


စိတ် ကျန်းမာရေး/ဆေးဝါးတလွဲအသုံးပြုမှုဆိုင်ရာ ဝန်ဆောင်မှုများ (Mental Health/Substance Abuse Services)

အမှုအကျင့်ပိုင်းဆိုင်ရာစိတ်ကျန်းမာရေးအတွက် ဆက်သွယ်ရန်။ (Access to Behavioral Health)  **240-777-1770**

အခြေချနေထိုင်သူများအတွက် အဓိကစိတ်ကျန်းမာရေးနှင့်/ သို့မဟုတ်ဆေးရွေးသောပြဿနာများတွင်လုံအပ်နေသောဝန်ဆောင်မှုများရရှိနိုင်မည့် စိစစ်လေ့လာနိုင်မှုများနှင့်အဆက်အသွယ်များကို ပံ့ပိုးပေးပါသည်။ အခြားအစီအစဉ်များမှာ :






- အရွယ်ရောက်ပြီးသူများ အမှုအကျင့်ဆိုင်ရာကျန်းမာရေးအစီအစဉ်။ (Adult Behavioral Health Program)
- ကြီးကော်ဝင်အရွယ်များအတွက်စိတ်ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုအစီအစဉ်။ (Child & Adolescent Mental Health Program)
- စိတ်ကျန်းမာရေးကိစ္စ စီမံခန့်ခွဲမှု။ (Mental Health Case Management)
- သက်ကြီးရွယ်အိုများအတွက်စိတ်ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာဝန်ဆောင်မှုများ။ (Mental Health Services for Seniors)
- ပြင်ပလူနာအနေနှင့်ပူးပေါင်းဆေးရွေးခြင်းနှင့်စိတ်ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာဝန်ဆောင်မှုများ။ (Outpatient Addiction and Mental Health Services)
- နားမကြားသူများနှင့် အကြားအာရုံချို့ယွင်းသူများအတွက် ကျူးလွန်ထမ်းဝန်ဆောင်မှုအေဂျင်စီ၏ စိတ်ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာဝန်ဆောင်မှုများ။ (Jewish Social Service Agency Mental Health Services for People who are Deaf or Hearing Impaired)
- သက်ကြီးရွယ်အိုများအတွက် စင်တီပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုအုပ်စု၏ စိတ်ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများ။ (Affiliated Santé Group Mental Health Services for Seniors)
- မိသားစုဝန်ဆောင်မှုအဖွဲ့၏ ပြင်ပလူနာစိတ်ကျန်းမာရေးဌာန။ န။ (Family Services, Inc. Outpatient Mental Health Center)

စိတ်တိုင်း မောင့်ပိုမယ်ရီ ကော်ဝင် အရေးပေါ်ဖုန်း (EveryMind Montgomery County Hotline) **301-738-2255**

ဆေးကုသမှုအခမဲ့ဖြစ်ပြီး ကိုယ်ရေးကိုယ်တာအချက်အလက်များကို ထိန်းသိမ်းလျှို့ဝှက်ပေးသည့်ဝန်ဆောင်မှုများ။

- ဖုန်းဖြင့်ပြီးဝန်ဆောင်ပေးမှု: ၂၄နာရီ/တစ်ပတ်ကိုရက်။
- တယ်လီဖုန်းမှစာပို့ပြီးဝန်ဆောင်ပေးမှု: တနင်္ဂနွေ-ကြာသပတေး။ မွန်းတည့်၁၂:၀၀နာရီ-ညဉ့်နာရီထိ။

ဒေသတွင်းဆေးရုံများ (Local Hospitals)

- **ဟိုးလီး ခရော့စ် ဆေးရုံ (Holy Cross Hospital)**  **301-754-7000**
- မက်စတာ: မောင့်ပိုမယ်ရီ ကျန်းမာရေး (MedStar Montgomery Medical)  **301-774-8882**
- ဆက်ဘာဘန်း ဆေးရုံ (Suburban Hospital)  **301-896-3100**
- ရိုတ်ဒီ ဂရူ အက်ဗန်းတစ် ဆေးရုံ (Shady Grove Adventist Hospital)  **240-826-6000**
- ဝါရှင်တန် အက်ဗန်းတစ် ဆေးရုံ (Washington Adventist Hospital)  **301-891-7600**


