

# COVID-19

## 코로나바이러스(COVID-19) 관련 UnitedHealthcare 중요 소식 알림

귀하의 건강과 안녕이 저희의 최우선 사항입니다. 이를 위해 코로나바이러스(COVID-19)에 대한 정보를 숙지해 두셨으면 합니다. 저희는 질병 통제 예방 센터(Centers for Disease Control and Prevention, CDC)에서 제공하는 최신 정보에 따라 업무를 진행하고 있습니다. 또한 저희는 주 정부 및 지역 공공 보건 부서와의 접촉을 유지하고 있습니다. 예방 조치, 보장 범위, 치료 및 지원에 대한 가장 최신의 정보와 지원 자원에 대해서는 **UHCCP.com** 을 참조하시기 바랍니다.

UnitedHealthcare는 COVID-19 상황에 대응하여 원격 진료 서비스를 무료로 제공하고 있습니다. 모바일 기기 또는 컴퓨터를 통한 원격 진료를 통해 지역 의료 서비스 제공자에게 긴급한 요구 사항 및 긴급하지 않은 요구사항에 대해 상의할 수 있습니다. 담당 주치의(Primary Care Provider, PCP)에게 연락하여 온라인 또는 전화로 진료를 받을 수 있는지 알아보시기 바랍니다. 정기적으로 진료를 받는 의사가 없다면 [myuhc.com/CommunityPlan](http://myuhc.com/CommunityPlan) 을 방문하여 원격 진료 서비스 제공이 가능한 네트워크 내 서비스 제공자를 찾아보시기 바랍니다.

봄호 HealthTalk 뉴스레터에 나온 기사는 COVID-19 사태 발발 전에 작성 및 발행한 것입니다. 짧지만 흥미로운 이 기사문은 일 년 내내 귀하와 가족들의 건강을 지키는 데 도움을 드리기 위한 것입니다. 저희는 귀하와 주변 분들의 안전을 위해 가을 또는 겨울에 연간 건강 관리 방문 계획을 세우실 것을 권해 드립니다.

## COVID-19로부터 스스로를 지키는 방법은?

질병을 예방하는 가장 좋은 방법은 이 바이러스에 노출되는 것을 피하는 것입니다. 감기와 같은 다른 모든 잠재적인 질병을 예방하려면, 다음과 같은 예방 수칙을 잘 따르는 것이 중요합니다.

- 비누와 물로 20초 동안 손을 씻거나 비누와 물을 이용할 수 없는 경우 최소 60%의 알코올을 함유한 손 세정제를 사용하십시오.
- 자주 만지는 표면을 청소하고 소독하십시오.
- 씻지 않은 손으로 눈, 코, 입을 만지지 마십시오.
- 기침 또는 재채기를 할 때는 티슈로 코와 입을 가리고, 사용한 티슈는 쓰레기통에 버리십시오.
- 건강 상태가 좋지 않아 보이는 사람으로부터 떨어져 있으십시오.
- 독감 예방 주사가 COVID-19를 막아주지는 못하지만, 독감을 예방하는 효과는 여전히 가지고 있습니다. 담당 주치의에게 연락하여 독감 예방 주사 예약을 잡으십시오.
- 건강 상태가 좋지 않은 사람과 함께 같은 컵 또는 같은 식기를 이용하지 마십시오.

### 최신 권고 사항에 대한 정보를 확인하세요.

- COVID-19에 대한 가장 최신의 정보는 CDC의 COVID-19 관련 웹페이지 [cdc.gov/coronavirus/2019-ncov](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov)를 참조하시기 바랍니다.



## 올바른 손 씻기 5단계

손 씻기는 자신과 가족의 건강을 지키는 가장 좋은 방법 중 하나입니다. COVID-19 팬데믹 사태 동안, 손의 위생 상태를 유지하는 것은 바이러스가 전파되는 것을 막는 데 있어 특히 중요합니다.

