

Đã đến lúc quý vị cần khám nhãn khoa định kỳ?

Quyền lợi bảo hiểm
nhãn khoa của quý vị

Việc khám nhãn khoa định kỳ giúp kiểm tra sức khỏe mắt của quý vị và phát hiện sớm vấn đề.

Là thành viên của SCFHP Medi-Cal, quyền lợi bảo hiểm nhãn khoa của quý vị được cung cấp thông qua VSP.

Cứ mỗi hai năm, quyền lợi bảo hiểm nhãn khoa của quý vị bao gồm:

- Một lần khám nhãn khoa định kỳ (nếu quý vị bị bệnh tiểu đường, quý vị có thể được khám mắt thường xuyên hơn)



- Kính mắt cho thành viên dưới 21 tuổi, hội đủ điều kiện

- Kính mắt cho phụ nữ mang thai và bị trầm cảm sau sinh

- Kính mắt cho thành viên sống tại cơ sở điều dưỡng chuyên môn

Là thành viên của SCFHP Healthy Kids, quyền lợi bảo hiểm nhãn khoa của quý vị cũng được cung cấp thông qua VSP bao gồm mỗi năm một lần được:

- Khám nhãn khoa định kỳ
- Kính mắt (với tiền trợ cấp gong mắt kính trị giá \$75)

Để tìm bác sĩ trong mạng lưới của chương trình bảo hiểm, hãy truy cập www.vsp.com và sử dụng mã ZIP của quý vị để tìm bác sĩ gần nơi quý vị ở. Sau khi đã tìm được bác sĩ mà quý vị muốn đến khám, quý vị có thể gọi đến văn phòng của bác sĩ đó để đặt lịch hẹn.

Nếu quý vị cần đưa đón

đến nơi hẹn khám bệnh, hãy truy cập mySCFHP và đăng nhập vào cổng thông tin dành cho thành viên tại trang web member.scfhp.com. Bấm vào “Yêu cầu Taxi” bên dưới “Liên kết Nhanh”, điền vào mẫu đơn và gửi mẫu đơn đó. Cần đảm bảo rằng quý vị gửi mẫu đơn ít nhất 3 ngày trước lịch hẹn. Chúng tôi sẽ gọi cho quý vị để cung cấp thêm thông tin cho quý vị.

Hãy Gọi Chúng Tôi

Dịch Vụ Khách Hàng

8:30 sáng đến 5 giờ chiều, Thứ Hai đến Thứ Sáu (không kể ngày lễ)

1-800-260-2055

TTY/TDD

1-800-735-2929 hoặc 711

Standard
U.S. Postage
PAID
Long Beach, CA
Permit No. 2041

Quý vị có thể giúp phòng ngừa các trường hợp gian lận, lãng phí và lạm dụng!

Gian lận về chăm sóc sức khỏe là một vấn đề nghiêm trọng. Các vụ gian lận khiến cho tất cả mọi người phải trả chi phí chăm sóc sức khỏe cao hơn. Sau đây là năm cách quý vị có thể giúp để phòng ngừa các trường hợp gian lận, lãng phí và lạm dụng:

1. Không bao giờ cho người khác mượn thẻ ID của quý vị.
2. Thông báo ngay cho chúng tôi nếu thẻ ID của quý vị bị thất lạc hoặc mất cắp.
3. Biết những ai có thể xem thông tin của quý vị.
4. Yêu cầu các bác sĩ của quý vị giải thích rõ ràng về các xét nghiệm hay thủ thuật họ muốn quý vị làm, và lý do vì sao cần xét nghiệm hay thủ thuật đó.
5. Theo dõi tất cả các lần đến khám với bác sĩ và các cuộc hẹn quý vị đã có mặt, bỏ lỡ hoặc hủy bỏ.

Nếu quý vị nghi ngờ có gian lận hoặc vi phạm quyền riêng tư, hãy viết ra tên, địa chỉ và số ID của người đã có hành vi gian lận, lãng phí hoặc lạm dụng. Đưa càng nhiều thông tin càng tốt về người vi phạm, ngày giờ xảy ra sự việc và tóm tắt chính xác những gì đã xảy ra.

