ምን ማድረግ

ይችላሉ እርስዎ ለኦቲዝም ሕክምና ምርመራ እየተጠባበቁ ባሉበት ወቅት

ዲሲ-ኤሲ ትምህርት፣ መድረስ ማሳተፍ ንዑስቡድን
ጰትም 1 በጋ 2022

መደበኛ የሆነ የኦቲዝም ግምገማ ለማግኘት የመጠባበቂያ ዝርዝር አብዛኛዉን ጊዜ ላይ ረዥም ናቸዉ ይህም ተስፋ አስቆራጭ ሊሆን ይችላል። ምንም እንኳን የኦቲዝም መደበኛ የሕክምና ምርመራ የተወሰኑ የጣልቃ ገብነት አገልግሎቶችን በእርስዎ ኢንሹራንስ በኩል ለማግኘት በሮችን የሚከፍቱ ቢሆኑም(ለምሳሌ አፕላይድ ቢሄቪየር አናላይሲስ[ኤቢኤ]፣ እርሰዎ ለግምገማዉ እየተጠባበቁ በሚቆዩበት ወቅት ሌሎች በቁጥር የሚታወቁ ደረጃዎችን በመከተል የልጅዎን እድገት መደገፍ ይችላሉ።

የቀደመ ጣልቃገብነት ወይም የተለየ ትምህርት ድጋፍ ይጠይቁ:

- የዲሲ አርሊ ቻይልድሁድ ሲስተምስ ያግኙ እና የእርስዎ ልጅ የጣልቃገብነት አገልግሎቶች ብቁ መሆን አለመሆኑን ለማወቅ ነጻ ግምገማ ይጠይቁ። ቤተሰቦች በራሳቸዉ ስልክ መደወል ይችላሉ እና ከሕክምና ባለሙያ ጥቆማ አያስፈልጋቸዉም። እርስዎ በሚደዉሉበት ወቅት ምን ማለት እንደሚገባዎት ለማወቅ እዚህ ጋር የተወሰኑ **ምክሮች** ይመልከቱ።

— የእርስዎ ልጅ እድሜዉ ከ 3 በታች ከሆነ፣ **ጠንካራ አጀማመር (አይዲኢኤ ክፍል ሐ)** ያግኙ ግምገማ ለማጠናቀቅ እና የቀደመ ጣልቃገብነት አገልግሎቶችን ለመጀመር ይረዳዎታል።

202-727-3665 | osse.dceip@dc.gov

— የእርስዎ ልጅ እድሜዉ 3 ወይም ከዚያ በላይ ከሆነ **ቀዳሚ ደረጃዎች (አይዲኢኤ ክፍል ለ)** ያግኙ ግምገማ ለማጠናቀቅ እና የተለየ ትምህርት አገልግሎቶችን ለመጀመር ይረዳዎታል።

202-698-8037 | referral@earlystagesdc.org

በፍላጎቶች አካባቢ ላይ ያሉ አገልግሎቶችን ይጀምሩ:

- የእርስዎ ፔዲያትሪሺያን ለልጅዎ በተለያዩ ክፍሎች(የንግግር እና ቋንቋ ቴራፒ፣ የስራ ቴራፒ፣ አካላዊ ቴራፒ) ላይ የቴራፒ አገልግሎቶች መስጠት የሚችሉ ስፔሻሊስቶች ጥቆማ ሊያደርግሎት ይችላሉ። ይህን መሰሉ አገልግሎቶች በእርስዎ የጤና ኢንሹራንስ ሊሸፈኑ ይገባል እና ለማግኘት መደበኛ የሆነ የኦቲዝም ምርመራ አያስፈልጋቸዉም።

የእርስዎን ልጅ እድገት መደገፍዎን ይቀጥሉ:

- ሌሎች ባለሙያዎች በርካታ ድጋፎችን ሊያቀርቡ ይችላሉ። ያስታዉሱ፣ እርስዎ ልጅዎን ከማንም በላይ ያዉቃሉ። ከዚህ በታች የቀረቡት ነጻ አቅርቦቶች ወላጆች የልጃቸዉን እድገት ለመደገፍ የቀረቡ ናቸዉ:

— **ሄልፕ ኢዝ ኢን ዩር ሃንድ** ኦቲዝም ምልክቶች ያሉባቸዉ ወይም በምርመራ የተረጋገጠባቸዉ ልጆች ቤተሰቦች የሚያገለግል አሳታፊ አቅርቦት ነዉ። ነጻ ዌብሳይት ሲሆን 16 ድረገጽ-ላይ የተመሰረቱ የቪዲዮ ሞዱሎች ናቸዉ እነዚህም ወላጆች በቤት ዉስጥ በሚያከናዉኗቸዉን የእለት ከእለት ተግባራት ላይ ቀላል ዘዴዎችን በመጀመር የሚረዱ ናቸዉ።

