

මානසික සෞඛ්‍ය/මත්ද්‍රව්‍ය අවහානික සේවා (Mental Health/Substance Abuse Services)

වර්ගාත්මක සෞඛ්‍ය වෙත ප්‍රවේශය (Access to Behavioral Health) **240-777-1770**
 ප්‍රධාන මානසික සෞඛ්‍ය සහ/හෝ මත්ද්‍රව්‍ය අවහානික ගැටළු සඳහා සේවා අවශ්‍ය නේවාසිකයන් සඳහා ඇගයීම් සහ යොමු කිරීම් ලබා දේ. මීට ඇතුළත් වන අනෙකුත් වැඩසටහන් වනුයේ:

- වැඩිහිටි වර්ගාමය සෞඛ්‍ය වැඩසටහන් (Adult Behavioral Health Program)
- ළමා සහ යෞවන මානසික සෞඛ්‍ය වැඩසටහන (Child & Adolescent Mental Health Program)
- මානසික සෞඛ්‍ය සිද්ධි කළමනාකරණය (Mental Health Case Management)
- ජ්‍යෙෂ්ඨ පුරවැසියන් සඳහා මානසික සෞඛ්‍ය සේවා (Mental Health Services for Seniors)
- බාහිර රෝගී ඇබ්බැහිවීම සහ මානසික සෞඛ්‍ය සේවා (Outpatient Addiction and Mental Health Services)
- බිහිරි හෝ ශ්‍රවණ ආබාධ සහිත පුද්ගලයින් සඳහා යුද්ධී සමාජ සේවා නියෝජිතායතනයේ මානසික සෞඛ්‍ය සේවා (Jewish Social Service Agency Mental Health Services for People who are Deaf or Hearing Impaired)
- ජ්‍යෙෂ්ඨ පුරවැසියන් සඳහා අනුබද්ධිත සැන්ටේ සමූහයේ මානසික සෞඛ්‍ය සේවා (Affiliated Santé Group Mental Health Services for Seniors)
- පවුල් සේවා සමාගම බාහිර රෝගී මානසික සෞඛ්‍ය මධ්‍යස්ථානය (Family Services, Inc. Outpatient Mental Health Center)

එවිරිමයිනිඩ් මොන්ට්ගොමරි පළාත් ක්ෂණික ඇමතුම් අංකය (EveryMind Montgomery County Hotline) **301-738-2255**

- නොමිලේ සහ රහසිගතව සේවා සැපයේ
- දුරකථන සේවය: දවසේ පැය 24 පුරා/සතියේ දින 7ම
 - කෙටි පණිවුඩ සේවය: ඉරිදා-බ්‍රහස්පතින්දා ප.ව. 12:00 - ප.ව. 9.00 දක්වා

ප්‍රාදේශීය රෝහල් (Local Hospitals)

- සිරි කුරුස රෝහල (Holy Cross Hospital) **301-754-7000**
- මෙඩ්ස්ටාර් මොන්ට්ගොමරි මෙඩිකල් (MedStar Montgomery Medical) **301-774-8882**
- උපනාගරික රෝහල (Suburban Hospital) **301-896-3100**
- ෂේඩ් ග්‍රෝව් ඇඩ්වෙන්ටිස්ට් රෝහල (Shady Grove Adventist Hospital) **240-826-6000**
- වොෂින්ටන් ඇඩ්වෙන්ටිස්ට් රෝහල (Washington Adventist Hospital) **301-891-7600**

මොන්ට්ගොමරි රැකවරණ සායනය (Montgomery Cares Clinics)

රක්ෂණයක් නොමැති, සීමිත ආදායමක් සහිත පුද්ගලයන්ට, මොන්ට්ගොමරි ග්‍රාමයේ පදිංචිකරුවන්ට වෛද්‍ය සේවා සපයයි (නෛතික තත්වය පිළිබඳ ලිපි ලේඛන අවශ්‍ය නොවේ)

