ou kapab di ou kijan pou bese li lè ou chanje rejim alimantè ou, lè ou pèdi pwa, ak lè ou pran medikaman.

Dyabèt

Ou ta dwe fè tchèk regilyèman pou maladi dyabèt, sitou si ou twò gwo. Si tès yo montre ou dyabetik, w ap gen pou chanje rejim alimantè ou epì pètèt kòmansè pran medikaman. W ap bezwen wè founisè swen sante ou tou pi souvan pou fè tchèkòp.

Enfeksyon/Maladi Moun Trape nan Relasyon Seksyèl

Si oumenm oswa patnè ou te nan relasyon seksyèl avèk plis pase yon moun, ou ta dwe tcheke pou enfeksyon/maladi ki transmèt nan relasyon seksyèl, tankou viris imino-defisyans imen (VIH), sifilis, blenoraji, klamidyà, ak epatit. Maladi sa yo kapab lakòz pwoblèm sante trè grav si ou pa swiv tretman bonè.

Iminizasyon pou Adilt ak Timoun

Iminizasyon (ki rele vaksinasyon tou) ap pwoteje oumenm ak fanmi ou kont maladi ki kapab fè ou malad anpil oswa ki kapab lakòz lanmò ou. Founisè swen sante ap diskite sou yon kalandriye iminizasyon pou ou ak pou pitit ou (yo) pou asire nou pwoteje nèt kont maladi sa yo.

Prè vaksinasyon obligatwa anvan ou anwole nan lekòl



ak lè w ap aplike pou ajiste sitiyasyon imigrasyon ou an Rezidan Pèmanan Legal. Pran iminizasyon ou touswit pandan ou genyen asirans lan. Si ou rete tann, w ap gen pou peye pou pwòp iminizasyon ou, epitou yo kapab koute ou anpil lajan.

Tès Depistaj Sante ki Enpòtan pou Fanm yo

Oto-egzamen Tete ak Mamogram

Li enpòtan pou fè egzamen tete ou poukont ou cha mwa pou bon sante nan tete. Founisè swen sante ou kapab montre ou kijan pou fè yon egzamen tete ou poukont ou.

Li enpòtan tou pou fè mamogram chak ane pou kapab dekouvri kansè tete oswa timè tete pi bonè. Yon mamogram se yon kalite radyografi ki kapab idantifye timè kansè (yo) nan tete a. Pifò fanm yo fè premye mamogram yo lè yo genyen laj 40 tan.

Yo kapab detekte pifò kansè ak timè nan tete gras ak metòd sa yo, epitou si yo detekte yo bonè, sa kapab fè tretman an gen plis siksè.

Egzamen Pèlvyen ak Fwoti Vajinal

Yon egzamen pèlvyen se yon fason pou founisè swen sante ou egzamine ògàn femèl ou yo ak tcheke pou detekte nenpòt pwoblèm jinekolojik. Anmenmtan, yo fè yon tès fwoti vajinal anjeneral. Yon pwofesyonèl swen sante ap itilize yon zouti espesyal pou kolekte selil ki andedan matris la (zòn vajinal la) pou detekte kansè.

Tès Depistaj Sante ki Enpòtan pou Gason yo

Oto-Egzamen Testikil

Lè yon gason fè egzamen testikil li poukont li sa ap ede li idantifye premye siy kansè. Founisè swen sante ou kapab montre ou kijan pou fè yon senp egzamen poukont ou.

Egzamen ak Depistaj Pwostat

Tout gason ki genyen plis pase 50 tan ap fè tcheke pwostat yo pandan egzamen fizik woutin yo. Objektif tès sa a se pou detekte premye siy kansè. Yo tcheke pwostat la gras ak yon egzamen rektòm nan ak yon tès san.

Swen Dantè

Lè ou kite dan ak jansiv ou pwòp se yon bagay ki trè enpòtan pou sante jeneral ou. Ou kapab anpeche dan ou pouri si ou bwose dan ou twa (3) fwa pa jou ak si ou itilize fil dantè nan dan ou yon fwa pa jou. Timoun ak adilt yo ta dwe fè egzamen/tchekòp dantè regilyèman. Yon ijyenis dantè ap fè radyografi dan ou, netwaye dan ou ak itilize fil dantè nan dan ou, epitou l ap montre ou kijan pou pran swen dan ak jansiv ou. Dantis la ap egzamine bouch ou, jansiv ou ak dan ou pou detekte plak dantè, twou nan dan yo ak jenjivit.



Swen Zye

Ou ta dwe tcheke zye ou nan klinik yon doktè zye ki rele yon optometris oswa yon oftalmolojis. Y ap tcheke vizyon ou pou detèmine si ou bezwen linèt. Pou egzamine zye ou, doktè zye a kapab mete gout nan zye ou pou tcheke kèk kalite maladi zye tankou glokòm, katarak, ak pwoblèm avèk retin ou. Zye

ou kapab vin twoub, epitou zye ou kapab pran kèk èdtan pou retounen vin nòmal apre yo fin fè egzamen zye a. Se yon bagay ki nòmal.

Ijyèn Pèsònèl

Bon ijyèn pèsònèl se premye etap pou yon mòdvi an sante. Lè ou benyen oswa lè ou pran yon douch yon fwa pa jou se yon bagay ki enpòtan pou kite kò ou pwòp. Li enpòtan tou pou netwaye kò ou pou asire po kò ou rete an sante. Lè w ap netwaye kò ou, fwote bra ou, janm ou ak pwatrin ou pou retire po ki mouri ak sèch ak bakteri.

