



- 不要拖延需要的治疗，特别是当情况紧急或者可能导致心脏病发作或中风等急症时。
- 继续进行预防保健，例如疫苗和癌症筛查。推迟常规疫苗和体检会使您、家庭和社区面临风险。没有这些，可预防致命疾病的传播就会成为真正的威胁。
- 医院、诊所和其他医疗保健机构都格外小心，确保患者在就诊时的安全。您可能在就诊期间遇到一些变化。

保持健康的好途径

预防保健包括可帮助您保持最健康状态的筛查、疫苗和健康检查。

这包括多个项目，例如：

- 女性乳房 X 光检查和子宫颈抹片检测
- 心脏病、糖尿病和癌症筛查
- 儿童疫苗和儿童健康检查
- 流感和肺炎疫苗
- 常规检查，您可以藉此获取有关饮食、锻炼和整体健康的建议

— 下接第 3 页

不要搁置您的健康

由于新冠肺炎 (COVID-19) 疫情，您可能推迟了自己或家中其他人的一些基本医疗护理。对于儿童来说，这可能意味着错过疫苗和体检。或者您可能错过监测哮喘、糖尿病或其他严重健康问题的预约。

如果错过了，现在正是个好时机，赶快打电话给您的

医生，重新安排时间进行错过的项目。

随着我们社区的逐渐重新开放，您可能会有疑问：什么时候可以安全就诊？需要采取什么措施？您可以随时咨询医生，以了解最适合您医疗保健需求的方案。

下面是当面就诊时需要考虑的一些事项：

欢迎来电

客户服务部

周一至周五上午 8 至晚上 8 点

1-877-723-4795

听障专线: 711



MC

健康与保健或预防信息

Standard
U.S. Postage
PAID
Walla Walla, WA
Permit No. 44

疾病类型：新冠肺炎 (COVID-19)、过敏、感冒还是流感？

症状	新冠肺炎 (COVID-19)	过敏	感冒	流感
 咳嗽	常见	罕见	常见	常见
 呼吸短促	有时	否 (除非引发哮喘)	否 (除非引发哮喘)	否 (除非引发哮喘)
 打喷嚏	否	常见	常见	否
 流鼻涕或鼻塞	有时	常见	常见	有时
 喉咙痛	有时	有时 (通常温和)	常见	有时
 发烧	常见	否	有时	常见
 畏冷	有时	否	否	有时
 疲倦	常见	有时	有时	常见
 头疼	有时	有时	罕见	常见
 身体酸痛	有时	否	有时 (通常温和)	常见
 腹泻	有时	否	否	有时 (儿童)
 恶心或呕吐	有时	否	否	有时 (儿童)
 丧失味觉或嗅觉	有时	罕见	罕见	罕见

及时采取行动! 如果您或您的亲人出现新冠肺炎 (COVID-19) 的紧急症状, 请致电 911。此类症状包括呼吸困难、胸口感到持续性疼痛或压力、突发意识模糊、难以醒来或保持清醒、唇色或脸色发青

您的症状可能有所不同。如果您对任何异常或严重的症状感到担心, 请致电您的医生。

资料来源: American Academy of Allergy, Asthma and Immunology; Asthma and Allergy Foundation of America; Centers for Disease Control and Prevention; World Health Organization

不要搁置您的健康

—接封面

我们希望您和您的家人都能身心健康。日常保健是其中很

重要的一部分。Santa Clara Family Health Plan (SCFHP) 承保此类预防保健服务，并对您使用这些服务给予奖励。不要再拖延了。现在又可以

安全地就诊了，而且这样做可以帮助您和您的家人保持健康。

资料来源：American Academy of Family Physicians; HealthCare.gov

注册参加健康教育课程！

Santa Clara Family Health Plan (SCFHP) 致力于帮助我们的会员过上健康的生活。我们与许多社区组织合作，免费为我们的会员提供健康教育课程。一些课程目前可以在网上找到。我们涵盖的主题包括：

- 慢性病管理
- 压力和愤怒管理*
- 育儿
- 体重管理*
- 产前教育
- 戒烟以及更多！

请访问我们的网站 www.scfhp.com/for-members/health-education 或登录 mySCFHP 会员门户，以查看完整的课程列表。所有 SCFHP 会员都有资格参加健康教育计划，而且大多数计划不需要医生转诊。