손 씻기는 간편하면서도 병균의 전파를 막는 가장 효과적인 방법 중 하나입니다. 손이 깨끗해야 사람 간에 그리고 가정과 직장 및 아동 보호 시설과 병원에 이르는 전체 지역 사회로 병균이 전파되는 것을 막을 수 있습니다.

## 손을 씻을 때마다 매번 다음 다섯 단계를 지켜 주십시오

1. 깨끗한 흐르는 물(따뜻한 물 또는 차가운 물)로 손을 적신 후, 물을 잠그고, 비누를 묻힙니다.
2. 비누로 양 손을 문질러서 거품을 냅니다. 손등과 손가락 사이, 손톱 밑을 문질러 거품을 냅니다.
3. 최소 20초 동안 손을 문지릅니다. 시간을 어떻게 재냐고요? “생일 축하” 노래를 처음부터 끝까지 두 번 허밍합니다.
4. 깨끗하고 흐르는 물에 손을 잘 헹구어냅니다.
5. 깨끗한 수건 또는 핸드 드라이어로 손을 말립니다.

규칙적인 손 씻기에 대한 더 자세한 정보는 [cdc.gov/handwashing](https://www.cdc.gov/handwashing)을 참조하시기 바랍니다.



# HealthTALK

2020년 봄호



## 당뇨병은 신장에 영향을 줍니다.

자세한 내용은 가까운 곳에서 제공되는 Aloha Kidney Classes를 확인하십시오. 등록하려면 **808-585-8404**로 전화하십시오. 또는, **alohakidney.com**에서 추가 정보를 찾을 수 있습니다. 다른 자원에 대한 정보는 서비스 코디네이터 또는 회원 서비스에 문의해도 됩니다. 수신자 부담 전화 **1-888-980-8728, TTY 711**로 전화하십시오.

## 퇴원.

병원이나 응급실(ER)에 입원하셨습니까? 그렇다면, 퇴원하시기 전에 후속 지시를 받으셔야 합니다. 요구 받는 사항에 대해 이해하셔야 합니다. 이해하지 못하시는 사항이 있다면 질문하십시오. 믿을 수 있는 사람에게 지시 사항을 잘 듣고 귀하께서 하셔야 할 사항이 무엇인지 이해하도록 부탁하실 수 있습니다.

병원에서 퇴원하신 직후에 의사와 예약을 잡으십시오. 후속 지시 사항과 약물을 의사에게 알려주십시오. 적절한 후속 조치를 하면 병원이나 응급실을 다시 찾지 않으셔도 될 것입니다.



iStock.com: LightFieldStudios

UnitedHealthcare Community Plan  
P.O. Box 2960  
Honolulu, HI 96802

AMC-056-HI-CAID-KOREAN

CSHI20MC4647416\_001

# 건강 파트너.

## 적합한 주치의를 선택하는 방법.

주치의(PCP)는 귀하의 건강 관리를 제공하거나 조정합니다. 건강 검진, 예방 접종 및 중요 검사를 위해 주치의를 만나셔야 합니다. 주치이는 체중 감량 또는 금연에 도움이 되는 도구를 제공함으로써 더욱 건강한 생활 습관으로 이끌어 줄 수 있습니다.

주치의와 편안한 대화를 나누고 싶으실 것입니다. 귀하께 적합한 사무실 위치와 근무 시간을 제공하는 주치의가 필요합니다. 귀하의 언어를 구사하거나 귀하의 문화를 이해하는 주치의를 원할 수 있습니다. 남성 또는 여성 주치의를 선호하실 수 있습니다.

10대 청소년의 건강 관리 필요 사항은 아동과 다릅니다. 10대 자녀의 의사를 성인 담당 의사로 전환해야 할 시점이 있습니다. 딸에게는 OB/GYN과 같은 여성 의료 서비스 제공자가 필요할 수 있습니다.

귀하께 적합하지 않은 주치의는 언제든지 교체하실 수 있습니다. 온라인 또는 전화를 통해 플랜 제공자에 대해 자세히 알아볼 수 있습니다. 제공되는 정보는 다음과 같습니다.

