



Health Talk

Hành trình của quý vị để có sức khỏe tốt hơn

iStock.com/AsaVision



Mùa xuân 2024

United
Healthcare
Community Plan



Nội dung

Quý vị có biết những loại thuốc nào được bao trả theo chương trình sức khỏe của mình không? Hãy xem Trang 4 để biết thông tin chi tiết về phúc lợi thuốc kê đơn dành cho quý vị.

Hướng dẫn chăm sóc

Dịch vụ chăm sóc tốt nhất

Những công cụ giúp chăm sóc sức khỏe tốt hơn

Chúng tôi mang đến cho nhà cung cấp công cụ để họ có thể chăm sóc tốt nhất cho các thành viên của chúng tôi. Đây là những công cụ hướng dẫn thực hành lâm sàng. Những công cụ này chia sẻ các phương pháp hay nhất về cách kiểm soát bệnh tật và tăng cường sức khỏe.

Các hướng dẫn đề cập tới cách chăm sóc nhiều loại bệnh lý và tình trạng sức khỏe, chẳng hạn như tiểu đường, huyết áp cao và trầm cảm. Ngoài ra, các hướng dẫn này còn tư vấn về cách giữ gìn sức khỏe thông qua chế độ ăn uống lành mạnh, việc tập luyện hợp lý và các loại vắc-xin phù hợp. Để biết thêm thông tin, hãy truy cập trang uhcprovider.com/cpg.

UnitedHealthcare Community Plan
PO Box 31349
Salt Lake City, UT 84131

UNHC-114-WA-CAID-VIET
CSWA24MD0169817_000



istock.com/VioletaStoimenova

Công bằng trong vấn đề sức khỏe

An toàn và bảo mật

Cách chúng tôi sử dụng và bảo vệ các nhu cầu xã hội, văn hóa và ngôn ngữ

UnitedHealthcare® hỗ trợ điều phối dịch vụ chăm sóc dành cho quý vị từ tất cả các nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe. Để làm vậy, chúng tôi nhận và chia sẻ thông tin quan trọng về quý vị. Đó có thể là thông tin về chủng tộc, dân tộc, ngôn ngữ, bản dạng giới, xu hướng tính dục và các nhu cầu xã hội của quý vị. Dữ liệu này và các thông tin cá nhân khác của quý vị là thông tin sức khỏe được bảo vệ (PHI). Chúng tôi có thể chia sẻ những thông tin này với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị như một phần của việc điều trị, thanh toán và hoạt động. Điều này giúp chúng tôi đáp ứng nhu cầu chăm sóc sức khỏe của quý vị.

Sau đây là một số ví dụ về cách chúng tôi có thể sử dụng những thông tin này để cải tiến dịch vụ:

- Để tìm những lỗ hổng trong dịch vụ chăm sóc
- Để giúp quý vị bằng các ngôn ngữ khác ngoài tiếng Anh
- Để thiết lập các chương trình đáp ứng nhu cầu của quý vị
- Để cho các nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị biết (các) 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 thông tin này như tất cả các PHI khác. Chỉ nhân viên cần sử dụng dữ liệu này mới có thể truy cập vào dữ liệu. Các tòa nhà và máy tính của chúng tôi đều được bảo mật. Mật khẩu máy tính và các phương thức bảo vệ hệ thống khác sẽ giữ an toàn cho dữ liệu của quý vị.

Để tìm hiểu thêm về cách chúng tôi bảo vệ dữ liệu văn hóa của quý vị, hãy truy cập trang [uhc.com/about-us/rel-collection-and-use](https://www.uhc.com/about-us/rel-collection-and-use). Để biết thêm thông tin về chương trình công bằng trong vấn đề sức khỏe của chúng tôi, hãy truy cập trang [unitedhealthgroup.com/what-we-do/health-equity.html](https://www.unitedhealthgroup.com/what-we-do/health-equity.html).