Lè ou itilize deyodoran ak lè ou lave men ou ak rad ou se souvan fason pou toujou pratike yon bon ijyèn pèsònèl. Lè ou pa pratike yon bon ijyèn pèsònèl sa kapab lakòz pwoblèm avèk zanmi ou, patwon ou ak kòlèg travay ou, epitou sa kapab gaye mikwòb sou lòt moun yo. Bon ijyèn pèsònèl trè enpòtan lè ou vle jwenn ak konsève yon djòb.

Lavaj cheve ou omwen chak lòt jou ap fè cheve ou rete pwòp, an sante ak solid. Si ou lave cheve ou twòp l ap vin fèb ak sèk. Bon kondisyon cheve ou ap

pèmèt eleman nitritif ki bon pou sante rete nan cheve ou pou fè li solid.

Lavaj figi ou omwen yon fwa pa jou ap retire salte ou pran nan kontak pandan jounen an. Lè ou kite figi ou toujou pwòp sa ap ede anpeche ou gen pwoblèm rid ak lòt pwoblèm po.

Antretyen zong ou regilyèman ap fè yo rete anfòm epitou sa ap ede ou evite anvè nan zong ou ak enfeksyon anba po zong lan.

Lavaj men ou anvan yon repa enpòtan pou ou kapab genyen men ou pwòp anvan ou manje. *Lavaj men ou apre ou fin itilize twalèt* enpòtan pou ou pa lakòz bakteri gaye nan lòt ògàn kò ou oswa ba lòt moun. Asire ou lave men ou imedyatman apre ou fin itilize twalèt pou pa vin malad. Pa manyen zye ou, nen ou oswa bouch ou jiskaske ou lave men ou. *Lavaj men ou anvan ou prepare manje* trè enpòtan pou asire ou pa gaye bakteri nan manje a, sitou lè w ap manyen vyann volay oswa vyann wouj. Lave men ou avèk dlo savon tyèd pandan omwen 20 segonn anvan ou kòmanse travay avèk manje. Sa ap anpeche bakteri antre nan manje a, epitou sa

ap asire manje ou sennesòf pou sèvi depi li kwit! *Si ou lave men apre ou fin prepare manje* sa ap retire bakteri nan men ou.

Ijyèn Alimantè

Bon ijyèn pèsònèl trè enpòtan. Manipilasyon manje kòrèkteman kapab anpeche anpil maladi gaye. Si ou anpeche bakteri gaye ant yon manje ak yon lòt sa ap anpeche manje a anpwazonnen. Manje a kapab vin anpwazonnen lè vyann kri touche manje ki pare a oswa tonbe sou li, oswa lè planch-a-koupe yo, istansil oswa men ou te touche vyann kri a. Anjeneral, se mikwòb, bakteri, viris ak mwazi ki lakòz manje yo anpwazonnen. Ou kapab evite mikwòb yo gaye si ou pratik yon bon ijyèn alimantè.

Se bakteri ki lakòz anpwazonman manje ki pi grav yo. Senpleman yon ti kantite bakteri sou yon pwodui alimantè ki rete nan frijidè a pandan lannwit kapab pwodui anpil milyon bakteri nan maten, ki ase pou fè ou malad si ou manje yo.

Pou anpeche bakteri gaye:

- ◆ Lave men ou ak zòn zong ou avèk dlo savon tyèd anvan ou manyen manje, ant manipilasyon

manje ki kwit ak manje ki pa kwit, epi apre ou fin ale nan twalèt.

- ◆ Rense men ou byen epi seche men ou avèk sèvyèt pwòp, oswa sèvyèt papye pou jete apre itilizasyon. Men mouye transfere mikwòb plis pase men sèk.
- ◆ Itilize diferan tòchon vesèl pou diferan djòb. Pa janm itilize yon tòchon pou netwaye apre ou fin ou koupe vyann ak pou lave vesèl. Pa janm itilize yon tòchon pou netwaye pwodui ki tonbe sou planche a ak pou lave vesèl.



- ◆ Lave ak dezenfekte anlè kontwa ou avèk dlo tyèd ak detèjan vesèl oswa melanj egal dlo ak klowòks. Ou kapab vle itilize gan kawotchou pou pwoteje men ou kont sibstans chimik yo.
- ◆ Pa manyen manje si ou genyen pwoblèm lestomak tankou dyare ak vomisman, oswa si w ap etènne oswa touse souvan.
- ◆ Kouvri blesi ak maleng ou.
- ◆ Itilize yon planch-a-koupe lè w ap rache oswa tranche manje. Pa janm koupe dirèkteman anlè kontwa a oswa sou planche a.

Fason pou Kwit Manje san Pwoblèm

Si manje a pa kwit nan tanperati kòrèk la, bakteri yo kapab toujou siviv. Ou ta dwe:

- ◆ Swiv resèt la ak enstriksyon ki sou pake a pou kantite tan ak tanperati pou kwit manje a.
- ◆ Asire vyann kochon, sosis, anbègè ak vyann volay byen kwit epitou pou yo pa woz nan mitan. Lè vyann sa yo kwit kòrèkteman, ji ki nan vyann yo

klè. Vyann mouton ak vyann bèf griye ak biffèk kapab gen koulè woz nan mitan, men yo fèt pou mawon nèt sou deyò.

