

COVID-19

Thông điệp quan trọng từ UnitedHealthcare về vi rút corona (COVID-19)

Sức khỏe và an sinh của quý vị là ưu tiên hàng đầu của chúng tôi. Đó là lý do chúng tôi muốn đảm bảo rằng quý vị luôn được cập nhật thông tin về vi rút corona (COVID-19). Chúng tôi đang phối hợp với và theo dõi thông tin mới nhất từ Trung tâm Kiểm soát và Phòng ngừa Dịch bệnh (Centers for Disease Control and Prevention, CDC). Chúng tôi cũng liên lạc với các sở y tế của tiểu bang và tại địa phương. Để biết thông tin và các nguồn lực cập nhật nhất về phòng ngừa, bảo hiểm, chăm sóc và hỗ trợ, vui lòng truy cập **UHCCP.com**.

Để ứng phó với COVID-19, UnitedHealthcare đang cung cấp dịch vụ khám từ xa (telehealth) miễn phí cho quý vị. Các lần thăm khám telehealth cho phép quý vị nói chuyện với một nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe tại địa phương cho các nhu cầu khẩn cấp cũng như không khẩn cấp bằng thiết bị di động hoặc máy tính của quý vị. Xin gọi cho Bác Sĩ Chăm Sóc Chính (Primary Care Provider, PCP) của quý vị để xem họ có cung cấp dịch vụ thăm khám trực tuyến hoặc qua điện thoại không. Nếu quý vị không có bác sĩ mà quý vị tới khám thường xuyên, hãy truy cập myuhc.com/CommunityPlan để tìm một nhà cung cấp trong mạng lưới có thể cung cấp dịch vụ thăm khám telehealth.

Các bài trong bản tin Spring HealthTalk đã được viết và in trước khi dịch COVID-19 bùng phát. Những bài viết ngắn, thú vị này nhằm mục đích giúp quý vị và gia đình giữ gìn sức khỏe trong suốt cả năm. Để đảm bảo an toàn cho quý vị và những người xung quanh, chúng tôi khuyến nghị quý vị nên lên lịch thăm khám sức khỏe hàng năm vào mùa thu hoặc mùa đông.

Tôi tự bảo vệ mình tránh COVID-19 bằng cách nào?

Cách tốt nhất để phòng bệnh là tránh tiếp xúc với loại vi rút này. Như với bất kỳ bệnh tiềm ẩn nào, như cúm, điều quan trọng là phải tuân theo các thực tiễn phòng ngừa tốt, bao gồm:

- Rửa tay bằng xà phòng và nước trong 20 giây hoặc sử dụng chất khử trùng tay có cồn với ít nhất 60% cồn nếu không có xà phòng và nước.
- Không chạm vào mắt, mũi và miệng bằng tay chưa rửa sạch.
- Cố gắng tránh xa những người có thể bị bệnh.
- Không dùng chung cốc hoặc dụng cụ ăn uống với người bị bệnh.
- Làm sạch và khử trùng các bề mặt thường chạm vào.
- Che mũi và miệng bằng khăn giấy khi quý vị ho hoặc hắt hơi, sau đó cho khăn giấy vào thùng rác.
- Mặc dù chích ngừa cúm không ngăn được COVID-19, nhưng vẫn tốt để bảo vệ quý vị khỏi bệnh cúm. Hãy liên hệ với bác sĩ chăm sóc chính của quý vị và lên lịch chích ngừa cúm.

Duy trì cập nhật thông tin về lời khuyên mới nhất:

- Để biết thông tin cập nhật nhất về COVID-19, hãy truy cập trang COVID-19 của CDC [cdc.gov/coronavirus/2019-ncov](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov)



Năm bước để rửa tay đúng cách

Rửa tay là một trong những cách tốt nhất để bảo vệ bản thân và gia đình khỏi bị bệnh. Trong đại dịch COVID-19, việc giữ cho bàn tay sạch sẽ là điều đặc biệt quan trọng để giúp ngăn chặn vi-rút lây lan.

