

# حديث حول الصحة

رحلتك نحو صحة أفضل



## الرعاية المشمولة بالتغطية

### دردشة الأطباء

#### اعتن بصحتك أثناء انشغالك الشديد

تجاوز غرفة الانتظار وتحديث مع مقدم الرعاية الأولية (PCP) عبر دردشة الأطباء من UHC، بدون تحميلك بأي تكلفة.

ويتوفر مقدمو الرعاية الأولية على مدار الساعة وطوال أيام الأسبوع، ويمكنهم الإجابة عن الأسئلة، الكبيرة أو الصغيرة. احصل على الإجابات، والعلاج، والرعاية اللاحقة اللازمة، عندما تحتاجها.

نزل التطبيق اليوم على App Store® أو Google Play™ أو تعرف على المزيد على [UHCDoctorChat.com](https://www.UHCDoctorChat.com)



## موضوعات النشرة

حان وقت تلقي لقاح الإنفلونزا السنوي. تسهّل أدواتنا للبحث عن مواقع لقاح الإنفلونزا العثور على المكان المناسب لتلقيه. تعرّف على المزيد في الصفحة 2.

## اتخاذ إجراء

ما يجب عليك فعله لتجديد  
مزايا برنامج Medicaid الخاصة بك

يحتاج أعضاء Medicaid إلى تجديد تغطيتهم كل عام. ستُبلغك ولايتك عندما يحين وقت تجديد التغطية. قد يُطلقون عليها اسم إعادة التصديق أو إعادة التحديد. تأكد من إمكانية تواصل الولاية معك عند موعد التجديد. قدّم لهم عنوانك الحالي، وبريدك الإلكتروني، ورقم هاتفك. من المهم الرد عند التواصل معك. إذا لم تجب، فقد تفقد خطتك الصحية.

يسرنا تقديم المساعدة. تعرّف على المزيد على الموقع التالي  
[.uhc.com/staycovered](https://www.uhc.com/staycovered)



### الحياة اليومية

## أوقف استخدام قلم الفيب (جهاز التبخير الإلكتروني)

السجائر الإلكترونية غير صحية تمامًا كالسجائر العادية. أشارت إحدى الدراسات إلى أنّ أكثر من 2,5 مليون مرآق يستخدمون السجائر الإلكترونية أو أقلام الفيب. ويُمثّل هذا العدد حوالي 14% من طلاب المدارس الثانوية و3% من طلاب المدارس المتوسطة. ومن بين هؤلاء، يستخدم شخص واحد من كل 4 أشخاص قلم الفيب يوميًا، بينما يستخدم 85% منهم منتجات منكهة.

غالبًا ما يعتقد الناس أنّ السجائر الإلكترونية أكثر أمانًا من السجائر العادية. هذا غير صحيح. وكلاهما يحتوي على النيكوتين، وهو مادة تسبب الإدمان. تحتوي خرطوشة السائل الإلكتروني JUUL الواحدة على كمية النيكوتين ذاتها التي تحتوي عليها علبة سجائر عادية كاملة. تحتوي السجائر الإلكترونية أيضًا على مواد كيميائية سامة يمكن أن تضر برئتي طفلك ودماغه.

تشبه بعض أجهزة التبخير الإلكترونية محركات أقراص USB أو الأقلام، مما يسهل على طفلك إخفائها. يُعد التبخير الإلكتروني خطيرًا على البالغين أيضًا. في حين أنّ هذه الأجهزة لها بعض المخاطر طويلة الأجل نفسها التي تنطوي عليها السجائر العادية، فيمكن أن تسبب أيضًا تلفًا مفاجئًا في الرئة لدى الأشخاص في أي عمر. وقد يكون ذلك تلفًا دائمًا أو مميتًا.

## مكافحة الإنفلونزا

حان وقت تلقي  
لقاح الإنفلونزا السنوي

من المهم تلقي لقاح الإنفلونزا كل عام. يوصى به لكل شخص يبلغ من العمر 6 أشهر فما فوق.