- ◆ Pa kwit manje twò lwen ak kote ou pral sèvi manje a. Kite manje kwit yo kouvri ak cho jiskaske ou sèvi yo.
- ◆ Lè w ap itilize mikwo-onn lan, brase manje a souvan pou asire manje kwit yon fason regilye.
- ◆ Chofe manje a yon sèl fwa epi sèvi li cho.
- ◆ Itilize yon tèmomèt manje pou tcheke si vyann lan kwit nan tanperati kòrèk la.
- ◆ Ze kri kapab genyen bakteri ki kapab danjere pou fanm ansent yo, granmoun aje yo, ak tibebe yo. Pa sèvi ze avèk anpil jòn likid, oswa manje ki genyen ze ki pa kwit ladan yo.

Fason pou Estoke Manje Kòrèkteman

Li trè enpòtan pou konnen kijan pou estoke manje kòrèkteman, paske kèk manje dwe rete nan frijidè a oswa nan frizè a jiskaske yo pare pou kwit. Li trè enpòtan pou manje a estoke yon bon kote ak nan tanperati kòrèk la.

Toujou sonje pou:

- ◆ Kouvri ak mete manje ki dwe rete frèt nan frijidè a.
- ◆ Refwadi manje ki kwit la san pèdi tan epi kouvri ak mete li nan frijidè a.
- ◆ Estoke vyann kri ak vyann volay nan yon resipyan ki fèmen anba frijidè a oswa nan frizè a pou pa kite yo manyen li oswa lage li sou manje ki pare pou manje a.
- ◆ Pa chaje frijidè a twòp – sa kapab lakòz lè frèt la sispann sikile.

- ◆ Toujou tcheke etikèt yo pou konnen ki kote ak konbyen tan pou estoke manje a, sitou manje ki fre oswa manje ki konjle yo.
- ◆ Estoke manje fre oswa manje konjle nan frijidè a oswa nan frizè a nan inèdtan apre ou fin achte yo oswa pi bonè si tanperati a cho.
- ◆ Kite rèss manje yo refwadi enpe anvan ou estoke yo nan resipyan ki byen fèmèn epi mete yo nan frijidè a. Estoke tout rèss manje nan frijidè a nan dezèdtan apre preparasyon yo.
- ◆ Manje rèss manje yo nan de (2) jou.
- ◆ Dekonjle manje ki konjle yo nan frijidè a. Mete pwodui alimantè konjle yo nan yon asyèt oswa nan yon resipyan pou yo pa tonbe sou lòt manje ki nan frijidè a oswa pou yo pa kontamine lòt manje yo.
- ◆ Kite frijidè ou a mwens pase 5°C/41°F epi kite frizè ou a mwens pase -18°C/0°F. Anvizaje jwenn yon tèmomèt si frijidè a pa genyen yon lektè tanperati.

- ◆ Pa estoke bwat manje ki louvri nan frijidè a, mete sa ki nan bwat yo nan yon resipyan ki byen fèmèn, epi estoke yo nan frijidè a.

Fason pou Antreteni yon Kay Pwòp

Nan kuizin nan

Ou ta dwe kite kontwa kuizin nan, fou a, evye a ak frijidè a pwòp. Netwaye anlè kontwa kuizin ou chak jou avèk savon ak dlo. Netwaye anlè fou a ak andedan frijidè a omwen yon fwa pa mwa avèk savon ak dlo. Si ou lwe kay, mande mèt kay la si ou genyen yon fou oto-netwayan, epi aprann kijan pou netwaye li kòrèkteman. Si ou genyen yon machin pou lave vesèl, fwote ak rense asyèt yo anvan ou mete yo nan machin pou lave vesèl la. Machin pou lave vesèl yo bezwen detèjan espesyal. Pa itilize savon lesiv oswa savon likid pou lave vesèl nan machin nan. Ou ta dwe mete dechè/fatra ou yo deyò kay la chak jou nan yon poubèl oswa nan yon bwat fatra. Si ou lwe kay, mèt kay la ap di ou ki kote poubèl la oswa bwat fatra a ye.



Planche yo

Ou ta dwe bale kuizin ou chak jou pou anpeche kras manje yo atire ti bèt. Ou ta dwe bale ak pase mòp planche ou yo ki pa gen kapèt omwen yon fwa pa semèn; ou ta dwe netwaye pwodui ki tonbe sou planche ki pa gen kapèt yo avèk savon ak dlo. Ou ta dwe itilize yon aspiratè pou netwaye kapèt ou omwen yon fwa pa semèn.

Nan chanm nan

Ou ta dwe retire dra ki sou kabann ou (yo) epi lave yo omwen yon fwa chak semèn. Si ou vire matla ki sou kabann ou sa ap ede fè matla a dire pi lontan. Si ou retire pousyè ak vèni mèb ou yo regilyèman sa ap ede yo rete pwòp.

Nan twalèt la

Ou ta dwe netwaye evye a, benywa a ak/oswa douch la, epi andedan ak deyò twalèt la chak semèn. Bale planche a ak pase mòp sou li tou. Itilize yon bwès twalèt ak pwodui netwayaj pou netwaye twalèt la.



Ou ta dwe flòch twalèt la avèk papyè ijyenik sèlman. Pa janm flòch twalèt la avèk okenn lòt pwodui.

Nan sal lesiv la

Aprann klase rad ou selon koulè ak kalite yo: 1. rad blan 2. rad gwo koulè 3. rad wouj, rad koulè fonsè, ak rad nwa 4. sèvyèt epi 5. rad delika yo. Egzamine etikèt rad yo pou jwenn enstriksyon pou lave ak seche yo. W ap bezwen egzamine rad ou pou tach epitou pou trete yo anvan ou lave yo. Li enfòmasyon ki sou bwat oswa boutèy detèjan lesiv la pou jwenn enstriksyon sou kantite detèjan lesiv ou dwe itilize si ou ta dwe itilize klowòks ak/oswa pwodui ki fè rad yo plwaye pi fasil. Aprann sik lavaj machin-a-lave a. Pa mete twòp rad nan machin-a-lave a.