Việc rửa tay rất dễ dàng và đó là một trong những cách hiệu quả nhất để ngăn ngừa sự lây lan của mầm bệnh. Bàn tay sạch có thể ngăn chặn vi khuẩn lây lan từ người này sang người khác và trong toàn bộ cộng đồng, từ nhà và nơi làm việc của quý vị đến các cơ sở chăm sóc trẻ em và bệnh viện.

Thực hiện theo năm bước này mỗi lần

1. Làm ướt tay bằng nước sạch, ấm (ấm hoặc lạnh), tắt vòi và thoa xà phòng.
2. Xoa bàn tay bằng cách chà xát cùng với xà phòng. Xoa mu bàn tay, giữa các ngón tay và dưới móng tay của quý vị.
3. Chà tay trong ít nhất 20 giây. Cần đồng hồ đếm thời gian? Hãy ngâm nga bài hát “Chúc Mừng Sinh Nhật” từ đầu đến cuối hai lần.
4. Rửa sạch tay dưới vòi nước sạch.
5. Lau khô tay bằng khăn sạch hoặc sấy khô tay.

Tìm hiểu thêm về rửa tay thường xuyên tại [cdc.gov/handwashing](https://www.cdc.gov/handwashing).



HealthTALK

MÙA XUÂN 2020



Chúng tôi nói ngôn ngữ của quý vị.



Chúng tôi cung cấp các dịch vụ miễn phí nhằm giúp quý vị giao tiếp với chúng tôi. Chúng tôi có thể gửi cho quý vị thông tin bằng các ngôn ngữ khác không phải là tiếng Anh hoặc bằng chữ in lớn. Quý vị có thể yêu cầu cung cấp dịch vụ phiên dịch viên. Để yêu cầu trợ giúp, hãy gọi cho bộ phận Dịch vụ thành viên theo số điện thoại miễn phí **1-866-270-5785, TTY 711**.

Xuất viện.

Quý vị đang phải nằm điều trị tại bệnh viện hoặc trong phòng cấp cứu (ER)? Nếu vậy, quý vị cần nhận được hướng dẫn về các bước tiếp theo trước khi xuất viện. Hãy đảm bảo quý vị hiểu rõ những điều mà quý vị được yêu cầu thực hiện. Hỏi cho rõ nếu quý vị chưa hiểu. Quý vị có thể nhờ một người mà quý vị tin cậy nghe giúp nội dung hướng dẫn để họ cũng hiểu rõ những điều mà quý vị được yêu cầu thực hiện.

Hẹn khám với bác sĩ ngay khi quý vị trở về nhà sau khi xuất viện. Mang theo thuốc và tài liệu hướng dẫn các bước tiếp theo để nhờ bác sĩ xem giúp. Việc thực hiện đúng các bước tiếp theo có thể giúp quý vị không phải quay trở lại bệnh viện hoặc phòng cấp cứu.



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

AMC-056-CA-CAID-VIETNAMESE

CSCA20MC4646351_001

Đối tác của quý vị trong lĩnh vực sức khỏe.

Cách chọn PCP phù hợp.

Nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc chính (PCP) cung cấp dịch vụ hoặc phối hợp cùng quý vị trong vấn đề chăm sóc sức khỏe. Quý vị nên đến gặp PCP để khám sức khỏe, chích ngừa và tiến hành những xét nghiệm sàng lọc quan trọng. PCP có thể giúp quý vị có lối sống khỏe mạnh hơn bằng cách cung cấp những công cụ giúp quý vị giảm cân hoặc cai thuốc lá.

Quý vị muốn cảm thấy thoải mái khi trò chuyện với PCP. Quý vị cần một PCP có địa điểm phòng khám và giờ làm việc phù hợp với quý vị. Quý vị có thể muốn PCP nói được ngôn ngữ của quý vị hoặc hiểu rõ văn hóa của quý vị. Quý vị có thể ưu tiên PCP là nam hoặc nữ.

Thanh thiếu niên có nhu cầu được chăm sóc sức khỏe cao hơn trẻ em. Có thể đã đến lúc con của quý vị cần chuyển sang một PCP chuyên điều trị cho người lớn. Con gái của quý vị có thể cần một nhà cung cấp dịch vụ dành riêng cho nữ giới, chẳng hạn như OB/GYN.