إليك 3 أسباب وراء ذلك:

1. يحميك من الإصابة بالإنفلونزا.
2. إذا أصبت بالإنفلونزا، ستكون أعراضك أقل شدة.
3. يحمي أيضًا عائلتك من الإصابة بالإنفلونزا. عندما يتلقى الجميع لقاح الإنفلونزا، يصبح من الصعب انتشار الإنفلونزا.

تلقى لقاح الإنفلونزا اليوم. لا يتم تحميلك بأي تكلفة. لدينا أداة عبر الإنترنت تسهل جدولة موعد. تفضّل زيارة الموقع التالي  
[.myuhc.com/findflushot](https://www.myuhc.com/findflushot)



## المتابعة - لا تتأخر

تشعر بصحة جيدة وتجدد لقاحاتك في الوقت المناسب. إذن، لماذا يجب ألا تفوت أي فحص روتيني؟ على الرغم من أن الأمر قد لا يبدو مهمًا، فإن تفويت الفحوص الروتينية السنوية للأطفال يمكن أن يؤدي إلى مشكلات.

يعرف مقدم الرعاية الأولية (PCP) المتابع لك تاريخك الصحي وعاداتك وشخصيتك. تسمح هذه الفحوص لمقدم الرعاية الأولية المتابع لك بملاحظة التغيرات التي تطرأ على صحتك ورصد المشكلات الصغيرة قبل أن تتحول إلى مشكلات كبيرة.

بعد فحص الطفل الروتيني، تأكد من متابعة الأمور التالية:

**موعد الرعاية اللاحقة، إذا لزم الأمر**

لنكون في مأمن، قد يوصي مقدم الرعاية الأولية بإجراء فحوصات إضافية، مثل فحص المشكلات الصحية المتعلقة بالحالة المزاجية أو السلوكيات، بناءً على تاريخ أسرتك المرضي أو عوامل الخطر الأخرى. أو قد يقترح مقدم الرعاية الأولية المتابع لحالتك الحصول على استشارة غذائية.

**الزيارة المجدولة التالية**

قد يحتاج مقدم الرعاية الأولية المتابع لحالتك إلى رؤيتك أكثر من مرة واحدة في السنة. إن بعض الحالات، مثل الربو، واضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط (ADHD)، ومشاكل الوزن، تتطلب زيارات منتظمة وأكثر تواترًا. هذه الزيارات مهمة أيضًا.

**أي مشكلة صحية جديدة تظهر**

لا يفصلك عن مقدم الرعاية الأولية سوى مكالمة هاتفية. إذا كان لديك أي أسئلة أو مخاوف، فاتصل بمقدم الرعاية الأولية اليوم وحدد موعدًا! لست مضطرًا للانتظار حتى زيارتك التالية لإعادة تسجيل الوصول. إذا كنت بحاجة إلى مساعدة في تحديد موعد، فاتصل بخدمة العملاء على الرقم 1-800-690-1606.



## العثور على العلاج المناسب لاضطراب نقص الانتباه مع فرط الحركة (ADHD)

إذا كان طفلك يعاني من اضطراب نقص الانتباه مع فرط الحركة (ADHD)، فقد يقترح مقدم الرعاية تناول دواء. هناك عدة أنواع من الأدوية التي تعالج اضطراب نقص الانتباه مع فرط الحركة.

وقد يحتاج طفلك إلى تغيير الأدوية أو الجرعات عدة مرات. قد لا تفيده بعض الأدوية، أما البعض الآخر فقد يسبب آثارًا جانبية. ويمكن أن تكون الجرعة صغيرة جدًا أو كبيرة جدًا. لهذا السبب يحتاج الأطفال الذين يتناولون دواء لاضطراب نقص الانتباه مع فرط الحركة إلى زيارة أطبائهم بشكل متكرر.

احرص على الالتزام بجدولة مواعيد منتظمة مع مقدم الرعاية. يمكن أن يساعد العلاج السلوكي والاستشارة أيضًا.



