

# Mùa Xuân năm 2017 Bản Tin về Sức Khỏe Thể Chất và Tinh Thần



## Chào mừng Quý vị, các Thành viên Mới!

Các thành viên mới phải gặp nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc chính (primary care provider, PCP) của mình để nhận Đánh giá Sức khỏe Ban đầu (Initial Health Assessment, IHA) trong vòng 120 ngày kể từ ngày trở thành thành viên. Trẻ em cũng phải thực hiện IHA trong vòng 120 ngày kể từ ngày trở thành thành viên. Đối với trẻ em từ 2 tuổi trở xuống, IHA nên được hoàn thành trong vòng 120 ngày, hoặc theo khuyến nghị của Học viện Nhi khoa Hoa Kỳ (American Academy of Pediatrics, AAP), bất kỳ khoảng thời gian nào ít hơn. Vui lòng hỏi bác sĩ của con quý vị. Buổi gặp đầu tiên với PCP mới của quý vị giúp quý vị hiểu về PCP của mình khi quý vị khỏe mạnh. PCP của quý vị sẽ kiểm tra tình trạng sức khỏe và nhu cầu y tế của quý vị.

Hãy đến PCP của quý vị để kiểm tra định kỳ hàng năm, để xét nghiệm và biết các kết quả xét nghiệm, tiêm chủng, và - tất nhiên - khi quý vị bị ốm. Nếu quý vị hoặc con của quý vị cần được chăm sóc đặc biệt, PCP của quý vị sẽ giúp quý vị nhận được sự chăm sóc đặc biệt đó. PCP của quý vị sẽ giúp quý vị và con của quý vị khỏe mạnh.

Cố gắng luôn đến buổi IHA và các cuộc hẹn thăm khám khác đúng giờ. Nếu quý vị sẽ đến muộn hoặc không thể giữ lịch hẹn của mình, hãy gọi cho văn phòng bác sĩ của quý vị.

Nếu quý vị có thắc mắc về việc gặp PCP của quý vị để thực hiện IHA, hãy gọi đến đường dây điện thoại miễn phí của Dịch vụ Thành viên Molina Healthcare theo số 1 (888) 665-4621.

**Quý vị đang gặp khó khăn trong việc nói chuyện với bác sĩ của quý vị bằng Tiếng Anh?** Quý vị có quyền có thông dịch viên. Việc này là

### Trong Số này

Chào mừng Thành viên Mới..... 1

Kiểm tra dịch vụ nào được Molina cung cấp trực tuyến ....2-3

Gian lận, Lãng phí và Lạm dụng Chăm sóc Sức khỏe .....3

Về Các Thành viên của Chúng tôi Bảo vệ Quyền Riêng Tư của Quý vị .....3

Hướng dẫn Trực tuyến của Nhà Cung cấp .....3

Giáo dục Sức khỏe.....3

Dịch vụ Thông dịch viên Qua Điện thoại .....3

Tất cả các bản tin cũng đều sẵn có tại [www.MolinaHealthcare.com](http://www.MolinaHealthcare.com).

Để có thông tin bằng ngôn ngữ mong muốn của quý vị và/hoặc định dạng có thể truy cập, vui lòng gọi đến Dịch vụ Thành viên. Số này có trên mặt sau thẻ ID Thành Viên của quý vị.

Este boletín informativo también está disponible en español. Por favor, comuníquese con el Departamento de Servicios para Miembros para pedir una copia en español.

[MolinaHealthcare.com](http://MolinaHealthcare.com)

miễn phí. Hãy thông báo cho nhân viên văn phòng nếu quý vị muốn trao đổi bằng ngôn ngữ của quý vị, (bao gồm ngôn ngữ ký hiệu). Nếu quý vị cần trợ giúp, hãy gọi đến Dịch vụ Thành viên theo số (888) 665-4621 (TTY/TDD 711 cho Dịch vụ Tiếp âm California), Thứ Hai-Thứ Sáu 7 giờ sáng – 7 giờ tối.

## Kiểm tra dịch vụ nào được Molina cung cấp trực tuyến

Gần đây, quý vị có đăng nhập vào trang web của Molina? Quý vị có rất nhiều nguồn thông tin giúp quý vị tìm hiểu về cách Molina làm việc. Một trong những nguồn thông tin tuyệt vời này là *Guide to Accessing Quality Health Care (Hướng dẫn Tiếp cận Dịch vụ Chăm sóc Sức khỏe Có Chất lượng)* của chúng tôi. Hãy tìm bản *Guide (Hướng dẫn)* trong mục Quality Improvement Program (Chương trình Cải thiện Chất lượng) trên trang web. Hãy truy cập <http://tinyurl.com/MHCQualityGuide>.