Gửi báo cáo của quý vị theo các cách sau:



● Gửi thư tới: SCFHP Compliance Officer

PO Box 18880, San Jose, CA 95158

- Điện thoại: **1-408-874-1450**, 24 giờ/ngày, 7 ngày trong tuần
- TTY: **1-800-735-2929** hoặc **711**
- Email: **reportfraud@scfhp.com**

Quý vị cũng có thể liên lạc với các cơ quan liên bang và tiểu bang dưới đây:

● Phòng Dịch Vụ Chăm Sóc Sức Khỏe California (California Department of Health Care Services, hay DHCS)

- Điện thoại: **1-800-822-6222**
- Email: **stopmedicalfraud@dhcs.ca.gov**

● Văn Phòng Tổng Thanh Tra Bộ Dịch Vụ Y Tế và Nhân Sinh Hoa Kỳ (U.S. Department of Health and Human Services Office of Inspector General)

- Điện thoại: **1-800-447-8477**
- TTY: **1-800-377-4950**

● Trung Tâm Dịch Vụ Medicare & Medicaid (Centers for Medicare & Medicaid Services)

- Điện thoại: **1-800-633-4227**
- TTY: **1-877-486-2048**



Hãy cập nhật thông tin của quý vị

Gần đây quý vị có chuyển nhà không? Quý vị có số điện thoại hay địa chỉ nhận thư mới? Hãy cập nhật thông tin trong hồ sơ của quý vị để đảm bảo quý vị không bị lỡ những thông tin quan trọng từ tiểu bang California về các lựa chọn chăm sóc sức khỏe dành cho quý vị.

Cách để thay đổi thông tin liên lạc của quý vị với **Cơ Quan Dịch Vụ Xã Hội Hạt Santa Clara (Santa Clara County Social Services Agency)**:

▶ Hãy gọi đến số **1-877-962-3633**, từ Thứ Hai đến Thứ Sáu, từ 8 giờ sáng đến 5 giờ chiều.

▶ Truy cập trang web **www.mybenefitscalwin.org** để tìm văn phòng tại địa phương hoặc để biết thêm thông tin.

Cách để thay đổi thông tin liên lạc của quý vị với **Quản Lý An Sinh Xã Hội (Social Security Administration, SSA)**:

▶ Hãy gọi đến số **1-800-772-1213**, từ Thứ Hai đến Thứ Sáu, từ 7 giờ sáng đến 7 giờ tối. TTY: **1-800-325-0778** hoặc **711**

▶ Hãy truy cập trang web của văn phòng thực địa tại địa phương: **www.ssa.gov/agency/contact**

▶ Hãy truy cập trang web: **www.ssa.gov/myaccount**

THÔNG BÁO CHỐNG PHÂN BIỆT ĐỐI XỬ

Phân biệt đối xử là trái với pháp luật. Santa Clara Family Health Plan (SCFHP) tuân thủ luật định về quyền công dân Liên bang. SCFHP không phân biệt, loại trừ hay đối xử mọi người một cách khác biệt do chủng tộc, màu da, nguồn gốc quốc gia, tuổi tác, tình trạng khuyết tật, hay giới tính.

SCFHP đem lại:

- Sự hỗ trợ và dịch vụ miễn phí cho người khuyết tật để giúp họ trao đổi thông tin tốt hơn, như:
 - Thông dịch viên ngôn ngữ ký hiệu đạt tiêu chuẩn
 - Thông tin được viết lại dưới định dạng khác (chữ in lớn, âm thanh, định dạng điện tử có thể truy cập, các định dạng khác)
- Dịch vụ miễn phí về ngôn ngữ cho người không sử dụng Tiếng Anh là ngôn ngữ chính, như:
 - Thông dịch viên đạt tiêu chuẩn
 - Thông tin được viết ở ngôn ngữ khác

Nếu quý vị cần các dịch vụ này, hãy liên hệ SCFHP từ 8:30 sáng đến 5:00 chiều, từ Thứ Hai đến Thứ Sáu bằng cách gọi đến số **1-800-260-2055**. Hoặc, nếu quý vị không thể nghe nói tốt, vui lòng gọi đến số **1-800-735-2929** hoặc **711**.