如要注册，请直接致电该组织，告诉他们您是 SCFHP 会员。您可以随时选择退出该课程。如有任何问题或需要帮助，请致电 SCFHP 客户服务部。

*暂时提供虚拟课程



在线保健中心现已可用 mySCFHP 会员门户

您可以在 mySCFHP 会员门户上执行以下操作：

- 查看您的健康计划福利和摘要
- 申请新的 ID 卡
- 打印临时 ID 卡
- 查看或申请更改您的主要保健提供商 (PCP)
- 申请针对医疗预约的交通服务

以及使用“在线保健中心”！该中心由 Optum 为您提供。它拥有一个全天候开放的健康资源库。它还可以帮助您制定个人计划来追踪和改善您的健康状况。然而，它的目的并不是取代您的医生。

请访问 www.member.scfhp.com 以开始。

您可以帮助防止诈欺、浪费和滥用!

医疗保健诈欺是一个严重的问题。诈欺使每个人的医疗保健费用更高。以下是帮助防止诈欺、浪费和滥用的五种方法:

1. 永远不要将您的会员 ID 卡借给其他人。
2. 如果您的会员 ID 卡遗失或被偷, 请立即通知我们。
3. 留心可以取得您的信息的人。
4. 问您的医生想让您进行哪些检测或程序, 以及理由是什么。

5. 追踪记录您前往、错过或取消的所有医生门诊和预约。

如果怀疑有诈欺或者侵犯隐私的情形, 请记住进行欺诈、浪费或滥用行为的人的姓名、地址和 ID 号码。尽可能多地提供有关此人的信息、事件发生的日期以及发生的具体情况。

通过以下方式发送报告:

- 邮寄地址: Compliance Officer, Santa Clara Family Health Plan, PO Box 18880, San Jose, CA 95158

- 电话: **1-408-874-1450**, 每周 7 天、每天 24 小时服务; 听障专线: **711**

- 电子邮箱: **reportfraud@scfhp.com**

您也可以联系下列州和联邦机构:

- California Department of Health Care Services (DHCS)

电话: **1-800-822-6222**

电子邮箱: **stopmedicalfraud@dhcs.ca.gov**

- U.S. Department of Health and Human Services Office of Inspector General (美国卫生和公众服务部监察长办公室)

电话: **1-800-447-8477**

听障专线: **1-800-377-4950**

- Centers for Medicare & Medicaid Services (联邦医疗保险及医疗补助服务中心)

电话: **1-800-633-4227**

听障专线: **1-877-486-2048**

感谢您为防止欺诈、浪费和滥用而付出的努力!



了解您的权利

在您成为 Santa Clara Family Health Plan (SCFHP) 的会员后, 您就拥有了某些权利和责任。权利是指您应当享有的服务, 包括所需的治疗和信息。责任则是指您作为计划的会员应当做的事情。

请访问我们的网站 (www.bit.ly/CMC_MemberRights), 以了解您的权利和责任。如果您希望我

们将一份副本邮寄给您, 请致电客户服务部。

我们正在考虑在您的承保范围内添加一些新的服务福利来。我们复审了一些研究, 以确保新服务的安全已得到证实。请访问 www.bit.ly/CMC_NewTechnology, 以阅读有关我们如何评估新技术的更多内容。



SANTA CLARA FAMILY HEALTH PLAN 使用情况管理团队会分发一份有关财务激励措施的确认声明。请访问 www.bit.ly/CMC_UMS 以了解更多信息。如果您希望我们将该声明邮寄给您, 请致电客户服务部。

吸烟会给糖尿病患者带来麻烦

您知道吸烟会导致 2 型糖尿病或使得糖尿病更难管理吗？吸烟会使患上 2 型糖尿病的风险增加高达 40%。吸烟还可能导致严重的糖尿病并发症，如：

- 心脏和肾脏疾病。
- 血液流动不畅。这可能会导致失去脚趾、脚或腿。
- 手臂和腿部的神经损伤。
- 可能导致失明的眼部问题。



克服障碍

下面的五条提示可以帮助您戒烟：

- 1. 承诺戒烟日期。** 尽快行动，以免您改变主意。
- 2. 清除诱惑。** 把家里、车里和工作场所的香烟和烟灰缸都拿走。
- 3. 改变您的习惯。** 例如，您是否总是在饭后吸烟？那么不妨通过嚼口香糖或散步来分散自己的注意力。
- 4. 寻求帮助。** 告诉家人和朋友您想要戒烟，并寻求他们的支持。医生也可以帮助您制定成功的计划。有药物可以帮助您戒烟，其中大部分由 Santa

