

COVID-19

Mahalagang Mensahe mula sa UnitedHealthcare tungkol sa Coronavirus (COVID-19)

Ang iyong kalusugan at kapakanan ang aming numero unong prayoridad. Iyan ang dahilan kung bakit nais naming tiyakin na nananatili kang may kaalaman tungkol sa Coronavirus (COVID-19). Nakikipagtulungan kami at sumusunod sa pinakabagong impormasyon mula sa Centers for Disease Control and Prevention (CDC). Nakikipag-ugnayan din kami sa mga pampublikong departamento ng kalusugan ng estado at ng lokal na pamahalaan. Para sa pinakabagong impormasyon at sanggunian tungkol sa paghadlang, saklaw, pangangalaga at suporta, mangyaring bumisita sa **UHCCP.com**.

Bilang tugon sa COVID-19, ibinibigay ng UnitedHealthcare ang telehealth sa iyo nang walang bayad. Pinapayagan ka ng mga Telehealth na pagbisita na makipag-usap sa isang lokal na tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan para sa parehong agaran at hindi agaran na mga pangangailangan gamit ang iyong mobile device o kompyuter. Tawagan ang iyong Tagapagbigay ng Pangunahing Pangangalaga (Primary Care Provider, PCP) upang malaman kung nag-aalok sila ng mga online na pagbisita o sa pamamagitan ng telepono. Kung wala kang doktor na tumitingin sa iyo nang regular, bumisita sa **myuhc.com/CommunityPlan** upang makahanap ng isang tagapagbigay ng serbisyo sa network na maaaring mag-alok ng isang telehealth na pagbisita.

Ang mga artikulo na matatagpuan sa newsletter na Spring HealthTalk ay isinulat at naiprinta bago ang paglaganap ng COVID-19. Itong mga maiikli at kagiliw-giliw na mga artikulo ay inilaan upang tulungan ka at ang iyong pamilya na manatiling malusog sa buong taon. Upang matiyak ang kaligtasan mo at ng mga nakapaligid sa iyo, iminumungkahi namin na i-iskedyul mo ang iyong taunang pagbisita sa kagalingan sa taglagas o taglamig.

Paano ko mapoprotektahan ang aking sarili mula sa COVID-19?

Ang pinakamahasag na paraan upang maiwasan ang sakit ay iwasang malantad sa virus na ito. Katulad ng anumang potensyal na sakit, tulad ng trangkaso, mahalagang sundin ang mahasag na mga kasanayan sa paghadlang, kabilang ang:

- Paghuhugas ng kamay gamit ang sabon at tubig sa loob ng 20 segundo o paggamit ng sanitizer ng kamay na nakabase sa alkohol na may hindi bababa sa 60% na alkohol kung walang magagamit na sabon at tubig.
- Huwag hawakan ng mga kamay na hindi pa nahuhugasan ang iyong mga mata, ilong at bibig.
- Sikaping lumayo sa mga taong maaaring may sakit.
- Huwag makipagbahaginan ng mga baso o mga kagamitan sa pagkain sa mga taong may sakit.
- Linisin at disimpektahin ang mga ibabaw na madalas na hinahawakan.
- Takpan ang iyong ilong at bibig ng tisyu kapag umuubo ka o bumabahing, at pagkatapos ay itapon ang tisyu sa basurahan.
- Kahit hindi nakakapagpahinto sa COVID-19 ang bakuna para sa trangkaso, mabuti pa rin na protektahan ang iyong sarili laban sa trangkaso. Kontakin ang iyong tagapagbigay ng pangunahing pangangalaga at magpa-iskedyul ng iyong bakuna para sa trangkaso.

Manatiling impormado sa pinakabagong payo:

- Para sa pinakabagong impormasyon tungkol sa COVID-19, bumisita sa COVID-19 page ng CDC sa [cdc.gov/coronavirus/2019-ncov](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov)



Limang hakbang upang mahugasan ang iyong mga kamay sa tamang paraan

Ang paghuhugas ng mga kamay ay isa sa mga pinakamahasag na paraan upang maprotektahan ang iyong sarili at ang iyong pamilya mula sa pagkakasakit. Sa panahon ng COVID-19 na pandemya, ang pagpapanatili sa mga kamay na malinis ay napakahalaga sa pagtulong na maka-iwas sa pagkalat ng virus.