CÁCH THỨC KHIẾU NẠI

Nếu quý vị cho rằng Santa Clara Family Health Plan (SCFHP) đã không cung cấp các dịch vụ này hoặc phân biệt đối xử quý vị do chủng tộc, màu da, nguồn gốc quốc gia, tuổi tác, tình trạng khuyết tật, hay giới tính, quý vị có thể khiếu nại cho SCFHP. Quý vị có thể khiếu nại bằng cách gọi điện, viết đơn, gặp trực tiếp, hoặc hình thức điện tử:

- Qua điện thoại: Hãy liên hệ SCFHP từ 8:30 sáng đến 5:00 chiều, từ Thứ Hai đến Thứ Sáu bằng cách gọi đến số **1-800-260-2055**. Hoặc, nếu quý vị không thể nghe nói tốt, vui lòng gọi đến số **1-800-735-2929** hoặc **711**.
- Viết đơn: Hãy điền thông tin vào mẫu đơn khiếu nại hoặc viết thư và gửi đến địa chỉ:

**Attn: Appeals and Grievances Department
Santa Clara Family Health Plan
6201 San Ignacio Ave
San Jose, CA 95119**

- Gặp trực tiếp: Hãy đến phòng khám bác sĩ của quý vị hoặc SCFHP và trình bày việc quý vị muốn khiếu nại.
- Hình thức điện tử: Hãy truy cập trang mạng của SCFHP tại địa chỉ www.scfhp.com.

VĂN PHÒNG ĐẶC TRÁCH DÂN QUYỀN

Quý vị cũng có thể khiếu nại quyền công dân với Bộ Y tế và Dịch vụ Dân sinh Hoa Kỳ, Văn phòng Đặc trách Dân quyền bằng cách gọi điện thoại, viết đơn, hoặc hình thức điện tử:

- Qua điện thoại: Hãy gọi đến số **1-800-368-1019**. Nếu quý vị không thể nghe nói tốt, vui lòng gọi đến số TTY/TDD **1-800-537-7697**.
- Viết đơn: Hãy điền thông tin vào mẫu đơn khiếu nại hoặc gửi thư đến:

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

Mẫu đơn khiếu nại có thể tải về tại <http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>.

- Hình thức điện tử: Hãy truy cập Cổng thông tin Văn phòng Đặc trách Dân quyền tại <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>.



Language Assistance Services

English: ATTENTION: If you speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call 1-800-260-2055. (TTY: 1-800-735-2929 or 711).

Español (Spanish): ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-800-260-2055 (TTY: 1-800-735-2929 o 711).

Tiếng Việt (Vietnamese): CHÚ Ý: Nếu bạn nói Tiếng Việt, có các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí dành cho bạn. Gọi số 1-800-260-2055 (TTY: 1-800-735-2929 hoặc 711).

Tagalog – Filipino (Tagalog): PAUNAWA: Kung nagsasalita ka ng Tagalog, maaari kang gumamit ng mga serbisyo ng tulong sa wika nang walang bayad. Tumawag sa 1-800-260-2055 (TTY: 1-800-735-2929 o 711).

한국어 (Korean): 주의: 한국어를 사용하시는 경우, 언어 지원 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다. 1-800-260-2055 (TTY: 1-800-735-2929 또는 711)번으로 전화해 주십시오.

中文 (Chinese): 注意：如果您说中文，将为您提供免费的语言服务。请致电 1-800-260-2055。(TTY：1-800-735-2929 或 711)。

Հայերեն (Armenian): Ուշադրութեամբ՝ եթե խոսում եք հայերեն, ապա ձեզ անվճար կարող են տրամադրվել լեզվական աջակցության ծառայություններ: Զանգահարեք 1-800-260-2055 (TTY (հեռատիպ)՝ 1-800-735-2929 կամ 711)։

Русский (Russian): ВНИМАНИЕ: Если вы говорите на русском языке, то вам доступны бесплатные услуги перевода. Звоните 1-800-260-2055 (телетайп: 1-800-735-2929 или 711).

فارسی (Persian, Farsi):

توجه: اگر به زبان فارسی صحبت می کنید، کمک در زمینه زبان به صورت رایگان در اختیارتان قرار خواهد گرفت. با 1-800-260-2055 (TTY 1-800-735-2929 یا 711) تماس بگیرید.