### عمليات انتقال الرعاية

## الرعاية اللاحقة مهمة

### ماذا تفعل بعد العودة من المستشفى إلى المنزل

يمكن أن يكون الوقت الذي يلي مباشرة دخول المستشفى أو زيارة غرفة الطوارئ وقتاً عصيباً. اتخذ هذه الخطوات للمساعدة في تسهيل عملية الانتقال هذه:

1. عليك فهم تعليمات الخروج من المستشفى. يجب على ممرضك/ممرضتك أو مقدم الرعاية مراجعة هذه الأمور معك قبل مغادرتك المستشفى. اطرح أسئلة حول أي شيء لا تفهمه.
  2. اصرف أي وصفات طبية جديدة. أثناء وجودك في الصيدلية، اطلب من الصيدلي مراجعة قائمة الأدوية بالكامل للتحقق من وجود أي احتمالية لحدوث تفاعلات بين الأدوية.
  3. حدد موعدًا للرعاية اللاحقة مع مقدم الرعاية الأولية (PCP) أو مقدم الرعاية الصحية السلوكية في غضون 7 أيام بعد خروجك من المستشفى. أحضر معك نسخة من تعليمات الخروج من المستشفى وقائمة بأي أدوية جديدة موصوفة لك.
- اطلب الدعم. يحتاج العديد من الأشخاص إلى مساعدة إضافية خلال هذا الوقت. قد يكون طلب الدعم من الآخرين هو ما تحتاجه للتعافي السريع.

إذا كنت بحاجة إلى مساعدة في تحديد موعد الرعاية اللاحقة، فيُرجى الاتصال برقم خدمات الأعضاء المجاني على الرقم الوارد في الصفحة 8.



## العضوية، والمزايا، وتفاصيل الخطة

يمكنك الاطلاع على كتيب  
الأعضاء وتنزيله في أي وقت،  
ومن أي مكان، عبر زيارة الموقع  
التالي: [myuhc.com/](https://myuhc.com/communityplan)

[communityplan](https://myuhc.com/communityplan)

هل ترغب في الحصول على  
نسخة مطبوعة؟ اتصل بقسم  
خدمات الأعضاء على الرقم  
**1-866-600-4985**  
الهاتف النصي **711**، لطلب  
إرسال نسخة من كتيب الأعضاء  
إليك بالبريد العادي.

# مشاركة خطة التعليم الفردي (IEP) الخاصة بطفلك

## لماذا يلزم تقديم استمارة الإفصاح؟

يمكن لشركة UnitedHealthcare الوصول إلى معلومات طفلك عند توقيعك على استمارة الإفصاح. وهذا يساعد في إدارة الرعاية لطفلك بشكل أفضل.

## لماذا يُعد مهمًا؟

- يمكن أن تتواصل UnitedHealthcare مع مدرسة طفلك وجميع الأشخاص الذين يقدمون الخدمات لضمان حصول طفلك على كل ما يحتاجه.
- يمكن أيضًا لمدرسة طفلك الاتصال بنا للتأكد من تمتعه بتغطية TennCare والتنسيق بين الخدمات التي يحصل عليها في المدرسة.

## مَن أيضًا يمكنه الوصول إلى المعلومات إذا وَقَعْتُ على استمارة الإفصاح؟

إذا وقَّعت على استمارة الإفصاح، فيمكن لشركة UnitedHealthcare التواصل مع القائمين على نظام المدرسة ومقدم الرعاية الأولية لطفلك بشأن رعايته.

## ما مدة صلاحية استمارة الإفصاح؟

تظل استمارة الإفصاح محفوظةً في السجلات طالما كان طفلك يتلقى الخدمات في المدرسة، أو حتى تطلب إلغائها.

## برنامجنا لإدارة الجودة

تريد خطة UnitedHealthcare Community Plan أن تقدّم لك أفضل رعاية وخدمة. ولهذا السبب وضعنا برنامجًا لإدارة الجودة. يساعدنا برنامج إدارة الجودة على معرفة ما يمكننا فعله بشكل أفضل. ثم نستخدمه للتحسين. يتضمن برنامجنا لإدارة الجودة العديد من البرامج الصحية للأعضاء.