မောင့်ပိုမာရီဆေးခန်းများ (Montgomery Cares Clinics)

ကျန်းမာရေးအာမခံမရှိသူများ၊ သတ်မှတ်ထားသောလစာကန့်သတ်မှုမဟုတ်ဘဲ တင်ပြနိုင်သူများ၊ မွန်ဂိုမာရီရိုင်တွင်နေထိုင်သူများ (တရားဝင်နေထိုင်မှုအခြေအနေအထောက်အထားများ တင်ပြရန်မလိုပါ။)


Care for Your Health
(မယ်ဒီကဲ Medicare နှင့် မယ်ဒီကဲဝတ် Medicaid ကျန်းမာရေးအစီအစဉ်များကို လက်ခံသည်။)

Silver Spring  **R1-240-844-2552**


Community Clinics, Inc.
(မယ်ဒီကဲ Medicare နှင့် မယ်ဒီကဲဝတ် Medicaid ကျန်းမာရေးအစီအစဉ်များကို လက်ခံသည်။)

Gaithersburg  **R301-216-0880**
Silver Spring  **R301-585-1250**
Takoma Park  **R301-431-2972**


Holy Cross Hospital Health Center
(ကျန်းမာရေးအကူအညီ ကို လက်ခံမည်)

Silver Spring, Aspen Hill, Gaithersburg & Germantown  **R301-557-1940**


Mansfield Kaseman Health Clinic
(ကျန်းမာရေးအကူအညီ ကို လက်ခံမည်)


Rockville  **R301-917-6800**

Mary's Center Clinic
(မယ်ဒီကဲ Medicare နှင့် မယ်ဒီကဲဝတ် Medicaid ကျန်းမာရေးအစီအစဉ်များကို လက်ခံသည်။)

Silver Spring  **R240-485-3160**

Mercy Health Clinic
(ကျန်းမာရေးအကူအညီ ကို လက်ခံမည်)

Gaithersburg  **R240-773-0300**



Mobile Medical Care, Inc.
Germantown  **R301-634-9600**
နေရာဒေသအများအပြားမှာရှိပြီး ကြိုတင်ရက်ချိန်းယူစရာမလိုဘဲ တိုက်ရိုက်လာပြန်ပါသည်။ **301-493-2400**

Muslim Community Center Medical Clinic (မယ်ဒီကဲ Medicare နှင့် မယ်ဒီကဲဝတ် Medicaid ကျန်းမာရေးအစီအစဉ်များကို လက်ခံသည်။)

Silver Spring  **R301-384-2166**

Pan Asian Volunteer Health Clinic
Gaithersburg  **R240-393-5950**

Proyecto Salud
(ကျန်းမာရေးအကူအညီ ကို လက်ခံမည်)

Wheaton  **R301-962-6173**
Olney  **R301-260-1073**

Spanish Catholic Center Medical Clinic
Silver Spring  **R301-434-8985**

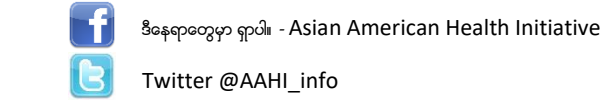
Revised on: 08/02/18
REB.BUR.01




ကျန်းမာသောလူ့အဖွဲ့အစည်းကို အတူတကွ တည်ဆောက်ကြပါစို့။
မောင့်ပိုမာရီခရိုင်
မှာနေထိုင်သူများအတွက် ကျန်းမာရေးနှင့်လူမှုရေးဝန်ဆောင်မှုအရင်းအမြစ်များ။