Nếu PCP không phù hợp, quý vị có thể chuyển đổi PCP bất cứ lúc nào. Quý vị có thể tìm hiểu thêm về các nhà cung cấp chương trình trên mạng hoặc qua điện thoại. Những thông tin có sẵn bao gồm:

- Địa chỉ và số điện thoại.
- Bằng cấp.
- Chuyên ngành.
- Chứng chỉ hành nghề.
- Những ngôn ngữ mà họ nói.
- Tên trường y hoặc nơi cư trú (chỉ cung cấp qua điện thoại).



Quý vị cần một bác sĩ mới? Để tìm một PCP mới, hãy truy cập vào trang web myuhc.com/CommunityPlan. Quý vị cũng có thể gọi cho chúng tôi theo số điện thoại miễn phí **1-866-270-5785, TTY 711**.



Tham khảo sổ tay.

Quý vị đã đọc Sổ tay thành viên chưa? Đây là nguồn thông tin vô cùng bổ ích. Sổ tay thành viên giới thiệu cách sử dụng chương trình của quý vị. Cuốn sổ tay này giải thích:

- Quyền hạn và trách nhiệm của quý vị với tư cách là thành viên.
- Những phúc lợi và dịch vụ mà quý vị được hưởng.
- Những phúc lợi và dịch vụ mà quý vị không được hưởng (trường hợp ngoại lệ).
- Những chi phí mà quý vị có thể phải trả cho dịch vụ chăm sóc sức khỏe.
- Cách tìm thông tin về nhà cung cấp nội mạng.
- Cách chúng tôi áp dụng các phúc lợi về thuốc kê đơn cho quý vị.
- Những việc cần làm nếu quý vị cần được chăm sóc khi đi ra ngoài nơi cư trú.
- Thời điểm và cách thức nhận dịch vụ chăm sóc từ nhà cung cấp ngoài mạng lưới.
- Địa điểm, thời điểm và cách nhận dịch vụ chăm sóc chính, chăm sóc ngoài giờ, chăm sóc sức khỏe hành vi, chăm sóc chuyên sâu, chăm sóc tại bệnh viện và chăm sóc cấp cứu.
- Chính sách của chúng tôi về quyền riêng tư.
- Những việc cần làm nếu quý vị nhận được hóa đơn.
- Cách khiếu nại hoặc kháng nghị một quyết định về bảo hiểm.
- Cách yêu cầu cung cấp dịch vụ phiên dịch viên hoặc nhận sự trợ giúp khác về ngôn ngữ hoặc dịch thuật.
- Cách thức quyết định của chương trình nếu các dịch vụ điều trị hoặc công nghệ mới được bao trả.
- Cách báo cáo trường hợp gian lận và lạm dụng.



Nhận mọi thông tin. Quý vị có thể đọc Sổ tay thành viên trên mạng tại trang web myuhc.com/CommunityPlan. Quý vị cũng có thể gọi cho bộ phận Dịch vụ thành viên theo số điện thoại miễn phí **1-866-270-5785, TTY 711**, để yêu cầu cung cấp một bản sao miễn phí của sổ tay này.

Biết rõ các phúc lợi về thuốc dành cho quý vị.

Hãy truy cập trang web của chúng tôi tại myuhc.com/CommunityPlan để tìm hiểu về các phúc lợi thuốc kê đơn dành cho quý vị. Trang web này cung cấp thông tin về:

- 1. Những loại thuốc được bao trả.** Có danh sách các thuốc được bao trả. Có thể quý vị sẽ cần phải sử dụng thuốc không còn đặc quyền thay cho thuốc chính gốc.
- 2. Nơi nhận thuốc kê đơn.** Quý vị có thể tìm một nhà thuốc ở gần và có chấp nhận chương trình của quý vị. Quý vị cũng có thể nhận một số loại thuốc qua đường bưu điện.