إنّ هذه البرامج:

- تساعد الأشخاص الذين يعانون من حالات صحية مثل الربو، والسكري، وأمراض القلب، والاكنتاب، والاضطراب ثنائي القطب، والفصام.
- تساعد النساء الحوامل على إنجاب أطفال بصحة جيدة.
- تساعد الأشخاص على البقاء بصحة جيدة من خلال الحقن، والفحوصات، والاختبارات.
- تحسّن سلامة المرضى.
- تحرص على رضا الأعضاء عن الخطة.
- تحرص أن يستوفي الأطباء وغيرهم من اختصاصيي الرعاية الصحية معاييرنا.

نستخدم المعايير الوطنية لمعرفة مدى كفاءة عمل برنامجنا لإدارة الجودة. كما تضع اللجنة الوطنية لضمان الجودة (NCQA) المعايير، واللجنة الوطنية لضمان الجودة هي وكالة مستقلة. وتقارن بين برامج الجودة للخطط الصحية. نقيس تقدمنا في تحقيق أهدافنا باستخدام مجموعة البيانات والمعلومات عن فعالية الرعاية الصحية (HEDIS®) لدى اللجنة الوطنية لضمان الجودة وتقييم المستهلك لمقدمي الرعاية الصحية وأنظمتها (CAHPS®)، ويتم تقديم نتائج HEDIS® و CHAPS® في بطاقة تقرير وطني. ستجد أدناه أبرز النقاط لكل من مجموعة البيانات والمعلومات عن فعالية الرعاية الصحية HEDIS® وتقييم المستهلك لمقدمي الرعاية الصحية وأنظمتها CAHPS® الخاصة ببرنامج TennCare لعام 2023. يقارن المربع نتائجنا بالمعدّل الوطني:

### أبرز نقاط CAHPS® للبالغين لعام 2023

الترتيب المنوي الوطني الخمسين لعام 2022 بحسب HEDIS®**	خطة UnitedHealthcare Community Plan على مستوى ولاية تينيسي	المقياس
%61,81	%63,21	تصنيف الخطة الصحية*
%68,17	%67,52	تصنيف الطبيب الشخصي*
%56,00	%52,17	تصنيف الرعاية الصحية ككل*
%66,43	لا ينطبق	تصنيف الاختصاصي*
%92,73	%91,66	مدى جودة تواصل الأطباء#

### أبرز نقاط CAHPS® للأطفال+ في عام 2023 — عامة السكان

%71,43	%74,74	تصنيف الخطة الصحية*
%75,84	%76,29	تصنيف الطبيب الشخصي*
%68,79	%67,05	تصنيف الرعاية الصحية ككل*
%70,82	لا ينطبق	تصنيف الاختصاصي*
%93,76	%94,45	مدى جودة تواصل الأطباء#

مقاييس HEDIS® لعام 2023				
الترتيب المنوي الوطني الخمسين لعام 2022 بحسب **HEDIS®	خطة- United- Healthcare Community Plan لغرب ولاية تينيسي	خطة- United- Healthcare Community Plan لشرق ولاية تينيسي	خطة- United- Healthcare Community Plan لوسط ولاية تينيسي	المقياس
<b>صحة المرأة:</b>				
%52,60	%53,48	%53,02	%51,61	فحص سرطان الثدي (ECDS)***
%84,23	%72,26	%86,13	%83,94	حسن توقيت رعاية ما قبل الولادة
%78,10	%68,13	%80,29	%77,37	رعاية ما بعد الولادة
<b>الرعاية الخاصة بمرضى السكري:</b>				
%52,31	%59,61	%61,07	%65,45	التحكم في الهيموغلوبين A1c أقل من 8%
%52,31	%53,77	%51,09	%51,82	إتمام فحص شبكية العين
%63,99	%64,96	%73,48	%68,86	التحكم في ضغط الدم والسكري أقل من 90/140
<b>الرعاية الوقائية بالفحص والتشخيص والعلاج المبكر والدوري (EPSDT)</b>				
%58,38	%48,91	%72,59	%71,88	ست زيارات للرعاية الوقائية أو أكثر في أول 15 شهرًا من العمر
%66,76	%59,58	%74,56	%75,82	زيارتان أو أكثر من زيارات الرعاية الوقائية بين عمر 15 شهرًا و30 شهرًا
%48,07	%52,87	%56,14	%58,11	زيارات الرعاية الوقائية للأطفال والمراهقين الذين تتراوح أعمارهم بين 3 أعوام و21 عامًا
%30,90	%13,63	%27,98	%30,41	التلقيحات المكتملة في مرحلة الطفولة الموصى بها في سن عامين
%34,31	%29,68	%32,60	%36,01	التلقيحات المكتملة في مرحلة المراهقة الموصى بها بحلول سن 13 عامًا
<b>الصحة السلوكية</b>				
%43,28	%43,63	%56,49	%54,74	إدارة الأدوية المضادة للاكتئاب — مرحلة استمرار العلاج الفعال

