

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 تعرّف على المزيد على [UHCDoctorChat.com](https://www.UHCDoctorChat.com)



موضوعات النشر

حان وقت تلقي لقاح الإنفلونزا السنوي.
تسهّل أدواتنا للبحث عن مواقع لقاح الإنفلونزا العثور على المكان المناسب لتلقيه.
تعرف 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. سنبُغلك 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

استعد، تأهب، انسحب

المساعدة في الإقلاع عن التدخين إلى الأبد

ليس سرّاً أنه من الصعب الإقلاع عن التدخين وقد لا تعرف من أين تبدأ. بغض النظر عن مرحلتك العمرية، سواء أكنت مرافقاً، أو شخصاً بالغاً، أو كنت أمّاً حاملاً، فإن الإقلاع عن التدخين هو أحد أهم الإجراءات التي يمكنك اتخاذها لتحسين صحتك. هذا صحيح بغض النظر عن المدة التي كنت تدخن خلالها.

مع الدعم الصحيح، يمكنك مضاعفة فرصك في الإقلاع عن التدخين بشكل دائم. إليك بعض الطرق للحصول على المساعدة:

- يمكن تقديم الدعم من مستشار عبر الهاتف، أو بشكل فردي، أو في مجموعة.
- يُساعد استخدام بدائل النيكوتين في تخفيف أعراض الإقلاع على التدخين. اختر من بين العلكة، أو اللصقات، أو البخاخات، أو أجهزة الاستنشاق، أو أقراص المصّ.
- الأدوية التي تعمل على المواد الكيميائية في الدماغ لتساعدك في التخلص من الإدمان.

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 أيضاً عائلتك من الإصابة بالإنفلونزا. عندما يتلقى الجميع لقاح الإنفلونزا، يصبح من الصعب انتشار الإنفلونزا.

تلقى لقاح الإنفلونزا اليوم. لا يتم فرض تكلفة إضافية عليك. 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 التغييرات 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 كانت 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.

الحياة اليومية

مشاركة خطة التعليم الفردي (IEP) الخاصة بطفلك

لماذا يلزم تقديم استمارة الإفصاح؟

يمكن لشركة UnitedHealthcare الوصول إلى معلومات طفلك عند توقيعك على استمارة الإفصاح، وذلك لتحسين إدارة الرعاية لطفلك.

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.

من أيضًا يمكنه الوصول إلى المعلومات إذا وقَّعت على استمارة الإفصاح؟

إذا وقَّعت على نموذج الإصدار، يمكن لشركة UnitedHealthcare التواصل مع القائمين على نظام المدرسة ومقدم الرعاية الأولية لطفلك بشأن رعايته.

ما مدة صلاحية استمارة الإفصاح؟

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

أعضاء برنامج CHOICES

هل كنت تعلم أنّ أعضاء برنامج CHOICES في المجموعتين 2 و3 لديهم الآن إمكانية الوصول إلى خدمات التوظيف من خلال برنامج CHOICES؟

تتعدى مزايا العمل مجرد تلقي الراتب. يمكن أن تساعدك خدمات التوظيف الجديدة في تحديد ما إذا كان العمل مناسباً لك، والتحدث إلى مستشاري مزايا معتمدين للمساعدة في حماية مزاياك، وإيصالك بجهات العمل التي تعين موظفين، وتجربة مجموعة متنوعة من الوظائف، وحتى تلقي المساعدة للوصول إلى العمل ودعمك أثناء أداء وظيفتك.

إذا كنت مهتمًا بمعرفة المزيد عن هذه الخدمات الجديدة للتوظيف، فيرجى التواصل مع منسق الرعاية الخاص بك؛ إذ يجب إضافة ذلك إلى خطة الدعم المخصصة لك (أو PCSP). أو اتصل بنا على الرقم 1-800-690-1606.

أعضاء CHOICES و ECF CHOICES

هل أنت مهتم ببدء عملك الخاص؟ إذا كان الأمر كذلك، فلديك الآن إمكانية الوصول إلى خدمة العمل الحر التي تم تحديثها مؤخرًا! ومن خلال خدمات العمل الحر الجديدة هذه، ستتمكن من التعرف على الموارد اللازمة لبدء عملك الخاص، والتواصل مع وكالات دعم الأعمال التجارية الصغيرة المحلية لمساعدتك في إعداد خطة عمل، ومعرفة مصادر تمويل بدء الأعمال التجارية.

للحصول على المساعدة في الأعمال الحرة، يجب أن يكون ذلك مكتوبًا في خطة الدعم المخصصة لك (PCSP). ويعتمد نوع ومقدار الخدمات التي ستحصل عليها على ما تحتاجه لدعمك ومساعدتك في تحقيق أهدافك. إذا كنت تريد معرفة المزيد عن خدمة العمل الحر، فتحدث إلى منسق رعاية CHOICES أو منسق دعم ECF CHOICES. أو اتصل بنا على الرقم 1-800-690-1606.

