



HealthTALK

ОСЕНЬ 2018



Health4Me®

У вас уже есть мобильное приложение UnitedHealthcare Health4Me®? Приложение Health4Me («Здоровье для меня») обеспечивает доступ к многим из функций, доступных на защищенном веб-сайте для участников программы — myuhc.com/CommunityPlan. Вы можете получить доступ к своей электронной идентификационной карте участника, искать врачей и центры срочной медицинской помощи, найти информацию о предоставляемых льготах и многое другое. Загрузите прямо сейчас приложение Health4Me с App Store или с Google Play™.

Ответственный подход.

Подготовьтесь к посещению врача.

Если вы подготовитесь к посещению вашего врача, это поможет получить максимальную пользу от визита. Так, вы можете быть уверены, что ваш врач знает о назначениях и уходе, который вы получаете. Ответственно подходу к своему здоровью, вы можете сделать следующее:

1. Прежде чем идти на прием, определите для себя, какой результат посещения врача вы ожидаете. Постарайтесь сфокусироваться на трех главных вещах, в которых вам нужна помощь.
2. Сообщите своему врачу о всех лекарствах или витаминах, которые вы регулярно принимаете. Принесите на прием их список или сами лекарства.
3. Сообщите своему врачу об обращениях к другим специалистам. Включая обращения к специалистам в области психологической помощи. Укажите все лекарства или процедуры, которые они вам назначали. Также принесите копии результатов всех анализов, которые вы делали.



UnitedHealthcare Community Plan
P.O. Box 30449
Salt Lake City, UT 84131-0449

CSCA18MC4332882_000

AMC-048-CA-CAID-RU

Следите за своим здоровьем.

Профилактика заболеваний покрывается страховкой.

Регулярная профилактика крайне важна в любом возрасте. Цель профилактики — поддержание здоровья. Она помогает избежать серьезных проблем со здоровьем в дальнейшем. Профилактика заболеваний полностью покрывается страховкой, если вы пользуетесь услугами сетевого поставщика медицинских услуг. Она предоставляется вам бесплатно. Услуги, покрываемые страховкой, включают:

- **Ежегодные осмотры для детей и взрослых.**
- **Стандартные профилактические прививки.**
- **Забота о здоровье женщины.** В план входит ежегодный визит для оценки женского здоровья. Скрининговые исследования включают мазок из шейки матки и анализ на заболевания, передающиеся половым путем. Страховкой покрывается дородовой уход, а также услуги по планированию семьи, даже если их предоставляет другой поставщик медицинских услуг.
- **Скрининговые исследования.** Для детей они включают стандартные обследования новорожденных и анализ на содержание свинца. Также страховка покрывает скрининговые исследования, связанные с ожирением и проблемами развития. Для взрослых они могут включать измерение артериального давления, анализы на холестерин и скрининг диабета. Кроме того, страховкой покрываются скрининги проблем с табакокурением, алкоголем и депрессией.



Мы позаботимся о вас. Страховкой покрываются и многие другие профилактические мероприятия. Для получения дополнительной информации позвоните по бесплатному номеру: **1-866-270-5785, телетайп 711.**

Узнайте свои льготы на лекарства.

Посетите наш сайт, чтобы узнать о ваших льготах на отпускаемые по рецепту лекарства. Там вы также найдете информацию:

- 1. На какие виды лекарств имеются льготы.** На сайте есть список лекарств, расходы на которые покрывает страховая программа. Возможно, вам придется использовать дженерик вместо оригинального лекарственного препарата.
- 2. Где можно получить лекарства по рецепту.** Вы можете найти аптеку рядом с домом, которая работает с вашей программой медицинского страхования. Также вы можете получить определенные лекарства по почте.
- 3. Какие правила применяются.** Покрытие расходов на некоторые лекарства может обеспечиваться только в определенных случаях. Например, вам может понадобиться попробовать сначала другой препарат (это называется поэтапное лечение). Или вам, возможно, потребуются одобрение от UnitedHealthcare для использования препарата (это называется предварительное разрешение). Также могут быть ограничения на количество некоторых лекарств, которое вы можете получить.
- 4. Какие могут быть дополнительные расходы.** От вас не потребуется никаких доплат за рецептурные лекарственные средства.