- 주소와 전화 번호.
- 자격.
- 전문 분야.
- 자격증.
- 구사 언어.
- 의과 대학 또는 소속 (전화 전용).



iStock.com: Ivan Antic

### 새 의사가 필요합니까?

새 주치의를 찾으려면

[myuhc.com/CommunityPlan](http://myuhc.com/CommunityPlan)

을 방문하십시오. 또는, 수신자

부담 전화 **1-888-980-8728**, TTY 711로 전화하십시오.

## 책자를 통해 얻을 수 있는 정보.

회원 핸드북을 읽으셨습니까? 매우 좋은 정보 제공처입니다. 이 책자는 플랜 이용 방법에 대해 알려드립니다. 제공되는 내용은 다음과 같습니다.

- 회원 권리와 책임.
- 귀하께 제공되는 혜택 및 서비스.
- 귀하께 제공되지 않는 혜택 및 서비스(제외 사항).
- 건강 관리에 드는 비용.
- 네트워크 소속 제공자에 대한 정보를 찾는 방법.
- 처방약 혜택이 적용되는 방법.
- 거주지를 떠나 있을 때 진료가 필요한 경우 해야 할 일.
- 네트워크 비소속 제공자로부터 진료를 받을 수 있는 시기와 방법.

- 개인 정보 보호 정책.
- 청구서를 받은 경우에 해야 할 일.
- 기본, 근무 시간 외, 행동 건강, 전문, 병원 및 응급 진료를 받는 장소, 시기 및 방법.
- 불만 사항을 알리거나 보험 혜택 결정에 이의를 제기하는 방법.
- 통역사를 요청하거나 언어 또는 번역과 관련된 다른 도움을 받는 방법.
- 새로운 치료 또는 기술에 대해 플랜 혜택이 결정되는 방법.
- 사기 및 학대 신고 방법.



**모든 정보를 받으십시오.** 웹 사이트

[myuhc.com/CommunityPlan](http://myuhc.com/CommunityPlan)에서 회원

핸드북을 읽어보십시오. 또는 회원 서비스

수신자 부담 전화 **1-888-980-8728**, TTY 711로 전화해서 핸드북 무료 사본을 요청하십시오.

## 처방약 혜택에 대해 알아보십시오.

웹 사이트 [myuhc.com/CommunityPlan](http://myuhc.com/CommunityPlan)을 방문해서 처방약 혜택에 대해 알아보십시오. 여기에서 제공되는 정보는 다음과 같습니다.

- 1. 보장되는 처방약.** 보장되는 처방약 목록이 있습니다. 브랜드 이름 처방약 대신 일반 처방약을 사용해야 할 수도 있습니다.
- 2. 처방약을 리필 받을 수 있는 곳.** 인근에서 귀하의 플랜을 받는 약국을 찾을 수 있습니다. 우편을 통해 특정 처방약을 받을 수도 있습니다.
- 3. 적용될 수 있는 규칙.** 일부 처방약은 특정 케이스에만 보장될 수 있습니다. 예를 들어, 다른 처방약을 먼저 시도해야 할 수도 있습니다. (이것을 단계 요법이라고 합니다.) 또는, 처방약을 사용하기 위해 UnitedHealthcare의 승인이 필요할 수 있습니다. (이것을 사전 승인이라고 합니다.) 특정 처방약은 받을 수 있는 양이 제한될 수 있습니다.
- 4. 부과되는 비용.** 처방약에 대한 자기 부담금이 없습니다.



iStock.com: RidoFranz

### 찾아보십시오.



[myuhc.com/CommunityPlan](http://myuhc.com/CommunityPlan)

에서 처방약 혜택에 대한 정보를 찾아보십시오. 또는, 회원 서비스 수신자 부담 전화 **1-888-980-8728**, TTY 711로 문의하십시오.



## 올바른 치료.

### 보장되는 서비스를 확인하는 방법.

UnitedHealthcare Community Plan은 이용도 관리(UM)를 수행합니다. 모든 관리형 진료 건강 플랜이 하는 것입니다. 이것은 회원들이 적시에 적절한 장소에서 올바른 치료를 받고 있는지 확인하는 방법입니다.