+ بلغ عمر الأعضاء المؤهلين من السكان 17 عامًا وأقل اعتبارًا من 2023/12/31.

\* تعكس النسبة المئوية الأعضاء الذين قِيموا/مقدم الرعاية برقم 9 أو 10 على مقياس من 0 إلى 10؛ حيث 10 هي الأفضل. تُذكر عبارة "لا ينطبق" عندما يكون إجمالي عدد المستجيبين أقل من 100.

# تُظهر النسبة المئوية المستجيبين الذين يشيرون إلى "دائمًا" أو "عادةً"

\*\* يعتمد المتوسط الوطني على الترتيب المنوي الخمسين الصادر عن اللجنة الوطنية لضمان الجودة لعام 2022 وفق قياس HEDIS®.

\*\*\* ECDS-مقياس إرسال البيانات السريرية الإلكترونية

HEDIS® هي علامة تجارية مسجلة للجنة الوطنية لضمان الجودة (NCQA).

CAHPS® هي علامة تجارية مسجلة لوكالة أبحاث العناية الصحية والجودة (AHRQ).



## يسرنا تقديم المساعدة

## الموارد المجتمعية

خط الأزمات على مدار الساعة وطوال أيام الأسبوع على مستوى ولاية تينيسي:  
**1-855-CRISIS-1 (1-855-274-7471)**  
 الحصول على مساعدة فورية لحالات الصحة السلوكية الطارئة .

## موارد TennCare

**1-855-418-1622 :DentaQuest**  
**dentaquest.com**

## الامتثال للحقوق المدنية:

**https://www.tn.gov/tenncare/members-applicants/civil-rights-compliance.html**  
 الإبلاغ عن احتمال حدوث تمييز.

**1-800-342-3145 :TennCare**

الهاتف النصي (TTY) **1-877-779-3103**  
 تعرف على المزيد حول برنامج TennCare .

## برنامج TennCare Advocacy:

**1-800-758-1638**، الهاتف النصي **1-877-779-3103**  
 دعم مجاني لأعضاء TennCare لمساعدتك على فهم خطتك والحصول على العلاج.

**1-855-259-0701 :TennCare Connect**

الحصول على مساعدة بخصوص برنامج TennCare أو الإبلاغ عن التغييرات.

## الإبلاغ عن الاحتيال وإساءة المعاملة:

للإبلاغ عن الاحتيال أو إساءة المعاملة إلى مكتب المفتش العام (OIG)، اتصل على الرقم المجاني **1-800-433-3982**.  
 للإبلاغ عن احتيال مقدم الرعاية أو إساءة معاملة المرضى إلى قسم مكافحة الاحتيال في برنامج (MFCD) Medicaid،  
 اتصل على الرقم المجاني **1-800-433-5454**.

## موارد UnitedHealthcare

خدمات الأعضاء: **1-866-600-4985**، الهاتف النصي **711**  
 ابحث عن مقدم رعاية أو اطرح أسئلة حول المزايا أو احصل على المساعدة في تحديد موعد بأي لغة (الرقم مجاني).

خط الاتصال بقسم التمريض: **1-866-600-4985**،

الهاتف النصي **711** خط الاتصال بقسم التمريض متاح مجانًا على مدار الساعة، يوميًا. بإمكانك الاتصال بممرضة للمساعدة في المشكلات الصحية.

برنامج **Healthy First Steps®: 1-800-599-5985**،

الهاتف النصي **711** احصلي على الدعم طوال فترة الحمل (الرقم مجاني).