Si ou genyen yon sechwa pou rad, ou ta dwe li etikèt antretyen ki sou rad ou yo pou ou pa gate rad yo lè ou seche yo. Toujou netwaye filtè lè a, pa mete twòp rad nan schwa a epitou pa seche rad ou yo twòp. Pou ekonomize enèji, ou ta dwe kwoke rad ou lave yo pou yo seche otank posib.

Dezenksetizasyon

Si ou lwe yon kay oswa yon apatman, epi ou genyen pwoblèm avèk ti bèt, rat ak lòt bèt nuizib lakay ou, w ap bezwen diskite sou pwoblèm sa a avèk mèt kay la. Si ou pa lwe kay, ou ta dwe kontakte yon konpayi dezenksetizasyon ki nan zòn ou. Yo reklame yon frè pou sèvis yo, men y ap elimine tout bèt nuizib ki pote maladi lakay ou. Si ou antreteni kay ou pwòp, sa ap ajoute nan yon mòdvi an sante.

Abitid ki Bon pou Sante

Pa Fimen

Si ou fimen, **SISPANN!** Si ou pa fimen, pa kòmanse. Fimen se yon bagay ki nuizib pou sante ou ak sante moun ki bòkote ou. Yo montre kijan fimen, ak fimen pasif tou, lakòz maladi tankou kansè poumon, maladi kè, ak pwoblèm pandan gwosès.

Si ou vle sispann fimen, pale avèk pwofesyonèl swen sante ou sou divès kalite pwogram ki kapab ede ou kite fimen. Yon pwogram yo ofri nan Eta Florid se Quit Line – 1.877.U.CAN.NOW (1.877.822.6669). Quit Line se yon sèvis ki baze nan telefòn pou rele

gratis pou ede ou sispann fimen, epitou pwogram nan ofri sèvis ki anba la yo:

- ◆ Sesyon konsèy nan lang Angle ak Panyòl
- ◆ Dokiman pou ede tèt ou
- ◆ Dokiman nan lang Angle ak Panyòl
- ◆ Sèvis tradiksyon pou lòt lang yo
- ◆ Asistans nan medikaman, epi
- ◆ Sèvis TDD pou moun ki gen pwoblèm pou tande

Aktivite Fizik

On mòdvi ki genyen ladan egzèsis fizik regilye ak divès kalite aktivite fizik ap ede ou rete an sante ak fò, epitou sa ap ede ou antreteni yon kò ak yon gwosè ki bon pou sante ou, yon tansyon ki bon pou sante, nivo glisid, ak nivo kolestewòl. Sa ranfòse kè, miskilati ak zo ou tou. Pwomennen chak jou se yon fason ki fasil ak senp pou fè egzèsis. Pale avèk founisè swen medikal ou konsènan yon pwogram egzèsis fizik ki pi bon pou ou.

Pou jwenn plis enfòmasyon sou egzèsis fizik, ale nan sit wèb www.HealthyFloridians.com.

Yon Rejim Alimantè ki Bon pou Sante

Lè ou manje bon manje, lè ou manje pi piti pòsyon yo ak lè ou diminye matyè gra ak sik, sa kapab ede ou viv yon mòdvi pi lontan epi ki pi bon pou sante ou. Yon rejim alimantè ki bon pou sante ta dwe genyen ladan anpil legim fre, fwi ak konplè. Etid medikal yo montre kijan moun kapab evite trape anpil maladi, tankou dyabèt, maladi kè ak kèk kalite kansè, si yo manje dapre yon rejim alimantè ki bon pou sante yo.



- ◆ Lè a lè yon moun touse oswa etènye
- ◆ Likid kò, tankou kontak seksyèl
- ◆ San, tankou itilizasyon zegwi ki enfekte oswa razwa pou fè labab
- ◆ Kontak po-nan-po

Li enpòtan pou fè depistaj pou maladi moun ka transmèt ba moun pou sante ou, sante fanmi ou ak lòt moun ki bòkote ou.

Pandan premye tès depistaj la, yo kapab teste ou pou maladi moun ka transmèt ba moun ki pi komen yo. Si rezilta tès ou pozitif pou maladi sa yo, y ap fè ou konnen chwa tretman pou swiv pou yo.

Maladi Moun Ka Transmèt Ba Lòt Moun

Maladi moun ka transmèt ba lòt moun (ki rele kontajye tou) se maladi ki kapab transmèt ant yon moun ak yon lòt moun. Maladi sa yo kapab gaye nan:

Tibèkiloz

Tibèkiloz (TB) kapab nan kò ou kòm enfeksyon tibèkiloz oswa kòm maladi tibèkiloz. Toulède kapab trete ak evite. Sou pa idantifye ak trete TB bonè, li kapab gaye sou lòt moun ak/oswa touye ou.

Men tès yo itilize pou detekte TB:

- ◆ Tès po avèk tibèkilin (TST) – yo fè tès la lè yo

enjekte yon kantite likid toupiti anba po avanbra ou. Apre 48 a 72 èdtan w ap retounen nan klinik founisè swen sante pou yo egzamine zòn nan. Si founisè swen sante a detèmine rezilta tèspou ou pozitif, ou kapab bezwen fè yon radyografi pwatrin.