진료가 지침을 충족하지 못하는 경우에 의사가 요청을 검토하게 됩니다. 치료와 서비스 및 혜택에 근거하여 결정이 내려집니다. 저희는 서비스를 거절한 의사나 직원에게 보상하지 않습니다. 저희는 치료를 덜 제공한 경우에 금전적인 보상을 하지 않습니다.

회원과 의사는 거절 결정에 대해 이의를 제기할 권리가 있습니다. 이의를 제기하는 방법은 거절 서신에 설명되어 있습니다.



**질문이 있습니까?** 직원에게 문의하십시오.

월요일-금요일, 오전 7:45 - 오후 4:30에 문의할 수 있습니다. 메시지를 남긴 경우에는 담당자가 다시 전화를 걸 것입니다. 필요한 경우에 TDD/TTY 서비스 및 언어 지원이 제공됩니다. 수신자 부담 전화 **1-888-980-8728**, TTY 711로 전화하시면 됩니다.

# 저희는 회원을 소중하게 생각합니다.

## 건강 관리를 돕는 자발적 프로그램.

UnitedHealthcare Community Plan은 건강 유지에 도움이 되는 프로그램과 서비스를 제공합니다. 또한, 질병 및 기타 간호 요구를 잘 관리할 수 있는 서비스도 갖추고 있습니다. 이것은 Population Health 프로그램의 일부입니다. 여기에는 다음 사항이 포함될 수 있습니다.

- 건강 교육 및 알림.
- 출산 지원 및 교육.
- 약물 남용 장애 지원.
- 복잡한 건강 요구에 도움이 되는 프로그램(케이스 관리자가 의사 및 기타 외부 기관과 협력).

이 프로그램은 자발적입니다. 프로그램은 무료로 제공됩니다. 귀하께서는 언제든지 프로그램을 중단하기로 선택하실 수 있습니다.



### 건강하세요. [myuhc.com/CommunityPlan](https://myuhc.com/CommunityPlan)

을 방문하셔서 네트워크 소속 의사에 대한 자세한 정보를 찾아보십시오. 또한, 귀하께 제공되는 혜택, 프로그램 및 서비스에 대해 자세히 알아볼 수 있습니다. 저희 케이스 관리 프로그램으로 전환하시려면 회원 서비스 수신자 부담 전화 **1-888-980-8728, TTY 711**로 문의하십시오.

## 안전합니다.

저희는 개인 정보 보호를 중요하게 생각합니다. 저희는 귀 가족의 보호된 건강 정보(PHI)를 매우 주의해서 취급합니다. 또한 귀하의 재정 정보(FI)를 보호합니다. 저희는 사업 운영을 위해 PHI와 FI를 사용합니다. 이것을 통해 제품, 서비스 및 정보를 제공해 드릴 수 있습니다.

저희는 구두, 서면 및 전자 방식으로 제공된 PHI 및 FI를 보호합니다. PHI 및 FI를 안전하게 유지하는 방법을 명시하고 있는 규칙을 시행하고 있습니다. 저희는 PHI 또는 FI가 손실되거나 폐기되는 것을 원하지 않습니다. 이것을 악용하는 사람이 없게 만들고자 합니다. 저희는 이러한 정보를 신중하게 사용합니다. 다음 사항을 명시하고 있는 정책을 보유하고 있습니다.

- PHI 및 FI를 사용하는 방법.
- PHI 및 FI를 타인과 공유할 수 있는 경우.
- 가족의 PHI 및 FI에 대한 귀하의 권리.



**비밀이 아닙니다.** 회원 핸드북에서 개인 정보 보호 정책을 읽을 수 있습니다.

[myuhc.com/CommunityPlan](https://myuhc.com/CommunityPlan)에서 온라인으로 제공됩니다. 또한, 회원 서비스의 무료 전화 **1-888-980-8728, TTY 711**으로 연락해서 사본을 우편으로 송부하도록 요청하십시오. 정책에 대한 변경 사항이 있는 경우, 우편으로 통지서를 보내드립니다.