日本語 (Japanese): 注意事項：日本語を話される場合、無料の言語支援をご利用いただけます。1-800-260-2055 (TTY: 1-800-735-2929 または 711) まで、お電話にてご連絡ください。

Hmoob (Hmong): LUS CEEV: Yog tias koj hais lus Hmoob, cov kev pab txog lus, muaj kev pab dawb rau koj. Hu rau 1-800-260-2055 (TTY: 1-800-735-2929 los sis 711).

ਪੰਜਾਬੀ (Punjabi): ਧਿਆਨ ਦਿਓ: ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪੰਜਾਬੀ ਭਾਸ਼ਾ ਬੋਲਦੇ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਭਾਸ਼ਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੁਫਤ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। 1-800-260-2055 (TTY: 1-800-735-2929 ਜ 711) ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

العربية (Arabic):

ملحوظة: إذا كنت تتحدث اذكر اللغة، فإن خدمات المساعدة اللغوية تتوافر لك بالمجان. اتصل برقم 1-800-260-2055 (رقم الهاتف النصي: 1-800-735-2929 أو 711).

हिंदी (Hindi): ध्यान दें: यदि आप हिंदी बोलते हैं तो आपके लिए मुफ्त में भाषा सहायता सेवाएं उपलब्ध हैं। 1-800-260-2055 (TTY: 1-800-735-2929 या 711) पर कॉल करें।

ภาษาไทย (Thai): เรียน: ถ้าคุณพูดภาษาไทยคุณสามารถใช้บริการช่วยเหลือทางภาษาได้ฟรี โทร 1-800-260-2055 (TTY: 1-800-735-2929 หรือ 711).

ខ្មែរ (Mon-Khmer, Cambodian): ប្រមយកចិត្តទុកដាក់: ប្រសិនបើលោកអ្នកនិយាយភាសាខ្មែរ នោះលោកអ្នកអាចស្វែងរកសេវាជំនួយផ្នែកភាសា បានដោយឥតគិតថ្លៃ។ សូមទូរស័ព្ទទៅលេខ 1-800-260-2055។ (TTY: 1-800-735-2929 ឬ 711)។

ພາສາລາວ (Lao): ເຊີນຊາບ: ຖ້າທ່ານເວົ້າພາສາລາວ, ມີບໍລິການຊ່ວຍເຫຼືອດ້ານພາສາບໍ່ເສຍຄ່າໃຫ້ແກ່ທ່ານ. ໃຫ້ໂທຫາເບີ 1-800-260-2055. (TTY: 1-800-735-2929 ຫຼື 711).

Làm gì với thuốc đã hết hạn sử dụng hoặc thuốc mà quý vị không còn sử dụng nữa

Thuốc cũ và thuốc không sử dụng có thể gây nguy hiểm cho gia đình, cộng đồng của quý vị và môi trường. Hãy đảm bảo quý vị tuân theo hướng dẫn tiêu hủy cụ thể in trên tờ thông tin kèm theo bao bì của sản phẩm. Nếu không có hướng dẫn, quý vị có thể gửi trả thuốc đã hết hạn sử dụng tới địa điểm gom đổ.

Nói chung, các nhà thuốc có chương trình tiêu hủy thuốc một cách an toàn. Quý vị cũng có thể đến Trung Tâm Y tế Valley (Valley Health Center) hoặc trụ sở cảnh sát để gửi trả lại thuốc đã hết hạn sử dụng. Để biết danh sách đầy đủ các địa điểm gom đổ, hãy truy cập www.bit.ly/drop-offolddrugs.

Cách sử dụng thẻ ID của quý vị

Thẻ ID SCFHP của quý vị là chìa khóa giúp quý vị nhận được dịch vụ chăm sóc sức khỏe. Hãy đảm bảo quý vị mang theo thẻ mỗi khi đến khám với một nhà cung cấp dịch vụ hoặc nhận bất kỳ dịch vụ chăm sóc sức khỏe nào khác.