Montgomery County
Department of Health and Human Services
Asian American Health Initiative
1401 Rockville Pike, 3rd Floor,
Rockville, MD 20852
ဖုန်း- 240-777-4517
ဖက်စ်(ဖုန်းစာ)- 240-777-4564
ဝက်ဆိုက်- www.AAHInfo.org
အီးမေးလ်- info@AAHInfo.org



ဖုန်း 240-777-4517 သို့ခေါ်ဆိုပြီး ယခုမှတ်တမ်းများကို အခြားသောပုံစံများနှင့် ရယူနိုင်ပါသည်။ TTY အသုံးပြုသူများသည် Maryland Relay ကို 711 (ပြည်နယ်တွင်းခေါ်ဆိုမှုများ) သို့မဟုတ် 1-800-735-2258 (ပြည်နယ်ပြင်ပမှ ခေါ်ဆိုခြင်းများ) သို့ခေါ်ဆိုနိုင်ပါသည်။

 ကားဂိတ် (Ride On) ရထားဂိတ် (Metro) မှ ၀.၅ မိုင်အတွင်း အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။


သက်ကြီးရွယ်အိုနှင့် ကိုယ်ခန္ဓာချို့ယွင်းသူ၊ ပုံမှန်မလုပ်ရှားနိုင်အောင်ကျန်းမာရေးထိခိုက်သူများအတွက် ဝန်ဆောင်မှုများ (Senior & Disability Services)

သက်ကြီးရွယ်အိုနှင့် ကိုယ်ခန္ဓာချို့ယွင်းသူ၊ ပုံမှန်မလုပ်ရှားနိုင်အောင်ကျန်းမာရေးထိခိုက်သူများအတွက် အရင်းအမြစ်ယူနစ်။ (Aging & Disability Resource Unit) **240-777-3000**

သက်ကြီးရွယ်အိုများ နှင့်/သို့မဟုတ် မသန်မစွမ်းသော သူများ နှင့် ယင်းတို့ကို ပြုစုစောင့်ရှောက်သူများ/အိမ်အထိအကူအညီပေးသူများအတွက် အောက်ပါတို့နှင့်ပတ်သက်ပြီး သတင်းအချက်အလက်များနှင့် အရင်းအမြစ်များကို ပေးအပ်ပါသည်။ ။

- လူကြီး ကာကွယ်မှု ဝန်ဆောင်မှုများ (Adult Protective Services)
- အိမ်တွင်းပြုစုစောင့်ရှောက်မှု
- မိသားစုဝင် ပြုစုစောင့်ရှောက်သူများအတွက် အထောက်အပံ့
- ဘဏ္ဍာရေး အထောက်အပံ့
- သက်ကြီးရွယ်အိုများကိုစောင့်ရှောက်မှုအစီအစဉ်။ (Senior Care Subsidy Program)
- သယ်ယူပို့ဆောင်ရေး
- အိမ်ရာ

သက်ကြီးရွယ်အိုများအတွက် အာဟာရကျွေးသည့်အစီအစဉ်။ (Senior Nutrition Program) **240-777-3810**

အုပ်စုလိုက် အစားအသောက်ကျွေးသည့်။
သက်ကြီးရွယ်အို သွားသက်ဆိုင်ရာ အစီအစဉ် (Senior Dental Program)  **240-777-1875**

၆၀+ သက်ကြီးရွယ်အိုများအတွက် အထွေထွေသွားဘက်ဆိုင်ရာ ကုသမှုများကို ပေးအပ်ပါသည်။

Connect-A-Ride **301-738-3252**

အသက်၅၀အထက်ရှိသူနှင့် ကိုယ်ခန္ဓာချို့ယွင်းသူ၊ ပုံမှန်မလုပ်ရှားနိုင်အောင်ကျန်းမာရေးထိခိုက်သူများအတွက် သယ်ယူပို့ဆောင်ရေးအစီအစဉ်များဆိုင်ရာ သတင်းအချက်အလက်များပေးသည်။