Thông tin tổng hợp về chương trình sức khỏe của quý vị

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 sơ kỳ, 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 hay dịch thuật
- Cách chương trình quyết định về việc liệu các dịch vụ điều trị hoặc công nghệ mới có được bao trả hay không
- 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/benefitsandcvg. Quý vị cũng có thể gọi điện cho Dịch vụ thành viên theo số điện thoại trên Trang 8 để yêu cầu cung cấp một bản sao.



Phúc lợi của chương trình

Chăm sóc cho quý vị

Chúng tôi muốn đảm bảo rằng quý vị nhận được sự chăm sóc mà quý vị cần khi quý vị cần. Quý vị có cần trợ giúp trong việc đi tới văn phòng của nhà cung cấp không? Hãy gọi Dịch vụ thành viên theo số điện thoại trên Trang 8 để được trợ giúp.

Nếu cần gặp nhà cung cấp ngay lập tức, quý vị có thể sử dụng dịch vụ chăm sóc ngoài giờ tại các trung tâm chăm sóc khẩn cấp. Ngoài ra, chúng tôi còn có dịch vụ NurseLine hoạt động 24/7 mà quý vị có thể gọi bất cứ lúc nào. Hãy xem Trang 8 để biết số điện thoại. Chúng tôi cũng cung cấp dịch vụ khám sức khỏe từ xa.

Để tìm nhà cung cấp hoặc trung tâm chăm sóc khẩn cấp ở gần quý vị, hãy truy cập trang connect.werally.com/state-plan-selection/uhc.medicaid/state. Quý vị cũng có thể dùng ứng dụng UnitedHealthcare.

Các phúc lợi về thuốc dành cho quý vị

Những thông tin quý vị cần biết

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

- 1. Các loại thuốc được bao trả.** Có danh sách các loại 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.

Stock.com/Lyndon Stratford



Tra cứu thông tin. Quý vị có thể tìm thông tin liên quan đến các phúc lợi về thuốc dành cho mình trên trang myuhc.com/communityplan/pharmaciesandrx. Quý vị cũng có thể gọi Dịch vụ thành viên theo số điện thoại miễn phí trên Trang 8.



Quản lý dịch vụ y tế

Dịch vụ chăm sóc phù hợp

Quản lý dịch vụ y tế (UM) giúp đảm bảo quý vị nhận được sự chăm sóc và các dịch vụ phù hợp khi quý vị cần. Đội ngũ nhân viên UM của chúng tôi đánh giá các dịch vụ mà nhà cung cấp của quý vị yêu cầu. Họ so sánh dịch vụ chăm sóc và các dịch vụ mà nhà cung cấp của quý vị yêu cầu dựa trên hướng dẫn thực hành lâm sàng. Họ cũng so sánh những dịch vụ được yêu cầu dựa trên phúc lợi của quý vị.

Khi dịch vụ chăm sóc không thuộc gói phúc lợi của quý vị thì dịch vụ đó sẽ bị từ chối. Dịch vụ đó cũng có thể bị từ chối khi không đáp ứng các hướng dẫn thực hành lâm sàng. Chúng tôi không trả lương hoặc thưởng cho các nhà cung cấp dịch vụ hay nhân viên của mình để từ chối dịch vụ hoặc chấp nhận ít dịch vụ chăm sóc hơn. Nếu dịch vụ chăm sóc bị từ chối, quý vị và nhà cung cấp của quý vị có quyền khiếu nại. Thư từ chối sẽ cho quý vị biết cách khiếu nại.

Nếu quý vị có bất kỳ câu hỏi nào, hãy gọi Dịch vụ thành viên theo số điện thoại miễn phí trên Trang 8. Có dịch vụ TTY và hỗ trợ ngôn ngữ nếu quý vị cần.

Giữ gìn sức khỏe

Những chương trình giúp kiểm soát 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 Population Health của chúng tôi. Những dịch vụ này 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 những nhu cầu chăm sóc sức khỏe phức tạp (nhà quản lý dịch vụ chăm sóc làm việc với nhà cung cấp của quý vị và các cơ quan khác ở bên ngoài)

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 chương trình bất kỳ vào bất cứ thời điểm nào.