Madali ang paghuhugas ng iyong mga kamay, at ito ang isa sa pinakamabisang paraan upang mahadlangan ang pagkalat ng mga mikrobyo. Ang mga malinis na kamay ay makakapigil sa pagkalat ng mga mikrobyo mula sa isang tao patungo sa isa pa at sa buong komunidad—mula sa iyong tahanan at lugar ng trabaho hanggang sa mga pasilidad ng pangangalaga sa bata at mga ospital.

Palaging sundin ang limang hakbang na ito

1. Basahin ang iyong mga kamay ng malinis at umaagos na tubig (maaligamgam o malamig), isara ang gripo, at maglagay ng sabon.
2. Pabulain ang sabon sa iyong mga kamay sa pamamagitan ng pagkuskos ng mga ito kasama ng sabon. Pabulain ang sabon sa likod ng iyong mga kamay, sa pagitan ng iyong mga daliri, at sa ilalim ng iyong mga kuko.
3. Kuskusin ang iyong mga kamay nang hindi bababa sa 20 segundo. Kailangan mo ng orasan? Kantahin ang “Happy Birthday” mula sa simula hanggang katapusan nang dalawang beses.
4. Banlawan ang iyong mga kamay ng malinis at umaagos na tubig.
5. Patuyuin ang iyong mga kamay gamit ang malinis na tuwalya o patuyuin ang mga ito sa hangin.

Matuto nang higit pa tungkol sa regular na paghuhugas ng mga kamay sa **[cdc.gov/handwashing](https://www.cdc.gov/handwashing)**.



iStock.com: monkeybusinessimages

HealthTALK

TAGSIBOL 2020



Nagsasalita kami ng iyong wika.

Nagbibigay kami ng mga libreng serbisyo upang tulungan kang makipag-ugnayan sa amin. Maaari kaming magpadala sa iyo ng impormasyon sa mga wikang hindi Ingles o sa malaking print. Maaari kang humiling ng interpreter. Upang humingi ng tulong, tumawag sa Mga Serbisyo sa Miyembro nang walang bayad sa **1-866-270-5785, TTY 711**.

Pag-uwi sa bahay.

Naospital ka ba o dinala sa emergency room (ER)? Kung ganoon, mahalagang makatanggap ng mga follow-up na tagubilin bago ka umuwi. Tiyaking nauunawaan mo kung ano ang ipinapagawa sa iyo. Magtanong kung hindi mo ito nauunawaan. Maaari kang humiling sa isang taong pinagkakatiwalaan mo na makinig sa mga tagubilin upang maunawaan din niya kung ano ang dapat mong gawin.

Magpa-appointment sa iyong doktor pagkauwi mo sa bahay mula sa ospital. Dalhin ang iyong mga follow-up na tagubilin at gamot at ibahagi ang mga ito sa iyong doktor. Maaaring makaiwas sa isa pang pagpapatingin sa ospital o ER kapag may maayos na follow-up.



iStock.com: LightFieldStudios

UnitedHealthcare Community Plan
P.O. Box 30449
Salt Lake City, UT 84131-0449

AMC-056-CA-CAID-TAGALOG

CSCA20MC4646344_001

Ang iyong kasosyo sa kalusugan.

Paano pumili ng tamang PCP.

Ibinibigay o kino-coordinate ng iyong provider ng pangunahing pangangalaga (primary care provider o PCP) ang iyong pangangalaga sa kalusugan. Dapat kang magpatingin sa iyong PCP para sa mga well visit, pagbabakuna at mahalagang screening. Matutulungan ka ng iyong PCP na magkaroon ng mas malusog na paraan ng pamumuhay sa pamamagitan ng pagbibigay ng mga tool upang matulungan kang bumaba ang timbang o huminto sa paninigarilyo.

Gusto mong maging kumportable sa pakikipag-usap sa iyong PCP. Kailangan mo ng PCP na naaangkop sa iyo ang lokasyon ng tanggapan at mga oras na bukas ito. Maaaring gusto mo ng PCP na nagsasalita ng iyong wika o nauunawaan ang kultura mo. Maaaring mas gusto mo ng lalaki o babaeng PCP.

May naiibang pangangailangan sa pangangalaga sa kalusugan ang mga tinedyer kaysa sa mga bata. Maaaring panahon na upang lumipat ang iyong anak na tinedyer sa isang doktor na nanggagamot sa mga nasa hustong gulang.