ခေါ်ပြီးစီးပါ (Call 'N' Ride) **301-948-5409**

သက်ကြီးရွယ်အိုနှင့် ကိုယ်ခန္ဓာချို့ယွင်းသူ၊ ပုံမှန်မလုပ်ရှားနိုင်အောင်ကျန်းမာရေးထိခိုက်သူများအတွက် သယ်ယူပို့ဆောင်ရေး။ **Medicaid သယ်ယူပို့ဆောင်ရေးသတင်းစုံစမ်းရန်လိုင်း (Medicaid Transportation Information Line)** **240-777-5890**

Medicaid ရှိသူများအတွက် ကျန်းမာရေးကုသစစ်ဆေးခွင့် ရက်ချိန်းများကိုတက်ရောက်ရန်။

ပြည်နယ် ကျန်းမာရေး အာမခံ အထောက်အပံ့ အစီအစဉ် (State Health Insurance Assistance Program, SHIP) **301-255-4250**

ကျန်းမာရေးအစောင့်အရှောက် သတင်းအချက်အလက်ကို ပေးအပ်ပြီး သက်ကြီးရွယ်အိုများ၊ မသန်မစွမ်းသောသူများ၊ မိသားစုများ နှင့် ပြုစုစောင့်ရှောက်နေသူများကို ဆွေးနွေးတိုင်ပင်မှုများ ဆောင်ရွက်ပေးပါသည်။



သက်ကြီးရွယ်အိုဆိုင်ရာ အမျိုးသား အာရှ ပစိဖိတ် စင်တာ (National Asian Pacific Center on Aging, NAPCA) **1-800-336-2722**

ကျန်းမာရေးအစောင့်အရှောက် နှင့် ကျန်းမာရေးအကူအညီဆိုင်ရာ သတင်းအချက်အလက်နှင့် အထောက်အပံ့အတွက် အမျိုးသား အခမဲ့ အကူအညီပေးဖုန်းလိုင်း:


- တရုတ်ဘာသာစကားအတွက်။ ။ **1-800-582-4218**
- ကိုရီးယားဘာသာစကားအတွက်။ ။ **1-800-582-4259**
- ဗီယက်နမ်ဘာသာစကားအတွက်။ ။ **1-800-582-4336**

အောက်ပါ ဝန်ဆောင်မှုများအတွက် အကျိုးစီးပွား လိုအပ်ချက်များရှိပါသည်။ မိတ်ဆွေအနေဖြင့် အကျိုးစီးပွား သိရှိနိုင်ရန် အစီအစဉ်၏ ဖုန်းနံပါတ်သို့ ဖုန်းဆက်ပြီး မေးမြန်းနိုင်ပါသည်။ သို့မဟုတ် မောင်ဂိုမယ်ရီ ကောင်တီ၏ ဝက်ဘ်ဆိုက်စ်တွင် ဝင်ရောက်လေ့လာနိုင်ပါသည်။ ။ www.montgomerycountymd.gov/hhs

ကင်ဆာ ရောဂါ ဝန်ဆောင်မှုများ (Cancer Services)

အမျိုးသမီး ကင်ဆာထိန်းချုပ်မှုအစီအစဉ် (Women's Cancer Control Program)
ရင်သားနှင့်သားအိမ်ခေါင်းကင်ဆာ။  **240-777-1750**
အူမကြီးနှင့်စင်ဒီကင်ဆာကြိုတင်စစ်ဆေးမှုအစီအစဉ် (Colorectal Cancer Screening Program)
 **240-777-1222**


အသဲရောင်အသားဝါဘီပိုးရောဂါအတွက်ဝန်ဆောင်မှုများ (Hepatitis B Services)

STOP B Project  **240-393-5950**
အစမဲ့ကျန်းမာရေးပညာပေးခြင်း၊ အစမဲ့စစ်ဆေးခြင်း၊ ကာကွယ်ဆေးထိုးပေးခြင်းနှင့် ဆေးကုသမှုများဆက်လက်ပြုလုပ်ရန် လှုံ့ဆော်ပေးခြင်း။
မွေးဖွားခါနီးအခြေအနေအတွက် အသဲရောင်အသားဝါဘီပိုးအစီအစဉ် (Perinatal Hep B Program) **240-777-1736**
မွေးကင်းစကလေးများမှာ အသဲရောင်အသားဝါဘီပိုးမရှိစေရန် ကာကွယ်ခြင်း။