Clara Family Health Plan 承保。请向您的医生咨询更多信息。

5. 不要让失误影响您。 如果发生失误，只要立即重新开始戒烟就可以了。您可以做到！

帮助您戒烟的资源

California Smokers 的热线提供免费电话咨询及自助服务资料。请致电 **1-800-838-8917**（听障专线：**1-800-933-4833**）或访问 **www.asiansmokersquitline.org**。

Breathe California 有接受过培训的指导员及相关计划，可以免费为您服务。*请致电 **1-408-998-5865** 与他们联系。

*Kaiser 会员不可用。如果您是 KP 会员，请访问 **www.kp.org** 以了解更多信息。



到 Aunt Bertha 获取您需要的帮助！

满足食物和住房等必需但往往成本高昂的需求可能很困难。Santa Clara Family Health Plan (SCFHP) 联合 Aunt Bertha 帮助您寻找当地的支持。

Aunt Bertha 是一个易于使用的网站，可让您搜索优惠或免费服务，包括：

- ▶ 食物
- ▶ 住房
- ▶ 交通
- ▶ 财务援助
- ▶ 以及更多！

您只需输入邮政编码即可开始搜索。其中，您可以选择关注的地区，以查看该地区的本地计划和支持列表。

列出的每项计划都会说明所提供的服务、服务对象，以及如何联系相应组织来获取更多信息和提出申请。



请访问 scfhp.auntbertha.com，查找您附近的社区资源。

晚年抑郁症： 不要保持 沉默

随着年龄的增长，抑郁症可能发生在我们中的任何人身上。这可能有很多原因。

这可能是由失去亲人或其他生活变化引起的。这可能是家族遗传。有时，它与心脏病或癌症等疾病密切相关。药物的副作用也可能导致抑郁症。

无论原因如何，抑郁症从来都不是衰老的正常组成部分。这是一种可以治疗的病症 - 越早越好。

您会患上抑郁症吗？

抑郁症不是可以轻易摆脱的。大多数人需要治疗才能改善。因此，了解相关迹象是有益的。

如果以下任何症状持续超过两周，表明您可能患上了抑郁症：

- 情绪悲伤或空虚
- 感到绝望、内疚或毫无价值
- 对曾经让您快乐的事情失去兴趣

- 经常哭泣

老年人的抑郁症与年轻人的抑郁症会有不同表现。在晚年，抑郁症患者更有可能：

- 感觉疲倦
- 烦躁不安
- 有睡眠障碍
- 有健康问题，如头痛加剧



- 难以集中注意力
- 迷茫

寻求帮助

如果您有任何患上抑郁症的可能，请告知医生。医生需要排除某些可能引起相同症状的疾病和药物。

如果患上抑郁症，治疗可以帮助您找回自我。这包括谈话治疗或使用药物，或者两种方法结合进行。改变生活方式可能也会有所帮助。

及早治疗可以帮助防止抑郁症恶化。因此，遇到困扰要勇敢说出来，这一点至关重要。未来的日子会更好。

其他资源

如果您想找人倾诉或遇到危机，可以拨打老龄化研究所的 24 小时友谊热线。立即致电 **1-800-971-0016**（免费）与代表交流。

您是否正遭受与新冠肺炎 (COVID-19) 相关的情绪

困扰？您可以拨打 CalHOPE 的免费热线 **1-833-317-HOPE (1-833-317-4673)**。CalHOPE 可以为您寻找资源，帮助您度过这些充满不确定的时期。

如需更多帮助，您可以致电 Santa Clara County Behavioral Health Services（圣塔克拉拉县行为健康服务）。请拨打免费电话：