— **ፓረንት ኢንካሬጅመንት ፕሮግራም (ፒኢፒP)** ኦንላይን እና በአካል-መገኘት ስልጠናዎችን ይሰጣል በዚህም ለወላጆች የልጆቻቸዉን ባህሪያቶች መሰረታዊ ምክንያቶችን የሚያዉቁበት እዉቀትን እና ችግሮችን ወዲያዉኑ መፍታት የሚያስችላቸዉ መሳሪያዎችን ይሰጣቸዋል። ፒኢፒ ፕሮግራሞች በእንግሊዝኛ እና ስፓኒሽ ይሰጣሉ እና በሚፈለጉበት-ጊዜ-የሚቀርቡ ቪዲዮዎች፣ ሸርቹዋል እና በአካል-መገኘት ትምህርት ክፍለ ጊዜዎች፣ እና ግላዊ ድጋፍ ያካትታሉ።

— **የእንክብካቤ ሰጪ ክህሎቶች ስልጠናዎች** ከኦቲዝም ስፒክስ እና የዓለም ጤና ድርጅት ነጻ የኦንላይን ስልጠና ፕሮግራም ሲሆን ለእንክብካቤ ሰጪዎች የእለት-ከእለት ክህሎቶችን ያስተምራል በዚህም እድሜያቸዉ ከ 2-9 የሆኑ ኦቲዝም እና ሌሎች የእድገት መዘግየቶች ያሉባቸዉ ልጆችን ደህንነት እና እድገት ለመጨመር ይረዳል።

- **አወንታዊ የወላጅነት ምክሮች** በ ሴንተርስ ፎር ዲዚዝ ኮንትሮል ኤንድ ፕሪቬንሽን (ሲዲሲ) የሚቀርበዉ በተለያዩ ደረጃዎች ላይ የልጅዎን እድገት ለመደገፍ ማድረግ ስለሚገባዎት ነገሮች መማር እንዲችሉ ይረዳዎታል። እርስዎ ከዚህ በተጨማሪም "የጨዋታ ጊዜዎችን በይበልጥ አስደሳች ማድረግ ይችላሉ" እነዚህን ምክሮች በመከተል **ሲዲሲ**፣ **ዜሮ ቱ ስሪ** ፣ እና **ብሩም**።
- ከልጅዎ ጋር ያንብቡ። በዲሲ የሕዝብ ላይብረሪ በኩል በእያንዳንዱ ወር ነጻ መጽሃፍ በፖስታ ሳጥን ቁጥር ለማግኘት ልጅዎን **ቡክስ ፍሮም በርዝ ፕሮግራም** ላይ ያስመዝግቡት።
- የቪዚዋል መሳሪያዎችን ግምት ዉስጥ ያስገቡ **እነዚህ**፣ በኢስተር ሲልስ ቺካጎ በኩል ያገኙዋቸዋል፣ ይህም በቤትዎ ዉስጥ ለልጅዎ ተጨማሪ ቅርጽ እና ድጋፍ ለማቅረብ ይረዳዎታል።
- የልጅዎን እድገት በሲዲሲ ነጻ **"ምልክቶቹን ይማሩ። ቀደምዉ እርምጃ ይዉሰዱ።"** አቅርቦቶች መቆጣጠርዎን ይቀጥሉ።

ለሕክምና ኦቲዝም ግምገማ ዝግጅት ያድርጉ:

☑ እርስዎ በሚጠብቁበት ወቅት ጊዜዉ ደርሶ ግምገማዎ ሲካሄድ የበለጠ ተጠቃሚ መሆን እንዲችሉ ከዚህ በታች የተጠቀሱትን እርምጃዎች መዉሰድ ይችላሉ።

- ስለ ኦቲዝም በ **ኦቲዝም ስፒክስ** እና **የኦቲዝም አሳሽ** አቅርቦቶች የበለጠ ይማሩ።
- ምን መጠበቅ እንዳለብዎት የበለጠ ለማወቅ በሴንተር ፎር ኦቲዝም ሪሰርች የቀረበዉን **"ኢለመንትስ ኦፍ አን ኢፋሉዌሽን ፎር ኦቲዝም ስፔክትረም ዲስኦርደር"** መዝገብ ይገምግሙ።
- ስለ ልጅዎ እድገት የተገኙ መረጃዎችን ያሰባስቡ ይህም የሕክምና መዝገቦች ወይም ቀደም ያሉ የእድገት ወይም ትምህርታዊ ግምገማዎችን ያካትታል። ለልጅዎ እድገት የእርስዎ ዋና ስጋቶች ምን እንደሆኑ እንዲሁም ጥንካሬያቸዉ ምን እንደሆነ ማሰብ ይጀምሩ።
- ኢንሹራንስዎን ያግኙ እና የትኞቹን አገልግሎቶች እንደሚሸፍኑ ወይም እንደማይሸፍኑ እና የእርስዎ ልጅ የኦቲዝም ምርመራ የሚደረግለት ከሆነ ምን ያህል ሊሸፍኑ እንደሚችሉ ይወቁ።

DC AUTISM COLLABORATIVE