



PRESBYTERIAN MEDICAL SERVICES

Doo' qhtéehji Bidetyiniilniish

# La'jizí Hódéét'igi ee'oonishgi Baa'ákóhwiinidzin

T'áächil dji't'áadah dóo Naakidimiil dóo bi'aan táá dáá bee'oonish

Díí Sáád Naaltsoos Bee hadét'éhígíí' Azee' Ah áljjigi Naaltsoos Bee Si'ánígíí Chiidoo'ít Dóó Háida Yókeedgo Bik'ehgo Bich'i' Kódoonilgi Yahalne'.

Ts'ídá Hazhó'ó Baa' Ákó Níndzin Doo.

**Na'idjkkidíísh?** Díídi naaltsoos hadét'éhígíí dóo binaagóo na'idííkidgo kwii Da'iníishgi Compliance jí Naalnishígíí bich'i'béesh bee hodiilniih (505) 982-5565 dóó t'áájiik'eh hane'ígíí (800) 477-7633.

**Azee' Ah áljjigi Naaltsoos Baa' Aháyáagi** Ná baa'ahoniidzin azee' nah áljjigi naaltsoos bee si'ánígíí doo t'óó bóhóhígíí bich'i' íishjáán áljjida inda ná baa'aháyá. Presbyterian Medical Service í'PMS'Ó t'áá'atsohji' azee' nah ályaa'igi neeh naaltsoos hadí'í. Díí naaltsoos nehadilyaahígíí binaji' bóhónehchézággo azee' nah análijih dóó ts'ídá azee' ah áljjigi bee nahazá níggóo bik'eh hól'í.

**Ts'ídá Díí Biniinaa Naaltsoos Kot'ao Bee Hádét'éhígíí** Díí naaltsoos bee hadét'éhígíí azee' ah áljjigi naaltsoos bee si'ánígíí chiidoo'ít dóó háida yókeedgo bik'ehgo bich'i' kódoonit níí dóo bik'ehgo nah aná'áljjih dóo bik'eh na'azláagi inda bee nahazáagi bike'h go' bee' oonish. Áádóo azee' ah áljjigi bee ná hazá t'áá ni ninaaltsoos wóshdépé' dinóo ná'ahóót'í' doo.

**Hááh Éi Yik'eh Hóhíidoo?** PMS azee' ah áljjigi la'jizí hódéét'ígíí azee' haah ályaaagi bik'ehgo' oonish doo ní. Díí bik'eh go' nihi naanish íimíilzin azee' ah ádoonilgi dóo bik'eh na'azláagóo' áádóo bee'ah aháyá nihideet'í.

**Bee Hazáanii Bee Ná'adahazt'í'í** Azee' nah áljjigi naaltsoos nehadét'éhígíí PMS di sinil ndi saad naaltsoos bikáá' shijaa'ígíí' éi ni haashji yit'éego nah á'ályaaagi bikáá' áko' éi saadígíí' éi t'áá' nihgo' át'é. Díí bik'ehgo bee hazáanii bee ná'adahazt'í'.

- Azee' nah ályaaagi naaltsoos saad bikáá'ígíí yínikeedgo dóo díníilgi bee ná'ahóót'í'. Táadiinjji' nich'i' kódoonil. Láháda t'éí dooda ní'díído'nil.
- T'ááháagoda kódoonilgo háida choidool'íilgo dooda didiiniilgo ná'ahóót'í'. Ákonidi níhi kodóo dooda díníinigíí doo ná lá adeedleeígíí bee níhá haz'á.
- Shíí ná't'áá' náháne'gi ts'ídá bóhónehchézánigi' át'éego shá'óolindoo dóo t'áá háádida nááhást'ánidi shíí hodoonih dinóo shá bida'jósín doo dinóo bee ná'ahóót'í'.
- Doo'a'áljjigóo azee' shaah ályaa biniinaa saad naaltsoos bikáá' shijaa'ígíí lahgo' ántédoonit dinóo dó' ná'ahóót'í' ákóndi Azee' nah áyíilahígíí t'áá' á'áljjigóo azee' ah ásh laah níigo' éi saad doo lahgo' ádoonilída.
- Háagóo dashá' azee' shaah ályaaahígíí naaltsoos bee'ahineezdee' ákwii shíí bét' hodooziit di nóo yidííkilgo' át'é.
- Háadá' da azee' shaah análijihgi bini' yókeedii bich'i' kóljjidoo díníidigo' éi' ákwii dooda náá díní'niidgo dó' bee ná'ahóót'í' ndi t'áá' íidáá' ninaaltsoos yókeedii bich'i' kólyaaahígíí t'éí doo t'áá' náókeed dooleefda.
- Azee' ah áljjigi naaltsoos bee hadétego y yaahalne'ígíí naaltsoos la' yidííkilgo BBee ná'ahóót'í'.