- 每周 7 天、每天 24 小时服务的自杀和危机热线的电话号码是 **1-855-278-4204**。

- 有关心理健康服务，请致电每周 7 天、每天 24 小时服务的 **1-800-704-0900**（听障专线：711）。

- 有关药物滥用戒除服务，请于周一至周五上午 8 点至下午 5 点致电 **1-800-488-9919**。

- 如需紧急帮助，请致电 911。

资料来源：American Academy of Family Physicians; National Institute on Aging

您患乳腺癌的风险有多大？

美国女性患乳腺癌的几率为八分之一。有些因素会增加患乳腺癌的风险。

请务必让您的医生知道以下任何因素是否适用于您：

- 您的年龄超过 50 岁。
- 您之前曾患过乳腺癌。
- 您的母亲、姐妹或孩子患有乳腺癌或卵巢癌。告诉您的医生他们是否在 50 岁之前患过此类疾病。
- 您的家人患有双乳癌。
- 您有患乳腺癌的男性亲戚。
- 您存在会增加风险的基因突变。
- 您的家谱中有德系犹太人或东欧犹太人。
- 您第一次经期是在 12 岁之前，最后一次是在 55 岁之后。
- 您从未足月妊娠。或者您在 35 岁以后生了第一个孩子。
- 您在绝经后使用过激素疗法。
- 您年轻时受过辐射。
- 您体重超标。
- 您很少活动。
- 您每天喝超过两杯酒精饮料。

如果您是 55 岁以上的女性，美国癌症协会建议您每两年做一次乳房 X 光检查以筛查乳腺癌。与医生讨论您的风险，看看每年一次的检测是否适

合您。如果您面临的风险较高，您可能需要将筛查年龄提前或者提高筛查频率。

Santa Clara Family Health Plan 为其会员承保每年一次的乳房 X 光检查。如果您在医生预约方面需要帮助，请致电客户服务部。

资料来源：American Cancer Society; American Society of Clinical Oncology



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，可以提前联系客户服务部，由我们为您安排交通服务。请按以下时间提出要求：

对于非医疗交通服务，应在预约时间之前三天提出要求

对于非紧急医疗交通服务，应在预约时间之前五天提出要求

Santa Clara Family Health Plan 客户服务部将继续在新冠肺炎 (COVID-19) 期间收到针对医疗预约的交通请求时提供协助。要申请乘车，请访问

www.member.scfhp.com 以登录 mySCFHP 会员门户，或致电 **1-877-723-4795** 联系客户服务部。听障人士请致电 **711**。有关更多信息，请访问 www.scfhp.com/for-members/transportation-services。

不要推迟!

接种流感疫苗的 7 大理由



1 免疫是预防流感的头号方法。除了极少数例外，6 个月及以上的人都需要每年接种一次流感疫苗。



2 要善待自己。流感可能会引起严重症状，进而导致无法工作或上学。



3 流感会使一些人染上重症。每年，流感并发症都会导致人们住院，甚至死亡。



4 每到流感季节，病毒往往都会发生变化。科学家们每年都会审查美国的流感疫苗，以确保它们与流行病毒最匹配。



5 流感会传播。做好准备 — 尽快接种疫苗。



6 流感疫苗拥有可靠的安全性记录。疫苗不会使您患上流感，而且严重的副作用非常罕见。



7 注射还是喷鼻剂? 您可以自由选择。流感疫苗提供注射剂或喷鼻剂形式。*

加强自我保护! 请致电您的医生以接种流感疫苗，或致电 SCFHP 客户服务部查找您附近的参保药房。

*对于年龄在 2 到 49 岁之间且没有怀孕的健康人来说，喷鼻剂是一种选择。

流感季节 警报

流感可能令人非常痛苦甚至死亡。几乎每个年龄在 6 个月或以上的人都应每年接种一次流感疫苗。

- ✓ 接种疫苗!
- ✓ 不要等待。
- ✓ 不要犹豫。

流感疫苗需要 **2 周** 时间才会完全生效。

请**立即**接种疫苗，以便在您需要时能够受到保护。

尽您所能保持健康

有关更多信息，请致电
SCFHP 客户服务部。

健康生活

Cal MediConnect Plan
(Medicare-Medicaid 划)

2020 年秋季

《健康生活》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。

2020 © Coffey Communications, Inc. All rights reserved.