تحسين أعراض مرض الانسداد الرئوي المزمن

يعاني أكثر من 16 مليون أميركي من مرض الانسداد الرئوي المزمن (COPD).¹ وهو يسبب السعال والأزيز وضيق التنفس وزيادة المخاط. وهو أكثر شيوعًا بين الأشخاص الذين تزيد أعمارهم عن 65 عامًا.

يجب تشخيص مرض الانسداد الرئوي المزمن من قِبل مقدم رعاية صحية. إذا كنت مصابًا به، فهناك العديد من الطرق التي يمكنك من خلالها تحسين أعراضك. يمكن للإقلاع عن التدخين وتناول الأدوية مساعدة المريض.

من المهم أيضًا تناول دواءك كما هو موصوف. سيساعدك ذلك على الشعور بالتحسن. يمكن أن يساعد أيضًا في الوقاية من "النوبات" التي تجعل التنفس صعبًا.

العضوية، والمزايا، وتفاصيل الخطة

يمكنك الاطلاع على كتيب الأعضاء وتنزيله في أي وقت، ومن أي مكان، عبر زيارة الموقع التالي: myuhc.com/communityplan. هل ترغب في الحصول على نسخة مطبوعة؟ اتصل بقسم خدمات الأعضاء على الرقم **1-800-690-1606**، الهاتف النسي **711**، لطلب إرسال نسخة من كتيب الأعضاء إليك بالبريد العادي.

مراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها (CDC)

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 وقتًا عصيبًا. 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، فُيرجى الاتصال برقم خدمات الأعضاء المجاني على الرقم الوارد في الصفحة 8.



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، والاكتهاب، 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. وتُقارن 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 بالمعدل الوطني:

أبرز نقاط CAHPS® للبالغين لعام 2023

المقياس	خطة UnitedHealthcare Community Plan على مستوى ولاية تينيسي	الترتيب المنوي الوطني الخمسين لعام 2022 بحسب HEDIS®**
تصنيف الخطة الصحية*	%63,21	%61,81
تصنيف الطبيب الشخصي*	%67,52	%68,17
تصنيف الرعاية الصحية ككل*	%52,17	%56,00
تصنيف الاختصاصي*	لا ينطبق	%66,43
مدى جودة تواصل الأطباء#	%91,66	%92,73
أبرز نقاط CAHPS® للأطفال+ في عام 2023 — عامة السكان		
تصنيف الخطة الصحية*	%74,74	%71,43
تصنيف الطبيب الشخصي*	%76,29	%75,84
تصنيف الرعاية الصحية ككل*	%67,05	%68,79
تصنيف الاختصاصي*	لا ينطبق	%70,82
مدى جودة تواصل الأطباء#	%94,45	%93,76

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
صحة المرأة:				
%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
الرعاية الخاصة بمرض السكري:				
%52,31	%59,61	%61,07	%65,45	التحكّم 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
الرعاية الوقائية بالفحص والتشخيص والعلاج المبكر والدوري (EPSDT)				
%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 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
الصحة السلوكية				
%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 قيّموا خطتهم/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).

موارد TennCare

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

الامتثال للحقوق المدنية:

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

الإبلاغ عن احتمال حدوث تمييز.

TennCare: 1-800-342-3145

الهاتف النصي (TTY) 1-877-779-3103

تعرف على المزيد حول برنامج TennCare.

برنامج **TennCare Advocacy**:

1-877-779-3103، الهاتف النصي 1-800-758-1638

دعم مجاني لأعضاء TennCare لمساعدتك على فهم خطتك والحصول على العلاج.

TennCare Connect: 1-855-259-0701

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.

أو تفضّل زيارة الموقع **tn.gov/tenncare** وانقر فوق

"Stop TennCare Fraud" (منع عملية احتيال ببرنامج

TennCare). للإبلاغ عن احتيال مقدّم الرعاية أو إساءة معاملة

المرضى إلى قسم مكافحة الاحتيال في برنامج Medicaid

(MFCD)، اتصل على الرقم المجاني 1-800-433-5454.

الموارد المجتمعية

خط الإقلاع عن تعاطي التبغ في ولاية تينيسي: **tnquitline.org**

1-800-QUIT-NOW (1-800-784-8669)

أو 1-877-44U-QUIT (1-877-448-7848)

احصل على مساعدة مجانية باللغة الإنجليزية أو الإسبانية للإقلاع

عن تعاطي التبغ. تتوفر مساعدة خاصة للنساء الحوامل.

شبكة الوقاية من الانتحار في ولاية تينيسي:

tspn.org (1-800-273-8255) 1-800-273-TALK

تحدث إلى مستشار الحماية من الانتحار.

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 UnitedHealthcare

خدمات الأعضاء: 1-800-690-1606، الهاتف النصي 711

ابحث عن مقدم رعاية أو اطرح أسئلة حول المزايا أو احصل على المساعدة في تحديد موعد بأي لغة.

موقعنا الإلكتروني: **myuhc.com/communityplan**

استخدم دليل مقدمي الخدمات عبر الإنترنت. بادر بتنزيل نسخة من كتيب الأعضاء. اقرأ نشرة العضو الإخبارية هذه على الإنترنت باللغة الإنجليزية أو الإسبانية. احصل على نموذج شكوى بشأن التمييز.