Bản *Guide* giúp quý vị tìm hiểu về các chương trình và dịch vụ mà chúng tôi cung cấp cho các thành viên của mình. Quý vị có thể đọc về:

- **Chương trình Cải thiện Chất lượng.** Chúng tôi luôn tìm cách để cải thiện dịch vụ chăm sóc mà quý vị nhận được. Quý vị có thể đọc về các tiến bộ mà chúng tôi thực hiện mỗi năm.
- **Chương trình Quản lý Trường hợp.** Chúng tôi có mặt để trợ giúp thêm nếu quý vị có tình trạng sức khỏe phức tạp, mạn tính.
- **Chương trình Quản lý Sức khỏe.** Chúng tôi đưa ra những lời khuyên về cách giữ gìn sức khỏe nếu quý vị có tình trạng bệnh lý mạn tính.

Bản *Guide* này cung cấp cho quý vị các thông tin chi tiết về cách chúng tôi:

- Bảo vệ quyền riêng tư của quý vị
- Làm việc với các nhà cung cấp của quý vị nhằm đảm bảo quý vị nhận được dịch vụ chăm sóc sức khỏe an toàn
- Đưa ra quyết định về dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị
- Xem xét các dịch vụ mới để cung cấp như một phần của các lợi ích mà chúng tôi bao trả
- Hướng dẫn quý vị trong quá trình để trợ giúp quý vị nhận được dịch vụ chăm sóc sức khỏe ngoài giờ hoặc trong trường hợp khẩn cấp
- Giúp quý vị giải đáp các thắc mắc về quyền lợi thuốc men
- Cung cấp cho quý vị thông tin chi tiết về các dịch vụ chúng tôi cung cấp liên quan các vấn đề sức khỏe hành vi
- Cho quý vị biết về các quyền và nghĩa vụ của mình khi quý vị tham gia chương trình bảo hiểm y tế của chúng tôi
- Cung cấp cho quý vị những lời khuyên về cách nhận ý kiến thứ hai về dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị từ một nhà cung cấp khác
- Cho quý vị biết cách nhận dịch vụ chăm sóc ngoài mạng lưới
- Cho phép quý vị nộp đơn khiếu nại nếu quý vị gặp vấn đề với dịch vụ chăm sóc y tế hoặc dịch vụ Molina của quý vị
- Cho phép quý vị kháng cáo một dịch vụ bị từ chối cho một yêu cầu bồi thường khi yêu cầu không được thanh toán
- Cho quý vị biết cách tìm kiếm thông tin về các nhà cung cấp của chúng tôi trong danh mục các nhà cung cấp
- Trợ giúp quý vị tìm hiểu cách diễn một Advance Directive (Chỉ thị Trước) để giúp quý vị đưa ra các quyết định chăm sóc sức khỏe
- Xem xét các nghiên cứu mới để đảm bảo các dịch vụ mới đã được chứng minh là an toàn
- Cung cấp các dịch vụ TDD/TTY cho các thành viên của chúng tôi, những người cần trợ giúp về vấn đề nghe hoặc nói
- Cung cấp các dịch vụ thông dịch ngôn ngữ cho các thành viên của chúng tôi, những người cần các dịch vụ này
- Cho quý vị biết cách tiếp cận các công cụ trực tuyến, như:
  - Đánh giá Sức khỏe
  - Các Công cụ và Tính toán Tự Quản lý

**MolinaHealthcare.com**

Bản *Guide* này cung cấp cho quý vị bảng kiểm để kiểm tra thông tin quý vị có thể tìm thấy trên trang web.

Các thông tin này bao gồm:

- Cách đặt thẻ ID
- Cách để liên hệ với Dịch vụ Thành viên và Đường dây Tư vấn Y tá bằng email
- Danh sách các nhà cung cấp và bệnh viện có hợp đồng với Molina, bao gồm:
  - Tên nhà cung cấp, địa chỉ và số điện thoại
  - Trạng thái chứng nhận hội đồng của nhà cung cấp
  - Giờ làm việc tại tất cả các địa điểm
  - Các nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc chấp nhận các bệnh nhân mới
  - Ngôn ngữ mà nhà cung cấp dịch vụ hoặc nhân viên nói
  - Thông tin bệnh viện bao gồm tên, địa điểm và trạng thái cấp phép
- Thông tin chi tiết về quyền lợi của quý vị và các dịch vụ bao gồm hoặc loại trừ khỏi bao trả
- Các khoản đồng thanh toán quý vị phải trả (nếu chúng được áp dụng)
- Quý vị phải làm gì nếu quý vị nhận được một hóa đơn yêu cầu thanh toán
- FAQs (các câu hỏi và câu trả lời thường gặp)
- Các thủ tục về dược phẩm, như:
  - Các loại thuốc chúng tôi không bao trả
  - Giới hạn hoặc chỉ tiêu thuốc
  - Quy trình yêu cầu trường hợp ngoại lệ cho các loại thuốc không nằm trong Preferred Drug List (Danh mục Thuốc Ưu tiên)
  - Quy trình thay thế thuốc, thay thế điều trị (sử dụng các loại thuốc khác nhưng có công dụng tương tự) và các phác đồ điều trị từng bước (một số thuốc nhất định được thử đầu tiên trước khi chúng tôi bao trả cho một loại thuốc khác cùng điều kiện)
- Cách để liên hệ với nhân viên Quản lý Sử dụng (Utilization Management, UM) về vấn đề hoặc câu hỏi liên quan đến UM
- Tuyên bố khẳng định của UM về các ưu đãi mô tả rằng Molina không trả thù lao cho các nhà cung cấp đưa ra quyết định UM
- Hướng dẫn về sức khỏe phòng ngừa và lịch tiêm chủng
- Quyền và nghĩa vụ của quý vị và quyền riêng tư thông tin của quý vị