Посмотрите сами. Информацию о льготных лекарствах вы можете найти на сайте myuhc.com/CommunityPlan. Вы также можете позвонить в Центр обслуживания участников по бесплатному номеру: **1-866-270-5785, телетайп 711.**



Ваш помощник в сфере охраны здоровья.

Ваш лечащий врач обеспечивает и координирует медицинское обслуживание для вас. Это ваш помощник в сфере охраны здоровья. Важно подобрать такого лечащего врача, который будет подходить именно вам.

Важно чувствовать себя комфортно, общаясь с лечащим врачом. Вам нужен лечащий врач с удобным для вас расположением кабинета и подходящими часами приема. Возможно, вам понадобится лечащий врач, который говорит на вашем языке и понимает вашу культуру. Возможно, вам важно, чтобы это был мужчина или женщина.

Потребности подростков в сфере медицинского обеспечения отличаются от потребностей детей. Возможно, ваш ребенок уже вырос, и пришло время перевести его к лечащему врачу, занимающемуся взрослыми пациентами. Вашей дочери может потребоваться женский врач, например, акушер-гинеколог.

Если лечащий врач вам не подходит, вы можете поменять его в любое время. Вы можете узнать больше о врачах, входящих в программу страхования, через интернет или по телефону. Информация содержит:

- Адрес и номер телефона.
- Сведения о квалификации.
- Специализацию.
- Сведения о профессиональных сертификатах.
- Языки, на которых говорит врач.
- Сведения о высшем медицинском учебном заведении и месте прохождения ординатуры (только по телефону).



Попробуйте. Чтобы найти нового лечащего врача, зайдите на страницу myuhc.com/CommunityPlan или воспользуйтесь мобильным приложением **Health4Me®**. Вы также можете позвонить по бесплатному номеру: **1-866-270-5785, телетайп 711.**



Высочайшее качество.

Результаты нашей работы по повышению качества обслуживания.

В UnitedHealthcare Community Plan включена программа улучшения качества обслуживания. Ее задачей является обеспечение более качественного обслуживания участников.

Каждый год мы отчитываемся о том, насколько хорошо мы работали. В настоящее время мы работаем над тем, чтобы большее количество детей проходило ежегодный осмотр. Очень важно посещать врача каждый год, чтобы сделать ребенку необходимые прививки и провести обследование. Мы хотим, чтобы в 2018 году еще больше участников нашей программы могли получить следующие услуги:

- профилактическое обследование.
- вакцинацию.
- медосмотры.

Кроме того, мы планируем проводить ежегодный опрос среди наших участников. Нам необходимо понимать, насколько хорошо мы отвечаем их потребностям. В следующем году мы будем работать над тем, чтобы труд наших врачей получил еще более высокие оценки. Мы даем нашим врачам рекомендации о том, что важно для участников, чтобы они могли обеспечить более качественное обслуживание. В рамках мероприятий по повышению качества обслуживания участники нашей программы будут получать регулярные уведомления о необходимости обратиться за получением периодических и профилактических медицинских услуг.



Узнайте обо всем. Хотите узнать больше о нашей программе улучшения качества обслуживания? Вы также можете позвонить в

Центр обслуживания участников по бесплатному номеру: **1-866-270-5785, телетайп 711.**

Ваша конфиденциальность важна.

Мы серьезно относимся к соблюдению конфиденциальности. Мы оберегаем защищенную информацию о здоровье вашей семьи (ЗИЗ). Мы также защищаем вашу финансовую информацию (ФИ). Мы используем ЗИЗ и ФИ для ведения нашего бизнеса. Это помогает нам предоставлять для вас продукцию, услуги и информацию.