الرعاية الذاتية من **AbleTo.com/begin**

يمكنك تخفيف التوتر وتعزيز حالتك المزاجية باستخدام هذا التطبيق للرعاية الذاتية الذي يمنحك أدوات للعناية بصحتك النفسية مثل التأمل، وتمارين التنفس، ومقاطع الفيديو، وغير ذلك الكثير. وستحصل على محتوى مخصص بدون أي تكلفة.

## حلقات الوصل المجتمعية:

**uhc.care/HTCommConnector**

لدى قسم الموارد المجتمعية في شركة UnitedHealthcare برامج يمكنها تقديم المساعدة في شؤون الطعام، والإسكان، ودفع فواتير المرافق، وغيرها الكثير، بتكلفة مخفضة أو بدون تكلفة عليك. اعر على المساعدة في منطقتك.

**expressable.com/united :Expressable**

احصل على مساعدة معالج أمراض تخاطب مرخص ومتمرس عبر جلسات افتراضية فردية وأنت موجود في منزلك - مع أنشطة التدريب الأسبوعية، والتعليم، والدعم لتحقيق أهدافك بشكل أسرع.



هل تحتاج إلى مساعدة مجانية بشأن هذا الخطاب؟

If you speak a language other than English, help in your language is available for free. This page tells you how to get help in a language other than English. It also tells you about other help that's available.

**Spanish: Español**

ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-866-600-4985 (TTY:711).

**Kurdish: كوردی**

ئاگاداری: ئه گه ر به زمانی کوردی فه سه ده که یت خزمه تگوزاریه کانی یارمه تی زمان به خورایی بو تو به رده سته په یوه ندی به بکه.. 1-866-600-4985 (TTY:711).

**Arabic: العربية**

ملحوظة: إذا تتكلم اللغة العربية، خدمات المساعدة اللغوية متوفرة لك مجانًا. اتصل برقم 1-866-600-4985 رقم الهاتف الصم والبكم (TTY:711).

**Chinese: 繁體中文**

주의: 한국어를 사용하시는 경우, 언어 지원 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다. 1-866-600-4985 (TTY:711) 번으로 전화해 주십시오.

**Vietnamese: Tiếng Việt**

CHÚ Ý: Nếu bạn nói Tiếng Việt, có các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí dành cho bạn. Gọi số 1-866-600-4985 (TTY:711).

**Korean: 한국어**

주의: 한국어를 사용하시는 경우, 언어 지원 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다. 1-866-600-4985 (TTY:711) 번으로 전화해 주십시오.

**French: Français**

ATTENTION: Si vous parlez français, des services d'aide linguistique vous sont proposés gratuitement. Appelez le 1-866-600-4985 (TTY:711).

**Amharic: አማርኛ**

ማስታወሻ: የሚናገሩት ቋንቋ አማርኛ ከሆነ የትርጉም እርዳታ ድርጅቶች፣ በነጻ ሊያገዝዎት ተዘጋጅተዋል። ወደ ሚከተለው ቁጥር ይደውሉ 1-866-600-4985 (መስማት ለተሳናቸው TTY:711)።

**Gujarati: ગુજરાતી**

સુચના: જો તમે ગુજરાતી બોલતા હો, તો નિ:શુલ્ક ભાષા સહાય સેવાઓ તમારા માટે ઉપલબ્ધ છે. ફોન ૬ 1-866-600-4985 (TTY:711).

**Laotian: ພາສາລາວ**

ໂບດຊາບ: ຖ້າວ່າ ທ່ານເວົ້າພາສາ ລາວ, ການບໍລິການຊ່ວຍເຫຼືອດ້ານພາສາ, ໂດຍບໍ່ເສັຽຄ່າ, ແມ່ນມີ ພ້ອມໃຫ້ທ່ານ.  
ໂທ 1-866-600-4985 (TTY:711).

**German: Deutsch**

ACHTUNG: Wenn Sie Deutsch sprechen, stehen Ihnen kostenlos sprachliche Hilfsdienstleistungen zur Verfügung. Rufnummer: 1-866-600-4985 (TTY:711).