- කොමියුනිටි ක්ලිනික්ස් ඉන්කෝපරේටිව් (Community Clinics, Inc.)** (මෙඩිකෙයා සහ මෙඩිකෙයිඩ් පිළිගැනේ)
 - Gaithersburg **240-720-0510**
 - Silver Spring **301-585-1250**
 - Takoma Park **301-431-2972**
- හෝලි ක්‍රොස් රෝහල් සෞඛ්‍ය මධ්‍යස්ථානය (Holy Cross Hospital Health Center)** (මෙඩිකෙයිඩ් පිළිගැනේ)
 - Silver Spring, Aspen Hill, Gaithersburg & Germantown **301-557-1940**

- මැන්ස්ෆීල්ඩ් කේස්මාන් සෞඛ්‍ය සායනය (Mansfield Kaseman Health Clinic)** (මෙඩිකෙයිඩ් පිළිගැනේ)
 - Rockville **301-917-6800**
- මේරි මධ්‍යස්ථානයේ සායනය (Mary's Center Clinic)** (මෙඩිකෙයා සහ මෙඩිකෙයිඩ් පිළිගැනේ)
 - Silver Spring **240-485-3160**
- මර්සි සෞඛ්‍ය මධ්‍යස්ථාන සායනය (Mercy Health Clinic)** (මෙඩිකෙයිඩ් පිළිගැනේ)
 - Gaithersburg **240-773-0322**
- මොබයිල් මෙඩිකල් කෙයා ඉන්කෝපරේටිව් (Mobile Medical Care, Inc.)**
 - Germantown **301-634-9600**
 - බොහෝ ස්ථානවල සහ පැමිණී වහාම **301-493-2400**

- මුස්ලිම් ප්‍රජා මධ්‍යස්ථාන වෛද්‍ය සායනය (Muslim Community Center Medical Clinic)** (මෙඩිකෙයා සහ මෙඩිකෙයිඩ් පිළිගැනේ)
 - Silver Spring **301-384-2166**
- පැන් ඒෂියන් ස්වේච්ඡා සෞඛ්‍ය සායනය (Pan Asian Volunteer Health Clinic)**
 - Gaithersburg **240-393-5950**
- ප්‍රොයෙක්ටෝ සලුඩ් (Proyecto Salud)** (මෙඩිකෙයිඩ් පිළිගැනේ)
 - Wheaton **301-962-6173**
 - Olney **301-260-1073**
- ස්පාඤ්ඤ කතෝලික වෛද්‍ය සායන මධ්‍යස්ථානය (Spanish Catholic Center Medical Clinic)**
 - Silver Spring **301-434-8985**

Revised on: 03/06/19
 REB.SIN.02

Sinhala



Together To Build A Healthy Community

මොන්ට්ගොමරි ග්‍රාමයේ පදිංචිකරුවන් සඳහා සෞඛ්‍ය සහ සමාජ සේවා සම්පත්



Montgomery County
 Department of Health and Human Services
 Asian American Health Initiative
 1401 Rockville Pike, 3rd Floor
 Rockville, MD 20852
 දුරකථනය: 240-777-4517
 ෆැක්ස්: 240-777-4564
 වෙබ් අඩවිය: www.AAHInfo.org
 ඊමේල්: info@AAHInfo.org

- Facebook: www.facebook.com/AsianAmericanHealthInitiative
- Twitter: @AAHI_info

මෙම ලේඛනයේ විකල්ප ආකෘතිපත් 240-777-4517 අමතා ලබා ගත හැකිය. TTY පරිශීලකයන්හට 711 ඔස්සේ (ප්‍රාන්තය තුළ ඇමතුම්) හෝ 1-800-735-2258 ඔස්සේ (ප්‍රාන්තයෙන් බැහැර සිට ඇමතුම්) ඔස්සේ මේරිලන්ඩ් රිලේ ඇමතිය හැකිය.

රයිඩ් ඔන් (Metro)/ මෙට්‍රෝ (Ride On) නැවතුමක සිට සැතපුම් 0.5ක දුරකින් පිවිසිය හැකිය.