Tìm hiểu thêm. Quý vị có thể tìm thêm thông tin về các chương trình và dịch vụ của chúng tôi trên trang myuhc.com/communityplan/healthwellness. Nếu quý vị muốn giới thiệu chương trình quản lý dịch vụ chăm sóc của chúng tôi, hãy gọi điện cho Dịch vụ thành viên theo số điện thoại miễn phí trên Trang 8.

iStock.com/Moyo Studio



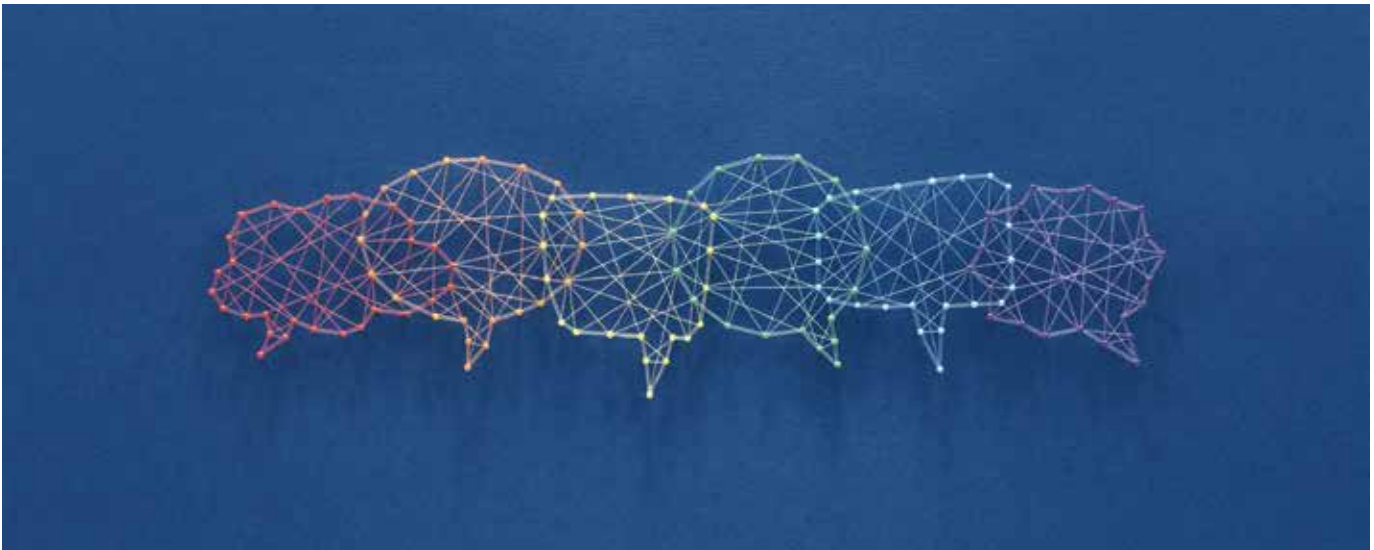
Dịch vụ chăm sóc ban đầu

Tự đàm đương

Việc chuẩn bị cho chuyến gặp gỡ nhà cung cấp có thể giúp quý vị tận dụng tối đa lần gặp gỡ này. Nhờ đó, quý vị có thể đảm bảo nhà cung cấp biết rõ tất cả những dịch vụ chăm sóc mà quý vị nhận được. Sau đây là 4 cách quý vị có thể tự đàm đương việc chăm sóc sức khỏe của mình:

