



C. Farrell | i-UMC

TIEMPO TI LAM-EK 2020



Ammom kadi?

Sigun iti Centers for Disease Control and Prevention, nasurok a 1 milyon a tattao iti Estados Unidos ti naaddaan iti HIV idi ngudo ti 2016. Kadagidiay a tattao, agarup 14 a porsiento ti saan a makaammo nga addaanda iti kasta.



iStock.com: MadVector

Maysa a nasalun-at a pangrugian.

Iyiskediul ti 2020 a panagpatsek-ap para iti salun-atmo.

Dagiti tsek-ap ket saan laeng a para kadagiti ubbing. Mangirugi iti nasayaat a pangrugian iti tawen babaen iti panangiyiskediul iti apoyntment iti kangrunaan a paripaaymo iti taripato (primary care provider, PCP).

Amin a miembro ti pamilyam ket masapul a makipagkita iti PCPda maminsan iti makatawen bayat a nasalun-at. Addanto dagiti eksamen kenka wenno bakuna a kasapulan. Makita ti PCP dagiti problema a masansan ket awanan sintomas.



Kasapulam ti baro a PCP? Makatulongkami a mangsapul iti paraipaay a bagay para kenka. Bisitaem ti myuhc.com/CommunityPlan wenno tagagam ti Serbisio Kadagiti Miembro iti toll-free iti **1-888-980-8728, TTY 711.**

UnitedHealthcare Community Plan
P.O. Box 2960
Honolulu, HI 96802

Koordinasion ti serbisio.

Dagiti Koordineytormi iti Serbisio ket makatulong a makaala kadagiti taripato tapno maimanehar ti sakitmo wenno medikal a kondisionmo. Eksperiensadoda a nars ken social worker. Maawatanda dagiti medikal a parikutmo. Makipagtrabtrabahoda kenka ken kadagiti paraipaay tapno matulongandaka a maawatmo tii taripato a kasapulam.

Makatulong kenka dagiti Koordineytormi iti Serbisio a/nga:

- Mangsapul iti kangrunaan a paripaaymo iti taripato (primary care provider, PCP), espesialista wenno pasilidad para iti madagdagus a pannakataripato.
- Mangaramid kadagiti apoyntment.
- Mangurnos kadagiti medikal a suplay ken dagiti mausar a para iti salun-at iti balay, no kasapulan.
- Sursuruen nga aywanam ti bagim.
- Mangsapul kadagiti makatulong kenka iti komunidad.
- Ikkandaka kadagiti impormasion ken dagiti makatulong a maisardengmo ti agsigarilio.
- Matulongandaka a makaala kadagiti impormasion a naipatarus iti lengguahe a maawatam.



Adtoykami a tumulong. No kayatmo ti mangammo iti kanayonan maipapan dagiti Koordinasion iti Serbisio, tawagam ti Serbisio Kadagiti Miembro toll-free iti **1-888-980-8728, TTY 711**.



C. Farrell ti UHG

Pagbaligian ti COPD.

Ti chronic obstructive pulmonary disease (COPD) ket grupo dagiti sakit iti bara. Iramanna ti emphysema ken nakaro a bronchitis. Ti COPD ket mangparigat iti panaganges. Isu ti maikatlo a gapu iti ipapatay iti Estados Unidos.

Ti panangsukat iti pamayan ti panagbiag ket makatulong a mapagbaligian ti COPD. Mabalina a sumayaat ti riknam no:

- 1. Dika agsigarilio.** Dika ipalubos nga agsigarilio dagiti sabsabali iti balaymo.
- 2. Liklikam dagiti tapok ken asok.** Agtalinaed iti uneg ti balay no madi ti anginna.
- 3. Agpabakuna para trangkaso kada tawen.** Pagsaludsodam ti doktormo no kasapulam pay ti pneumonia a bakuna.
- 4. Adaywam dagiti germs.** Kanayonmo a buguan dagiti imam.
- 5. Pagtalinaedem ti nasalun-at a dagsen.** Mangan ti balanse a makan ken agtalinaed nga aktibo.

Panangabuso iti autoridad.

Ti panangabuso kadagiti nataengan ket ti saan nga umiso a panangtrato kadagiti nataenganen. Mabalina a mapasaran met dagiti baldado ti isu met la a pannakaabuso. Mabalina a ti panangabuso ket pisikal, emosional, wenno seksual. Mabalinna pay nga iraman ti panangpanaw wenno panangbaybay-a. Dagiti dadduma nga abusado ket takawanda ti biktimada. Mabalina a mapasamak dayta iti balay wenno iti pasilidad. Ti abusado ket mabalina a maysa nga ipatpateg iti biag wenno maysa a masusuelduan tapno mangipaay iti taripato iti biktima.