- ◆ Radyografi Pwatrin – radyografi a ap detèmine si batkeri TB ki nan kò ou lakòz maladi TB nan poumon ou.
- ◆ Kilti Krache – founisè swen sante ou kapab bezwen konfime si genyen bakteri TB nan poumon ou. Pou fè sa, l ap fè ou touse flèm (krache) nan yon ti vè. Yon kilti krache se tèspou ki pi fyab pou tibèkiloz.

Li pran anpil mwa pou trete TB, kit li se pou enfeksyon TB ki lan (TTBI) oswa pou maladi TB ki aktif. Tretman an diferan pou chak.

- ◆ Enfeksyon TB lan (LTBI) trete souvan avèk yon medikaman - isoniazid (INH). Tretman LTBI se pou moun ki gen yon enfeksyon TB, men pa maladi TB aktif. Moun sa yo pa kontajye. Si ou

trete enfeksyon TB lan (ki pa aktif), ou kapab evite trape maladi TB aktif.

- ◆ Maladi TB aktif fèt pou trete avèk INH plis lòt medikaman TB. Apre 2 oswa 3 semèn tretman, anjeneral, moun nan pa kontajye ankò. Men kèk sentòm TB aktif nan poumon: yon tous ki dire 3 semèn oswa plis, lafyèv, fatig, pa gen apeti, ak transpirasyon lannwit.

Epatit B ak C

Epatit B ak C se maladi grav ki kapab lakòz enfeksyon avi, pwoblèm fwa oswa kansè fwa. Epatit B ak C gaye nan kontak avèk san oswa nan likid kò. Founisè swen medikal ou ap diskite sou chwa tretman yo ak sou pwoteksyon lòt moun yo. Yon vaksen disponib pou pwoteje ou kont epatit B, men vaksen an pa pou epatit C.

Parazit Entestinal ak Bakteri ki pa bon pou Sante

Anpil refijye sòti nan peyi yo kote parazit entestinal (“vè”) komen. Y ap ba ou yon twous epi y ap di ou

kijan pou kolekte echantiyon pou pou pou fè tès. Si yo jwenn parazit oswa bakteri ki pa bon pou sante ou nan echantiyon ou, w ap bezwen wè doktè ou pou swiv tretman. Doktè ou ap preskri ou medikaman, epitou menm si ou santi ou refè, ou ta dwe fin pran tout medikaman doktè a ba ou yo.

Enfeksyon moun Trape nan Relasyon Seksyèl (STI)

Enfeksyon moun trape nan relasyon seksyèl gaye pandan aktivite seksyèl avèk yon lòt moun. Pami enfeksyon sa yo, genyen:

- ◆ Èpès
- ◆ Sifilis
- ◆ Blenoraji
- ◆ Klamidya
- ◆ Epatit B
- ◆ Veri jenital (Papilomavirus Imen), ak
- ◆ Viris Imino-defisyans Imen (VIH)

Enfeksyon sa yo kapab lakòz pwoblèm sante grav si yo pa trete. Si yo detèmine ou genyen yon STI, w

ap bezwen pale avèk doktè ou konsènan swen ak tretman pou enfeksyon ou. Kèk STI kapab geri ak kontwole. Men, pa genyen gerizon pou enfeksyon VIH oswa sendwòm imino-defisyans aki (SIDA).

Viris Imino-defisyans Imen (VIH)

VIH se viris ki bay moun maladi SIDA. VIH se yon enfeksyon moun trape nan relasyon seksyèl epi li gaye lè san, espèm oswa likid vajinal ki enfekte antre nan kò a. VIH transmèt tou nan lèt manman, kidonk fanm ki genyen VIH pa ta dwe bay tibebe yo tete. Anjeneral, maladi a transmèt nan relasyon seksyèl oswa nan sèvi ak menm zegwi pou enjeksyon dwòg. VIH pa transmèt nan bay san, nan bo, nan kenbe men, oswa lè ou toupre yon moun ki genyen VIH.

Yon moun ki genyen enfeksyon VIH kapab pa genyen sentòm yo pandan plizyè mwa oswa ane, men li kapab transmèt viris la ba lòt moun. Lè sistèm iminitè a febli, sentòm enfeksyon VIH yo ap kòmanse parèt. Sa ki anba la a se kèk sentòm ki kapab endike yon enfeksyon VIH:

- ◆ Glangliyòn lenfatik anfle
- ◆ Lafyè

- ◆ Transpirasyon lannwit
- ◆ Gwo fatig
- ◆ Pèdi pwa

Si ou genyen sentòm enfeksyon VIH, wè yon founisè swen sante touswit. Pa genyen gerizon pou enfeksyon VIH oswa pou SIDA, men genyen tretman medikal ki kapab fè ou santi ou refè epitou ki kapab ede evite ou vin malad. Fanm ansent ki enfekte avèk VIH kapab pran medikaman pou diminye chans pou enfekte tibebe yo akouche a.

Maladi Kwonik

Yo konsidere lòt maladi yo kòm maladi ki dire lontan oswa maladi kwonik, epi yo bezwen tretman alontèm. Si ou fè dyagnostik avèk nenpòt nan maladi sa yo, founisè swen sante ou ap bezwen kontwòl sante ou, epitou ou kapab pran medikaman chak nou oswa ou kapab resevwa tretman regilye. Ou kapab ede tèt poukont ou tou si ou swiv yon rejim alimantè espesifik ak yon pwogram egzèsis fizik.