**Tagalog: Tagalog**

PAUNAWA: Kung nagsasalita ka ng Tagalog, maaari kang gumamit ng mga serbisyo ng tulong sa wika nang walang bayad. Tumawag sa 1-866-600-4985 (TTY:711).

**Hindi: हिंदी**

ध्यान दें: यदि आप हिंदी बोलते हैं तो आपके लिए मुफ्त में भाषा सहायता सेवाएं उपलब्ध हैं। 1-866-600-4985 (TTY:711). पर कॉल करें।

**Serbo-Croatian: Srpsko-hrvatski**

OBAVJEŠTENJE: Ako govorite srpsko-hrvatski, usluge jezičke pomoći dostupne su vam besplatno. Nazovite 1-866-600-4985 (TTY- Telefon za osobe sa oštećenim govorom ili sluhom: 711).

**Russian: Русский**

ВНИМАНИЕ: Если вы говорите на русском языке, то вам доступны бесплатные услуги перевода. ЗВОНИТЕ 1-866-600-4985 (Teneračn: TTY: 711).

**Nepali: नेपाली**

ध्यान दिनुहोस्: तपाईंले नेपाली बोल्नुहुन्छ भने तपाईंको निम्ति भाषा सहायता सेवाहरू निःशुल्क रूपमा उपलब्ध छ । फोन गर्नुहोस् 1-866-600-4985 (टिटिवाइ: TTY: 711).

**Persian: فارسی**

توجه: اگر به زبان فارسی گفتگو میکنید تسهیلات زبانی بصورت رایگان برای شما فراهم میباشد. با  
1-866-600-4985 تماس بگیرید. (TTY:711)

- هل تحتاج إلى مساعدة بشأن التحدث معنا أو قراءة ما نرسله لك؟
- هل لديك إعاقة وتحتاج إلى مساعدة بشأن الحصول على الرعاية أو المشاركة في أحد برامجنا أو خدماتنا؟
- أو هل لديك المزيد من الأسئلة حول الرعاية الصحية الخاصة بك؟

يُرجى الاتصال على الرقم المجاني 1-866-600-4985. يمكننا توصيلك بالمساعدة أو الخدمة المجانية التي تحتاجها. (لمستخدمي للهاتف النصي: 711)

نحن نخضع لقوانين الحقوق المدنية الفيدرالية والحكومية. ولا نفرق في المعاملة بين الأشخاص على أساس العرق أو اللون أو مكان الميلاد أو اللغة أو العمر أو الإعاقة أو الدين أو الجنس.

هل تعتقد أننا لم نساعدك أو تم معاملتك بطريقة مختلفة بسبب العرق أو اللون أو مكان الميلاد أو اللغة أو العمر أو الإعاقة أو الدين أو الجنس؟

يمكنك تقديم شكوى عن طريق البريد العادي أو البريد الإلكتروني أو عبر الهاتف. في ما يلي ثلاثة أماكن يمكنك من خلالها تقديم شكوى:

#### **TennCare, Office of Civil Rights Compliance**

310 Great Circle Road, 3W

Nashville, TN 37243

البريد الإلكتروني: [HCFA.Fairtreatment@tn.gov](mailto:HCFA.Fairtreatment@tn.gov)

الهاتف: 1-855-857-1673 (TRS 711)

يمكنك الحصول على نموذج شكوى عبر الإنترنت من خلال:

<https://www.tn.gov/tenncare/members-applicants/civil-rights-compliance.html>

#### **UnitedHealthcare** منسق الحقوق المدنية، شكاوى وتظلمات الحقوق المدنية بشركة

ص. ب. 30608

Salt Lake City, UT 84130

البريد الإلكتروني: [UHC\\_Civil Rights@uhc.com](mailto:UHC_CivilRights@uhc.com)

الهاتف: 1-866-600-4985

#### **U.S. Department of Health & Human Services, Office for Civil Rights**

200 Independence Avenue SW, Room 509F, HHH Building

Washington, DC 20201

الهاتف: 1-800-368-1019 (خط الاتصال المُخصَّص للسمع وضعاف السمع: 1-800-537-7697)

عبر الإنترنت على: <https://www.hhs.gov/civil-rights/filing-a-complaint/index.html>