No maseknanka kadagiti natataengan wenno kadagiti baldado, siputam dagiti pagilasinan ti panangabuso. Iramanda ti:

- Babassit a sugat wenno dunor.
- Panagbaliw ti emosional a kasasaad.
- Bigla panagbaliw iti pinansial a kasasaad.
- Sugsugat gapu iti panagid-idda (bedsores), panagkuttong, wenno panagbalin a dugyot.



Agpatulong. No naabusoka wenno ti maysa a patpatgem iti biag, i-reportmo. Adda tulong. Tawagam ti Eldercare Locator iti **1-800-677-1116, TTY 711**. Wenno ammuem pay ti ad-adu maipapan iti pannakaabuso dagiti nataenganen iti **ncea.acl.gov**.

Aginanaka.

Panangagas iti panateng ken sintomas ti trangkaso.

Ipaghana ti panawen ti trangkaso ken panateng. Bigla lattan a sumangbay dagitoy a sakit iti nalam-ek a panawen.

Ti trangkaso ket mabalina a gapu ti uyek, panagsakit ti karabukob ken letleten nga agong. Mabalina a gurigorenka met ken ti panagriknam ket agsakit ti bagbagim ken nabambannogka. Ti dadduma a tao ket agsakit ti uloda ken ti tiyanda.

Awan ti agas para iti trangkaso. Ngem ti panangasikasom iti bukodmo a bagi ket makatulong a sumayaat ti riknam agingga nga aglaingkan. Adtoy dagiti sumagmamano a suhestion tapno mas komportable ti panaglaingmo:

- Agtomar iti pangpakissayiti gurigor/pangkissay iti ut-ot.
- Ag inanaka ketdi.
- Uminom iti adu a danum.
- Agtalinaedka laeng iti balay ken dika mapmapan iti trabaho wenno iti eskuelaan tapno saan a maakaran dagiti dadduma.



Am-ammuem no asino ti paraipaay. Inka agpatsek-ap iti kangrunaan a paripaaymo iti taripato (primary care provider, PCP) sakbayka nga agsakit. Kasapulam ti agsapul iti baro a PCP? Bisitaem ti **myuhc.com/CommunityPlan** wenno tawagam ti Serbisio Kadagiti Miembro iti toll-free iti **1-888-980-8728, TTY 711**.



Suli ti Saranay.

Serbisio Kadagiti Miembro: Agsapul iti doktor, agsaludsod kadagiti maipapan iti benepisio wenno agreklamo, iti aniaman a lengguahe (toll-free).

1-888-980-8728, TTY 711

Ti websitemi: Agsapul iti paraipaay, basaen ti Libro ti Miembro wenno kitaen ti ID kardmo, sadinoman ti ayanmo.

myuhc.com/CommunityPlan

NurseLine: Umawat iti balakad ti maysa a nars a maipapan iti salun-at 24 oras kada aldaw, 7 aldaw kada lawas (toll-free).

1-888-980-8728, TTY 711

QuitLine: Mangala iti libre a tulong iti panangisardeng iti panagsigarilio (toll-free).

1-800-227-2345, TTY 711

quitnow.net

National Domestic Violence

Hotline: Mangala iti suporta, tulong ken balakad 24 oras kada aldaw, 7 aldaw kada lawas (toll-free).

1-800-799-SAFE, TTY 1-800-787-3224

thehotline.org

Kayatmo ti umawat iti elektronikong nga impormasion? Awagam ti Serbisio Kadagiti Miembro ken itedmo kadakami ti email addressmo (toll-free).

1-888-980-8728, TTY 711

Dagiti problema iti prostate.

Maysa a nagpateg nga screening para kadagiti lallaki.

Ti problema iti prostate ket gagangay kadagiti lallaki a 50 ti tawennan. Kadawyan, dagiti problema iti prostate ket saan a gapu iti kanser. Nupay kasta, ti kanser iti prostate ket maikadua a gagangay a kanser kadagiti lallaki.

No madayagnos a nasapa, masansan a maagasan ti kanser iti prostate. Isu a nagpateg para kadagiti lallaki a natataengan ngem 50 nga agpaeksamen iti prostate ken pagsaritaan ti PSA screening iti doktorda. Dagiti African American a lallaki ken dagiti lallaki a dagiti tatangda, kabsatda a lalaki wenno anakda a lalaki ket naaddaan iti kanser iti prostate ket masapul nga agpaeksamenen iti edad 40. Damagem iti doktormo no ti screening para iti kanser iti prostate ket umiso para kenka.