Men kèk egzanp maladi kwonik ki bezwen swen, tretman, ak kontwòl san rete:

Dyabèt

Dyabèt se yon maladi lè kò a pa anmezi pou trete ak itilize glikoz (sik) kòrèkteman, sa ki lakòz ou genyen nivo glisid ou wo. Si ou fè dyagnostik avèk dyabèt, ou dwe kontwòl glisid ou pou anpeche ou vin genyen pwoblèm sante grav tankou sesite (avèg), maladi kè, ensifizans renal, ak pèt manm akòz move sikilasyon san. Founisè swen sante ou kapab preskri ou medikaman tou pou bese nivo glisid ou yo.

Ipè-Tansyon

Tansyon wo, ki rele ipètansyon tou, kapab lakòz atak kè, estwòk, oswa maladi ren si li pa trete. Anjeneral, pa genyen siy avètisman pou fè w konnen ou kapab genyen tansyon ki wo, epitou se rezon sa a ki fè li enpòtan pou fè tchekòp medikal regilyèman. Si yon fè dyagnostik ipètansyon, ou dwe kontwòl tansyon ou pou w pa vin gen domaj nan kè ou ak nan veso sängen ou yo. Founisè swen sante ou kapab preskri ou medikaman tou kontwòl oswa pou bese tansyon ou.

Anjin

Ou genyen anjin/doulè nan pwatrin akòz veso sangan ki domaje toutotou kè a. Si ou fè dyagnostik avèk maladi sa a, ou dwe pran medikaman founisè swen sante ou preskri ou.

Opresyon

Opresyon se yon maladi poumon ki kapab menase lavi ou. Li lakòz pwoblèm respirasyon, ki rele souvan “kriz opresyon”. Sigarèt oswa lòt lafimen, pousyè, lè frèt, plim, manje oswa mwazi kapab deklanche yon kriz opresyon. Founisè swen sante ou kapab vle fè tès alèji pou ou pou chèche konnen kisa ki deklanche opresyon ou. Genyen medikaman founisè swen sante ou ap preskri ou pou evite oswa ede ou avèk kriz opresyon. Li enpòtan pou pran medikaman sa yo chak jou.

Entèprèt nan domèn Swen Sante

Si ou pa kapab pale oswa li Angle, w ap bezwen yon moun pou ede ou pale avèk founisè swen sante ou yo. Moun sa a rele yon entèprèt. Yon entèprèt se yon moun ki pale lang natifnatal ou ak lang Angle tou. Yon entèprèt resevwa fòmasyon pou entèprete enfòmasyon yo pou ou kapab konprann yo nan lang natifnatal ou. Yon entèprèt nan domèn swen sante ap asire kominikasyon ant oumenm ak founisè swen sante fèt yon fason ki egzat.



Men kèk konsèy pou ede ou kominike avèk yon entèprèt:

- ◆ Pale dirèkteman avèk founisè swen sante ou, pa avèk entèprèt la.
- ◆ Mande entèprèt la pou note enfòmasyon/enstriksyon yo konsènan tretman ou.

- ◆ Di entèprèt la sèlman sa ou vle pou founisè swen sante a konnen.
- ◆ Pa poze entèprèt la okenn kesyon medikal si founisè swen sante a pa prezan.
- ◆ Pa mande entèprèt la konsèy pèsònèl li oswa pa mande li pou ede ou pran desizyon yo.
- ◆ Toujou poze kesyon si ou pa konprann yon bagay oswa si enfòmasyon ou resevwa yo pa klè

Entèprèt yo gen obligasyon pou kenbe tout enfòmasyon yo an sekre/konfidansyèl. Sa vle di yo pa kapab pale avèk okenn moun konsènan sant ou, tretman medikal ou, oswa randevou medikal ou yo. Entèprèt yo pa ta dwe divilge panse yo, konviksyon yo, konsèy yo oswa repons yo konsènan sante ou.



Oumenm oswa moun ki rele pou pran yon randevou medikal pou ou ta dwe toujou fè resepsyonis ki nan klinik founisè

swen sante a konnen w ap bezwen yon entèprèt. Si yo pa genyen yon moun ki pale lang natifnatal ou, mande yo pou yo rele "Language Line" nan nimewo 1.800.874.9426, oswa yon lòt sèvis entèprèt nan telefòn.

Yo pa ta dwe fè zanmi, manm fanmi oswa timoun sèvi kòm entèprèt nan domèn swen sante, paske yo pa fòme pou sa epitou yo kapab lakòz ou jwenn enfòmasyon ki pa kòrèk konsènan maladi oswa tretman ou.

Dwa ak Responsablite Ou

Yo te kreye Deklarasyon Dwa Pasyan pou:

- ◆ Ede pasyan yo santi yo fè sistèm swen sante Etazini an plis konfyans
 - ✓ asire sistèm swen sante a san patipri ak satisfè bezwen pasyan yo
 - ✓ bay pasyan yo yon fason pou abòde nenpòt pwoblèm yo kapab genyen
 - ✓ ankouraje pasyan yo pou yo jwe yon wòl aktif nan rete oswa vin an sante
- ◆ Konsantre sou enpòtans yon relasyon serye ant pasyan yo ak founisè swen sante yo
- ◆ Konsantre sou wòl enpòtan pasyan yo jwe nan rete an sante lè yo ekspozè dwa ak responsablite pou tout pasyan yo ak founisè swen sante yo

Deklarasyon Dwa ak Responsablite Patisipan Eta Florid

Lalwa Eta Florid egzije pou founisè swen sante ou oswa lopital ou respekte dwa ou pandan w ap

resevwa swen medikal. Li endike tou founisè swen sante a genyen yon dwa pou egzije pasyan an pou li konpòte li yon fason ki apwopriye. Ou kapab mande founisè swen sante ou oswa lopital ou pou ba yon kopi tèks konplè lwa sa a.