## 책임을 지십시오.

### 서비스 제공자를 만날 준비를 하십시오.

서비스 제공자 방문을 준비한다면 이것을 최대한 활용할 수 있을 것입니다. 귀하께서 받고 계시는 모든 치료를 서비스 제공자에게 알려줄 수 있습니다. 귀하의 건강 관리를 책임질 수 있는 방법은 다음과 같습니다.

- **떠나기 전에 방문에서 얻고 싶은 것이 무엇인지 생각해 보십시오.** 가장 도움이 필요한 세 가지 사항에 집중하십시오.
- **귀하께서 복용하시는 처방약이나 비타민을 서비스 제공자에게 정기적으로 알려주십시오.** 작성한 목록을 지참하십시오. 또는 약물을 직접 가지고 오십시오.
- **진찰을 받은 다른 서비스 제공자에 대한 사항을 귀하의 서비스 제공자에게 알리십시오.** 여기에는 행동 건강 제공자를 포함시켜야 합니다. 이들이 처방한 약물이나 치료에 대해 알려주십시오. 또한, 받으셨던 검사 결과의 사본을 가져 오십시오.



## 저희는 귀하의 모국어를 구사합니다.

저희와 대화할 수 있도록 무료 서비스를 제공해 드립니다. 저희는 영어 이외의 다른 언어로 또는 큰 활자체로 정보를 제공할 수 있습니다. 통역사를 요청할 수 있습니다. 도움이 필요하신 경우에는 회원 서비스 센터의 수신자 부담 전화 **1-888-980-8728, TTY 711**로 연락하십시오.

We provide free services to help you communicate with us. We can send you information in languages other than English or in large print. You can ask for an interpreter. To ask for help, please call Member Services toll-free at **1-888-980-8728, TTY 711**.

Mangipaay kami kadagiti libre nga serbisio tapno matulungan daka nga makikatungtong kadakami. Mabalindaka a patulodan ti impormasion iti sabali nga lenguahe nga haan nga Ingles wenno dakkel a naiyemprenta. Mabalín ka agkiddaw iti tagaipatarus. Tapno agkiddaw iti tulong, maidawat nga tawagan ti Serbisio Kadagiti Miembro toll-free ayan iti **1-888-980-8728, TTY 711**.

我們提供免費服務，幫助您與我們溝通。我們可以寄送英文以外其他語言的資訊或大字體。您可以要求安排口譯員。如需協助，請撥打會員服務部免付費電話 **1-888-980-8728, TTY 711**。

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 **1-888-980-8728, TTY 711**.

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 **1-888-980-8728, TTY 711**.



## 의료 형평성.

저희는 귀하에 대한 문화적 데이터를 입수하게 됩니다. 여기에는 인종, 민족성 및 구사하는 언어가 포함될 수 있습니다. 이러한 정보는 귀하의 건강 관리 필요 사항을 개선함에 있어서 도움이 됩니다. 저희는 이 정보를 사용해서 다음 방법을 통해 서비스를 개선합니다.

- 보건 격차를 파악합니다.
- 다른 언어를 통해 지원합니다.
- 필요에 맞는 프로그램 만듭니다.
- 귀하께서 구사하시는 언어를 건강 관리 서비스 제공자에게 알려줍니다.

저희는 이러한 데이터를 이용해서 혜택을 거절하거나 제한하지 않습니다. 저희는 이러한 정보를 보호합니다. 귀하의 문화 데이터를 조회하는 사람을 제한할 수 있습니다. 귀하의 인종, 민족 및 언어 데이터에 대한 안전과 보안을 유지합니다. 이 데이터를 사용해야 하는 사람만이 액세스할 수 있습니다. 저희는 물리적, 기술적 및 관리적 수단을 사용하여 데이터를 보호합니다.