H7890_15107C Accepted

Santa Clara Family Health Plan Cal MediConnect Plan (Medicare-Medicaid Plan) 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

PO Box 18880, San Jose, CA 95158

1-877-723-4795 • www.scfhp.com

TTY: 711

歧视是违法行为

Santa Clara Family Health Plan (SCFHP) 遵守适用的联邦民权法律，不因种族、肤色、原籍国家、年龄、残疾或性别而歧视他人。**SCFHP** 不因种族、肤色、原籍国家、年龄、残疾或性别而排挤他人或区别对待。

SCFHP：

- 向残疾人士提供免费帮助和服务，协助其与我们展开有效沟通，例如：
 - 合格的手语翻译人员
 - 其他格式的书面信息（大字版、语音版、可使用的电子格式及其他格式）
- 向英语非第一语言的人士提供免费语言服务，例如：
 - 合格的口译人员
 - 以其他语言书写的信息

如需此类服务，请于周一至周五早上 **8:00** 至晚上 **8:00** 致电 **1-877-723-4795 (TTY: 711)** 与客户服务部联系。

如果您认为 **SCFHP** 未能提供上述服务或因种族、肤色、原籍国家、年龄、残疾或性别而歧视您，您可以提出申诉。

Attn: Grievance and Appeals Department
Santa Clara Family Health Plan
6201 San Ignacio Ave
San Jose, CA 95119
电话：1-877-723-4795
TTY：711
传真：1-408-874-1962
电子邮件：CalMediConnectGrievances@scfhp.com

您可以亲自前往提交申诉，或选择通过信函、传真或电子邮件等方式提交申诉。如在申诉方面需要帮助，请向客户服务代表寻求帮助。

您也可以通过民权办公室投诉门户网站以电子方式
<https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>，或通过电邮或手机的方式向美国卫生和公众服务部 (U.S. Department of Health and Human Services) 民权办公室 (Office for Civil Rights) 提出投诉。

U.S. Department of Health and Human Services
200 Independence Avenue SW
Room 509F, HHH Building
Washington, DC 20201
电话：1-800-368-1019
TDD 专线：1-800-537-7697

如需下载投诉表格，请访问 www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html。



Language Assistance Services

English: ATTENTION: If you speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call Customer Service at 1-877-723-4795 (TTY: 711), Monday through Friday, 8 a.m. to 8 p.m. The call is free.

Español (Spanish): ATENCIÓN: Si habla español, hay servicios de ayuda de idiomas gratis disponibles para usted. Llame a Servicio al Cliente al 1-877-723-4795 (TTY: 711) de lunes a viernes, de 8 a.m. a 8 p.m. La llamada es gratis.

Tiếng Việt (Vietnamese): CHÚ Ý: Nếu quý vị nói tiếng Việt, có dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ, miễn phí dành cho quý vị. Hãy gọi đến Dịch Vụ Khách Hàng theo số 1-877-723-4795 (TTY: 711), từ Thứ Hai đến Thứ Sáu, 8 giờ sáng đến 8 giờ tối. Cuộc gọi là miễn phí.

中文 (Chinese): 注意: 如果您说中文, 您可申请免费语言援助服务。请于星期一至星期五早上 8 点至晚上 8 点致电 1-877-723-4795 (TTY 用户请致电 711) 与客户服务部联系。本电话免费。

Tagalog (Tagalog): PAUNAWA: Kung nagsasalita ka ng Tagalog, may magagamit kang mga serbisyong tulong sa wika na walang bayad. Tumawag sa Serbisyo para sa Mamimili sa 1-877-723-4795 (TTY: 711), Lunes hanggang Biyernes, 8 a.m. hanggang 8 p.m. Ang pagtawag ay libre.

한국어(Korean): 주의: 한국어를 사용하시는 경우, 언어 지원 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다. 월요일부터 금요일 오전 8시부터 저녁 8시까지 1-877-723-4795 (TTY: 711) 번으로 고객 서비스부에 연락해 주십시오. 통화는 무료입니다.

Հայերեն (Armenian). ՈՒՇԱԴՐՈՒԹՅՈՒՆ. Եթե խոսում եք հայերեն, ապա լեզվական օգնության ծառայությունները Ձեզ կտրամադրվեն անվճար: Զանգահարեք հաճախորդների սպասարկման կենտրոն հետևյալ հեռախոսահամարով՝ 1-877-723-4795 (TTY. 711), երկուշաբթիից ուրբաթ՝ ժ. 8:00 - 20:00: Զանգն անվճար է:

Русский (Russian): ВНИМАНИЕ: Если Вы говорите по-русски, Вы можете бесплатно воспользоваться услугами переводчика. Позвоните в Службу поддержки клиентов по номеру 1-877-723-4795 (телетайп: 711), с понедельника по пятницу, с 8:00 до 20:00. Звонок бесплатный.