Maaaring mangailangan ang iyong anak na babae ng provider ng pangangalaga sa kalusugan para sa kababaihan gaya ng OB/GYN.

Kung hindi tama para sa iyo ang PCP mo, maaari kang lumipat anumang oras. Maaari kang matuto pa tungkol sa mga provider ng plano online o sa pamamagitan ng telepono. Kabilang sa impormasyong available ang:

- Address at numero ng telepono.
- Mga kwalipikasyon.
- Espesyalidad.
- Certification ng lupon.
- Mga wikang sinasalita nila.
- Medical school o residency (sa pamamagitan ng telepono lang).



Kailangan ng bagong doktor? Upang maghanap ng bagong PCP, bisitahin ang myuhc.com/CommunityPlan. O kaya, tumawag sa amin nang walang bayad sa **1-866-270-5785, TTY 711**.



Alinsunod sa mga patakaran.

Nabasa mo na ba ang iyong Handbook para sa Miyembro? Isa itong mainam na pagkukuhanan ng impormasyon. Sinasabi nito sa iyo kung paano gamitin ang iyong plano. Ipinapaliwanag nito ang mga sumusunod:

- Ang iyong mga karapatan at responsibilidad ng miyembro.
- Ang mga benepisyo at serbisyong mayroon ka.
- Ang mga benepisyo at serbisyong wala ka (mga pagbubukod).
- Anong mga gastusin ang maaaring dapat mong bayaran para sa pangangalaga sa kalusugan.
- Paano malalaman ang mga provider ng network.
- Paano gumagana ang iyong mga benepisyo sa inireresetang gamot.
- Ano ang dapat gawin kung kailangan mo ng pangangalaga kapag bumiyaha ka sa ibang lugar.
- Kailan at paano ka makakakuha ng pangangalaga mula sa isang provider na wala sa network.
- Saan, kailan at paano kumuha ng pangunahing pangangalaga, pangangalaga pagkatapos ng mga oras ng negosyo, pangangalaga para sa kalusugan ng pag-uugali, espesyal na pangangalaga, pangangalaga sa ospital at pang-emergency na pangangalaga.
- Ang aming patakaran sa privacy.
- Ano ang dapat gawin kung makatanggap ka ng bill.
- Paano maghain ng reklamo o mag-apela ng pasya sa pagsaklaw.
- Paano humiling ng interpreter o humingi ng iba pang tulong sa wika o pagsasalin.
- Paano nagpapasya ang plano kung sasaklawin ang mga bagong paggamot o teknolohiya.
- Paano mag-ulat ng panloloko at pang-aabuso.



Kunin ang lahat ng ito. Maaari mong basahin ang Handbook para sa Miyembro online sa myuhc.com/CommunityPlan. O kaya, tumawag sa Mga Serbisyo sa Miyembro nang walang bayad sa **1-866-270-5785, TTY 711**, upang humiling ng libreng kopya ng handbook.

Alamin ang iyong mga benepisyo sa gamot.

Bisitahin ang aming website sa **myuhc.com/CommunityPlan** upang malaman ang tungkol sa iyong mga benepisyo sa inireresetang gamot. Mayroon itong impormasyon tungkol sa:

- 1. Anong mga gamot ang sinasaklaw.** May isang listahan ng mga sinasaklaw na gamot. Maaaring kailangan mong gumamit ng generic na gamot kapalit ng branded na gamot.
- 2. Saan kukunin ang iyong mga reseta.** May makikita kang parmasya malapit sa iyo na tumatanggap sa iyong plano. Maaari ka ring kumuha ng ilang partikular na gamot sa pamamagitan ng mail.
- 3. Mga panuntunang maaaring nalalapat.** Maaari lang saklawin ang ilang gamot sa ilang partikular na sitwasyon. Halimbawa, maaaring kailangan mong sumubok muna ng ibang gamot. (Tinatawag itong step therapy). O kaya, maaari kang mangailangan ng pag-apruba mula sa UnitedHealthcare upang magamit ang isang gamot. (Tinatawag itong paunang pahintulot.) Maaari ding may mga limitasyon sa daming makukuha mo sa ilang partikular na gamot.
- 4. Anumang gastusing dapat mong bayaran.** Wala kang mga copayment para sa mga reseta.



istock.com: FidoFranz



Hanapin ito. Maghanap ng impormasyon sa iyong mga benepisyo sa gamot sa **myuhc.com/CommunityPlan**. O kaya, tumawag sa Mga Serbisyo sa Miyembro nang walang bayad sa **1-866-270-5785, TTY 711**.