3. Những quy tắc có thể áp dụng. Một số thuốc có thể chỉ được bao trả trong một số trường hợp. Ví dụ: Quý vị có thể cần phải dùng thử một loại thuốc khác trước tiên. (Trường hợp này được gọi là liệu pháp từng bước). Quý vị cũng có thể cần xin phê duyệt từ UnitedHealthcare để sử dụng thuốc. (Trường hợp này được gọi là ủy quyền trước). Ngoài ra, một số thuốc mà quý vị được nhận cũng có thể bị giới hạn về số lượng.

4. Mọi chi phí mà quý vị phải chi trả. Quý vị không được hưởng khoản đồng thanh toán đối với thuốc kê đơn.



Tra cứu thông tin. Quý vị có thể tìm thông tin liên quan đến các phúc lợi về thuốc dành cho quý vị tại trang web myuhc.com/CommunityPlan. Quý vị cũng có thể gọi cho bộ phận Dịch vụ thành viên theo số điện thoại miễn phí **1-866-270-5785, TTY 711.**



Dịch vụ chăm sóc phù hợp.

Cách chúng tôi quyết định những dịch vụ được bao trả.

Chương trình UnitedHealthcare Community Plan có quản lý dịch vụ y tế (UM). Tất cả các chương trình chăm sóc sức khỏe được quản lý đều có chức năng này. Đó là cách chúng tôi đảm bảo rằng các thành viên của mình nhận được dịch vụ chăm sóc phù hợp đúng lúc và đúng chỗ.

Một bác sĩ sẽ xem xét các yêu cầu khi dịch vụ chăm sóc không tuân thủ hướng dẫn. Các quyết định đều dựa trên loại hình chăm sóc và dịch vụ cũng như các phúc lợi của quý vị. Chúng tôi không khen thưởng các bác sĩ hoặc nhân viên cho việc từ chối dịch vụ. Chúng tôi không trả lương cho bất kỳ người nào cung cấp dịch vụ chăm sóc kém chất lượng.

Thành viên và bác sĩ có quyền khiếu nại quyết định từ chối dịch vụ. Thư hướng dẫn khiếu nại quyết định từ chối dịch vụ sẽ cho quý vị biết cách khiếu nại.



Quý vị có câu hỏi? Quý vị có thể trao đổi với nhân viên của chúng tôi. Họ làm việc 8 giờ/ngày trong giờ hành chính. Nếu quý vị cần để lại lời nhắn thì sẽ có người gọi điện lại cho quý vị. Có dịch vụ TDD/TTY và hỗ trợ ngôn ngữ nếu quý vị cần. Quý vị chỉ cần gọi đến số điện thoại miễn phí **1-866-270-5785, TTY 711.**

Chúng tôi chăm sóc quý vị.

Các chương trình tự nguyện giúp quản lý sức khỏe của quý vị.

UnitedHealthcare Community Plan cung cấp các chương trình và dịch vụ nhằm giúp quý vị giữ gìn sức khỏe. Chúng tôi cũng cung cấp các dịch vụ giúp quản lý tốt hơn bệnh tật và các nhu cầu chăm sóc khác. Đây là một phần trong chương trình Sức Khỏe Dân Số của chúng tôi. Các dịch vụ có thể bao gồm:

- Nhắc nhở và giáo dục về sức khỏe.
- Hỗ trợ và giáo dục về thai sản.
- Hỗ trợ về chứng rối loạn do sử dụng chất gây nghiện.
- Các chương trình trợ giúp quý vị về các nhu cầu sức khỏe phức tạp (nhà quản lý dịch vụ chăm sóc làm việc với bác sĩ của quý vị và các cơ quan bên ngoài khác).

Đây là những chương trình tự nguyện. Các chương trình này được cung cấp miễn phí cho quý vị. Quý vị có thể chọn ngừng tham gia bất cứ chương trình nào vào bất kỳ thời điểm nào.