TRÊN THẺ ID CỦA QUÝ VỊ CÓ THÔNG TIN GÌ

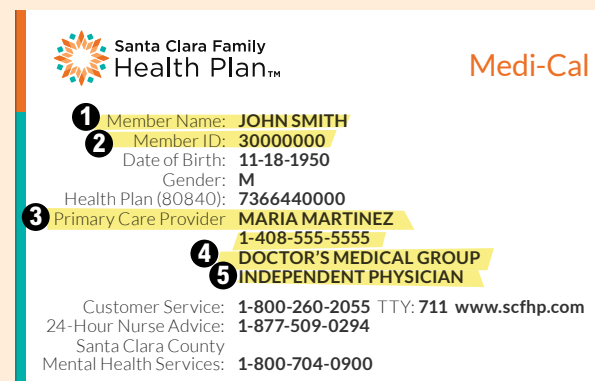
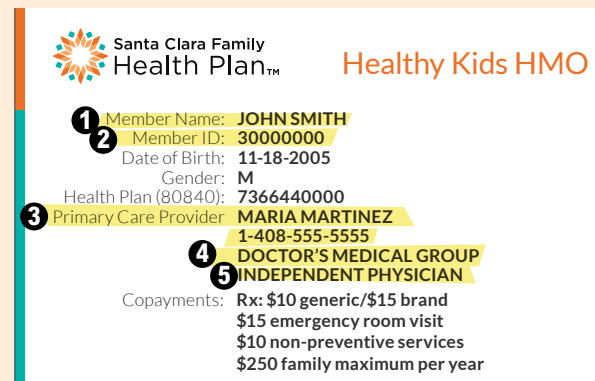
Thông tin bao gồm:

1. Họ và tên
2. Số ID thành viên
3. Tên và số điện thoại của nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc chính (PCP) của quý vị
4. Nhóm y tế của nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc chính của quý vị (nếu có)
5. Mạng lưới của nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc chính của quý vị

Nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc chính được ghi trên thẻ ID của quý vị là nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe hoặc phòng khám sẽ phối hợp chăm sóc sức khỏe cho quý vị. Nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc chính cho quý vị sẽ cung cấp hầu hết các dịch vụ chăm sóc sức khỏe cho quý vị. Và mạng lưới nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc chính của quý vị sẽ cho quý vị biết bác sĩ chuyên khoa và bệnh viện nào sẽ làm việc với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc chính của quý vị. Nếu quý vị có bảo hiểm Medicare thì không phải lúc nào tên của nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc chính cũng được ghi trên thẻ ID của quý vị.

NHỮNG SỐ ĐIỆN THOẠI QUAN TRỌNG IN TRÊN THẺ ID CỦA QUÝ VỊ

- › **Dịch Vụ Khách Hàng:** Hãy gọi cho SCFHP nếu quý vị có thắc mắc về quyền lợi hay phạm vi bảo hiểm của quý vị
- › **Đường Dây Y Tá Tư Vấn:** đến miễn phí, 24/7, nếu quý vị cần giúp đỡ:
 - Giải đáp thắc mắc về y khoa của quý vị
 - Chăm sóc vết thương hay đau ốm
 - Quyết định đi khám bác sĩ, đi đến trung tâm chăm sóc khẩn cấp hay phòng cấp cứu



› **Cơ Quan Dịch Vụ Sức Khỏe Tâm Thần Hạt Santa Clara (Santa Clara County Mental Health Services):** Hãy gọi nếu quý vị cần dịch vụ về sức khỏe tâm thần

THÔNG TIN QUAN TRỌNG KHÁC

Thành viên Healthy Kids còn có thông tin về việc đồng trả in trên mặt trước của thẻ ID. Thông tin này cho quý vị biết quý vị sẽ chi trả bao nhiêu cho dịch vụ chăm sóc sức khỏe và thuốc của quý vị.

Mặt sau của thẻ ID có những thông tin quan trọng đối với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc của quý vị về cách thức lập hóa đơn tính tiền SCFHP đối với dịch vụ chăm sóc của quý vị.



Tháng Yêu thương-Trái tim-Quý vị

Trong tháng 2, chúng ta đã được nhiều trái tim— phiên bản giấy và sô cô la, vây kín xung quanh cùng với trái tim của hơn 300 triệu người Mỹ.