ජ්‍යෙෂ්ඨ සහ ආබාධිත සේවා (Senior & Disability Services)

වයස්ගත වීමේ සහ ආබාධිත සම්පත් ඒකකය (Aging & Disability Resource Unit) **240-777-3000**

ජ්‍යෙෂ්ඨ පුරවැසියන් සහ/හෝ ආබාධ සහිත තැනැත්තන් සඳහා සහ ඔවුන් රැක බලා ගන්නා/නිවසීන රැකවල් සඳහා තොරතුරු සහ සම්පත් ලබා දෙන අතර ඊට පහත දැ ඇතුළත් වේ:

- වැඩිහිටි රැකවරණ සේවා (Adult Protective Services)
- නිවෙස් තුළ රැකවරණය
- පවුලේ රැකවළුන් සඳහා උපකාර
- මූල්‍ය සහාය
- ජ්‍යෙෂ්ඨ රැකවරණ සහාය වැඩසටහන (Senior Care Subsidy Program)
- ප්‍රවාහනය
- නිවාසකරණය

ජ්‍යෙෂ්ඨ පෝෂණ වැඩසටහන (Senior Nutrition Program) **240-777-3810**

කණ්ඩායම් වශයෙන් ආහාර ලබා දෙයි
 ජ්‍යෙෂ්ඨ පුරවැසි දත්ත වෛද්‍ය වැඩසටහන (Senior Dental Program) **240-777-1875**

60+ ට වැඩි වැඩිහිටියන්ට දන්ත වෛද්‍ය සේවා සපයයි
 කනෙක්ට්-ආ-රයිඩ් (Connect-A-Ride) **301-738-3252**
 අවුරුදු 50+ වැඩිහිටියන්ට සහ ආබාධිත අයට ඇති ප්‍රවාහන විකල්ප පිළිබඳ තොරතුරු සපයයි
 කෝල් 'N' රයිඩ් (Call 'N' Ride) **301-948-5409**

ජ්‍යෙෂ්ඨයන්ට සහ ආබාධිත අය සඳහා ප්‍රවාහනය මෙඩිකල් ප්‍රවාහන තොරතුරු අංකය (Medicaid Transportation Information Line) **240-777-5890**


මෙඩිකල් ප්‍රවාහන ලබා දෙන වෛද්‍ය හමු වීම් සඳහා
 රාජ්‍ය සෞඛ්‍ය රක්ෂණ උපකාරක වැඩසටහන (State Health Insurance Assistance Program, SHIP) **301-255-4250**


ජ්‍යෙෂ්ඨ පුරවැසියන්ට, ආබාධිත පුද්ගලයන්ට, පවුල්වලට සහ රැක බලා ගන්නා/නොමිලේ Medicare තොරතුරු සහ උපදේශන සේවා සැපයීම
 වයස්ගත වීම පිළිබඳ ජාතික ආසියා ශාන්තිකර මධ්‍යස්ථානය (National Asian Pacific Center on Aging, NAPCA) **1-800-336-2722**

තොරතුරු සහ Medicare සහ Medicaid සඳහා උපකාර සඳහා ගාස්තු රහිත ජාතික උපකාරක සේවය
 චීන භාෂාව සඳහා: **1-800-582-4218**
 කොරියානු භාෂාව සඳහා: **1-800-582-4259**
 වියට්නාම භාෂාව සඳහා: **1-800-582-4336**


පහත සඳහන් සේවා ලබා ගැනීම සඳහා සුදුසුකම් අවශ්‍ය වීමට ඉඩ ඇත. ඔබ සුදුසුකම් ලබයිදැයි සොයා ගැනීමට වැඩසටහන් අංකවලට අමතන්න නැතහොත් Montgomery County හි වෙබ් අඩවියට යන්න: www.montgomerycountymd.gov/hhs

පිළිකා සඳහා සේවා (Cancer Services)

