

Koj puas muaj lus nug?

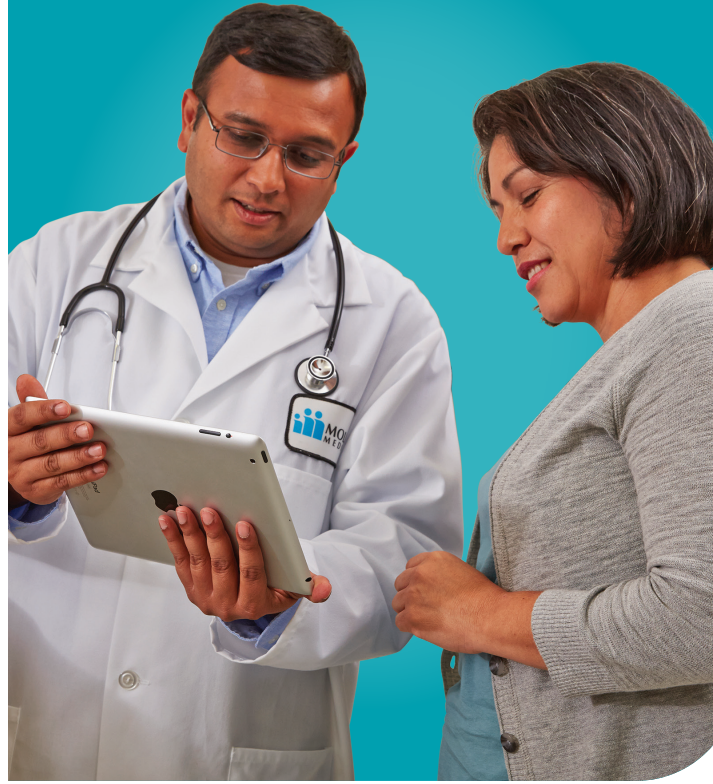
Hu rau Tus Xov Tooj Pab
Kho Mob qhib 24-teev.
Peb nyob nov yuav los pab.



Lus Askiv:
(888) 275-8750

Español:
Lus Mev:
(866) 648-3537

TTY/TDD:
711



Nthuav Tawm los ntawm Molina Healthcare.Txhua yam ntaub ntawv hauv daim ntawv no tsuas yog ua kev paub xwb.Nws tsis yog siv tam koj tus kws kho mob li lus qhia.

Los txais cov ntaub ntawv no ua lwm yam lus thiab siv ua lwm cov qauv ntawv.Tus npawb nov nyob sab nraum qab ntawm koj daim npav ID Tswv Cuab.

Tso Tseg Kev Haus Luam Yeeb



Vim li cas koj thiaj tsim nyog txiav luam yeeb?

- Kev haus luam yeem tsim ua rau mob khees xaws ntawm lub ntsws, qhov ncauj thiab lub qa.
- Kev haus luam yeem tsim ua rau mob plawv.
- Kev haus luam yeeb ua rau mob ntsws txhaws los sis mob hlab ntsws txhaws uas kho tsis zoo tu qab (COPD).
- Kev haus luam yeem pheej hmoo mob tshav txhaws hlwb.
- Kev haus luam yeem tsim ua rau ntshav tsis khiav zoo.
- Kev haus luam yeeb tsim ua rau mob ntshav qab zib kho nyuaj.

Yuav txiav luam yeeb li cas?

- Teeb hnub tim los txiav kom tau thiab ua raws li ntawd.
- Muab cov luam yeeb thiab yeeb nkab pov tseg kom deb hauv tawb khib nyiab.
- Tu tsev thiab tsheb kom huv kom txhob muaj pa luam yeeb.
- Nyob rau qhov chaw uas tsis haus luam yeeb.
- Qhia koj tsev neeg thiab cov phooj ywg kom pab txhawb koj.
- Nrhiav txoj hauv kev los txo qhov ntshov siab.

- Nug koj tus kws kho mob hais txog qhov tshuaj los pab koj txiav luam yeeb.

Koj puas npaj txhij txiav luam yeeb?

Los pab txiav luam yeeb thiab kev haus yeeb nkab hu rau Kick It California www.KickItCa.org. Nws tsis sau nqi ntawm koj.

Qhov Kev Pab Cuam Txiav Luam Yeeb

- Lus Askiv: 1-800-300-8086 los sis Sau “Quit Smoking” xa rau 66819
- Lus Mev: 1- 800-600-8191 los sis Sau “Dejar De Fumar” xa rau 66819
- Luam Yeeb Zom: 1 800-987-2908
- Lus Suav: 1- 800-838-8917
- Lus Kaus Lim: 1-800-556-5564
- Lus Nyab Laj: 1-800-778-8440

Cov Kev Pab Cuam Txiav Kev Haus Yeeb Nkab

- Lus Askiv: Hu 1-844 866-8273 los sis Sau “Quit Vaping” xa rau 66819
- Lus Mev: Hu 1-800-600-8191 los sis Sau Ntawv “No Vapear” xa rau 66819

Thaum koj txiav luam yeeb lawm, koj yuav txo tau qhov pheej hmoo muaj mob los ntawm cov kab mob cuam tshuam kev haus luam yeeb.

Yog tias koj cev xeeb me nyuam lawm, kev haus luam yeeb tuaj yeem tsim kev puas tsuaj rau koj tus me nyuam. Yog tias koj haus luam yeeb los sis yeeb nkab, nws yog sij hawm yuav tau txiav lawm.