Chúng ta cũng bị vây quanh bởi bệnh tim. Nhưng ngay cả trong khoảng thời gian một tháng ngắn ngủi, quý vị cũng có thể làm được nhiều điều để chăm sóc cho trái tim của mình.

Tuần 1: Đọc nhãn thực phẩm. Tìm kiếm những thực phẩm có chất béo không bão hòa, axit béo omega-3 và thực phẩm có hàm lượng muối và đường thấp.

Tuần 2: Vận động. Cũng giống như tất cả các cơ, trái tim của quý

vị cũng cần tập thể dục. Hãy đặt mục tiêu tập những bài aerobic cường độ vừa phải ít nhất 150 phút/tuần, chẳng hạn như đi bộ nhanh.

Tuần 3: Biết các chỉ số của quý vị. Nếu quý vị không biết chỉ số huyết áp và chất béo gây xơ cứng động mạch (cholesterol) của mình, hãy đặt hẹn với bác sĩ của quý vị để được kiểm tra. Tình trạng huyết áp cao hay có quá nhiều LDL cholesterol (loại cholesterol xấu)— hoặc không có đủ HDL cholesterol (loại cholesterol tốt)—trong máu của quý vị có thể đẩy quý vị tới nguy cơ bị bệnh tim.

SCFHP chi trả cho chương trình giám sát cân nặng Weight Watchers và các lớp cai hút thuốc lá và quản lý bệnh mạn tính. Để đăng ký tham gia các lớp này, hãy đăng nhập vào mySCFHP tại trang web member.scfhp.com.

Tình trạng thừa cân cũng làm tăng nguy cơ bị bệnh tim. Bác sĩ của quý vị có thể khuyên quý vị về cách để đạt được chỉ số tốt cho tim trong tất cả 3 lĩnh vực.

Tuần 4: Cam kết bỏ hút thuốc lá. Hút thuốc có hại cho tim cũng như cho phổi.

Nguồn: American Heart Association; Centers for Disease Control and Prevention; National Heart, Lung, and Blood Institute

**SỨC KHỎE
TUYỆT VỜI**

Medi-Cal/Healthy Kids HMO

MÙA ĐÔNG 2019

SỨC KHỎE TUYỆT VỜI được ấn hành theo hình thức dịch vụ cộng đồng dành cho những người bạn và thân chủ của Santa Clara Family Health Plan.

Các thông tin trong SỨC KHỎE TUYỆT VỜI là do nhiều chuyên gia y khoa cung cấp. Nếu quý vị có lo ngại hay thắc mắc về một vấn đề cụ thể có thể ảnh hưởng tới sức khỏe của quý vị, vui lòng liên lạc với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị.

Người mẫu có thể được sử dụng trong các hình chụp và hình minh họa.

Santa Clara Family Health Plan
PO Box 18880, San Jose, CA 95158
1-800-260-2055 • www.scfhp.com
TTY/TDD: 1-800-735-2929 or 711
50244V

2019 © Coffey Communications, Inc. All rights reserved.

Santa Clara Family Health Plan

Sổ Tay Hội Viên Medi-Cal

Mẫu Tiết Lộ và Chứng Từ Bảo Hiểm Kết Hợp (EOC) BẢN ĐÍNH CHÍNH Năm Chương Trình 2019

Chương trình Medi-Cal đã có một số thay đổi mà có thể ảnh hưởng đến bảo hiểm của quý vị. Các thay đổi này được ghi dưới đây. Sổ Tay Hội Viên Medi-Cal năm 2018, hay còn gọi là Mẫu Tiết Lộ và Chứng Từ Bảo Hiểm Kết Hợp (EOC), cũng được cập nhật các thay đổi này. Quý vị có thể tìm đọc Sổ Tay Hướng Dẫn Thành Viên Medi-Cal trên mạng tại www.scfhp.com. Quý vị cũng có thể gọi tới Phòng Dịch Vụ Khách Hàng tại số dưới đây và yêu cầu họ gửi một bản sao cho quý vị.