Ang tamang pangangalaga.

Paano kami nagpapasya kung aling mga serbisyo ang sasaklawin.

Nagsasagawa ang UnitedHealthcare Community Plan ng pamamahala ng paggamit (utilization management o UM). Isinasagawa ito ng lahat ng plano ng pinapamahalaang pangangalaga sa kalusugan. Ito ang paraan upang matiyak naming makukuha ng aming mga miyembro ang tamang pangangalaga sa tamang panahon at sa tamang lugar.

Sinusuri ng isang doktor ang mga kahilingan kapag maaaring hindi natutugunan ng pangangalaga ang mga alituntunin. Nakabatay ang mga pagpapasya sa pangangalaga at serbisyo, pati na rin sa iyong mga benepisyo. Hindi namin binibigyan ng reward ang mga doktor o kawani para sa pagtangga sa mga serbisyo. Hindi namin binabayaran ang sinuman para sa pagbibigay ng kaunting pangangalaga.

May karapatan ang mga miyembro at doktor na mag-apela ng mga pagtangga. Sasabihin sa iyo ng liham ng pagtangga kung paano mag-apela.



May mga tanong? Maaari kang makipag-usap sa aming mga kawani. Available sila 8 oras sa isang araw sa mga karaniwang oras ng negosyo. Kung kailangan mong mag-iwan ng mensahe, may taong tatawag sa iyo. Available ang mga serbisyo ng TDD/TTY kung kailangan mo ang mga ito. Tumawag lang sa **1-866-270-5785, TTY 711**, nang walang bayad.

Mahalaga ka sa amin.

Mga boluntaryong programa upang makatulong sa pamamahala ng iyong kalusugan.

Nagbibigay ang UnitedHealthcare Community Plan ng mga programa at serbisyo upang makatulong na manatili kang malusog. Mayroon din kaming mga serbisyo upang makatulong na mapamahalaan nang mas mabuti ang mga sakit at iba pang pangangailangan sa pangangalaga. Bahagi ang mga ito ng aming programang Population Health. Maaaring kabilang sa mga ito ang:

- Edukasyong pangkalusugan at mga paalala.
- Suporta at edukasyon para sa pagbubuntis.
- Suporta para sa mga problema sa paggamit ng substance.
- Mga programa upang tulungan ka sa mga kumplikadong pangangailangang pangkalusugan (nakikipagtulungan

ang mga tagapamahala ng pangangalaga sa iyong doktor at iba pang ahensya sa labas).

Boluntaryo ang mga programang ito. Inaalok ang mga ito nang libre sa iyo. Maaari mong piliing huminto sa anumang programa anumang oras.



Mag-ingat. Bisitahin ang myuhc.com/CommunityPlan

upang malaman ang higit pang impormasyon tungkol sa mga doktor ng network. Maaari ka ring matuto pa tungkol sa mga benepisyo, programa at serbisyong inaalok sa iyo. Kung gusto mong gumawa ng referral sa aming programa sa pamamahala ng kaso, tumawag sa Mga Serbisyo sa Miyembro nang walang bayad sa **1-866-270-5785, TTY 711**.

Ligtas at secure.

Sineseryoso namin ang iyong privacy. Talagang iniingatan namin ang protektadong impormasyon sa kalusugan (protected health information o PHI) ng iyong pamilya. Pinoprotektahan din namin ang iyong pinansyal na impormasyon (financial information o FI). Ginagamit namin ang PHI at FI upang patakbuhin ang aming negosyo. Nakakatulong ito sa amin sa pagbibigay ng mga produkto, mga serbisyo at impormasyon sa iyo.

Pinoprotektahan namin ang binibigkas, nakasulat at electronic na PHI at FI. Mayroon kaming mga panuntunang nagsasabi sa amin kung paano namin mapapanatiling ligtas ang PHI at FI. Ayaw naming mawala o masira ang PHI o FI. Gusto naming matiyak na walang gagamit nito sa maling paraan. Ginagamit namin ito nang mabuti. Mayroon kaming mga patakarang nagpapaliwanag ng mga sumusunod:

- Paano namin maaaring gamitin ang PHI at FI.
- Kailan namin maaaring ibahagi ang PHI at FI sa iba.
- Anong mga karapatan ang mayroon ka sa PHI at FI ng iyong pamilya.