Rezime Dwa Pasyan

- ◆ Bon kalite swen sante, kèlkeswa ras, kwayans, laj, sèks, preferans seksyèl, oswa peyi kote ou sòti;
- ◆ Swen ki genyen respè pou konviksyon siko-sosyal, espirityèl, ak kiltirèl ki fòmè pwendvi sou maladi a;
- ◆ Swen avèk koutwazi ak respè;
- ◆ Jwenn enfòmasyon sou founisè swen sante ou, plan swen sante ou ak sèvis swen sante;
- ◆ Ba ou enfòmasyon nan yon fason ou kapab konprann;
- ◆ Resevwa swen sante ijans avèk konsantman ou (ou kapab gen obligasyon pou peye pou sèvis sa yo);
- ◆ Eksprime nenpòt doleyans oswa enkyetid ou genyen konsènan swen ou oswa sèvis ou resevwa yo, epitou fè yo abòde touswit;

- ◆ Fè yo kenbe dosye ak enfòmasyon medikal ou konfidansyèl;
- ◆ Wè ak fè kopi dosye medikal ou yo;
- ◆ Fè yo retire oswa korije enfòmasyon ki pa kòrèk oswa nenpòt sa ki pa klè nan dosye medikal ou yo;
- ◆ Poze kesyon sou founisè swen medikal ou yo, travayè yo ak teknisyen yo;
- ◆ Fè yo eksplike ou tès ak tretman medikal yo nan yon fason ou kapab konprann;
- ◆ Chwazi ki kalite tretman medikal w ap resevwa; epi
- ◆ Patisipe aktivman nan swen sante ou

Rezime Responsablite Pasyan

- ◆ Pale avèk founisè swen sante ou.
- ◆ Edike tèt ou sou eta sante ou ak tretman ou.
- ◆ Bay enfòmasyon ki onèt ak konplè otank posib.
- ◆ Swiv tretman an epi pran medikaman selon enstriksyon doktè a.

Enfòmasyon pou Kontakte Depatman Sante Konte Eta Florid

Alachua County Health Department

224 SE 24th Street
Gainesville, FL 32641
(352) 334-7988

Alachua County Health Department

224 SE 24th Street
Gainesville, FL 32641
352.334.7988

Baker County Health Department

480 W. Lowder Street
Macclenny, FL 32063
904.259.6291 x 2230

Bay County Health Department

597 W. 11th Street
Panama City, FL 32401
850.872.4455 x 1300

Bradford County Health Department

1801 N. Temple Avenue
Starke, FL 32091
904.964.7732

Brevard County Health Department

1748 Cedar Street
Rockledge, FL 32955
321.454.7111



Broward County Health Department

780 SW 24th Street
Ft. Lauderdale, FL 33315
954.467.4816

Calhoun County Health Department

19611 SR 20 West
Blountstown, FL 32424
850.674.5645 x 239

Charlotte County Health Department

514 E. Grace Street
Punta Gorda, FL 33950
941.639.1181 x 2227

Citrus County Health Department

3700 W. Sovereign Path
Lecanto, FL 34461
352.527.0068 x 264

Clay County Health Department

1305 Idlewild Avenue
Green Cove Springs, FL 32043
904.529.2800 x 2852

Collier County Health Department

3301 E. Tamiami Trail
Building E
Naples, FL 34106-0429
239.252.2511

Columbia County Health Department

217 N.E. Franklin Street
Lake City, FL 32055
386.758.1068

Dade County Health Department

315 N.W. 27th Avenue
Miami, FL 33125
305.643.7300

DeSoto County Health Department

34 South Baldwin Avenue
Arcadia, FL 34266
863.993.4601 x 118

Dixie County Health Department

149 NE 241st Street
Cross City, FL 32628
352.498.1360

Duval County Health Department

1833 Blvd., Comprehensive Center,
Room 500
Jacksonville, FL 32206
904.665.3098

Escambia County Health Department

1295 W. Fairfield Drive
Pensacola, FL 32501
850.595.6634

Flagler County Health Department

301 S. Lemon Street
Bunnell, FL 32110
386.437.7350 x 2240

Franklin County Health Department

139 12th Street
Apalachicola, FL 32320
850.653.2111 x 121

Gadsden County Health Department

278 LaSalle LeFalle Drive
Quincy, FL 32353
850.875.2700 x 342

Gilchrist County Health Department

119 NE 1st Street
Trenton, FL 32693
352.463.3120

Glades County Health Department

956 US Highway 27, SW
Moore Haven, FL 33471
863.946.0707 x 217

Gulf County Health Department

2475 Garrison Avenue
Port St. Joe, FL 32456
850.227.1276 x 103

Hamilton County Health Department

209 S.E. Central Avenue
Jasper, FL 32052
386.792.1414

Hardee County Health Department

115 K. D. Revell Road
Wauchula, FL 33873-2051
863.773.4161

Hendry County Health Department

956 Hwy 27, S.W.
Moore Haven, FL 33471
863.946.0707

Hernando County Health Department

300 South Main Street
Brooksville, FL 34601
352.540.6800 x 82129

Highlands County Health Department

7205 S. George Boulevard
Sebring, FL 33875
863.386.6040 x215

Hillsborough County Health Department

4951-B East Adamo Drive, Suite 210
Tampa, FL 33605
813.307.8015 x 7710

Holmes County Health Department

603 Scenic Circle
Bonifay, FL 32425
850.547.8500

Indian River County Health Department

1900 27th Street
Vero Beach, FL 32960
772.794.7450

Jackson County Health Department

3045 4th Street
Marianna, FL 32447-0310
850.482.9862

Jefferson County Health Department

1255 W. Washington Street
Monticello, FL 32344
850.342.0170 x 201

Lafayette County Health Department

140 Virginia Circle
Mayo, FL 32066-1806
386.294.1321

Lake County Health Department

16140 US Hwy 441
Eustis, FL 32726
352.483.7991

oswa

Biwo Satelit
835 7th Street, Building B, Suite 4
Clermont, FL 34711
352.394.4399 x113

