

# خدمات دعم الدولا (Doula) لأعضاء CalOptima Health Medi-Cal



يمكن لأعضاء CalOptima Health المؤهلين الحصول على خدمات دعم الدولا دون أي تكلفة. اقرأ المعلومات المهمة حول كيفية الحصول على خدمات الدولا، وكيف يمكن أن تدعم الدولا الحمل والولادة وفترة ما بعد الولادة.

خدمات دولا هي خدمات دعم غير طبية يقدمها متخصصون مدربون للعوامل قبل وأثناء وبعد الولادة، بما في ذلك الدعم أثناء الإجهاض و ولادة جنين ميت والإجهاض. قد تشمل هذه الخدمات الدعم العاطفي وتدابير الراحة الجسدية والمساعدة في التواصل واتخاذ القرار.

ستحدد شبكتك الصحية الخطوات التي يتعين عليك اتخاذها للعثور على دولا.

- إذا كانت شبكتك الصحية هي CalOptima Health Community Network أو CalOptima Health Direct، فيرجى زيارة موقعنا على [www.caloptima.org](http://www.caloptima.org) والانتقال إلى "البحث عن طبيب" (Find a Doctor) أو الاتصال بخدمة عملاء CalOptima Health على الرقم 1-888-587-8088.
- إذا كنت تنتمي إلى شبكة صحية أخرى، فيرجى الاتصال بخدمة العملاء التابعة لشبكتك الصحية وطلب قائمة الدولا المتعاقد عليها. رقم الهاتف الخاص بشبكتك الصحية موجود على ظهر بطاقة هوية العضو الخاصة بك.

للأسئلة الأخرى، اتصل بخدمة عملاء CalOptima Health على الرقم المجاني **1-888-587-8088 (TTY 711)**، من الاثنين إلى الجمعة، من 8 صباحًا إلى 5:30 مساءً. لدينا موظفين يتحدثون لغتك. قم بزيارتنا على [www.caloptima.org](http://www.caloptima.org).