- 1. Trước khi đi, hãy nghĩ đến những điều mà quý vị muốn đạt được thông qua chuyến gặp gỡ.** Tập trung vào 3 điều mà quý vị cần trợ giúp nhất.
- 2. Cho nhà cung cấp biết các loại thuốc hoặc vitamin mà quý vị sử dụng.** Mang theo danh sách thuốc viết tay. Hoặc mang theo thuốc đang sử dụng. Cho biết ai là người đã kê đơn cho quý vị.
- 3. Cho nhà cung cấp biết về các nhà cung cấp khác mà quý vị gặp gỡ.** Nêu ra cả những nhà cung cấp dịch vụ sức khỏe hành vi. Mang theo bản sao của bất kỳ kết quả xét nghiệm hay kế hoạch điều trị nào từ các nhà cung cấp khác.
- 4. Nếu quý vị đang ở trong bệnh viện hoặc phòng cấp cứu (ER), hãy gặp nhà cung cấp của quý vị càng sớm càng tốt sau khi quý vị về nhà.** Chia sẻ hướng dẫn xuất viện của quý vị với họ. Việc thực hiện đúng các bước chăm sóc tiếp theo có thể giúp quý vị không phải quay trở lại bệnh viện hoặc phòng cấp cứu.





istock.com/Pogonici

Trợ giúp về ngôn ngữ

Nhu cầu giao tiếp

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 điện cho bộ phận Dịch vụ thành viên theo số điện thoại trên Trang 8.

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 the phone number on Page 8.

Proporcionamos servicios gratuitos para ayudarle a comunicarse con nosotros. Podemos enviarle información en idiomas distintos al inglés o en letra grande. Puede solicitar un intérprete. Para solicitar ayuda, llame a la línea gratuita de Servicios para miembros al número que aparece en la Página 8.

Мы предоставляем бесплатные услуги, чтобы помочь вам общаться с нами. Мы можем отправлять вам информацию на других языках, кроме английского, или крупным шрифтом. Вы можете попросить переводчика. За помощью обращайтесь в Отдел обслуживания участников по бесплатному номеру, который можно найти на стр. 8.

我們提供免費服務，協助您與我們溝通。我們可以寄送英文以外的其他語言資訊或提供大字體。您可以要求安排口譯員。如需協助，請撥打列於第 8 頁的會員服務部免付費電話。

我們提供免費的語言服務，幫助您與我們溝通。我們可以用英語之外的其他語言向您發送信息，也可以將字體調大。您可以申請一位譯員。如需尋求幫助，請撥打第 8 頁列出的免費電話，聯繫會員服務中心。

ပဟ့ၢ်တၢ်တံၢ်စၢၤမၤစၢၤအပူၤကလိၤ ဒ်သိးကမၤစၢၤ
နၤ လၢကဆဲးကျိးဒီးပုၤအဂီၢ်န့ၢ်လီၤ. ပအုၤနၤ တၢ်
ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢတမ့ၢ်အဲကလံးကျိၤသ့ မ့တမ့ၢ် လၢ
တၢ်ကွဲးဖျါစဲးကျိးဖးလဲၢ်န့ၢ်လီၤ. နယုဒီးန့ၢ် ပုၤကျိး
ထံကျိၢ်တဂၤ သ့စ့ၢ်ကိးန့ၢ်လီၤ. ကယုတၢ်မၤစၢၤအ
ဂီၢ် ဝံသးစူၤကိး ကရူၢ်ဖိတၢ်တံၢ်စၢၤမၤစၢၤအပူၤကလိၤ
ခိဖျါလိတဲစိနီၣ်ဂံၢ်လၢ ကဘျိးပၤ 8 န့ၢ်တက့ၢ်.

Ми надаємо безкоштовні послуги, які допоможуть вам підтримувати з нами зв'язок. Ми можемо надіслати вам інформацію іншими мовами, окрім англійської, або надруковану великим шрифтом. Ви можете скористатися послугами перекладача. Щоб звернутися по допомогу, зателефонуйте до відділу обслуговування клієнтів за безкоштовним номером на сторінці 8.