Мы защищаем устную, письменную и электронную ЗИЗ и ФИ. У нас есть правила, с помощью которых мы можем сохранить в безопасности ЗИЗ и ФИ. Мы не хотим, чтобы ЗИЗ или ФИ была утеряна или уничтожена. Мы хотим быть уверенными, что никто не злоупотребляет этой информацией. Мы используем ее очень осторожно. У нас есть политика, которая объясняет:

- как мы можем использовать ЗИЗ и ФИ.
- когда мы можем передавать ЗИЗ и ФИ другим лицам.
- какие у вас есть права относительно вашей семейной ЗИЗ и ФИ.



Это не секрет. Вы можете ознакомиться с правилами нашей политики конфиденциальности в справочнике участника. Зайдите на myuhc.com/CommunityPlan. Вы также можете позвонить в отдел обслуживания участников по бесплатному номеру: **1-866-270-5785, телетайп 711**, указанному на задней стороне вашей идентификационной карты участника, и попросить отправить вам копию. Если в политику будут внесены изменения, мы вышлем вам уведомление.

Надлежащая забота.

Как и все программы такого рода, UnitedHealthcare Community Plan предусматривает контроль и оптимизацию медицинского обслуживания (сокращенно – UM). Действуют все программы медицинского страхования. Это позволяет нам удостовериться в том, что все участники получают необходимые медицинские услуги в нужное время и в нужном месте.

Врач рассматривает запросы, когда медицинский уход может не соответствовать рекомендациям. Решения принимаются исходя из соотношения медицинских показаний и услуг, так и из вашего медицинского страхового покрытия. Мы не производим выплаты врачам или сотрудникам в случае непредоставления услуг. Мы никогда не платим в случае предоставления услуг в недостаточном объеме.

Участники программы и врачи имеют право оспорить решения об отклонении назначений. В уведомлении об отклонении указывается порядок подачи апелляции.



Вопросы? Вы можете проконсультироваться с сотрудниками нашего отдела контроля и оптимизации (UM). При необходимости мы можем предоставить такие услуги как TDD (телекоммуникационный прибор для глухих)/телетайп и помощь переводчика. Просто позвоните по бесплатному номеру: **1-866-270-5785, телетайп 711**, указанному на задней стороне вашей идентификационной карты участника.



Полезная информация.

Member Services: Найти врача, задать вопросы о страховых выплатах или подать жалобу можно на любом языке (звонок бесплатный).

1-866-270-5785, телетайп 711

Our website and app: Находите врачей, читайте Справочник участника или просматривайте данные своей идентификационной карты участника, где бы вы ни находились.

myuhc.com/CommunityPlanHealth4Me

NurseLineSM: Получайте круглосуточно консультации медсестры по вопросам здоровья (бесплатно).

1-866-270-5785, телетайп 711

Text4baby: Получайте каждую неделю бесплатные SMS-сообщения в соответствии с вашей стадией беременности. Зарегистрируйтесь, **отправив слово BABY или BEBE на номер 511411**. Затем введите код участника HFS.

Healthy First Steps[®]: Получайте поддержку на протяжении всей беременности.

1-800-599-5985, телетайп 711

Baby BlocksTM: Получайте вознаграждение за своевременный медицинский уход во время беременности, а также за уход за младенцем.

UHCBabyBlocks.com

KidsHealth[®]: Получайте достоверную информацию о здоровье своих детей.

uhc.com/kids

По инструкции.

Вы ознакомились с вашим «Справочником участника»? Это огромный источник информации. Он расскажет вам, как пользоваться вашей программой. Он объяснит:



- Ваши права и ответственность как участника программы.
- Что покрывает ваш страховой полис.
- Что не покрывает ваш страховой полис (исключения).
- Какие расходы вас могут ожидать в области здравоохранения.
- Как найти медицинские организации, входящие в данную сеть.
- Каков порядок получения льгот на рецептурные лекарства.
- Что делать, если вам требуется медицинская помощь вдали от дома.
- Когда и как можно получить медицинскую помощь в организации, не входящей в данную сеть.
- Где, когда и как получить услуги первой медицинской помощи, услуги в нерабочее время, услуги по сохранению психического здоровья, услуги специалиста, а также услуги по госпитализации и неотложной медицинской помощи.
- Политика конфиденциальности.
- Что делать, если вы получили счет.
- Как выставить претензию или подать апелляцию в связи с решением о страховом покрытии.
- Как заказать устного переводчика или получить другую помощь, связанную с языковыми проблемами или переводом.
- Как администрация программы решает вопрос о покрытии страховым полисом новых способов лечения или технологий.
- Как сообщить о мошенничестве или злоупотреблении.