Chăm sóc sức khỏe. Hãy truy cập vào trang web myuhc.com/CommunityPlan để tìm thêm thông tin về các bác sĩ nội mạng. Quý vị cũng có thể tìm hiểu thêm về các phúc lợi, chương trình cũng như dịch vụ được cung cấp cho quý vị. Nếu quý vị muốn giới thiệu chương trình quản lý hồ sơ của chúng tôi, hãy gọi cho bộ phận Dịch vụ thành viên theo số điện thoại miễn phí **1-866-270-5785, TTY 711**.

An toàn và bảo mật.

Chúng tôi rất coi trọng quyền riêng tư của quý vị. Chúng tôi rất cẩn trọng với thông tin sức khỏe được bảo vệ (PHI) của gia đình quý vị. Chúng tôi cũng bảo vệ thông tin tài chính của quý vị (FI). Chúng tôi sử dụng PHI và FI để điều hành doanh nghiệp của mình. Những thông tin này giúp chúng tôi cung cấp sản phẩm, dịch vụ và thông tin cho quý vị.

Chúng tôi bảo vệ PHI và FI ở dạng lời nói, văn bản và điện tử. Chúng tôi có những quy tắc giúp chúng tôi giữ an toàn cho PHI và FI. Chúng tôi không muốn PHI hoặc FI bị mất hoặc phá hủy. Chúng tôi muốn đảm bảo không có người nào sử dụng những thông tin đó sai mục đích. Chúng tôi sử dụng những thông tin đó một cách cẩn trọng. Chúng tôi có những chính sách giải thích:

- Cách chúng tôi có thể sử dụng PHI và FI.
- Những trường hợp chúng tôi có thể chia sẻ PHI và FI với các bên khác.
- Những quyền mà quý vị được hưởng đối với PHI và FI của gia đình quý vị.



Mọi thông tin đều minh bạch. Quý vị có thể đọc chính sách của chúng tôi về quyền riêng tư trong Sổ tay thành viên. Quý vị có thể tìm cuốn sổ tay này trên trang web myuhc.com/CommunityPlan. Quý vị cũng có thể gọi cho bộ phận Dịch vụ thành viên theo số điện thoại miễn phí **1-866-270-5785, TTY 711**, để yêu cầu chúng tôi gửi cho quý vị một bản sao qua đường bưu điện. Nếu thay đổi chính sách này, chúng tôi sẽ gửi thông báo cho quý vị qua đường bưu điện.

Tự đảm đương.

Chuẩn bị để gặp nhà cung cấp của quý vị.

Việc chuẩn bị cho chuyến gặp gỡ nhà cung cấp có thể giúp quý vị tận dụng tối đa lần gặp gỡ này. Quý vị cũng cần đảm bảo nhà cung cấp biết rõ tất cả những dịch vụ chăm sóc mà quý vị nhận được. Sau đây là cách quý vị có thể tự đảm đương việc chăm sóc sức khỏe của mình:

- **Trước khi đi, hãy nghĩ đến những điều mà quý vị muốn đạt được thông qua chuyến gặp gỡ.** Cố gắng tập trung vào 3 điều mà quý vị cần trợ giúp nhất.
- **Cho nhà cung cấp biết các loại thuốc hoặc vitamin mà quý vị thường xuyên sử dụng.** Mang theo danh sách thuốc viết tay. Quý vị cũng có thể mang thuốc đi.
- **Cho nhà cung cấp biết về các nhà cung cấp khác mà quý vị có thể gặp.** Nêu ra cả những nhà cung cấp dịch vụ sức khỏe hành vi. Đề cập đến mọi loại thuốc mà họ kê đơn hoặc hình thức điều trị mà họ đã chỉ định cho quý vị. Ngoài ra, hãy mang theo bản sao kết quả của bất kỳ xét nghiệm nào mà quý vị đã tiến hành.



Quý vị cần đưa đón? Nếu quý vị cần xe đưa đón, hãy gọi cho Dịch vụ thành viên theo số điện thoại miễn phí **1-866-270-5785, TTY 711**. Quý vị có thể lên lịch đưa đón ngay sau khi lên lịch hẹn hoặc ít nhất 3 ngày làm việc trước cuộc hẹn khám.


Mùa xuân tràn ngập khắp nơi đây!