Díí kwii Bee Hazáanii bee ná'adahazt'í'ígíí la' bik'ehgóo' ádeeshíil níningo t'áá' PMSdi azee' nah análijihgi díínát dóo ááji' alááji' naazínigíí bich'i' hadíidzih doodago da' éi Da'iníish Compliancejí Yinaalnishígíí bich'i' béesh bee hodiilniih (505) 982-5565 dóó t'áá'jiik'eh da hodiilniih (800) 477-7633.

**Nihinaanish** díí bee hazáanii bik'ehgóo' ah'íilí:

- La'jizíigi azee' haah áljjigo hódéét'í'ii baa'hooch'i'.
- Azee' Ah áljjigi La'jizí Hódéét'í'ii saad biká'ígíí gíí keedgo haadooltsos.

- Azee' ah áljjigi bee hazáanii bik'ehgo' í'íí'í.

**Díí Das Dzohígíí' Ninaaltsoos Azee' Nah Ályaaagi Choidoo'íil Dóó Yókeedígíí Bich'i' Kódoonilgo' Adahazt'í'.** Kodoo binahji azee' nah ályaaagi dee echózinígíí níhíí íishjáani' a' doonilíí doo hazá'.

**Ah s'doonilgi:** Azee' nah áljjigi naa'adahalyé'áanii bíí nídeelnishígíí naaltsoos nehadét'éhigi bíí íishjáán ádiilniilgo bee'áhóót'í'.

**Ázlaagi:** Azee' nah áljjigi na'azláagóo azee' nah ályaaagi lahgóo bíí íishjáani' ál'í binaji' Béeso' Ach'áah Nídaa' nílii áádépé' yee nahasánigóo yik'eh na'as binaji'.

**Azee' Ah Ál'í Da'iníish:** Azee' nah áljjigi ninaaltsoos nehadet'éhígíí PMS Azee' Ah Ál'í Da'iníishgi binaji' naanish lahgóo nídaak'ás dóo nídaalnishi bínáhi' níí dóo baa nídaho níí'ahgóo hash't'é náalniit.

**Azee' Ah Ál'í Náná'í dzohgi dóo Ah é'él'í Lahgóo níndáadahast'á:** Kwii náná'ásdzoh níidí' níidgo binaji' níí bét'éhózin nah aná'ál'í jibgi, dóo háagóo da azee' ahádaaljí bíí nahazáagóo bee ná'adahazt'í'go' áyósín.

**Azee' Ah áljjigi Ninaaltsoos Choidoo'íilgo Bee'adahazt'í'** Dííkwígííshíí nahazá Azee' ah ádaaljjigóo t'áádoo níí hwiilne'é nah á'ályaaagi ninaaltsoos ááji' yókeedii bíí íishjáni' ádoonilíí. Kwii dasdzohigi ákót'áó' é'él'néehgi yaa halne:

- Doo dooda díníigóo t'éí azee' nah áljjigi Nishchíinií; bíí hááníjee', níí' éí, dóo níí'is dóo nééhósinii yókeedgo bíí íishjáán ádoonilgo' át'é.
- Bee Hazáanii bee azee' nah áljjigi wóshdépé' níigo' t'áá' áko bich'i' kódoonilíí.
- Wááshindoondóo' áyísíí' Ats'íis Baa' aháyáaji Bik'í' Adést'ííi dóo t'áá' ní azee' nah áljjigi naaltsoos si'ánígíí wóshépé' níigo' bííh'i' kódoonilíí.
- Ats'íis baa'adabayá bíí' da'iníishgóo naalniih, at'í'juidzaagi, dóo hats'is bich'i' anáhwií t'ééhgoo bo'oonishjí dóo nítsaago Food and Drug Administration nída'alkahgóo da' aldó' ninaaltsoos bich'i' kódoonilíí. Naalniih naalkahgi, at'í'hwi'díiljigo da, íiná náádilyáago da kwii bee'ééhózin doo biniyé bich'i' kolnééh doo.
- Hótsaago hadahasdzoh bíí Wááshindoon da'iníish ats'is baa'aháyá bíí nahazáagóo dóo ááji' áká'a'ayeed ná bee'adahazt'í' biniyé dóo ninaaltsoos bich'i' kódoonilíí.
- Naanishdi at'í'iyindzago', Workers Compensation ákwii bee' hazáanii bee azee' nah áljjigi naaltsoos wóshdépé' níigo' dó' bich'i' kódoonilíí.
- Adahwiinít'í bíí nahazáaji níhwií'ahii azee' ah áljjigi ninaaltsoos bee si'ánígíí wóshdépé' nóh, dóo t'áá'ááji' ná'aská'ágo bee'éédahozingo inda bee hazáa bíí nídaazt'í'jí yókeedgo ninaaltsoos bich'i' kódoonilíí.
- Siláóji da'iníishjí azee' nah áljjigi ninaaltsoos bee si'ánígíí yókeedgo binaji' ná'aská'á'gi' éédahozingo; áhoot'íidgi dóo' at'ínígíí da bét'éhózingo ninaaltsoos bich'i' kódoonilíí.
- Ats'íis baa'aháyáá yaada'ólta'ígíí dóo' ááji' nída'alkah bich'i' bee lágo aldó' azee' nah análijihgi ninaaltsoos bee si'ánígíí yókeedgo bíí íishjáán ádoonilíí.
- Siláó lísó'í' ánitahgo' azee' nah análijihgi naaltsoos bee si'ánígíí' Siláó lísó'íidépé', Kináhálgaidépé' Naat'áanii 'alááji' sízínígíí da, siláó lísó'í' ná'alkahjí nídaalnishii wóshdépé', dííniidgo ninaaltsoos bich'i' kódoonilíí.

- Ats'is iina' anahet'éeji hasht'edeilnigii dóó t'áá'áaji nida'alkahigii' dóó' atsis ninaháááhji yinidaalnishigii biniinaa iiná nini't'i'gi bee béé hodooziil biniyé' aldó' azee' nah áljigi ninaaltsoos yókeedgo bich'i' kódoonlii.
- Ats'is biih náhá'niit'ji' t'áá' hohats'is; hanáá'da, hwii'siléi da la'ninázhdini'aohgo háida biih nínáá doolyé' biniyé akwii yaa' ádahalyánigii dóó hasht'e'deilnigii azee' nah áljigi ninaaltsoos si'ánigii yókeedgo bich'i' kódoonlii.
- Azee' nah ánalihgi ninaaltsoos bee si'ánigii t'áadoole'ée bee nich'i' yéego hodiiznáago ahááhasinigi biniinaa ninaaltsoos wókeedgo yókeedii bich'i' kódoonlii.
- Aylsii bádeiylniishigii nihi'k'i déézi'igii azee' nah ánalihgi ninaaltsoos beehazáanii binahji' wóshdépé' nóó bich'i' kódoonlii.
- Awáalyahi daniljigo doodago' éi' awáalya hotsaadi sinidaágo' áaji nidaalnishigii' azee' nah ánalihgi ninaaltsoos bee si'ánigii wóshdépé' nóó bich'i' kódoonlii dóó' áaji yik'ehgo' awáalyahdi nidaalnishigii nits'is yaa' á náá hályáa doo.
- Azee' nah ánalihgi ninaaltsoos bee si'ánigii nihá nidaalnishigii naaltsoos nihá yéni náda'iiljii bich'i' kóneilj ndi' beehazaanii bik'ehgo t'áá'iidáq' bil béthózin díi nidéet'i'igii' éi doo níláhgóó baa hane'da.