Узнайте обо всем. Прочитать Справочник участника можно на сайте **myuhc.com/CommunityPlan**. Либо обратитесь за экземпляром этой брошюры в отдел

обслуживания участников по бесплатному номеру **1-866-270-5785, телетайп 711**, указанному на задней стороне вашей идентификационной карты.

Мы заботимся.

UnitedHealthcare Community Plan обеспечивает управление по медицинскому обслуживанию. Управление по медицинскому обслуживанию помогает участникам с особыми потребностями получать необходимое медицинское обслуживание и уход. Специалисты по управлению медицинским обслуживанием работают с программой медицинским страхованием, медицинскими учреждениями/специалистами и внешними агентствами. Они оказывают помощь людям:

- с инвалидностью.
- с серьезными психическими расстройствами.
- с комплексными проблемами со здоровьем.
- а также с другими индивидуальными потребностями.



Как мы можем помочь? Пройдите оценку состояния здоровья на сайте **myuhc.com/CommunityPlan**. Или

позвоните в отдел обслуживания участников по бесплатному номеру **1-866-270-5785, телетайп 711**, указанному на задней стороне вашей идентификационной карты участника. Этот краткий обзор поможет найти подходящие для вас программы.



UnitedHealthcare®

Community Plan

UnitedHealthcare Community Plan соблюдает применимые федеральные законы о гражданских правах. UnitedHealthcare Community Plan не исключает участников плана и не меняет своего отношения к ним на основании расы, цвета кожи, национального происхождения, возраста, инвалидности или пола.

UnitedHealthcare Community Plan:

- Предлагает бесплатную помощь и услуги людям с ограниченными способностями, чтобы облегчить общение с нами, например:
 - услуги квалифицированных сурдопереводчиков
 - письменную информацию в других форматах (напечатанную крупным шрифтом, в форме аудиозаписи, в доступном электронном и других форматах)
- Предлагает бесплатные услуги перевода людям, для которых английский язык не является родным, например:
 - услуги квалифицированных переводчиков
 - информацию, напечатанную на других языках

Если вам необходимы данные услуги, позвоните по бесплатному номеру телефона, указанному в вашей идентификационной карте участника плана медицинского страхования.

Если вы уверены, что сотрудники плана UnitedHealthcare Community Plan не предоставили вам данные услуги или отнеслись к вам по-другому на основании расы, цвета кожи, национального происхождения, возраста, инвалидности или пола, вы можете подать жалобу Координатору по гражданским правам следующими способами:

- Почта: Civil Rights Coordinator
UnitedHealthcare Civil Rights Grievance
P.O. Box 30608
Salt Lake City, UT 84130
- Адрес электронной почты: **UHC_Civil_Rights@uhc.com**

Также вы можете подать жалобу по поводу гражданских прав в Министерство здравоохранения и социальных услуг США, Управление по гражданским правам, следующими способами:

- Веб-сайт: Портал для подачи жалоб Управления по гражданским делам на веб-сайте <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>
- Почта: U.S. Dept. of Health and Human Services
200 Independence Avenue SW
Room 509F, HHH Building, Washington, D.C. 20201
- Телефон: Бесплатный номер 1-800-868-1019, 1-800-537-7697 (TDD).

Мы предоставляем бесплатные услуги, которые помогут вам общаться с нами. К ним относится составление писем на других языках или распечатка информации крупным шрифтом. Вы также можете попросить предоставить вам устного переводчика. Чтобы запросить услугу, позвоните по бесплатному номеру телефона, указанному в вашей идентификационной карте участника плана медицинского страхования, ТТУ 711, с понедельника по пятницу с 7:00 до 19:00.

