

ለከፍተኛ የደም ግፊት በርዝታ የሚደረግ የአመጋገብ ድጋፍ



ጤናማ ምግቦችን መመገብ የደም ግፊትን ለመቆጣጠር ይረዳል።

ከፍተኛ የደም ግፊት ወይም የደም ብዛት ያለብዎትና ከርዝታ አባልነትዎ በተጨማሪ የጥፊታ የጤና ኢንሹራንስ አባል ሆነው፣ የምግብ እጥረት እያጋጠመዎት ከሆነ፣ የተመጣጠነ ምግብ ድጋፍን ከርዝታ ለማግኘት ብቁ ሊሆኑ ይችላሉ።



በጥፊታ የጤና ዕቅድ (Tufts Health Plan) እና የካምብሪጅ ሄልዝ አሊያንስ ስር ከጤና ጋር ተዛማጅነት ያላቸው ማህበራዊ ፍላጎቶች (HRSN) ፕሮግራም፣ [ጤናማ ምግቦችን የማግኘት የምግብ ዋስትና እጥረት ለሚያጋጥማቸው የጥፊታ እና የርዝታ አባላት ለሆኑ ሁሉ](#) ጤናማ ምግቦችን የማግኘት ተደረሽነትን በማቅረብ ይረዳል።

አገልግሎቶቹም እነዚህን ሊያካትቱ ይችላሉ፡

- እመኖሪያ ቤት ድረስ መጥተው የሚቀርቡ በህክምናዊ ዘዴ የተዘጋጁ (የተቀነሳበሩ) ምግቦች ወይም ግሮስሪዎች
- ትኩስ አትክልት እና ፍራፍሬዎችን ለመግዛት የሚሆን ቀድሞ-የተከፈለ ዴቢት ካርድ

ለፕሮግራሙ ብቁ መሆንዎን ለማወቅ ከዋና እንክብካቤ አቅራቢ ቡድንዎ አባል ጋር ይነጋገሩ። እንደዚሁም ደግሞ ለHRSNservices@challiance.org ኢሜይል መላክ ወይም ለ781-338-0397 መደወል ይችላሉ



www.challiance.org/services-programs/primary-care/hypertension

 **CHA** Cambridge Health Alliance