

2017 年冬季

赢得健康



Santa Clara
Family Health Plan
The Spirit of Care

Cal MediConnect 计划
(医疗保险——医疗补助计划)



需要乘车？ 我们可以提供帮助！

如果您需要乘车以便按预约前去就诊，可以致电客户服务部，由我们为您安排交通服务。您需要在预约时间前至少五个工作日拨打电话。

Santa Clara Family Health Plan 将偿付每年通过客车、出租车或其他公共或私营交通方式进行 30 次单程出行的费用，无需您本人支付。

切记，您必须提前向我们致

电。而且，此服务不适用于紧急事件。如果发生紧急事件，请拨打 911。

如果您由于医疗或身体状况而无法乘坐汽车或出租车，我们可以提供帮助。我们还将偿付医疗交通费用，例如搭乘救护车或小面包车（当您需要在休息的状况出行时）所产生的费用。这些服务可能需要事先授权，因此请务必提前向我们致电。

请向客户服务部致电，以便我们为您安排交通服务，电话号码为：**1-877-723-4795**。听障人士请致电 **1-800-735-2929**。

不确定什么是医疗 紧急事件？

请致电 **1-844-803-6962** 联系我们的护士咨询热线，以寻求协助。

欢迎来电

客户服务部

上午 8 点至晚上 8 点，每周 7 天。

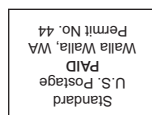
1-877-723-4795

客户服务部听障专线

1-800-735-2929 或 711

CM

健康与保健或预防信息



您可以发挥影响

加入我们的顾问委员会！

您 想让 Cal MediConnect 这一健康计划更好地为您和您的社区服务吗？敬请加入 Cal MediConnect 消费者顾问委员会 (CAB)！CAB 是一个由像您这样的会员构成的团体，可以包括家庭成员或能够帮助照顾您的其他人员。CAB 每月与健康计划的工作人员举行一次会议，以就

Cal MediConnect 中提供的服务和福利提供反馈。

作为 CAB 的一员，您将能：

- 为像您一样的 Cal MediConnect 计划会员发声。
- 与我们的计划代表及您的社区成员合作。
- 将您的经历告诉我们。

会议每月举行一次。届时将供应餐食。如果需要，我们可为您和您的护理人员提供乘车服务。



如果您有兴趣加入 CAB 提供服务，请致电 **1-877-723-4795** 联系客户服务部。

获得您需要的护理：个案管理可以提供帮助

目 前，我们与 Optum 合作，为您提供个案管理服务。Optum 是一家全美领先的健康增进服务提供商。

您的个案经理会确保您在适当的时间和地点获得适当的护理。您的个案经理将与您和您的初级医疗保健医生密切合作。他或她会了解您的健康和生活状况，为您量身定制一份护理计划。您的个案经理可以帮助您：

- 了解您的健康计划所提供的福利。
- 安排就诊预约并获得授权。
- 在您的长期服务和支持与其他社区服务之间进行协调。
- 确保您获得额外的护理，从而使您在家中也能保持健康。

■ 安排免费的乘车服务以按预约就诊。

您可以随时申请个案管理服务，另外您的医护服务提供者也可以推荐这些服务。如果您存有

疑问，请致电 **1-844-803-6962**

(周一至周四上午 9 至晚上 7 点半，周五和周六上午 9 至下午 5，均为太平洋标准时间) 与我们联系。



我们有训练有素的、亲切的专业人士，全天 24 小时提供 170 多种语言和 TTY (听说障碍) 服务。**211 是免费且保密的。**

我们能帮助您找到：

- 食物、住所、无家可归者服务
- 就业帮助
- 医疗保健/心理健康服务
- 移民服务
- 法律服务
- 儿童保健
- 老年人服务... 和其他更多服务！

访问 www.211scc.org 以获取更多信息。

什么是个人代表？

您 知道吗？您可以委托家庭成员、朋友或其他信任的人士代您讨论健康和福利信息。

此类人员称为“个人代表”。您的个人代表可以致电 Santa Clara Family Health Plan，为您选择一位新医生、跟进将您转诊到

某位专家的事宜、帮助您按处方拿药或者提出关于福利的问题。

如要指定个人代表，您需要填写一份“个人代表申请表”。您可以从我们的网站 (www.scfhp.com) 下载此表格。或者致电 **1-877-723-4795** 联系客户服务部，我们会将此表格发送给您。