කාන්තා පිළිකා පාලන වැඩසටහන (Women's Cancer Control Program)  **240-777-1750**

පියයුරු සහ ගැබ්ගෙල පිළිකා පරීක්ෂණ ආන්ත්‍රික පිළිකා පරීක්ෂා කිරීමේ වැඩසටහන (Colorectal Cancer Screening Program)  **240-777-1222**

හෙපටයිටිස් බී සේවා (Hepatitis B Services)

ස්ටොප් බී ව්‍යාපෘතිය (STOP B Project)  **240-393-5950**
නොමිලේ දැනුවත් කිරීමේ, පරීක්ෂණ, එන්නත්, සහ ප්‍රතිකාරවලට යොමුකිරීම් සපයයි


පූර්ව ප්‍රසූත හෙප් බී වැඩසටහන (Perinatal Hep B Program) **240-777-1755**
අලුත් උපන් දරුවන් තුළ හෙපටයිටිස් බී වැළැක්වීම

දුම් පානය නතර කිරීම සඳහා සේවා (Quit Smoking Services)


නොමිලේ දුරකථන, නොමිලේ සහාය, සහ නොමිලේ ඖෂධ මේරිලන්ඩ් දුම්පානය අත්හැර දැමීමේ ඇමතුම් අංකය (Maryland Tobacco Quitline) **1-800-784-8669**

ආසියානු දුම්බොන්නන් සඳහා අත්හැර දැමීමේ ඇමතුම් අංකය (Asian Smokers' Quitline)
චීන භාෂාවෙන්: **1-800-838-8917**
වියට්නාම් භාෂාවෙන්: **1-800-778-8440**
කොරියන් භාෂාවෙන්: **1-800-556-5564**


දන්ත සේවා (Dental Services)



දන්ත සේවා (Dental Services)  **240-777-1875**
පොදු දන්ත සේවා සපයයි
HIV දන්ත සේවා (HIV Dental Services) **240-777-1737**
HIV සහිත සේවාදායකයන් සඳහා පොදු දන්ත රැකවරණය



වෛද්‍යමය ආවරණය (Medical Coverage)

මෙඩිකේයිඩ් / සෞඛ්‍ය වරණය (Medicaid/Health Choice)  **240-777-1635**
ගර්භණී කාන්තාවන්, දරුවන් සහ ආබාධිත වැඩිහිටියන් සඳහා රැකවරණ සම්බන්ධීකරණය නිවාස නොමැති වැඩිහිටියන් සඳහා රැකවරණ වැඩසටහන (Medical Care for Homeless Adults) **240-777-0311**


ප්‍රජා සෞඛ්‍ය සේවා (Community Health Services)

රෝග පාලනය (Disease Control)  **240-777-1755**
ලිංගිකව සම්ප්‍රේෂණය වන රෝග, ක්ෂය රෝගය සහ එච්.අයි.වී. හැර සම්ප්‍රේෂණය විය හැකි රෝග පිළිබඳ පර්යේෂණ අවස්ථා









සාමාන්‍ය ප්‍රතිශක්තිකරණ වැඩසටහන (General Immunization Program)  **240-777-1050**
වාරික ඉන්ෆ්ලුවන්සා සහ විඩැප් එන්නත් ලබා දෙයි
HIV සිද්ධි කළමනාකරණය (HIV Case Management)  **240-777-1869**

පුළුල් HIV සේවාවන් සපයයි
STI/HIV පරීක්ෂාව (STI/HIV Testing)  **240-777-1760**
STI රෝග සහ HIV සඳහා පරීක්ෂා සහ ප්‍රතිකාර
TB පරීක්ෂාව සහ ප්‍රතිකාර (TB Testing and Treatment)  **240-777-1800**

ජාත්‍යන්තර ගමන් තොරතුරු (International Travel Info) **240-777-0311**


ආහාර විෂවීම (Food Poisoning)  **240-777-3986**
ආහාර/පහසුකම් බලපත්‍ර ලබා ගැනීම සහ පහසුකම් පිළිබඳ පොදු පැමිණිලි සඳහා දුරකථන අංකය