Agpa-screenka. No adda history ti pamiliayo iti kanser iti prostate, kasaritam ti doktormo maipapan iti planom nga agpascreen.

Kasapulam ti agsapul iti doktor? Makatulongkami. Awagan ti toll-free a Serbisio Kadagiti Miembro iti **1-888-980-8728, TTY 711**. Wenno bisitaem ti websitemi iti **myuhc.com/CommunityPlan**.



Electronic nga Panagberipika iti Panagbisita

Nobiembre 2019

Pategenmi nga Miembro ti Medicaid,

Iti asideg a tiempo, ti Estado ti Hawai'i ket mangrugi nga agusar iti baru nga tool nga maawagan **Electronic nga Panagberipika iti Panagbisita (Electronic Visit Verification, EVV)** tapno masabat dagiti baro nga federal nga kasapulan. Nu makaala ka kadagiti daduma ng serbisyo maipapan ti salun-at ti pagtaengan, personal nga tulong wenna nursing, ti EVV ket iberipika na nu kaano nga irugi ken palpasen iti tagapaay iti taripatom dagitoy nga serbisyo. Daytoy ket tulongan na iti Medicaid nga isigurado nga dagiti tagapaay taripatom ket mabayadan para kadagiti serbisyo nga maalam.

Ti EVV ket libre para kanyam ken para iti (kadagiti) tagapaay taripatom.

Ti EVV ket agaplikar kadagiti Skilled Nursing, Pisikal a Therapy, Occupational Therapy, Therapy ti Panagsao, Therapy ti Panaganges, Social Work, Personal nga Tulong Level I (Personal Assistance Level I, PA1), Personal nga Tulong Level II (Personal Assistance Level II, PA2), Attendant Care, Respite, Nursing – Private Duty, Nursing – Respite, ken Nursing – Attendant Care.

Kaadoan kadagiti tagapaay taripatom, manipod kadagiti ahensya dagiti tagapaay taripato wenna dagiti inarkilam ayan iti self-directed a programa, ket mangusar iti EVV application ayan dagiti smartphone da.

- Ti(Dagiti) tagapaay taripatom ket mangusar iti EVV application tapno ag-check-in nu sumangpetda ayan iti rugugi dagiti serbisyo.
- Ti(Dagiti) tagapaay taripatom ket mangusar iti EVV application tapno ag-check-out nu makompleton dagiti serbisyo kanyam.
- Ti EVV application ket mausar para kadagiti serbisyo nga adda iti uneg ken ruwar iti pagtaengam.

Adadu pay nga impormasion ti maipatulod panggep kadagiti daduma nga wagas tapno agrekord iti panagrugi ken panagsardeng dagiti serbisyo dagiti tagapaay taripatom, nu iti maysa nga smartphone ket madi mabalin nga mausar para iti EVV.

Para iti adadu pay nga impormasion, maidawat nga bisitaen iti www.medquest.hawaii.gov/EVV tapno basaen Dagiti Kanayon nga Madamdag a Saludsod (Frequently Asked Questions).

Nu addaan ka kadagiti saludsod panggep iti EVV, maidawat ta i-email iti EVV-MQD@dhs.hawaii.gov wenna mabalinmo nga katungtungan iti coordinator dagiti serbisyom.

UnitedHealthcare Community Plan complies with applicable Federal civil rights laws and does not discriminate, exclude people, or treat people differently because of:

- Race
- Disability
- Age
- National Origin
- Color
- Sex

UnitedHealthcare Community Plan provides free aids and services to people with disabilities to communicate effectively with us, such as:

- Qualified sign language interpreters
- Written information in other formats (large print, audio, accessible electronic formats, other formats)

UnitedHealthcare Community Plan provides free language services to people whose primary language is not English, such as:

- Qualified interpreters
- Information written in other languages

If you need these services, contact us toll-free at **1-888-980-8728, TTY 711.**

If you believe that UnitedHealthcare Community Plan has failed to provide these services or discriminated in another way, you can file a grievance with:

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

UHC_Civil_Rights@uhc.com

You can file a grievance in person or by mail, fax, or email. If you need help filing a grievance, Civil Rights Coordinator UnitedHealthcare is available to help you.