请务必将填写好的“个人代表申请表”寄至：

Santa Clara Family Health Plan
Attn: Customer Service
210 E. Hacienda Ave.
Campbell, CA 95008
传真: **1-408-874-1965**



糖尿病和您的眼睛

如果您患有糖尿病，您的眼睛可能处于危险之中。大多数糖尿病患者都容易患上视网膜病。这种疾病会影响眼睛的后部。

糖尿病还会伤害眼睛前部和内部的液体。如果您有以下情况，请告知您的医护服务提供者：■ 视线模糊。■ 视觉重影。■ 看到圆圈或漂浮的斑点。■ 眼睛疼痛或有压迫感。■ 无法看到眼角外部范围。

为了帮助防止这些眼部问题：■ 控制血糖和血压。■ 不要抽烟。■ 每年做一次糖尿病眼睛检查。

资料来源: *National Institutes of Health*

我们的网站为您提供了自助服务工具！

无论白天还是夜晚，您都可随时访问我们的网站 (www.scfhp.com)，以便：

- 查阅常见问题的答案。
- 查找医生或诊所。
- 下载并打印表格和文档。

- 投诉。
 - 阅读简报。
 - 查找资源和有用信息。
- 请访问 www.scfhp.com/getting-started 以了解更多信息。

是时候呼吸新鲜空气了！

戒烟服务

您

想戒烟吗？

以下两种资源可以助您一臂之力：

■ Breathe California 有接受过培训的指导员及相关项目帮您戒烟。请致电 **1-408-998-5865** 与他们联系，或访问 **www.lungsrus.org**。

■ California Smokers 的热线提供免费电话咨询及自助服务资料。致电 **1-800-NO-BUTTS (1-800-662-8887)** 或访问 **www.nobutts.org** 获取更多信息。

力争在今年成功戒烟，改善健康状况。



注意事项

Santa Clara Family Health Plan Cal MediConnect Plan (圣塔克拉家庭健康计划加州 MediConnect 计划)

(Medicare-Medicaid Plan (联邦医疗保险和医疗补助计划)) 是签订联邦医疗保险和加州医疗补助合约的健康计划，旨在为投保人同时提供这两项计划的福利。

Santa Clara Family Health Plan 遵守适用的联邦民权法律规定，不因种族、膚色、民族血统、年龄、残障或性别而歧视任何人。

ATTENTION: If you speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call **1-877-723-4795**. (TTY: **1-800-735-2929** or **711**).

ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al **1-877-723-4795** (TTY: **1-800-735-2929** o **711**).

CHÚ Ý: Nếu bạn nói Tiếng Việt, có các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí dành cho bạn. Gọi số **1-877-723-4795** (TTY: **1-800-735-2929** hoặc **711**).

注意：如果您说中文，将为您提供免费的语言服务。请致电 **1-877-723-4795**。TTY: **1-800-735-2929** 或 **711**。

PAUNAWA: Kung nagsasalita ka ng Tagalog, maaari kang gumamit ng mga serbisyo ng tulong sa wika nang walang bayad. Tumawag sa **1-877-723-4795** (TTY: **1-800-735-2929** o **711**).

赢得健康

《赢得健康》中的信息来自多位医学专家。如果您对可能影响到您健康的具体内容有任何疑问，请联系您的医疗服务提供者。照片或插图的人物可能是模特。

SANTA CLARA FAMILY HEALTH PLAN
210 E. Hacienda Ave.
Campbell, CA 95008
www.scfhp.com

H7890_12032C Accepted