فارسی (Farsi):

توجه: اگر به زبان فارسی صحبت می کنید، خدمات کمک‌زبانی به‌صورت رایگان در دسترس شما قرار دارد. روزهای دوشنبه تا جمعه، از 8 صبح الی 8 شب، با واحد خدمات مشتریان به شماره 1-877-723-4795 (TTY: 711) تماس بگیرید. تماس با این شماره رایگان است.

日本語 (Japanese): ご注意: 日本語を話される場合、無料の言語支援サービスをご利用いただけます。カスタマーサービス 1-877-723-4795 (TTY: 711) までお電話下さい。サービス時間帯は月曜日から金曜日の午前 8 時から午後 8 時までです。通話は無料です。

Ntawv Hmoob (Hmong): LUS CEEV: Yog hais tias koj hais lus Hmoob, peb muaj kev pab txhais lus pub dawb rau koj. Hu rau Lub Chaw Pab Cuam Neeg Qhua rau ntawm tus xov tooj 1-877-723-4795 (TTY: 711), hnuv Monday txog Friday, 8 teev sawv ntxov txog 8 teev tsaus ntuj. Qhov hu no yog hu dawb xwb.

ਪੰਜਾਬੀ (Punjabi): ਧਿਆਨ ਦਿਓ: ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪੰਜਾਬੀ ਬੋਲਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਭਾਸ਼ਾ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਿਲਕੁਲ ਮੁਫਤ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। 1-877-723-4795 (TTY: 711) 'ਤੇ ਗਾਹਕ ਸੇਵਾ ਨੂੰ ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ, ਸਵੇਰੇ 8 ਵਜੇ ਤੋਂ ਰਾਤੀਂ 8 ਵਜੇ ਤੱਕ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਕਾਲ ਕਰਨ ਦਾ ਪੈਸਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦਾ।

:العربية (Arabic)

تنبيه: إذا كنت تتحدث اللغة العربية، فإن خدمات المساعدة اللغوية المجانية متاحة لك. الاتصال بخدمة العملاء على الرقم 1-877-723-4795 (الهاتف النصي لضعاف السمع (TTY: 711) من الاثنين إلى الجمعة، من 8 صباحًا إلى 8 مساءً. الاتصال مجاني.

हिंदी (Hindi): ध्यान दें: अगर आप हिंदी, भाषा बोलते हैं, तो आपके लिए भाषा सहायता सेवाएँ निःशुल्क उपलब्ध हैं। ग्राहक सेवा को 1-877-723-4795 (TTY: 711) पर, सोमवार से शुक्रवार, सुबह 8:00 से शाम 8:00 बजे तक कॉल करें यह कॉल निःशुल्क है।

ภาษาไทย (Thai): โปรดทราบ: หากท่านพูดภาษาไทย จะมึนบริการความช่วยเหลือทางด้านภาษาโดยไม่มีค่าใช้จ่าย ติดต่อศูนย์บริการลูกค้าได้ที่ 1-877-723-4795 (TTY: 711) ได้ในวันจันทร์ถึงศุกร์ เวลา 08.00 น. ถึง 20.00 น. ไม่มีค่าใช้จ่ายในการโทร

ខ្មែរ (Khmer): ជូនចំពោះ: ប្រសិនបើលោកអ្នកនិយាយភាសា សេវាជំនួយផ្នែកភាសាមានផ្តល់ជូនលោកអ្នកដោយឥតគិតថ្លៃ។ ទូរស័ព្ទមកផ្នែកសេវាកម្មអតិថិជនតាមលេខ 1-877-723-4795 (TTY: 711) ពីថ្ងៃច័ន្ទដល់ថ្ងៃសុក្រម៉ោង 8 ព្រឹក។ ដល់ម៉ោង 8 យប់ ការហៅទូរស័ព្ទគឺឥតគិតថ្លៃ។

ພາສາລາວ (Lao): ໂປດຊາບ: ຖ້າທ່ານເວົ້າພາສາລາວ, ມີການບໍລິການຊ່ວຍເຫຼືອດ້ານພາສາໂດຍບໍ່ຄິດຄ່າໃຊ້ຈ່າຍ ສໍາລັບທ່ານ. ໂທຫາສູນບໍລິການລູກຄ້າໄດ້ທີ່ເບີ 1-877-723-4795 (TTY: 711), ວັນຈັນ ຫາ ວັນສຸກ ເວລາ 8 ໂມງເຊົ້າ ຫາ 8 ໂມງແລງ. ໂທຟຣີ.