ဆေးလိပ်ဖြတ်ရေး ဝန်ဆောင်မှုများ (Quit Smoking Services)

အစမဲ့ခေါ်ဆောင်ခြင်းပါရှိပါသည်။ အစမဲ့ဝန်ဆောင်မှုပေးပါသည်။ အစမဲ့ဆေးဝါးများပေးပါသည်။
မေရီလန်ဒ် ဆေးလိပ်ဖြတ်ဌာန (Maryland Tobacco Quitline) **1-800-784-8669**
အာရှအနွယ်ဝင် ဆေးလိပ်သောက်သူများ၏ ဆေးလိပ်ဖြတ်ဌာန (Asian Smokers' Quitline)
တရုတ်ဘာသာစကားအတွက် - **1-800-838-8917**
ဗီယက်နမ်ဘာသာစကားအတွက် - **1-800-778-8440**
ကိုရီးယားဘာသာစကားအတွက် - **1-800-556-5564**




သွားနှင့်ခံတွင်းဆိုင်ရာဝန်ဆောင်မှုများ (Dental Services)

သွားနှင့်ခံတွင်းဆိုင်ရာဝန်ဆောင်မှုများ (Dental Services)
အထွေထွေသွားနှင့်ခံတွင်းဆိုင်ရာကုသမှု။  **240-777-1875**
HIV ရှိသူများအတွက် သွားနှင့်ခံတွင်းဆိုင်ရာကုသမှု (HIV Dental Services)
 **240-777-1737**
HIV ပိုးရှိသူလူနာများအတွက် အထွေထွေသွားနှင့်ခံတွင်းဆိုင်ရာကုသမှု။

ကျန်းမာရေးကုသမှုအတွက် လုံလောက်မှုရှိသောအနေအထား (Medical Coverage)


Medicaid/Health Choice  **240-777-1635**
ကိုယ်ဝန်ဆောင်အမျိုးသမီးများ၊ ကလေးများ၊ ကိုယ်ခန္ဓာထိခိုက်သူ၊ ပုံမှန်မလုပ်ရှားနိုင်အောင် ကျန်းမာရေးချို့ယွင်းသော အရွယ်ရောက်ပြီးသူများကို ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုပေးပါသည်။
အိမ်ခြေယာမဲ့အရွယ်ရောက်ပြီးသူများအတွက်ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု (Medical Care for Homeless Adults) **240-777-0311**

ပြည်သူ့လူထုအတွက်ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများ (Community Health Services)

ရောဂါပျံ့နှံ့ခြင်းကို ထိန်းချုပ်မှု (Disease Control)  **240-777-1755**
လိင်မှတစ်ဆင့်ကူးစက်သောရောဂါများ၊ ဝိဘီအဆုတ်နာရောဂါနှင့် ရုခံအားကျဆင်းမှုအိတ်ချ်ဆိုင်ဗီရောဂါတို့မှလွတ်ပြီး ကူးစက်ရောဂါများဖြစ်ပွားမှုကို စစ်ဆေးပေးပါသည်။
အထွေထွေ ကာကွယ်ဆေးထိုး အစီအစဉ် (General Immunization Program)  **240-777-1600**
ရာသီအလိုက်ဖြစ်သောတုတ်ကွေးနှင့် မေးခိုင်း၊ ဆုံဆို့နာ၊ ကြက်ညှာကာကွယ်ဆေးများထိုးပေးပါသည်။
HIV ရောဂါစောင့်ရှောက်မှု (HIV Case Management)  **240-777-1869**