මූල්‍ය සහාය/නිවාස (Financial Assistance/Housing Services)

මහජන සහාය වැඩසටහන් (Public Assistance Programs) ආදායම, ආහාර සහ සෞඛ්‍ය සහාය සපයයි
Germantown  **240-777-3420**
Rockville  **240-777-4600**
Silver Spring  **240-777-3100**
ගෙවල් කුලී ආධාර වැඩසටහන (Rental Assistance Program)  **240-777-4400**
හදිසි නෙරපීම් වළක්වා ගැනීම (Emergency Eviction Prevention) අර්බුදවලදී මැදිහත් වී සහාය සපයයි
Germantown  **240-777-4448**
Rockville  **240-777-4550**
Silver Spring  **240-777-3075**
උපයෝගීතා සහාය වැඩසටහන (Utility Assistance Program)  **240-777-4450**
තාපන සහ විදුලි බිල් ගෙවීමට උපකාර කරයි


මොන්ට්ගොමරි ග්‍රාමයේ සෞඛ්‍ය සහ මානව සේවා දෙපාර්තමේන්තුව, විසින් සපයනු ලබන ඕනෑම සේවා පිළිබඳ තොරතුරු සඳහා MC 311 හි 240-777-0311 අංකය අමතන්න; ඕනෑම භාෂාවකින් ඇමතුම් ලබා ගනු ලැබේ. වෙබ් අඩවිය: www.montgomerycountymd.gov/311

ළමා සේවා (Children's Services)

දරුවන් සඳහා රැකවරණය (Care for Kids) **301-628-3450**
ප්‍රාථමික සහ විශේෂ රැකවරණ සපයයි
වයිල්ඩ් ලින්ක් (ChildLink)  **240-777-4769**



තොරතුරු සහ යොමු කිරීමේ සේවා සපයයි
මේරිලැන්ඩ් ළමා සෞඛ්‍ය වැඩසටහන (Maryland Children's Health Program, MCHP)  **1-855-642-8572**
වයස අවුරුදු 0-19 වයස්වල ළමුන් සඳහා සහ ඕනෑම වයසක ගර්භණී කාන්තාවන් සඳහා සෞඛ්‍ය රැකවරණය සපයයි

පාසල් සෞඛ්‍ය සේවා (School Health Services)  **240-777-1550**





රජයේ පාසල්වල සිසුන්ගේ සෞඛ්‍ය, ආරක්ෂාව, සහ සුභසාධනය සහතික කර ප්‍රවර්ධනය කරයි
ප්‍රතිශක්තිකරණ වැඩසටහන (Immunization Program)  **240-777-1050**


අවුරුදු 19ට අඩු ළමයින්ට පැමිණි වහාම ප්‍රතිකර්මකරණ සේවා සපයයි

මාතෘ/ ප්‍රජනන සෞඛ්‍ය රැකවරණ සේවා (Maternal/ Reproductive Health Care Services)

මාතෘත්ව හවුල (Maternity Partnership) පූර්ව ප්‍රසූති රැකවරණය සපයයි  **240-777-0311**
හෝලි ක්‍රොස් OB/ජීන් සායනය (Holy Cross OB/GYN Clinic)  **301-754-7630**

පූර්ව ප්‍රසූති සහ පශ්චාත් - ප්‍රසූති රැකවරණය සපයයි
පවුල් සැලසුම්/ප්‍රජනන සෞඛ්‍යය (Family Planning/Reproductive Health)

ප්‍රජනන සෞඛ්‍ය රැකවරණය සහ උපදෙස් සේවා සපයයි
කොමියුනිටි ක්ලිනික්ස් ඉන්කෝපරේටිව් (Community Clinics, Inc.)
Silver Spring  **301-585-1250**
Takoma Park  **301-431-2972**
Gaithersburg පවුලේ සේවා සමාගම. (Family Services, Inc.)  **240-790-3334**
මේරි මධ්‍යස්ථානයේ සායනය (Mary's Center Clinic)  **240-485-3160**