نقدم خدمات مجانية لمساعدتك في التواصل معنا . يمكننا إرسال معلومات لك بلغات غير اللغة الإنجليزية أو بخط طباعي كبير . يمكنك طلب مترجم فوري . لطلب المساعدة، يُرجى الاتصال بالرقم المجاني لخدمات الأعضاء على رقم الهاتف الموجود في الصفحة 8 .

ከእኛ ጋር ለመግባባት እንዲረዳዎ ነፃ አገልግሎቶችን እንሰጣለን። ከእንግሊዝኛ ውጪ ወይም በትልልቅ ህትመት በሌሎች ቋንቋዎች መረጃን ለንልክልዎ እንችላለን። አስተርጓሚ እንዲቀርብልዎ መጠየቅ ይችላሉ። እርዳታ ለመጠየቅ፣ እባክዎ በገፅ 8 ላይ ባለው ስልክ ቁጥር ለአባላት አገልግሎት በነጻ ይደውሉ።

ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਚਾਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਅਸੀਂ ਮੁਫਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਅਸੀਂ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਵੱਡੇ ਪ੍ਰਿੰਟ ਵਿੱਚ ਜਾਣਕਾਰੀ ਭੇਜ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਤੁਸੀਂ ਦੁਬਾਰਾ ਈ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਸਹਾਇਤਾ ਮੰਗਣ ਲਈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਪੇਜ 8 'ਤੇ ਦਿੱਤੇ ਟੋਲ-ਫ੍ਰੀ ਫੋਨ ਨੰਬਰ 'ਤੇ ਸੰਬੰਧ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ।

ምሳሌ ንክትረዳድኡ ንክክግዘኩም ነጻ አገልግሎት ንህብ። ካብ እንግሊዝኛ ወጻኢ ብኻልእ ቋንቋታት ወይ ብዓቢ ፊደላት ሓበሬታ ክንሰደልኩም ንክእል ኢና። ተርጓሚ ክትሓትት ትክእል ኢኻ። ሓገዝ ክትሓትት እንተ ደለኻ በጃኻ ኣብቲ ኣብ ገጽ 8 ዘርከብ ቍጽጺ ተሌፎን ብዘይ ክፍሊት ኣባል አገልግሎት ደውል።

Nagbibigay kami ng mga libreng serbisyo para 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. Para humingi ng tulong, pakisuyong tumawag sa Mga Serbisyo sa Miyembro nang walang bayad sa numero ng telepono sa Pahina 8.

Quá liều opioid

Cứu vớt một cuộc đời

Quý vị có thể mua được thuốc Naloxone mà không cần có đơn thuốc của bác sĩ

Naloxone là một loại thuốc đảo ngược quá liều có chứa opioid. Quý vị có thể sử dụng thuốc này tại nhà trong trường hợp khẩn cấp. Thuốc này đảo ngược các tác dụng do quá liều opioid. Quý vị có thể mua được thuốc này mà không cần có đơn thuốc của bác sĩ. Washington Apple Health (Medicaid) sẽ bao trả thuốc này.

Nếu quý vị cho rằng mình hoặc người thân có nguy cơ dùng thuốc quá liều, hãy trao đổi với nhà cung cấp của quý vị để được dùng Naloxone.



iStock.com/Fly View Productions

Lao động và sinh đẻ

Phúc lợi hộ lý trợ sản dành cho quý vị

Quý vị có các lựa chọn sau liên quan đến sinh đẻ:

- Sinh tại bệnh viện, được một bác sĩ sản khoa (OB) hỗ trợ
- Được nữ hộ sinh đỡ đẻ tại bệnh viện, trung tâm sinh sản hoặc tại nhà
- Chương trình thí điểm dịch vụ hỗ trợ của hộ lý trợ sản mới

Hiện nay, chúng tôi cung cấp dịch vụ hộ lý trợ sản. Hộ lý trợ sản không phải là nhân viên y tế nhưng được đào tạo để giúp các sản phụ tìm hiểu thông tin, nhận sự hỗ trợ về thể chất và tinh thần cả trước, trong và sau khi sinh. Nếu quý vị muốn sử dụng dịch vụ này, vui lòng yêu cầu một hộ lý trợ sản trên trang web thedoulanetwork.com. Quý vị cũng có thể gọi số **1-800-599-5985**, TTY **711**, để trao đổi với đội ngũ Healthy First Steps® của chúng tôi.