Lee County Health Department

3920 Michigan Avenue
Ft. Myers, FL 33916
239.332.9635

Leon County Health Department

2965 Municipal Way
Tallahassee, FL 32304
850.606.8150

Levy County Health Department

66 W. Main Street
Bronson, FL 32621
352.486.5305 x 232

Liberty County Health Department

12832 North Central Avenue
Bristol, FL 32321
850.643.2415

Madison County Health Department

800 3rd Street
Madison, FL 32340
850.973.5000

Manatee County Health Department

410 6th Avenue East
Bradenton, FL 34208-1968
941.748.0747 x 1406

Marion County Health Department

1801 SE 32nd Avenue
Ocala, FL 34471
352.629.0137 x 2088

Martin County Health Department

3441 SE Willoughby Boulevard
Stuart, FL 34994
772.221.4000

Monroe County Health Department

1100 Simonton Street
Key West, FL 33040
305.293.7529

Nassau County Health Department

30 South 4th Street
Fernandina Beach, FL 32035
904.584.1800 x 5212

Okaloosa County Health Department

221 Hospital Drive, NE
Ft. Walton Beach, FL 32548
850.833.9240 x 387

Okeechobee County Health Department

1728 N.W. 9th Avenue
Okeechobee, FL 34972
863.462.5777

Orange County Health Department

832 West Central Boulevard
Orlando, FL 32805
407.836.2675

Osceola County Health Department

1507 Bill Beck Blvd.
Kissimmee, FL 32744
407.343.2050

Palm Beach County Health Department

7289 Garden Road
Riviera Beach, FL 33404
561.804.7864

Pasco County Health Department

10841 Little Road
New Port Richey, FL 34654
727.861.5250 x 107

Pinellas County Health Department

205 Dr. M. L. King Street North
St. Petersburg, FL 33701
727.824.6960

Polk County Health Department

1749 Holt Road
Auburndale, FL 33823
863.965.6259

Putnam County Health Department

2801 Kennedy Street
Palatka, FL 32177
386.326.3200

Santa Rosa County Health Department

5527 Stewart Street
Milton, FL 32570-4375
850.983.5200

Sarasota County Health Department

2200 Ringling Boulevard
Sarasota, FL 34237
941.861.2921

Seminole County Health Department

400 West Airport Boulevard
Sanford, FL 32773
407.665.3298

St. Johns County Health Department

1955 US 1 South, Suite 100
St. Augustine, FL 32086
904.466.1654

St. Lucie County Health Department

5150 NW Milner Drive
Port St. Lucie, FL 34983
772.462.3818

Sumter County Health Department

415 E. Noble Avenue
Bushnell, FL 33513
352.793.6979

oswa

Biwo Satelit
104 Rutland Street
Wildwood, FL 34785
352.330.1313 x 245

Suwannee County Health Department

915 Nobles Ferry Road
Live Oak, FL 32064
386.362.2708

Taylor County Health Department

1215 North Peacock Avenue
Perry, FL 32347
850.584.5087 x 142

Union County Health Department

495 East Main Street
Lake Butler, FL 32054
386.496.3211

Volusia County Health Department

1845 Holsonback Drive
Daytona Beach, FL 32117
386.274.0654

Wakulla County Health Department

48 Oak Street
Crawfordville, FL 32327
850.926.3591 x 114

Walton County Health Department

475 State Highway 83
DeFuniak Springs, FL 32433
850.892.8015 x 130

Washington County Health Department

1338 South Boulevard
Chipley, FL 32428
850.638.6240

Resous

Nou te itilize resous ki anba la yo pou konpile gid sa a:

Gid Sante pou Refijye ki nan Minnesota

<http://www.health.state.mn.us/divs/idepc/refugee/hcp/healthguideeng.pdf>

Yon Gid Sante pou Refijye yo (Ilinòy)

Tiraj ki te fèt nan ane 1997

Byenveni nan Kalifòni: Yon Gid Sane pou Refijye yo, Moun ki jwenn Azil yo ak Viktim Trafik yo

Tiraj ki te fèt nan ane 2004

Gid pou Premye Evalyasyon Medikal ak Swen Refijye ki Entegre nan Nyou Ansfayè

Tiraj ki te fèt nan ane 2005

Administrasyon Ministè Sante Piblik Etazini pou Timoun ak Fanmi

<http://www.acf.hhs.gov/index.html>

Twous Zouti USCRI

<http://www.refugees.org/home.aspx>

Se Pwogram Sante Refijye ak Sant Lawton and Rhea Chiles pou Manm ak Tibebe ki Ansante ki prepare tiliv sa a



Se Depatman Timoun ak Fanmi Eta Florid, Pwogram Sèvis Refijye ki finanse pwojè sa a,
avèk sibvansyon Ministè Sante Piblik Etazini, Biwo pou Entegrasyon Refijye.