Hindi ito lihim. Maaari mong basahin ang aming patakarang sa privacy sa iyong Handbook para sa Miyembro. Makikita ito

online sa myuhc.com/CommunityPlan. Maaari ka ring tumawag sa Mga Serbisyo sa Miyembro nang walang bayad sa **1-866-270-5785, TTY 711**, upang hilingin sa amin na padalhan ka ng kopya. Kung gagawa kami ng mga pagbabago sa patakarang, magpapadala kami sa iyo ng abiso.

Mamahala.

Maghanda upang magpatingin sa iyong provider.

Ang paghahanda para sa pagpatingin sa iyong provider ay makakatulong sa iyo na masulit ito. Mahalaga rin ang pagtitiyak na alam ng iyong provider ang lahat ng pangangalagang natatanggap mo. Narito kung paano mo mapapamahalaan ang iyong pangangalaga sa kalusugan:

- **Isipin kung bakit ka magpatingin bago ka pumunta.** Subukang tumuon sa nangungunang 3 bagay kung saan ka nangangailangan ng tulong.
- **Sabihin sa iyong provider ang tungkol sa anumang gamot o bitaminang regular mong iniinom o ginagamit.** Magdala ng nakasulat na listahan. O kaya, dalhin mismo ang gamot.
- **Sabihin sa iyong doktor ang tungkol sa iba pang provider kung kanino ka maaaring nagpatingin.** Isama ang mga provider ng kalusugan sa pag-uugali. Banggitin ang anumang gamot o paggamot na inireseta nila para sa iyo. Dalhin din ang mga kopya ng mga resulta ng anumang pagsusuring ginawa sa iyo.



Kailangan ng sasakyan? Kung kailangan

mo ng sasakyan, mangyaring tumawag sa Mga Serbisyo sa Miyembro nang walang bayad sa **1-866-270-5785, TTY 711**. Maaari mong iiskedyul kaagad ang iyong sasakyan pagkatapos ipaiskedyul ang appointment mo o nang hindi bababa sa 3 araw ng negosyo bago ang iyong appointment.


Tagsibol na!

Pagkontrol sa mga pana-panahong allergy at hika.

Kapag nagkakahadon ang mga puno, tumutubo ang mga damo at namumulaklak ang mga bulaklak, naglalabas ang mga ito ng pollen sa hangin. Para sa maraming tao, ang ibig sabihin nito ay lalala ang mga sintomas ng allergy at hika. Maaari kang mahirapang huminga. Maaaring mangati ang iyong mga mata o sisipunin ka. May mga bagay na maaari mong gawin upang maging mabuti ang iyong pakiramdam ngayong tagsibol.

- Suriin ang kalidad ng hangin. Madalas itong iniuulat kasabay ng lagay ng panahon. Masasabi nito sa iyo ang mga antas ng iba't ibang uri ng mga pollen at polusyon.
- Kung maglalaro ka, maghahardin o mag-eehersisyo sa labas, isagawa ang mga aktibidad na ito sa umaga o hapon. Mas kaunti ang pollen ng puno at damo sa tagsibol sa mga oras na iyon ng araw.
- Pagkatapos magsagawa ng mga aktibidad sa labas, maligo at palitan ang iyong damit. Maiwasang mapunta sa iyong muwebles at higaan ang pollen dahil dito.
- Panatilihing sarado ang mga bintana sa iyong bahay at sasakyan kung posible.
- Inumin o gamitin ang iyong gamot. Kung mayroon kang hika, inumin o gamitin ang iyong pangkontrol na gamot ayon sa inirereseta. Dalhin ang iyong quick-relief inhaler.

Sundin ang mga tagubilin ng iyong provider para sa paggamot sa iba pang sintomas ng allergy.