تطبيق UnitedHealthcare:

التنزيل من متجر **App Store** أو **Google Play**

يُمكنك الوصول إلى معلومات خطتك الصحية في أثناء انشغالك.

خط الاتصال بقسم التمريض: 1-800-690-1606

الهاتف النصي 711 خط التمريض متاح مجانًا على مدار 24 ساعة ويوميًا. بإمكانك الاتصال بمرضة للمساعدة في المشكلات الصحية.

وسائل النقل: 1-866-405-0238

بصفتك عضوًا لدينا، يمكنك الحصول على وسيلة نقل في غير حالات الطوارئ من زيارتك للرعاية الصحية وإليها. ويشمل ذلك الزيارات إلى طبيبك والصيدلية والخدمات الأخرى التي يغطيها برنامج TennCare.

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

الهاتف النصي 711 احصلي على الدعم طوال فترة الحمل.

حلقات الوصل المجتمعية:

uhc.care/HTCommConnector

تضع UnitedHealthcare Community Resources

برامج يمكنها تقديم المساعدة في شؤون الطعام، والإسكان، ودفع

فواتير المرافق، وغيرها الكثير، بتكلفة مخفضة أو بدون تكلفة عليك. اعثر على المساعدة في منطقتك.

Expressable: **expressable.com/united**

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

الرعاية الذاتية من **AbleTo**: **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.

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 1-800-690-1606 (TTY:711).

Kurdish: كوردی

ئاگاداری: ئەگەر بە زمانی کوردی قەسە دە که یت خزمە تگوزاریه کانی یارمه تی زمان به خورایی بو تو به رده سته په یوه ندى به بکه.. 1-800-690-1606 (TTY:711).

Arabic: العربية

ملحوظة: إذا تتكلم اللغة العربية، خدمات المساعدة اللغوية متوفرة لك مجاناً. اتصل برقم 1-800-690-1606 (TTY:711).

Chinese: 繁體中文

주의: 한국어를 사용하시는 경우, 언어 지원 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다. 1-800-690-1606 (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 1-800-690-1606 (TTY:711).

Korean: 한국어

주의: 한국어를 사용하시는 경우, 언어 지원 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다. 1-800-690-1606 (TTY:711) 번으로 전화해 주십시오.

French: Français

ATTENTION: Si vous parlez français, des services d'aide linguistique vous sont proposés gratuitement. Appelez le 1-800-690-1606 (TTY:711).

Amharic: አማርኛ

ማስታወሻ: የሚናገሩት ቋንቋ አማርኛ ከሆነ የትርጉም እርዳታ ድርጅቶች፣ በነጻ ሊያገዝዎት ተዘጋጅተዋል። ወደ ሚከተለው ቁጥር ይደውሉ 1-800-690-1606 (ማስማት ለተሳናቸው TTY:711)።

Gujarati: ગુજરાતી

સુચના: જો તમે ગુજરાતી બોલતા હો, તો નિ:શુલ્ક ભાષા સહાય સેવાઓ તમારા માટે ઉપલબ્ધ છે. ફોન નં 1-800-690-1606 (TTY:711).

Laotian: ພາສາລາວ

ໂບດຊາບ: ຖ້າວ່າ ທ່ານເວົ້າພາສາ ລາວ, ການບໍລິການຊ່ວຍເຫຼືອດ້ານພາສາ, ໂດຍບໍ່ເສັຽຄ່າ, ແມ່ນມີ ພ້ອມໃຫ້ທ່ານ.
ໂທ 1-800-690-1606 (TTY:711).

German: Deutsch

ACHTUNG: Wenn Sie Deutsch sprechen, stehen Ihnen kostenlos sprachliche Hilfsdienstleistungen zur Verfügung. Rufnummer: 1-800-690-1606 (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 1-800-690-1606 (TTY:711).

Hindi: हिंदी

ध्यान दें: यदि आप हिंदी बोलते हैं तो आपके लिए मुफ्त में भाषा सहायता सेवाएं उपलब्ध हैं। 1-800-690-1606 (TTY:711). पर कॉल करें।

Serbo-Croatian: Srpsko-hrvatski

OBAVJEŠTENJE: Ako govorite srpsko-hrvatski, usluge jezičke pomoći dostupne su vam besplatno. Nazovite 1-800-690-1606 (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 1-800-690-1606 (Teneračn: TTY: 711).

Nepali: नेपाली

ध्यान दिनुहोस्: तपाईंले नेपाली बोल्नुहुन्छ भने तपाईंको निम्ति भाषा सहायता सेवाहरू निःशुल्क रूपमा उपलब्ध छ । फोन गर्नुहोस् 1-800-690-1606 (टिटिवाइ: TTY: 711).

Persian: فارسی

توجه: اگر به زبان فارسی گفتگو میکنید تسهیلات زبانی بصورت رایگان برای شما فراهم میباشد. با
1-800-690-1606 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 1-800-690-1606. 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

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: 1-800-690-1606

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>