HIV ရောဂါနှင့်ပတ်သက်ပြီး လိုအပ်သောအခြေခံကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများပေးပါသည်။
ခုက္ကသည့်နှင့်ရွှေပြောင်းအလုပ်သမားများအတွက် ကျန်းမာရေးအစီအစဉ်/ဆေးခန်း (Refugee & Migrant Workers Health Program/Clinic)  **240-777-3102**
လိုအပ်သောအခြေခံကျန်းမာရေးဆေးစစ်မှု များခရိုင်ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုဆေးခန်း၊ ဆေးခန်းများသို့ သွားရောက်ကုသရန်များဆောင်ရွက်ပေးပါသည်။
STI (လိင်မှတစ်ဆင့်ကူးစက်သောရောဂါများ) / HIV ရောဂါဆေးစစ်မှုများ (STI/HIV Testing)  **240-777-1760**
လိင်မှတစ်ဆင့်ကူးစက်သောရောဂါများနှင့် HIV ရောဂါပိုးရှိ မရှိဆေးစစ်ခြင်း၊ ကုသခြင်းများဆောင်ရွက်ပေးပါသည်။
ဝိဘီအဆုတ်နာရောဂါဆေးစစ်ခြင်းနှင့် ကုသခြင်း (TB Testing and Treatment)  **240-777-1800**
အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာခရီးသွားထားခြင်းသတင်းအချက်အလက် (International Travel Info) **240-777-0311**
အစားအဆိပ်သင့်ခြင်း (Food Poisoning)  **240-777-3986**
အစားအသောက်နှင့်အခြားပစ္စည်းများရောင်းချရုံလိုင်စင်နှင့် ပြည်သူ့လူထုမှ အဆိုပါ အစားအသောက်ကိစ္စရပ်များနှင့်ပတ်သက်ပြီး တိုင်တန်းမှုများအတွက် ဖုန်းနံပါတ်။



ငွေကြေးအထောက်အပံ့/ လူနေအိမ် (Financial Assistance/Housing Services)


လူထုအားထောက်ပံ့ကူညီရေးအစီအစဉ်များ (Public Assistance Programs)
လစဉ်ဝင်ငွေ၊ အစားအစာ၊ ကျန်းမာရေးထောက်ပံ့မှု။
Germantown  **240-777-3420**
Rockville  **240-777-4600**
Silver Spring  **240-777-3100**
အိမ်ငှားရန်အကူအညီပေးရေးအစီအစဉ် (Rental Assistance Program)  **240-777-4400**
အိမ်ရှင်မှ အိမ်ငှားအား အရေးပေါ်မောင်းချခြင်းမှ ကာကွယ်ရေး (Emergency Eviction Prevention)
အရေးပေါ်အခြေအနေမျိုးတွင် ကူညီညှိနှိုင်းပေးရန်။
Germantown  **240-777-4448**
Rockville  **240-777-4550**
Silver Spring  **240-777-3075**
အိမ်အသုံးစရိတ်ကူညီခြင်းအစီအစဉ် (Utility Assistance Program)  **240-777-4450**
အခွေးဓာတ်ပေးခြင်းနှင့် လျှပ်စစ်အသုံးစားရိတ်ကျငွေများအတွက် ကူညီပေး


Montgomery (မောင်ဂိုမယ်ရီ) ခရိုင် ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးနှင့် လူသားများအတွက်ဝန်ဆောင်မှုများဌာနမှပေးသော ဝန်ဆောင်မှုနှင့်သတင်းအချက်အလက်များကို 240-777-0311 နံပါတ်ရှိ MC 311 သို့ဖုန်းခေါ်ဆိုပြီး စုံစမ်းနိုင်ပါသည်။မည်သည့်ဘာသာစကားကိုမဆိုပြောပြီးခေါ်ဆိုနိုင်ပါသည်။ဝက်ဆိုက်: www.montgomerycountymd.gov/311

ကလေးသူငယ်များအတွက် ဝန်ဆောင်မှုများ (Children's Services)

ကလေးသူငယ်များအတွက် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု (Care for Kids)  **301-628-3438**



အခြေခံကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုနှင့် အထူးကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုများပေးပါသည်။
ChildLink  **240-777-4769**
လိုအပ်သောသတင်းအချက်အလက်နှင့် လွှဲပြောင်းကုသရန်ဝန်ဆောင်မှုပေးပါသည်။
Maryland (မေရီလန်ပြည်နယ်) မေရီလန်ပြည်နယ်ကလေးစောင့်ရှောက်မှု (Maryland Children's Health Program, MCHP)  **1-855-642-8572**




မွေးကင်းစမှ အသက်၁၉နှစ်အထိကလေးများနှင့် ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိခင်များအသက်ကန့်သတ်ချက်မရှိ လက်ခံသည်။
ကျောင်းကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများ (School Health Services)  **240-777-1550**



အစိုးရကျောင်းများမှ ကျောင်းသားကျောင်းသူများကို ကျန်းမာရေး၊ လုံခြုံရေး၊ ကျန်းမာပျော်ရွှင်စွာဘဝနေထိုင်ရေးများကို မြှင့်တင်ပြီးတည်ပြီး နှစ်သိမ့်ပြောဆိုခြင်းများပြုလုပ်ပါသည်။
ကာကွယ်ဆေးထိုးပေးခြင်းအစီအစဉ် (Immunization Program)  **240-777-1050**

ကြိုတင်ရက်ချိန်းယူစရာမလိုဘဲ အသက်၁၉နှစ်အောက်ကလေးများ ကာကွယ်ဆေးလားထိုးနိုင်ပါသည်။

ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိခင်/ မျိုးဆက်ပြန့်ပွားရေးဆိုင်ရာကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများ (Maternal/Reproductive Health Care Services)

Maternity Partnership  **1-800-456-8900**
မီးဖွားမီ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးပါသည်။
Holy Cross သားဖွားနှင့်မီးယပ်ဆေးခန်း (Holy Cross OB/GYN Clinic)
မီးဖွားမီနှင့် မီးဖွားပြီး ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုပေးပါသည်။ **301-754-7630**
မိသားစုတည်ထောင်မှုအစီအစဉ်/ မျိုးဆက်ပြန့်ပွားရေးဆိုင်ရာကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများ (Family Planning/Reproductive Health) 
မျိုးဆက်ပြန့်ပွားရေးဆိုင်ရာကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုများနှင့် တိုင်ပင်ဆွေးနွေးခြင်းဝန်ဆောင်မှုများပေးပါသည်။

Community Clinics, Inc.
Silver Spring  **301-585-1250**
Takoma Park  **301-431-2972**
Gaithersburg မိသားစုလိုက်ဝန်ဆောင်ပေးမှုများ အိုင်အေစီ။ (Family Services, Inc.)  **240-790-3334**

မေရီစီစင်တာ (Mary's Center Clinic)  **240-485-3160**
Gaithersburgစင်တာရှိဝါရှင်တန်၏ကြိုတင် ရည်ရွယ်ထားသည့်မိဘဘဝ (Gaithersburg Center Planned Parenthood)  **301-208-1300**
ဆယ်ကျော်သက်ကိုယ်ဝန်ဆောင်မှု (Teen Pregnancy) **240-777-1570**

ကာကွယ်ခြင်း၊ ပညာပေးခြင်းအချက်များနှင့် ဆယ်ကျော်သက်ရွယ်မိဘများကို ကူညီသောအစီအစဉ်များပါဝင်သော ဖုန်းနံပါတ်။




အရေးပေါ် ကြိုတင်ပြင်ဆင်မှု ဝန်ဆောင်မှုများ (Emergency Preparedness Services)

ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးအရေးပေါ်ကာကွယ်အသင့်အနေအထားပြင်ဆင်ထားမှုနှင့် တုန့်ပြန်မှုအစီအစဉ် (Public Health Emergency Preparedness and Response Program) **240-777-3038**
အများပြည်သူအတွက် ကျန်းမာရေးအရေးပေါ်အခြေအနေတွင် မည်သို့မည်ပုံ ကြိုတင်ပြင်ဆင်၊ တုန့်ပြန်ရမည်တို့နှင့် ပတ်သက်သည့် သတင်းအချက်အလက်များကို ပေးအပ်ပါသည်။


လူနာများအတွက် လမ်းညွှန်အစီအစဉ်များ (Patient Navigator Programs)


သက်ဆိုင်ရာသတင်းအချက်အလက်များပေးပြီး ကျန်းမာရေးအရေးအခြေဌာနများသို့ လွှဲပြောင်းကုသရန်ဝန်ဆောင်မှုနှင့် စကားပြန်ဝန်ဆောင်မှုများပါပေးပါသည်။
တရုတ်၊ ဗီယက်နမ်၊ ကိုရီးယား၊ ဗီယက်နမ် ဘာသာစကားများအတွက် - **301-760-7050**
စပိန် ဘာသာစကားအတွက် - **301-270-8432**

အရည်အချင်းပြည့်ဝမှုနှင့်အထောက်အကူပြုလုပ်ငန်းများရုံး (Office of Eligibility and Support Services, OESS)

ပြည်ထောင်စု၊ ပြည်နယ် နှင့် ကောင်တီ ကျန်းမာရေး အစီအစဉ်များတွင် ပါဝင်ရန် ဝင်ပေါက် နှင့် လျှောက်ထားခြင်းများ
Germantown  **240-777-3591**
Rockville  **240-777-3120**
Silver Spring  **240-777-3066**

အပူတပြင်းအခြေအနေဝန်ဆောင်မှုများ (Crisis Services)

လူညီလည်ဝန်ဆောင်မှုပေးသောအဖွဲ့ (Crisis Center/Mobile Crisis Team)  **240-777-4000**
တနေ့၂၄နာရီ၊ တပတ်ဂုရုတ်၊ ပိတ်ရက်မရှိ။ တယ်လီဖုန်းဖြင့် မေးမြန်းကုသနိုင်ပါသည်။ ကြိုတင်ချိန်းဆိုရန်မလိုဘဲ တိုက်ရိုက်လာရောက် ပြသနိုင်ပါသည်။
ညှဉ်းဆဲခံရသူများကို ကူညီပံ့ပိုးရေးနှင့် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာအကြမ်းဖက်မှုအတွက် အရေးပေါ်တိုက်ရိုက်ဆက်သွယ်သောလိုင်း (Victim Assistance & Sexual Assault Crisis Line)
၂၄နာရီ/ တပတ်တိုက်ဂုရုတ်။ **240-777-4357**
အညှဉ်းဆဲခံရသူများအတွက် အရေးပေါ်ဖုန်း (Abused Persons Hotline) **240-777-4195**

အိမ်တွင်း ညှဉ်းဆဲခံရသူများနှင့် ၎င်းတို့မိသားစုများအတွက် သင့်လျော်လိုအပ်သည့် ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများပေးပါသည်။
ကလေးသူငယ် ညှဉ်းပန်းနှိပ်စက်မှုနှင့် ကလေးသူငယ်များကို မျက်ကွယ်ပြုမှုများအတွက် အရေးပေါ်အပြန်ဆက်သွယ်သောလိုင်း (Child Abuse & Neglect Hotline) **240-777-4417**
မိမိကိုယ်ကိုသေကြောင်းကြံခြင်းအားနှိပ်စက်ဆောင်ကာကွယ်မှုပြု ပုအသက်ကယ်ခြင်းနှင့် စစ်ပြန်ပေးရေးပေါ်ပြဿနာ (National Suicide Prevention Lifeline & Veterans Crisis) **1-800-273-8255**
၂၄နာရီ/ တပတ်တိုက်ဂုရုတ်။
အသက်ကြီးသူများအတွက်ကာကွယ်မှုလုပ်ငန်းများ (Adult Protective Services)  **240-777-3000**