Nguồn trợ giúp thành viên

Dành cho quý vị

Chúng tôi muốn giúp quý vị tận dụng tối đa chương trình sức khỏe của mình một cách dễ dàng nhất có thể. Là thành viên của chúng tôi, quý vị sẽ được hưởng nhiều dịch vụ và phúc lợi.

Dịch vụ thành viên: Nhận trợ giúp về các câu hỏi và thắc mắc của quý vị. Tìm một nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe hoặc trung tâm chăm sóc khẩn cấp, đặt câu hỏi về phúc lợi hoặc nhận trợ giúp về đặt lịch hẹn, bằng bất kỳ ngôn ngữ nào (số điện thoại miễn phí).

1-877-542-8997, TTY 711

Trang web của chúng tôi: Trang web của chúng tôi lưu giữ tất cả thông tin sức khỏe của quý vị ở một nơi. Quý vị có thể tìm một nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe, xem các phúc lợi hoặc thẻ ID thành viên của mình, bất kể quý vị ở đâu.

myuhc.com/communityplan

Ứng dụng UnitedHealthcare:

Truy cập thông tin về chương trình sức khỏe của quý vị khi đang di chuyển. Xem bảo hiểm và phúc lợi của quý vị. Tìm các nhà cung cấp trong mạng lưới ở gần. Xem thẻ ID thành viên của quý vị, nhận chỉ đường đến văn phòng của nhà cung cấp dịch vụ và hơn thế nữa.

Tải xuống từ App Store® hoặc Google Play™

NurseLine: Nhận dịch vụ tư vấn miễn phí 24/7 về sức khỏe từ y tá (số điện thoại miễn phí).

1-877-543-3409, TTY 711



istock.com/mindful Media

UHC Doctor Chat: Kết nối trực tuyến với bác sĩ để được điều trị, kê đơn hoặc giải đáp thắc mắc. Hoạt động miễn phí 24/7.

uhdoctorchat.com

Quit For Life: Nhận trợ giúp bỏ thuốc lá miễn phí dành cho quý vị (số điện thoại miễn phí).

1-866-784-8454, TTY 711
myquitforlife.com/uhcwa

Vận chuyển: Gọi Dịch vụ thành viên để hỏi về phúc lợi vận chuyển của quý vị thông qua Health Care Authority (HCA) của Washington. Quý vị có thể tìm danh sách những người môi giới có thể sắp xếp phương tiện đi lại trên trang **hca.wa.gov/transportation-help**.

1-877-542-8997, TTY 711

Quản lý dịch vụ chăm sóc:

Chương trình này dành cho các thành viên có bệnh mãn tính và nhu cầu phức tạp. Quý vị có thể nhận các cuộc gọi điện thoại, dịch vụ thăm khám tại nhà, chương trình giáo dục về sức khỏe, giới thiệu đến các nguồn trợ giúp trong cộng đồng, nhắc nhở cuộc hẹn, hỗ trợ vận chuyển và hơn thế nữa (số điện thoại miễn phí).

1-877-542-8997, TTY 711

Live and Work Well: Tìm các bài viết, công cụ tự chăm sóc, nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc cũng như các nguồn trợ giúp về sức khỏe tâm thần và sử dụng chất gây nghiện.

liveandworkwell.com

Assurance Wireless: Nhận dữ liệu tốc độ cao không giới hạn, biên bản và tin nhắn mỗi tháng. Được tặng miễn phí một chiếc điện thoại thông minh Android™. Hãy gọi điện để nhận được đơn đăng ký được gửi qua thư cho quý vị.