You can also file a grievance with the U.S. Department of Health and Human Services, Office for Civil Rights, electronically through the Office for Civil Rights Complaint Portal, available at **<https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>**, or by mail or phone at:

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

1-800-368-1019, 800-537-7697 (TDD)

Complaint forms are available at **<http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>**.

(English) Do you need help in another language? We will get you a free interpreter. Call 1-888-980-8728 to tell us which language you speak. (TTY: 711).
(Cantonese) 您需要其它語言嗎? 如有需要, 請致電 1-888-980-8728 , 我們會提供免費翻譯服務 (TTY: 711).
(Chuukese) En mi niit alilis lon pwal eu kapas? Sipwe angei emon chon chiaku ngonuk ese kamo. Kokori 1-888-980-8728 omw kopwe ureni kich meni kapas ka ani. (TTY: 711).
(French) Avez-vous besoin d'aide dans une autre langue? Nous pouvons vous fournir gratuitement des services d'un interprète. Appelez le 1-888-980-8728 pour nous indiquer quelle langue vous parlez. (TTY: 711).
(German) Brauchen Sie Hilfe in einer anderen Sprache? Wir koennen Ihnen gern einen kostenlosen Dolmetscher besorgen. Bitte rufen Sie uns an unter 1-888-980-8728 und sagen Sie uns Bescheid, welche Sprache Sie sprechen. (TTY: 711).
(Hawaiian) Makemake `oe i kokua i pili kekahi `olelo o na `aina `e? Makemake la maua i ki`i `oe mea unuhi manuahi. E kelepona 1-888-980-8728 `oe ia la kua a e ha`ina `oe ia la maua mea `olelo o na `aina `e. (TTY: 711).
(Ilocano) Masapulyo kadi ti tulong iti sabali a pagsasao? Ikkandakayo iti libre nga paraipatarus. Awaganyo ti 1-888-980-8728 tapno ibagayo kadakami no ania ti pagsasao nga ar-aramatenyo. (TTY: 711).
(Japanese) 貴方は、他の言語に、助けを必要としていますか？ 私たちは、貴方のために、無料で通訳を用意できます。電話番号の、 1-888-980-8728 に、電話して、私たちに貴方の話されている言語を申し出てください。 (TTY: 711).
(Korean) 다른언어로 도움이 필요하십니까? 저희가 무료로 통역을 제공합니다. 1-888-980-8728 로 전화해서 사용하는 언어를 알려주십시오 (TTY: 711).
(Mandarin) 您需要其它语言吗? 如有需要, 请致电 1-888-980-8728 , 我们会提供免费翻译服务 (TTY: 711).
(Marshallese) Kwoj aikuij ke jiban kin juon bar kajin? Kim naj lewaj juon am dri ukok eo ejjelok wonen. Kirtok 1-888-980-8728 im kwalok non kim kajin ta eo kwo melele im kenono kake. (TTY: 711).
(Samoan) E te mana'o mia se fesosoani i se isi gagana? Matou te fesosoani e ave atu fua se faaliliu upu mo oe. Vili mai i le numera lea 1-888-980-8728 pea e mana'o mia se fesosoani mo se faaliliu upu. (TTY: 711).
(Spanish) ¿Necesita ayuda en otro idioma? Nosotros le ayudaremos a conseguir un intérprete gratuito. Llame al 1-888-980-8728 y díganos que idioma habla. (TTY: 711).
(Tagalog) Kailangan ba ninyo ng tulong sa ibang lengguwahe? Ikukuha namin kayo ng libreng tagasalin. Tumawag sa 1-888-980-8728 para sabihin kung anong lengguwahe ang nais ninyong gamitin. (TTY: 711).
(Tongan) 'Oku ke fiema'u tokoni 'iha lea makehe? Te mau malava 'o 'oatu ha fakatonulea ta'etotongi. Telefoni ki he 1-888-980-8728 'o fakaha mai pe koe ha 'ae lea fakafonua 'oku ke ngaue'aki. (TTY: 711).
(Vietnamese) Bạn có cần giúp đỡ bằng ngôn ngữ khác không ? Chúng tôi sẽ yêu cầu một người thông dịch viên miễn phí cho bạn. Gọi 1-888-980-8728 nói cho chúng tôi biết bạn dùng ngôn ngữ nào. (TTY: 711).
(Visayan) Gakinahanglan ka ba ug tabang sa imong pinulongan? Amo kang mahatagan ug libre nga maghuhubad. Tawag sa 1-888-980-8728 aron magpahibalo kung unsa ang imong sinulti-han. (TTY: 711).