## 리소스 코너.

**회원 서비스:** 의사를 찾거나, 혜택 관련 질문을 하거나, 불만 사항을 알릴 수 있으며 모든 언어로 이용 가능합니다(수신자 부담 번호).  
**1-888-980-8728, TTY 711**

**웹 사이트:** 어느 곳에 있든지 서비스 공급자를 찾거나, 회원 핸드북을 읽거나, ID 카드를 확인할 수 있습니다.  
**myuhc.com/CommunityPlan**

**NurseLine:** 24시간 연중 무휴로 간호사의 건강 상담을 받으십시오(수신자 부담 전화).  
**1-888-980-8728, TTY 711**

**Quit For Life®:** 금연을 위한 무료 서비스를 받으십시오.  
**quitnow.net**

**Healthy First Steps®:** 임신 기간에 지원을 받으십시오 (무료).  
**1-800-599-5985, TTY 711**

**KidsHealth®:** 자녀와 관련된 건강 문제에 관한 믿을 수 있는 정보를 얻으십시오.  
**KidsHealth.org**

**온라인 정보를 받고 싶습니까?** 회원 서비스에 전화해서 이메일 주소를 알려주십시오(수신자 부담 전화).  
**1-888-980-8728, TTY 711**

# 최고 품질.

## 품질 개선 노력의 결과입니다.

UnitedHealthcare Community Plan에는 품질 개선 프로그램이 있습니다. 이 프로그램을 통해 회원에게 개선된 치료와 서비스를 제공할 수 있습니다.

매년 저희는 업무 성과를 보고합니다. 작년에는 당뇨병을 가진 성인 중에서 HbA1c 혈액 검사와 망막 안구 검사를 받는 사람을 확대하려는 목표를 세웠습니다. 당뇨병 관리에 있어서 의사를 정기적으로 방문하는 것이 얼마나 중요한지 알려주는 정보와 알림 메시지를 회원에게 보냈습니다. 2019년에 HbA1c 혈액 검사 및 시력 검사를 받은 회원의 수가 전반적으로 증가한 사실을 확인했습니다.

작년에는 매년 검진을 받는 아동의 수를 늘리는 목표도 세웠습니다. 올해는 더 많이 개선되고 납 검사, 예방 접종 및 연례 검진을 받는 아동의 수가 증가되기를 바랍니다. 또한, 올해에 자궁 경부암 및 유방암 검진을 받는 회원의 비율을 개선하고자 합니다. 전화 통화를 통해 회원에게 알려 줄 것입니다.

또한, 매년 회원에 대한 설문 조사를 실시합니다. 저희가 회원의 요구 사항을 얼마나 잘 충족시키고 있는지 확인하고 싶습니다. 2019년 설문 조사에서는 회원들이 의사를 평가하는 방식에 있어서 가장 높은 점수를 받았습니다. 내년에도 회원이 담당 의사 및 전반적인 건강 관리 활동을 평가하는 방법을 개선하기 위해 지속적으로 노력할 것입니다. 또한, 회원이 필요할 때 적절한 치료를 받을 수 있도록 지원하고자 합니다. 저희는 의사가 회원에게 더 나은 서비스를 제공할 수 있도록 회원의 선호 사항에 대한 팁 시트를 의사에게 제공했습니다.



**품질 문제.** 품질 개선 프로그램에 대한 자세한 정보를 원하십니까? 회원 서비스 수신자 부담 전화 **1-888-980-8728, TTY 711**로 문의하십시오.

# 확인하십시오.



이 검사 확인 목록을 다음 번 진료 예약에 지참하십시오.

귀하와 자녀는 주치의(PCP)에게 정기적인 검진을 받아야 합니다. 검진 준비는 진료 방문을 최대한 활용하는 데 도움이 됩니다.

다음 번 진료 방문 전에 다음 주제에 대해 생각해 보십시오.