 **Makakatulong kami.** Kung mayroon kang hika o iba pang pangmatalagang kundisyon, makakatulong kami. Nag-aalok kami ng mga programa sa pamamahala ng sakit. Makakatulong sa iyo ang mga ito na pamahalaan ang kundisyon mo sa pamamagitan ng mga paalala tungkol sa iyong pangangalaga at payo mula sa isang nurse. Upang matuto pa, tumawag sa Mga Serbisyo sa Miyembro nang walang bayad sa **1-866-270-5785, TTY 711.**



Kabutihan ng kalusugan.

Tumatanggap kami ng pangkulturang data tungkol sa iyo. Maaaring kabilang dito ang iyong lahi, etnisidad at ang wikang sinasalita mo. Ginagamit namin ang impormasyong ito upang matulungan kaming matugunan ang iyong mga pangangailangan sa pangangalaga sa kalusugan. Maaari namin itong gamitin upang pahusayin ang mga serbisyong ibinibigay namin sa pamamagitan ng:

- Paghahanap ng mga kakulangan sa pangangalaga.
- Pagtulong sa iyo sa iba pang wika.
- Paggawa ng mga programang nakakatugon sa iyong mga pangangailangan.
- Pagsasabi sa iyong mga provider ng pangangalaga sa kalusugan kung anong wika ang sinasalita mo.

Hindi namin ginagamit ang data na ito upang tanggihan ang pagsaklaw o limitahan ang mga benepisyo. Pinoprotektahan namin ang impormasyong ito. Nililimitahan namin kung sino ang makakakita sa iyong pangkulturang data. Pinapanatili naming ligtas at secure ang iyong data ng lahi, etnisidad at wika. Ang mga tao lang na kailangang gumamit sa data na ito ang may access dito. Pinoprotektahan namin ito gamit ang pisikal, teknikal at administratibong paraan.

Lugar para sa resource.

Mga Serbisyo sa Miyembro: Maghanap ng doktor, humiling ng sasakyan, magtanong tungkol sa benepisyo o maghain ng reklamo, sa anumang wika (walang bayad).

1-866-270-5785, TTY 711

Aming website: Maghanap ng provider, basahin ang iyong Handbook para sa Miyembro o tingnan ang iyong ID card, nasaan ka man.

myuhc.com/CommunityPlan

NurseLine: Humingi ng payo sa kalusugan mula sa isang nurse 24 na oras sa isang araw, 7 araw sa isang linggo (walang bayad).

1-866-270-5785, TTY 711

Helpline para sa Mga Naninigarilyo sa California: Makatanggap ng libreng tulong sa pagtigil sa paninigarilyo (walang bayad).

1-800-NO-BUTTS (1-800-987-2908), TTY 711

Healthy First Steps®: Makatanggap ng suporta sa kabuuan ng iyong pagbubuntis (walang bayad).

1-800-599-5985, TTY 711

KidsHealth®: Makakuha ng maaasahang impormasyon sa mga paksa sa kalusugan para sa mga bata at tungkol sa kanila.

KidsHealth.org

Pamamahala ng Kaso: Ang mga miyembrong may mga kumplikadong pangangailangan ay makatanggap ng mga tawag sa telepono at pagbisita sa bahay, edukasyong pangkalusugan, mga referral sa mga mapagkukunan ng komunidad, mga paalala sa appointment, tulong sa transportasyon at higit pa (walang bayad).

1-866-270-5785, TTY 711

Health Education Materials Resource

Library: I-access at i-download ang mga materyales na pangkalusugan tungkol sa iba't ibang paksa ng nakagagaling sa **UHCCCommunityPlan.com/CA**. Ang mga materyales ay maaaring hilinging makuha sa malalaking letra, braille o iba pang wika.

Gustong makatanggap ng impormasyon sa electronic na paraan? Tumawag sa Mga Serbisyo sa Miyembro at ibigay sa amin ang iyong email address (walang bayad).

1-866-270-5785, TTY 711

Mataas ang kalidad.

Ang aming mga resulta ng pagpapahusay ng kalidad.

Ang UnitedHealthcare Community Plan ay may programa sa Pagpapahusay ng Kalidad. Gumagana ito upang bigyan ang mga miyembro ng mas mahusay na pangangalaga at mga serbisyo.