PHẦN 4—CÁC QUYỀN LỢI VÀ DỊCH VỤ

Phần này được bổ sung các đoạn sau đây

● Dịch Vụ Chăm Sóc Giảm Nhẹ cho Bệnh Nhi

Medi-Cal bao trả các dịch vụ chăm sóc giảm nhẹ cần thiết về mặt y tế khi được cung cấp kèm với dịch vụ chữa bệnh cho tất cả các thành viên Medi-Cal dưới 21 tuổi. Chăm sóc giảm nhẹ là các dịch vụ điều trị cơn đau, các triệu chứng khác và sự căng thẳng gây ra bởi một căn bệnh nguy hiểm đến tính mạng hay làm rút ngắn cuộc sống.

● Chương Trình Phòng Ngừa Tiểu Đường (DPP)

Các thành viên Medi-Cal, nếu hội đủ các điều kiện tham gia mới

đây nhất của Trung Tâm Kiểm Soát và Phòng Ngừa Dịch Bệnh (Centers for Disease Control and Prevention, hay CDC), có thể ghi danh vào Chương Trình Phòng Ngừa Tiểu Đường (Diabetes Prevention Program, hay DPP). DPP là một chương trình thay đổi lối sống dựa vào các bằng chứng khoa học và được hướng dẫn bởi những người cùng bị bệnh mà đã qua đào tạo. Chương trình này được thiết kế để phòng ngừa hay trì hoãn sự khởi phát của bệnh tiểu đường loại 2.

● Chương Trình Health Homes (HHP) Có hiệu lực từ ngày 1 tháng 7 năm 2019

SCFHP bao trả các dịch vụ của Chương Trình Health Homes (HHP) dành cho những thành viên bị một số bệnh trạng mãn tính. Các dịch vụ này nhằm giúp phối hợp những dịch vụ chăm sóc sức khỏe thể chất, dịch vụ sức khỏe hành vi và các dịch vụ và hỗ trợ dài hạn (LTSS) trong cộng đồng dành cho thành viên bị bệnh mãn tính.

SCFHP sẽ liên lạc với quý vị nếu quý vị hội đủ điều kiện tham gia chương trình. Quý vị cũng có thể gọi tới SCFHP hoặc trao đổi với bác sĩ hay nhân viên tại phòng khám để tìm hiểu xem quý vị có thể nhận dịch vụ HHP hay không.

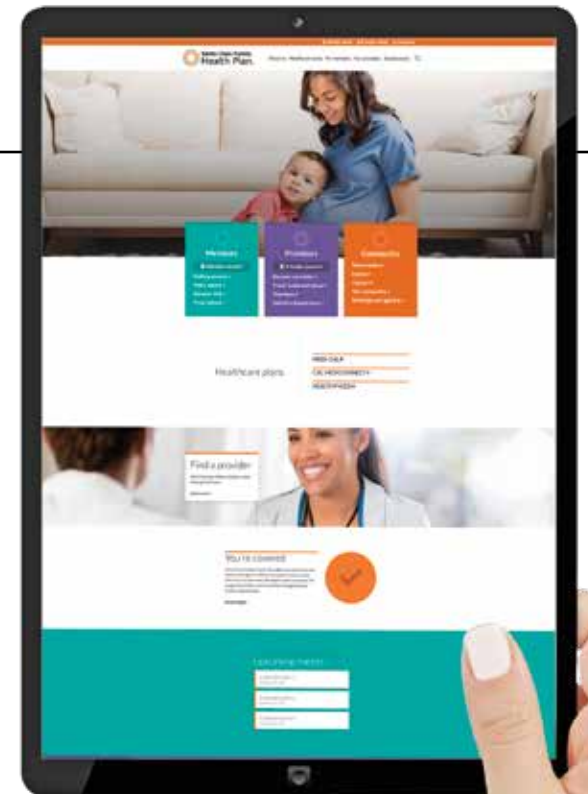
Có thắc mắc?

Nếu quý vị có thắc mắc, xin vui lòng gọi tới Phòng Dịch Vụ Khách Hàng của SCFHP từ 8:30 sáng đến 5 giờ chiều, Thứ Hai đến Thứ Sáu tại số **1-800-260-2055** (TTY: **1-800-735-2929** hay **711**). Cuộc gọi của quý vị được miễn phí.