Đối phó với bệnh hen suyễn và các chứng dị ứng theo mùa.

Khi những nhánh cây đâm chồi nảy lộc, những ngọn cỏ mọc um tùm và những bông hoa nở rộ khoe sắc thì cũng là lúc phấn hoa phát tán ra không khí. Đối với nhiều người thì đây là thời điểm khiến các triệu chứng dị ứng và hen suyễn trở nên trầm trọng hơn. Quý vị có thể bị khó thở. Quý vị có thể bị ngứa mắt hoặc sổ mũi. Có một số cách quý vị có thể thực hiện để cảm thấy dễ chịu hơn trong mùa xuân này.

- Kiểm tra chất lượng không khí. Bản tin thời tiết thường có thông tin về chất lượng không khí. Thông tin này có thể cho quý vị biết cấp độ của các loại phấn hoa cũng như các loại ô nhiễm khác nhau.
- Nếu quý vị chơi, làm vườn hoặc tập thể dục ở ngoài trời, hãy thực hiện các hoạt động này vào buổi sáng hoặc đầu buổi chiều. Vào mùa xuân, lượng phấn hoa từ cỏ cây thường thấp hơn vào những thời điểm này trong ngày.
- Sau khi thực hiện các hoạt động ngoài trời, hãy tắm rửa và thay quần áo. Việc này giúp phấn hoa không vương vào đồ đạc và giường chiếu trong nhà của quý vị.
- Đóng các cửa sổ trong nhà và xe ô tô của quý vị khi có thể.
- Uống thuốc. Nếu quý vị bị hen suyễn, hãy uống các thuốc kiểm soát như bác sĩ đã kê đơn cho quý vị. Mang theo ống hít giảm đau nhanh.

Làm theo chỉ dẫn của nhà cung cấp để điều trị các triệu chứng dị ứng khác.

 **Chúng tôi có thể giúp quý vị.** Nếu quý vị mắc bệnh hen suyễn hoặc tình trạng mãn tính khác, chúng tôi có thể giúp quý vị. Chúng tôi cung cấp các chương trình kiểm soát bệnh tật. Các chương trình này có thể giúp quý vị quản lý tình trạng bệnh lý của mình kèm theo lời nhắc về hoạt động chăm sóc của quý vị cũng như lời khuyên từ y tá. Để tìm hiểu thêm, hãy gọi cho bộ phận Dịch vụ thành viên theo số điện thoại miễn phí **1-866-270-5785, TTY 711.**



Công bằng trong vấn đề sức khỏe.

Chúng tôi tiếp nhận dữ liệu về văn hóa của quý vị. Đó có thể là dữ liệu về chủng tộc, nguồn gốc dân tộc và ngôn ngữ của quý vị. Những thông tin này sẽ giúp chúng tôi đáp ứng nhu cầu chăm sóc sức khỏe của quý vị. Chúng tôi có thể sử dụng những thông tin này để cải thiện các dịch vụ mà chúng tôi cung cấp bằng cách:

- Tìm những lỗ hổng trong hoạt động chăm sóc sức khỏe.
- Trợ giúp quý vị bằng các ngôn ngữ khác.
- Xây dựng những chương trình đáp ứng nhu cầu của quý vị.
- Cho nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe biết ngôn ngữ mà quý vị nói.

Chúng tôi không sử dụng những dữ liệu này để từ chối bảo hiểm hoặc hạn chế phúc lợi. Chúng tôi bảo vệ những thông tin này. Chúng tôi giới hạn những đối tượng có thể xem dữ liệu về văn hóa của quý vị. Chúng tôi lưu giữ dữ liệu về chủng tộc, nguồn gốc dân tộc và ngôn ngữ của quý vị một cách an toàn và bảo mật. Chỉ những người cần sử dụng mới được phép tiếp cận những dữ liệu này. Chúng tôi sử dụng các phương tiện vật lý, kỹ thuật và quản lý để bảo vệ những dữ liệu này.

iStock.com: AVIcons

iStock.com: Image Source

Góc nguồn lực.