Bawat taon, iniuulat namin kung ano ang aming performance. Noong nakalipas na taon, ang isa sa aming mga layunin ay mas marami sa aming mga nasa hustong gulang na miyembrong may diabetes ang makapagpasuri ng kanilang dugo para sa HbA1c at sumailalim sa mga retinal eye scan. Nagpadala kami sa mga miyembro ng impormasyon at mga paalala tungkol sa kung gaano kahalagang regular na magpatingin sa kanilang doktor upang makatulong na makontrol ang kanilang diabetes. Nalaman namin sa kabuuan noong 2019 na mas maraming miyembro ang nagpasuri ng kanilang dugo para sa HbA1c at nagpasuri ng mata.

Noong nakalipas na taon, ang isa pang layunin ay dagdagan ang bilang ng mga batang nakatanggap ng mga taunang pagsusuri. Gusto naming mas humusay pa ngayong taon at mas maraming bata ang sasailalim sa mga nangungunang screening, pagbabakuna at taunang pagsusuri. Gusto rin naming pataasin ang porsyento ng mga miyembrong sasailalim sa mga screening ng cancer sa cervix at cancer sa suso sa darating na taon. Tatawagan namin ang mga miyembro tungkol sa mga paalala.

Sinu-survey rin namin ang aming mga miyembro bawat taon. Gusto naming malaman kung gaano kahusay naming natutugunan ang kanilang mga pangangailangan. Ipinakita sa aming mga survey noong 2019 na kadalasang mas matataas ang score sa pag-rate ng mga miyembro sa kanilang mga doktor. Sa darating na taon, patuloy kaming magsusumikap upang mapahusay ang pag-rate ng mga miyembro sa kanilang mga doktor at sa kanilang pangkalahatang pangangalaga sa kalusugan. Gusto rin naming matiyak na makukuha ng mga miyembro ang pangangalagang kinakailangan nila kapag kailangan nila ang mga ito. Binigyan namin ang aming mga doktor ng tip sheet sa kung ano ang gusto ng mga miyembro upang mapaglingkuran nila sila nang mas mahusay.



Mahalaga ang kalidad. Gusto ng higit pang impormasyon sa aming programa sa Pagpapahusay ng Kalidad? Tumawag sa Mga Serbisyo sa Miyembro nang walang bayad sa **1-866-270-5785, TTY 711**.

Sumusunod ang UnitedHealthcare Community Plan sa mga Pederal na batas para sa karapatang sibil. Ang UnitedHealthcare Community Plan ay hindi nagbubukod ng mga tao o nag-iiba ng pakikitungo dahil sa lahi, kulay ng balat, bansang pinagmulan, edad, kapansanan, o kasarian.

UnitedHealthcare Community Plan:

- Nagbibigay ng mga libheng tulong at serbisyo sa mga taong may kapansanan upang tulungan kang makipag-ugnayan sa amin, tulad ng:
 - Mga kwalipikadong interpreter ng sign language
 - Nakasulat na impormasyon sa iba pang mga format (malaking print, audio, mga accessible na electronic format, iba pang mga format)
- Nagbibigay ng mga libheng serbisyo ng wika sa mga taong hindi Ingles ang pangunahing wika, tulad ng:
 - Mga kwalipikadong interpreter
 - Impormasyong nakasulat sa ibang wika

Kung kailangan mo ang mga serbisyong ito, pakitawagan ang toll-free na numero ng telepono ng miyembro na nakalista sa iyong ID card ng miyembro.

Kung sa tingin mo ay hindi ibinigay sa iyo ng UnitedHealthcare Community Plan ang mga serbisyong ito o nag-iba ang pakikitungo nito sa iyo dahil sa lahi, kulay, bansang pinagmulan, edad, kapansanan, o kasarian, maaari kang magsampa ng hinaing sa Civil Rights Coordinator sa pamamagitan ng:

- Koreo: Civil Rights Coordinator
UnitedHealthcare Civil Rights Grievance
P.O. Box 30608
Salt Lake City, UTAH 84130
- Email: **UHC_Civil_Rights@uhc.com**

Maaari ka ring magsampa ng reklamo para sa karapatang sibil sa U.S. Department of Health and Human Services, Office for Civil Rights sa pamamagitan ng:

- Web: Office for Civil Rights Complaint Portal sa
<https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>
- Koreo: U.S. Dept. of Health and Human Services
200 Independence Avenue SW
Room 509F, HHH Building, Washington, D.C. 20201
- Telepono: Toll-free 1-800-868-1019, 1-800-537-7697 (TDD).