Sắp ra mắt!
Trang web mới
[www.scfhp.com!](http://www.scfhp.com)

5 lý do quý vị nên thử truy cập trang web này:

- ▶ Dễ sử dụng trên thiết bị di động
- ▶ Các mẫu và văn bản có sẵn mọi lúc mọi nơi
- ▶ Có công cụ Tìm Kiếm Bác Sĩ dễ sử dụng
- ▶ Có thông tin cập nhật về các cuộc họp cộng đồng của chúng tôi
- ▶ Có tin tức về cộng đồng, các sự kiện, các nguồn trợ giúp và phiên bản điện tử của các bản tin chúng tôi



HÃY THEO DÕI TRANG WEB
MỚI CỦA CHÚNG TÔI TẠI ĐỊA CHỈ
[WWW.SCFHP.COM!](http://WWW.SCFHP.COM)





Mới! Cổng thông tin dành cho hội viên mySCFHP

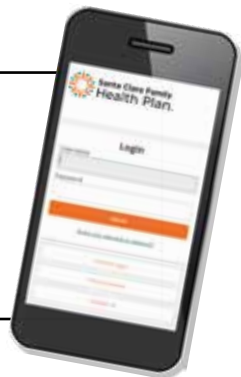
Giờ đây, trên cổng thông tin dành cho hội viên mySCFHP, quý vị có thể:

- ▶ Xem thông tin về chương trình chăm sóc sức khỏe của quý vị
- ▶ Xem thẻ hội viên của quý vị
- ▶ In thẻ hội viên tạm thời
- ▶ Yêu cầu cấp thẻ hội viên mới
- ▶ Xem hoặc đổi Nhà Cung Cấp Dịch Vụ Chăm Sóc Chính (PCP) của quý vị



Và sử dụng Trung Tâm Sức Khỏe Trực Tuyến (Online Wellness Center)! Trung tâm này có thư viện về sức khỏe, công cụ đánh giá sức khỏe và công cụ theo dõi và tự quản lý nhằm giúp quý vị quản lý sức khỏe của mình.

TRUY CẬP
member.scfhp.com
để bắt đầu!



Quý vị có thể hội đủ điều kiện tham gia chương trình HHP nếu:

- Quý vị mắc một số bệnh trạng mãn tính. Quý vị có thể gọi cho SCFHP để biết các bệnh được chấp thuận; và
- Quý vị đáp ứng một trong những điều kiện sau:
 - Quý vị mắc ít nhất ba trong số các bệnh mãn tính được chấp thuận cho chương trình HHP
 - Quý vị đã phải nằm viện trong năm qua
 - Quý vị đã đến phòng cấp cứu từ ba lần trở lên trong năm qua; hoặc
 - Quý vị không có chỗ ở.



Quý vị không hội đủ điều kiện nhận dịch vụ HHP nếu:

- Quý vị đang nhận dịch vụ chăm sóc cuối đời; hoặc
- Quý vị đã và đang ở một cơ sở điều dưỡng lành nghề lâu hơn khoảng thời gian gồm tháng được nhận vào cơ sở và tháng tiếp theo.

Các Dịch Vụ HHP Được Bao Trữ:

HHP sẽ chỉ định một điều phối viên chăm sóc và nhóm chăm sóc để hợp tác với quý vị và những người cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe cho quý vị, ví dụ như bác sĩ, bác sĩ chuyên khoa, dược sĩ, nhân viên quản lý hồ sơ và những người khác, để phối hợp chăm sóc cho quý vị. SCFHP cung cấp các dịch vụ HHP, bao gồm:

- Quản Lý Chăm Sóc Toàn Diện
- Phối Hợp Chăm Sóc
- Nâng Cao Sức Khỏe
- Chăm Sóc Toàn Diện Trong Thời Gian Chuyển Tiếp
- Dịch Vụ Hỗ Trợ Cá Nhân và Gia Đình
- Giới Thiệu đến các Nguồn Hỗ Trợ Cộng Đồng và Xã Hội

Chi Phí Tính Cho Hội Viên:

Hội viên không phải trả phí cho các dịch vụ HHP.

Để biết thêm thông tin, hãy hỏi bác sĩ của quý vị.