Dịch vụ thành viên: Tìm bác sĩ, yêu cầu cung cấp dịch vụ đưa đón, đặt câu hỏi về lợi ích hoặc khiếu nại bằng bất kỳ thứ tiếng nào (số điện thoại miễn phí).

1-866-270-5785, TTY 711

Trang web của chúng tôi: Tìm một nhà cung cấp, đọc Sổ tay thành viên hoặc xem thẻ nhận dạng của quý vị, bất kể quý vị đang ở đâu.

myuhc.com/CommunityPlan

NurseLine: Nhận lời khuyên về sức khỏe từ y tá 24/7 (số điện thoại miễn phí).

1-866-270-5785, TTY 711

Đường dây trợ giúp những người cai thuốc lá tại California: Nhận dịch vụ trợ giúp bỏ thuốc lá miễn phí (số điện thoại miễn phí).

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

Healthy First Steps®: Nhận sự hỗ trợ trong suốt thai kỳ (số điện thoại miễn phí).

1-800-599-5985, TTY 711

KidsHealth®: Nhận thông tin đáng tin cậy về các chủ đề sức khỏe liên quan đến trẻ em.

KidsHealth.org

Quản Lý Hồ Sơ: Những thành viên có nhu cầu phức tạp có thể nhận dịch vụ thăm khám qua điện thoại và tại nhà, chương trình đào tạo về sức khỏe, được giới thiệu về các nguồn trợ giúp trong cộng đồng, nhận lời nhắc về cuộc hẹn khám, dịch vụ hỗ trợ đưa đón và nhiều dịch vụ khác (số điện thoại miễn phí).

1-866-270-5785, TTY 711

Health Education Materials Resource Library (Thư viện Nguồn trợ giúp Tài liệu Giáo dục Sức khỏe): Truy cập và tải tài liệu giáo dục sức khỏe về nhiều chủ đề liên quan đến thể trạng tốt sống thiết bị tại **UHCCommunityPlan.com/CA**. Tài liệu được cung cấp theo yêu cầu ở chữ in cỡ lớn, chữ nổi hoặc bằng các ngôn ngữ khác.

Quý vị muốn nhận thông tin qua thư điện tử?

Hãy gọi cho Dịch vụ thành viên và cung cấp cho chúng tôi địa chỉ email của quý vị (số điện thoại miễn phí).

1-866-270-5785, TTY 711

Chất lượng hàng đầu.

Kết quả cải thiện chất lượng của chúng tôi.

UnitedHealthcare Community Plan có một chương trình Cải Thiện Chất Lượng. Chương trình này hoạt động nhằm chăm sóc và cung cấp dịch vụ tốt hơn cho các thành viên.

Hàng năm, chúng tôi đều báo cáo về tình hình hoạt động của mình. Năm trước, một trong những mục tiêu của chúng tôi là có thêm nhiều thành viên là người lớn bị tiểu đường được xét nghiệm máu HbA1c và quét võng mạc. Chúng tôi đã gửi cho thành viên những thông tin và lời nhắc về tầm quan trọng của việc đến gặp bác sĩ thường xuyên nhằm giúp kiểm soát bệnh tiểu đường của họ. Chúng tôi phát hiện ra rằng trong năm 2019, về tổng thể, đã có thêm nhiều thành viên được xét nghiệm máu HbA1c và khám mắt.

Năm trước, chúng tôi còn có một mục tiêu khác là tăng số trẻ em được kiểm tra sức khỏe hàng năm. Chúng tôi muốn cải thiện nhiều hơn nữa trong năm nay và có thêm nhiều trẻ được xét nghiệm kiểm tra lượng chì trong máu, tiêm chủng và kiểm tra sức khỏe hàng năm. Chúng tôi cũng muốn cải thiện tỷ lệ phần trăm thành viên được xét nghiệm sàng lọc ung thư cổ tử cung và ung thư vú trong năm tới. Chúng tôi sẽ gọi điện đến từng thành viên để nhắc nhở.