English

ATTENTION: If you do not speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call **1-866-270-5785, TTY: 711**.

Spanish

ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al **1-866-270-5785, TTY 711**.

Vietnamese

LƯU Ý: Nếu quý vị nói Tiếng Việt, chúng tôi có các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí cho quý vị. Vui lòng gọi số **1-866-270-5785, TTY 711**.

Tagalog

ATENSYON: Kung nagsasalita ka ng Tagalog, may magagamit kang mga serbisyo ng pantulong sa wika, nang walang bayad. Tumawag sa **1-866-270-5785, TTY 711**.

Korean

참고: 한국어를 하시는 경우, 통역 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다. **1-866-270-5785, TTY 711** 로 전화하십시오.

Traditional Chinese

注意：如果您說中文，您可獲得免費語言協助服務。請致電 **1-866-270-5785**，或聽障專線 **TTY 711**。

Armenian

ՈՒՇԱԴՐՈՒԹՅՈՒՆ. Եթե հայերեն էք խոսում, Ձեզ տրամադրվում են անվճար թարգմանչական ծառայություններ: Չանգահարեք **1-866-270-5785** հեռախոսահամարով, **TTY. 711**.

Russian

ВНИМАНИЕ: Если вы говорите по-русски, вы можете воспользоваться бесплатными услугами переводчика. Звоните по тел. **1-866-270-5785, TTY 711**.

Farsi

توجه: اگر به فارسی صحبت می کنید، خدمات ترجمه به صورت رایگان در اختیارتان قرار می گیرد. با **1-866-270-5785 (TTY 711)** تماس بگیرید.

Japanese

ご注意：日本語をお話しになる場合は、言語支援サービスを無料でご利用いただけます。電話番号 **1-866-270-5785**、または**TTY 711**（聴覚障害者・難聴者の方用）までご連絡ください。

Mon-Khmer

បំរុងប្រយ័ត្ន៖ ប្រសិនបើលោកអ្នកនិយាយភាសាខ្មែរ លោកអ្នកអាចរកបានសេវាកម្មជំនួយផ្នែកភាសាដោយឥតគិតថ្លៃបាន។ សូមទូរស័ព្ទមកលេខ **1-866-270-5785, TTY: 711**។

Hmong

CEE B TOOM: Yog koj hais Lus Hmoob, muaj kev pab txhais lus pub dawb rau koj. Thov hu rau **1-866-270-5785, TTY 711**.

Punjabi

ਧਿਆਨ ਦਿਓ: ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪੰਜਾਬੀ ਬੋਲਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਭਾਸ਼ਾ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਮੁਫਤ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। **1-866-270-5785, TTY: 711** ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

Arabic

تنبيه: إذا كنت تتحدث العربية، تتوفر لك خدمات المساعدة اللغوية مجاناً. اتصل على الرقم **1-866-270-5785**، الهاتف النصي **711**.

Hindi

ध्यान दें: यदि आप हिन्दी भाषा बोलते हैं तो भाषा सहायता सेवाएं आपके लिए निःशुल्क उपलब्ध हैं।
कॉल करें **1-866-270-5785, TTY 711.**

Thai

โปรดทราบ : หากท่านพูดภาษาไทย จะมีบริการให้ความช่วยเหลือด้านภาษาแก่ท่านฟรีโดยไม่มีค่าใช้จ่าย
โทร **1-866-270-5785, TTY: 711**

Laotian

ເຊີນຊາບ: ຖ້າທ່ານເວົ້າພາສາອັງກິດບໍ່ໄດ້, ພວກເຮົາມີບໍລິການຊ່ວຍເຫຼືອດ້ານພາສາໃຫ້ ໂດຍບໍ່ໄດ້ເສຍຄ່າບໍລິການໃດໆ.
ໂທຫາ **1-866-270-5785, TTY: 711.**