Nagbibigay kami ng mga libheng serbisyo para tulungan kang makipag-ugnayan sa amin. Gaya ng mga liham sa ibang mga wika o malaking print. O kaya, maaari kang humiling ng interpreter. Para humingi ng tulong, mangyaring tumawag sa toll-free na numero ng telepono ng miyembro na nakalista sa iyong ID card ng miyembro sa planong pangkalusugan, TTY 711, Lunes hanggang Biyernes, 7:00 a.m. hanggang 7:00 p.m.

English

ATTENTION: If you do not speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call **1-866-270-5785, TTY: 711**.

Spanish

ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al **1-866-270-5785, TTY 711**.

Vietnamese

LƯU Ý: Nếu quý vị nói Tiếng Việt, chúng tôi có các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí cho quý vị. Vui lòng gọi số **1-866-270-5785, TTY 711**.

Tagalog

ATENSYON: Kung nagsasalita ka ng Tagalog, may magagamit kang mga serbisyo ng pantulong sa wika, nang walang bayad. Tumawag sa **1-866-270-5785, TTY 711**.

Korean

참고: 한국어를 하시는 경우, 통역 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다. **1-866-270-5785, TTY 711** 로 전화하십시오.

Traditional Chinese

注意：如果您說中文，您可獲得免費語言協助服務。請致電 **1-866-270-5785**，或聽障專線 **TTY 711**。

Armenian

ՈՒՇԱԴՐՈՒԹՅՈՒՆ. Եթե հայերեն էք խոսում, Ձեզ տրամադրվում են անվճար թարգմանչական ծառայություններ: Զանգահարեք **1-866-270-5785** հեռախոսահամարով, **TTY: 711**.

Russian

ВНИМАНИЕ: Если вы говорите по-русски, вы можете воспользоваться бесплатными услугами переводчика. Звоните по тел. **1-866-270-5785, TTY 711**.

Farsi

توجه: اگر به فارسی صحبت می کنید، خدمات ترجمه به صورت رایگان در اختیارتان قرار می گیرد. با **1-866-270-5785 (TTY 711)** تماس بگیرید.

Japanese

ご注意：日本語をお話しになる場合は、言語支援サービスを無料でご利用いただけます。電話番号 **1-866-270-5785**、または **TTY 711**（聴覚障害者・難聴者の方用）までご連絡ください。

Mon-Khmer

បំរុងប្រយ័ត្ន៖ ប្រសិនបើលោកអ្នកនិយាយភាសាខ្មែរ លោកអ្នកអាចរកបានសេវាកម្មជំនួយផ្នែកភាសាដោយឥតគិតថ្លៃបាន។ សូមទូរស័ព្ទមកលេខ **1-866-270-5785, TTY: 711**។

Hmong

CEEB TOOM: Yog koj hais Lus Hmoob, muaj kev pab txhais lus pub dawb rau koj. Thov hu rau **1-866-270-5785, TTY 711**.

Punjabi

ਧਿਆਨ ਦਿਓ: ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪੰਜਾਬੀ ਬੋਲਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਭਾਸ਼ਾ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਮੁਫਤ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। **1-866-270-5785, TTY: 711** ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

Arabic

تنبيه: إذا كنت تتحدث العربية، تتوفر لك خدمات المساعدة اللغوية مجاناً. اتصل على الرقم **1-866-270-5785**، الهاتف النصي **711**.

Hindi

ध्यान दें: यदि आप हिन्दी भाषा बोलते हैं तो भाषा सहायता सेवाएं आपके लिए निःशुल्क उपलब्ध हैं।
कॉल करें **1-866-270-5785, TTY 711.**

Thai

โปรดทราบ : หากท่านพูดภาษาไทย จะมีบริการให้ความช่วยเหลือด้านภาษาแก่ท่านฟรีโดยไม่มีค่าใช้จ่าย
โทร **1-866-270-5785, TTY: 711**

Laotian

ເຊີນຊາບ: ຖ້າທ່ານເວົ້າພາສາອັງກິດບໍ່ໄດ້, ພວກເຮົາມີບໍລິການຊ່ວຍເຫຼືອດ້ານພາສາໃຫ້ ໂດຍບໍ່ໄດ້ເສຍຄ່າບໍລິການໃດໆ.
ໂທຫາ **1-866-270-5785, TTY: 711.**