- 가족력.** 마지막 방문 이후에 친척 중에 질병으로 진단받은 분이 있습니까?
- 선별검사.** 검사나 선별검사를 받을 때가 되었는지 주치의에게 물어보십시오.
- 예방접종.** 귀하 또는 귀하의 자녀가 어떤 예방접종을 맞아야 하는지 주치의에게 문의하십시오.
- 질문.** 마지막 방문 이후 건강상의 변화에 대한 목록을 작성하십시오.
- 목표.** 체중 감량, 임신 및 금연과 같은 건강 목표 목록을 작성하십시오.



질병에 대한 선별 검사를 받는 것이 또한 중요합니다. 선별 검사는 조기에 질병을 발견하는 데 도움이 됩니다.

- 유방암.** 위험에 따라 연간 유방조영술은 여성을 대상으로 이르면 40세부터 늦게는 45세에 시작됩니다. 그런 다음 50세에서 74세 사이의 여성은 2년마다 유방조영술을 받습니다.
- 자궁 경부암.** 21세에서 29세 사이의 여성을 대상으로 3년마다 자궁경부세포도말검사(팍 테스트). 팍 테스트 및 HPV 선별검사는 30세에서 64세 사이 여성을 대상으로 매 5년마다 수행합니다.
- 대장암.** 매년 50세에서 75세 사이의 남성과 여성에게 3가지 기본 선별검사 옵션이 있습니다. 매년 변비 잠혈 검사(FOBT)를 받거나 매 5년마다 유연한 S상 결장경 검사. 또는 10년마다 대장 내시경 검사.

# 의사를 위한 질문.



## 적어 두십시오.

때로는 방문하는 동안 의사에게 질문할 내용을 기억하기가 어렵습니다. 병원에 가기 전에 질문을 적어 두십시오. 그런 다음 이 페이지를 떼어 내어 병원에 가실 때 지참하십시오!

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_

5. \_\_\_\_\_

6. \_\_\_\_\_

7. \_\_\_\_\_

8. \_\_\_\_\_

9. \_\_\_\_\_

UnitedHealthcare Community Plan complies with applicable Federal civil rights laws and does not discriminate, exclude people, or treat people differently because of:

- Race
- Disability
- Age
- National Origin
- Color
- Sex

UnitedHealthcare Community Plan provides free aids and services to people with disabilities to communicate effectively with us, such as:

- Qualified sign language interpreters
- Written information in other formats (large print, audio, accessible electronic formats, other formats)

UnitedHealthcare Community Plan provides free language services to people whose primary language is not English, such as:

- Qualified interpreters
- Information written in other languages

If you need these services, contact us toll-free at **1-888-980-8728, TTY 711.**

If you believe that UnitedHealthcare Community Plan has failed to provide these services or discriminated in another way, you can file a grievance with:

Civil Rights Coordinator UnitedHealthcare  
Civil Rights Grievance  
P.O. Box 30608  
Salt Lake City, UTAH 84130

**UHC\_Civil\_Rights@uhc.com**

You can file a grievance in person or by mail, fax, or email. If you need help filing a grievance, Civil Rights Coordinator UnitedHealthcare is available to help you.

You can also file a grievance with the U.S. Department of Health and Human Services, Office for Civil Rights, electronically through the Office for Civil Rights Complaint Portal, available at **<https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>**, or by mail or phone at:

U.S. Department of Health and Human Services  
200 Independence Avenue, SW  
Room 509F, HHH Building  
Washington, D.C. 20201

**1-800-368-1019, 800-537-7697 (TDD)**

Complaint forms are available at **<http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>**.