1-888-321-5880, TTY 711

Healthy First Steps®: Nhận hỗ trợ trong suốt thai kỳ của quý vị với dịch vụ chăm sóc tiền sản kịp thời và chăm sóc trẻ sơ sinh chu đáo (số điện thoại miễn phí).

1-800-599-5985, TTY 711
uhchealthyfirststeps.com



UnitedHealthcare Community Plan complies with all Federal civil rights laws that relate to healthcare services. UnitedHealthcare Community Plan offers healthcare services to all members without regard to race, color, national origin, age, disability, or sex. UnitedHealthcare Community Plan does not exclude people or treat them differently because of race, color, national origin, age, disability, or sex. This includes gender identity, pregnancy and sex stereotyping.

UnitedHealthcare Community Plan also complies with applicable state laws and does not discriminate on the basis of creed, gender, gender expression or identity, sexual orientation, marital status, religion, honorably discharged veteran or military status, or the use of a trained dog guide or service animal by a person with a disability.

If you think you were treated unfairly because of your sex, age, race, color, disability or national origin, you can send a complaint to:

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

You can call or write us about a complaint at any time. We will let you know we received your complaint within two business days. We will try to take care of your complaint right away. We will resolve your complaint within 45 calendar days and tell you how it was resolved.

If you need help with your complaint, please call **1-877-542-8997**, TTY **711**, 8 a.m. – 5 p.m., Monday – Friday.

You can also file a complaint with the U.S. Dept. of Health and Human Services.

Online:

<https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>

Complaint forms are available at

<http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>

Phone:

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

Mail:

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

If you need help with your complaint, please call **1-877-542-8997**, TTY **711**.

We provide free services to help you communicate with us. Such as, letters in other languages or large print. Or, you can ask for an interpreter. To ask for help, please call **1-877-542-8997**, TTY **711**, 8 a.m. – 5 p.m., Monday – Friday.



UnitedHealthcare Community Plan cumple con todos los requisitos de las leyes Federales de los derechos civiles relativas a los servicios de los cuidados para la salud. UnitedHealthcare Community Plan ofrece servicios para los cuidados de salud a todos los miembros sin distinción de su raza, color, origen nacional, edad, discapacidad o sexo. UnitedHealthcare Community Plan no excluye a personas ni les da un tratamiento diferente basado en su raza, color, origen nacional, edad, discapacidad o sexo. Esto incluye su identificación de sexo, su estado de embarazo o el estereotipo sexual que tengan.

UnitedHealthcare Community Plan también cumple con los requisitos de las leyes estatales pertinentes y no discrimina en base a sus creencias, sexo, expresión de sexo o identidad, orientación sexual, estado civil, religión, veterano dado de alta honorablemente o por su actual condición militar o por el empleo de perros o animales entrenados como guías o para servicios necesarios para una persona con una discapacidad.

Si usted piensa que ha sido tratado injustamente por razones como su sexo, edad, raza, color, discapacidad u origen nacional, puede enviar una queja a:

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

UHC_Civil_Rights@uhc.com

Usted puede llamarnos o escribirnos sobre una queja en cualquier momento. Le informaremos que recibimos su queja dentro de dos días hábiles. Trataremos de atender su queja de inmediato. Resolveremos su queja dentro de 45 días calendario y le informaremos cómo se resolvió.

Si usted necesita ayuda con su queja, por favor llame al **1-877-542-8997**, TTY **711**, de 8 a.m. a 5 p.m., de lunes a viernes.

Usted también puede presentar una queja con el Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos.

Internet:

<https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>

Formas para las quejas se encuentran disponibles en:

<http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>

Teléfono:

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

Correo:

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

Si necesita ayuda para presentar su queja, por favor llame al **1-877-542-8997**, TTY **711**.

Ofrecemos servicios gratuitos para ayudarle a comunicarse con nosotros. Tales como, cartas en otros idiomas o en letra grande. O bien, puede solicitar un intérprete. Para pedir ayuda, por favor llame al **1-877-542-8997**, TTY **711**, de 8 a.m. a 5 p.m., de lunes a viernes.