**Azee' nah ánalihgi ninaaltsoos bee si'ánigii háágóó da choiná doo'ii dóó** íshjáán ádoonliigi Azee' nah ánalihgi t'áá háágóó da chiidoo'ji dóó hááda bich'i' íshjáni' ádoonliigo' éi t'áá ni lá dinígo saad naaltsoos bikáá' dashjáá'go nihich'i' kwílnilaahgo t'éi' níláhgóó ninaaltsoos bi'diilnih. Dooda dinígo dó' t'áá' éi' bik'ehgo' ániit'ée doo. Háágóóshji nahzáni góó dooda doo akóq' shinaaltsoos choidoo'jida dinóó' éi bik'eh ániit'ée doo. Ákondi azee' nah ánalihgi t'áá'iidáq' ninaaltsoos bee si'ánigii háida bich'i' kódaalyaahigii t'áá' néjdoonliigi doo bohónéédzáá da k'ad dooda t'ahdoo diniidáq' ákóó' áhesniliigi.

**Yootó Hahoodzohji Bee Nahazánigii háádida Yootóoji bibe hazáanii** Kináhálgaidépé' bibe hazáaniihigii bitsisdi bidziilgo' ályaaago 'éi Yootóoji hahoodzohigii bi bee hazáaniihigii bike'hgo azee' ah áljigi naaltsoos la'jizjigi bidadéet'i'igii yéego bik'i'adéet'ji' doo. Lá'ida ats'is baa' áháyanigi naaltsoos la'jizj hódéet'i'go háida doo bil íshjáni' áneehda bee hazáanii dooda ni. Jó naalniih lá' díi HIV dóó AIDS wólyehigii' ákót'ée. Héida azee' ah áljigi honaaltsoos áni' naalkahji da dóó tsi'na'iléi choo'jigi bidadéet'i'ji da naaltsoos bee nazniliigi yókeedgo' éi nidépé' saad naaltsoos bikáá'gi lá dinígo' t'éi yokeedigii bich'i' kódoonlii.

Tsi'nida'iléi bikéé' háadintáángo biniyé kwii nihi hazánigi nah áná'áljigo háida nah áná'áljigi ninaaltsoos yókeedgo' éi nidóó lá dinóó saad naaltsoos bikáá' shijaa'go héini'ango t'éi yókeedii nah á'áljigi ninaaltsoos bich'i' kódoonlii. Ákondi táhda t'áá'nihi azee' nah áljigi nahdépé' la' azee' ah áljigi bil náahast'áanii bil nideilnishigii dóó' áaji bidadéet'i'igii nah á'áljigi ninaaltsoos yokeedgo t'áá' nihi bich'i' kódiilniil. Yéego' anáhóót'i' hazlji'go da t'áá' nihi ninaaltsoos háida níká'ilyeedigii bich'i' kódiilniil.

**Díi Naaltsoos Bee' Éehózinii Lahgo' Analyaago** Díi Azee' Ah áljigi Naaltsoos Bee Si'ánigii Choidoo'jigi Dóó' Íshjáán ádoonliigi yaa haine'igii lahgo' itlyaaago' éi nihi hazánigi t'áá' át'ée naaltsoos dóó nihich'i' chó'oolnigii bidéet'i' doo. Shi' bééhodooziil ninizingo' éi béésh fichi'ii website wolyehigii bi'ji' hádidí'ji kwii bee'éehózinigii bikáá': [www.pms.healthierstate.org](http://www.pms.healthierstate.org) dóó naaltsoos da nihich'i' ádíliil éi nihaa néi nidzáago nihaa dítsos.

**T'áadoole'ée doonii áanligóó** Azee' nah ánalihgi shi' óólin' ninizingo' aldó' naaltsoos saad bikáá' ádíliil dóó kodóó Da'iniishji Complianceji Officerhigii baadítsoos dooda go' éi t'áá' Secretary of Health and Human Servicesji' ádíliil. Kwii' éi bik'ehgo nihich'i' naaltsoos hadidiiligi bikáá' dóó ni' díi áhigii bee nihi hodiilni; PMSdi P.O. Box 2267, Santa Fe, New Mexico 87504-2267 díi doodago éi nihich'i' hodiilnih díi naaltsoos hadé't'éhigii' aláaji' sitsoozigii béesh beehane'i bikáá'. Dóó éi biniinaa ák'iji' naaltsoos nidiiltsos da.