Chúng tôi cũng tiến hành khảo sát các thành viên của mình hàng năm. Chúng tôi muốn tìm hiểu xem chúng tôi đang đáp ứng nhu cầu của họ ở mức nào. Các cuộc khảo sát của chúng tôi trong năm 2019 cho thấy hầu hết các thành viên đều đánh giá bác sĩ của họ với điểm số cao hơn. Trong năm tới, chúng tôi sẽ tiếp tục nỗ lực cải thiện mức đánh giá của thành viên về bác sĩ cũng như dịch vụ chăm sóc sức khỏe tổng thể của họ. Chúng tôi cũng muốn đảm bảo các thành viên nhận được sự chăm sóc cần thiết khi họ cần. Chúng tôi cung cấp cho các bác sĩ tờ thông tin về sở thích của thành viên để họ có thể phục vụ thân chủ tốt hơn.



iStock.com: FatCamera



Chất lượng có vai trò rất quan trọng. Quý vị muốn biết thêm thông tin về chương trình Cải Thiện Chất Lượng của chúng tôi? Hãy gọi cho bộ phận Dịch vụ thành viên theo số điện thoại miễn phí **1-866-270-5785, TTY 711**.



UnitedHealthcare Community Plan tuân thủ các luật về quyền công dân của Liên bang. UnitedHealthcare Community Plan không loại trừ hoặc đối xử khác biệt với các hội viên vì chủng tộc, màu da, nguồn gốc quốc gia, tuổi tác, khuyết tật hoặc giới tính.

UnitedHealthcare Community Plan:

- Cung cấp thiết bị hỗ trợ và các dịch vụ miễn phí cho những người khuyết tật để họ giao tiếp với chúng tôi, chẳng hạn như:
 - Thông dịch viên ngôn ngữ ký hiệu có trình độ
 - Thông tin bằng văn bản dưới các định dạng khác (chữ in cỡ lớn, băng âm thanh, định dạng điện tử để truy cập, các định dạng khác)
- Cung cấp dịch vụ ngôn ngữ miễn phí cho những người có ngôn ngữ chính không phải là tiếng Anh, chẳng hạn như:
 - Thông dịch viên có trình độ
 - Thông tin được viết bằng những ngôn ngữ khác

Nếu quý vị cần những dịch vụ này, vui lòng gọi số điện thoại miễn phí dành cho hội viên được ghi trên thẻ ID hội viên của quý vị.

Nếu quý vị tin rằng UnitedHealthcare Community Plan không cung cấp cho quý vị những dịch vụ này hoặc phân biệt đối xử với quý vị dựa trên chủng tộc, màu da, nguồn gốc quốc gia, tuổi tác, khuyết tật hoặc giới tính, quý vị có thể nộp đơn khiếu nại tới Điều phối viên về Quyền công dân qua:

- Gửi thư qua bưu điện: Civil Rights Coordinator
UnitedHealthcare Civil Rights Grievance
P.O. Box 30608
Salt Lake City, UTAH 84130
- Email: UHC_Civil_Rights@uhc.com

Quý vị cũng có thể nộp khiếu nại về quyền công dân tới Văn phòng Dân quyền, Bộ Y tế và Dịch vụ Nhân sinh Hoa Kỳ qua:

- Web: Cổng thông tin của Văn phòng Khiếu nại về Quyền công dân tại địa chỉ <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>
- Địa chỉ gửi thư: U.S. Dept. of Health and Human Services
200 Independence Avenue SW
Room 509F, HHH Building, Washington DC 20201
- Điện thoại: Miễn phí 1-800-868-1019, 1-800-537-7697 (TDD).

Chúng tôi cung cấp các dịch vụ miễn phí để giúp quý vị giao tiếp với chúng tôi. Chẳng hạn như, thư bằng ngôn ngữ khác hoặc bản in cỡ lớn. Hoặc, quý vị có thể yêu cầu một thông dịch viên. Để yêu cầu trợ giúp, vui lòng gọi số điện thoại miễn phí dành cho hội viên được ghi trên thẻ ID hội viên chương trình bảo hiểm y tế của quý vị, TTY 711, thứ Hai đến thứ Sáu, từ 7 giờ sáng đến 7 giờ tối.

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 եք 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

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