English:

If the enclosed information is not in your primary language, please call UnitedHealthcare Community Plan at **1-877-542-8997, TTY 711.**

Hmong:

Yog cov ntaub ntawv no tsis yog sau ua koj hom lus, thov hu rau UnitedHealthcare Community Plan ntwam 1-877-542-8997, TTY 711.

Samoan:

Afai o fa'amatalaga ua tuuina atu e le'o tusia i lau gagana masani, fa'amolemole fa'afesoota'i mai le vaega a le UnitedHealthcare Community Plan ile telefoni 1-877-542-8997, TTY 711.

Russian:

Если прилагаемая информация представлена не на Вашем родном языке, позвоните представителю UnitedHealthcare Community Plan по тел. 1-877-542-8997, телетайп 711.

Ukrainian:

Якщо інформацію, що додається, подано не Вашою рідною мовою, зателефонуйте представнику UnitedHealthcare Community Plan за телефоном 1-877-542-8997, телетайп 711.

Korean:

동봉한 안내 자료가 귀하의 모국어로 준비되어 있지 않으면 1-877-542-8997, TTY 711로 UnitedHealthcare Community Plan에 전화하십시오.

Romanian:

Dacă informațiile alăturate nu sunt în limba dumneavoastră principală, vă rugăm să sunați la UnitedHealthcare Community Plan, la numărul 1-877-542-8997, TTY 711.

Amharic:

ተያይዞ ያለው መረጃ በቋንቋዎ ካልሆነ፣ እባክዎ በሚከተለው ስልክ ቁጥር ወደ UnitedHealthcare Community Plan ይደውሉ፡-1-877-542-8997፣ መስማት ለተሳናቸው/TTY: 711

Tigrinya:

ተተሓሒተ ዘሎ ሓበሬታ ብቋንቋኹም እንተዘይኮይኑ፣ ብኽብረትኩም በዚ ዝስዕብ ቁጽሪ ስልኪ ናብ UnitedHealthcare Community Plan ደውሉ፡ 1-877-542-8997፣ ንፀማማት/TTY:711

Spanish:

Si la información adjunta no está en su lengua materna, llame a UnitedHealthcare Community Plan al 1-877-542-8997, TTY 711.

Lao:

ຖ້າຂໍ້ມູນທີ່ຕິດຄັດມານີ້ບໍ່ແມ່ນພາສາຕົນຕໍ່ຂອງທ່ານ, ກະລຸນາໂທຫາ UnitedHealthcare Community Plan ທີ່ຈຳນວນ 1-877-542-8997, TTY:711.

Vietnamese:

Nếu ngôn ngữ trong thông tin đính kèm này không phải là ngôn ngữ chính của quý vị, xin gọi cho Unitedhealthcare Community Plan theo số 1-877-542-8997, TTY 711.

Traditional Chinese:

若隨附資訊的語言不屬於您主要使用語言，請致電 UnitedHealthcare Community Plan，電話號碼為 1-877-542-8997（聽障專線 (TTY) 為 711）

Khmer:

ប្រសិនបើព័ត៌មានដែលភ្ជាប់មកនេះមិនមែនជាភាសាដើមរបស់លោកអ្នកសូមទាក់ទង UnitedHealthcare Community Plan ឬលេខ 1-877-542-8997 ឬទូរស័ព្ទ TTY: 711។

Tagalog:

Kung ang nakalaking impormasyon ay wala sa iyong pangunahing wika, mangyaring tumawag sa UnitedHealthcare Community Plan sa 1-877-542-8997, TTY 711.

Farsi:

در صورت اینکه اطلاعات پیوست به زبان اولیه شما نمیباشد، لطفاً با UnitedHealthcare Community Plan با این شماره تماس حاصل نمایید: 1-877-542-8997 وسیله ارتباطی برای ناشنویان TTY: 711