වොෂිංටන්හි ගේදර්ස්බර්ග් මධ්‍යස්ථානයේ සැලසුම්ගත මාපියත්වය (Gaithersburg Center Planned Parenthood)  **301-208-1300**
බාල වයස්කාර ගැබ් ගැනීම් (Teen Pregnancy) **240-777-1570**

දුරකථන අංකය මගින් වළක්වා ගැනීමට අධ්‍යාපනය සහ බාලවයස්කාර මාපියන් සඳහා සහාය වැඩසටහන් සපයයි




හදිසි අවස්ථාවන්ට සූදානම් වීමේ සේවා (Emergency Preparedness Services)

මහජන සෞඛ්‍ය හදිසි අවස්ථා සඳහා සූදානම් සහ ප්‍රතිචාර වැඩසටහන (Public Health Emergency Preparedness and Response Program) **240-777-3038**
මහජනයාගේ සෞඛ්‍යය හා අදාළව හදිසි අවස්ථාවන්ට මුහුණ දීම සහ ප්‍රතිචාර දැක්වීම පිළිබඳ තොරතුරු සපයයි


රෝගීන් යොමු කිරීමේ වැඩසටහන් (Patient Navigator Programs)

සෞඛ්‍ය සම්පත් පිළිබඳ තොරතුරු සහ යොමු කිරීම් සහ චිත්, හින්දි, කොරියානු, සහ වියට්නාම භාෂාවෙන් භාෂණ පරිවර්තන සේවා සපයයි: **301-760-7050**
ස්පාඤ්ඤ භාෂාව සඳහා: **301-270-8432**


යෝග්‍යතා සහ උපකාර සේවා කාර්යාලය (Office of Eligibility and Support Services, OESS)

ෆෙඩරල්, ප්‍රාන්ත සහ පළාත් සෞඛ්‍ය වැඩසටහන් සඳහා ඇතුළු වීමේ සහ අයදුම්පත් ලබා ගැනීමේ ස්ථානය
Germantown  **240-777-3591**
Rockville  **240-777-3120**
Silver Spring  **240-777-3066**

අර්බුද සේවා (Crisis Services)

අර්බුද මධ්‍යස්ථානය/ ජංගම අර්බුද කණ්ඩායම (Crisis Center/Mobile Crisis Team)  **240-777-4000**
පැය 24/ සතියේ දින 7; දුරකථන සහ පැමිණි වහාම සේවා සපයයි
අපරාධ වින්දිත සහාය සහ ලිංගික අතවර අර්බුද සඳහා වන දුරකථන මාර්ගය (Victim Assistance & Sexual Assault Crisis Line) **240-777-4357**

පැය 24 පුරා/සතියේ දින 7 පුරා
අපයෝජනයට ලක් වූ පුද්ගලයින් සඳහා ක්ෂණික ඇමතුම් මාර්ගය (Abused Persons Hotline) **240-777-4195**
ගෘහස්ත ප්‍රචණ්ඩත්වයට ගොදුරු වූ පුද්ගලයන්ට සහ ඔවුන්ගේ පවුල්වලට පරිපූර්ණ සේවා සපයයි
ළමා අපයෝජන සහ නොසලකා හැරීම පිළිබඳ ක්ෂණික ඇමතුම් මාර්ගය (Child Abuse & Neglect Hotline) **240-777-4417**

සියදිවි භානිය වැළැක්වීමේ සහ විශ්‍රාමලත් සෙබළුන්ගේ අර්බුද වැළැක්වීමේ පොදු සේවය (මාර්ගෝපදේශය) (National Suicide Prevention Lifeline & Veterans Crisis) **1-800-273-8255**
පැය 24 පුරා/සතියේ දින 7 පුරා
වැඩිහිටි ආරක්ෂක සේවා (Adult Protective Services)  **240-777-3000**