(English) Do you need help in another language? We will get you a free interpreter. Call <b>1-888-980-8728</b> to tell us which language you speak. (TTY: <b>711</b> ).
(Cantonese) 您需要其它語言嗎? 如有需要, 請致電 <b>1-888-980-8728</b> , 我們會提供免費翻譯服務 (TTY: <b>711</b> ).
(Chuukese) En mi niit alilis lon pwal eu kapas? Sipwe angei emon chon chiaku ngonuk ese kamo. Kokori <b>1-888-980-8728</b> omw kopwe ureni kich meni kapas ka ani. (TTY: <b>711</b> ).
(French) Avez-vous besoin d'aide dans une autre langue? Nous pouvons vous fournir gratuitement des services d'un interprète. Appelez le <b>1-888-980-8728</b> pour nous indiquer quelle langue vous parlez. (TTY: <b>711</b> ).
(German) Brauchen Sie Hilfe in einer anderen Sprache? Wir koennen Ihnen gern einen kostenlosen Dolmetscher besorgen. Bitte rufen Sie uns an unter <b>1-888-980-8728</b> und sagen Sie uns Bescheid, welche Sprache Sie sprechen. (TTY: <b>711</b> ).
(Hawaiian) Makemake `oe i kokua i pili kekahi `olelo o na `aina `e? Makemake la maua i ki`i `oe mea unuhi manuahi. E kelepona <b>1-888-980-8728</b> `oe ia la kua a e ha`ina `oe ia la maua mea `olelo o na `aina `e. (TTY: <b>711</b> ).
(Ilocano) Masapulyo kadi ti tulong iti sabali a pagsasao? Ikkandakayo iti libre nga paraipatarus. Awaganyo ti <b>1-888-980-8728</b> tapno ibagayo kadakami no ania ti pagsasao nga ar-aramatenyo. (TTY: <b>711</b> ).
(Japanese) 貴方は、他の言語に、助けを必要としていますか？ 私たちは、貴方のために、無料で通訳を用意できます。電話番号の、 <b>1-888-980-8728</b> に、電話して、私たちに貴方の話されている言語を申し出てください。 (TTY: <b>711</b> ).
(Korean) 다른언어로 도움이 필요하십니까? 저희가 무료로 통역을 제공합니다. <b>1-888-980-8728</b> 로 전화해서 사용하는 언어를 알려주십시오 (TTY: <b>711</b> ).
(Mandarin) 您需要其它语言吗? 如有需要, 请致电 <b>1-888-980-8728</b> , 我们会提供免费翻译服务 (TTY: <b>711</b> ).
(Marshallese) Kwoj aikuij ke jiban kin juon bar kajin? Kim naj lewaj juon am dri ukok eo ejjelok wonen. Kirtok <b>1-888-980-8728</b> im kwalok non kim kajin ta eo kwo melele im kenono kake. (TTY: <b>711</b> ).
(Samoan) E te mana'o mia se fesosoani i se isi gagana? Matou te fesosoani e ave atu fua se faaliliu upu mo oe. Vili mai i le numera lea <b>1-888-980-8728</b> pea e mana'o mia se fesosoani mo se faaliliu upu. (TTY: <b>711</b> ).
(Spanish) ¿Necesita ayuda en otro idioma? Nosotros le ayudaremos a conseguir un intérprete gratuito. Llame al <b>1-888-980-8728</b> y díganos que idioma habla. (TTY: <b>711</b> ).
(Tagalog) Kailangan ba ninyo ng tulong sa ibang lengguwahe? Ikukuha namin kayo ng libreng tagasalin. Tumawag sa <b>1-888-980-8728</b> para sabihin kung anong lengguwahe ang nais ninyong gamitin. (TTY: <b>711</b> ).
(Tongan) 'Oku ke fiema'u tokoni 'iha lea makehe? Te mau malava 'o 'oatu ha fakatonulea ta'etotongi. Telefoni ki he <b>1-888-980-8728</b> 'o fakaha mai pe koe ha 'ae lea fakafonua 'oku ke ngaue'aki. (TTY: <b>711</b> ).
(Vietnamese) Bạn có cần giúp đỡ bằng ngôn ngữ khác không ? Chúng tôi sẽ yêu cầu một người thông dịch viên miễn phí cho bạn. Gọi <b>1-888-980-8728</b> nói cho chúng tôi biết bạn dùng ngôn ngữ nào. (TTY: <b>711</b> ).
(Visayan) Gakinahanglan ka ba ug tabang sa imong pinulongan? Amo kang mahatagan ug libre nga maghuhubad. Tawag sa <b>1-888-980-8728</b> aron magpahibalo kung unsa ang imong sinulti-han. (TTY: <b>711</b> ).