Quý vị có thể in bản *Guide* hoặc bất kỳ thông tin nào khác mà quý vị cần từ trang web của chúng tôi. Quý vị cũng có thể gọi đến Dịch vụ Thành viên và yêu cầu gửi bản cứng của các tài liệu cho quý vị qua đường bưu điện. Số này có trên mặt sau Thẻ ID Thành Viên của quý vị.

## Gian lận, Lãng phí, và Lạm dụng Chăm sóc Sức khỏe

Gian lận, lãng phí và lạm dụng có thể làm tăng chi phí chăm sóc sức khỏe và ảnh hưởng đến chất lượng chăm sóc của quý vị. Quý vị có thể báo cáo hành vi gian lận, lãng phí và lạm dụng tới Molina's AlertLine (Đường dây Thông báo của Molina). Quý vị có thể gọi 24 giờ một ngày, 7 ngày một tuần. Hãy gọi đến số điện thoại miễn phí theo số (866) 606-3889 TTY 711. Quý vị cũng có thể báo cáo quan ngại của mình trên trang web AlertLine tại địa chỉ <https://MolinaHealthcare.AlertLine.com>.

## VỀ CÁC THÀNH VIÊN CỦA CHÚNG TÔI BẢO VỆ QUYỀN RIÊNG TƯ CỦA QUÝ VỊ

Quyền riêng tư của quý vị rất quan trọng đối với chúng tôi. Chúng tôi tôn trọng và bảo vệ quyền riêng tư của quý vị. Molina muốn quý vị biết cách chúng tôi sử dụng hoặc chia sẻ thông tin y tế được bảo vệ (protected health information, PHI) của quý vị. Vui lòng truy cập đường dẫn dưới đây để có bản tóm tắt về cách Molina bảo vệ quyền riêng tư của quý vị: <http://tinyurl.com/MHCQualityGuide>

**MolinaHealthcare.com**

Thông Báo Chung về Nguyên Tắc Bảo Vệ Quyền Riêng Tư của chúng tôi có thêm thông tin về cách chúng tôi sử dụng và chia sẻ PHI của thành viên chúng tôi. Quý vị có thể tìm thấy Thông Báo Chung về Nguyên Tắc Bảo Vệ Quyền Riêng Tư đầy đủ của chúng tôi trên trang web tại [MolinaHealthcare.com](http://MolinaHealthcare.com). Quý vị cũng có thể gọi đến Phòng Dịch Vụ Thành Viên của chúng tôi để nhận một bản Thông Báo Chung Về Nguyên Tắc Bảo Vệ Quyền Riêng Tư. Số này có trên mặt sau Thẻ ID Thành Viên của quý vị.

## Hướng dẫn Trực tuyến của Nhà Cung cấp

Quý vị đã biết làm thế nào để tìm thấy một nhà cung cấp hoặc địa điểm nhà thuốc trực tuyến chưa? Hãy truy cập [MolinaHealthcare.com/ProviderSearch](http://MolinaHealthcare.com/ProviderSearch).

## Giáo Dục Sức Khỏe

Là một Thành viên Molina, quý vị có thể truy cập thông tin giáo dục sức khỏe trên trang web của chúng tôi. Hãy truy cập <http://tinyurl.com/MolinaHealthEd>. Nếu quý vị bị tiểu đường, hãy thảo luận với nhà cung cấp của quý vị về khám mắt giãn tròng.

## Dịch vụ Thông dịch viên Qua Điện thoại

Là một Thành viên Molina, quý vị có thể tiếp cận các dịch vụ thông dịch viên hai tư (24) giờ miễn phí tại tất cả các điểm cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe. Quý vị có thể gọi đến Dịch vụ Thành viên và yêu cầu một thông dịch viên. Số này có trên mặt sau Thẻ ID Thành Viên của quý vị. Nếu quý vị không có điện thoại, vui lòng cho nhà cung cấp hoặc dược sĩ của quý vị biết nếu quý vị muốn nói một ngôn ngữ khác không phải là Tiếng Anh. Nhà cung cấp hoặc dược sĩ của quý vị sẽ sắp xếp một thông dịch viên qua điện thoại cho quý vị. Quý vị không cần có một trẻ vị thành niên, bạn bè, hoặc thành viên gia đình làm thông dịch viên cho mình.



**Bộ phận QI (Quality Improvement, Cải thiện Chất lượng)**

200 Oceangate, Suite 100  
Long Beach, CA 90802



## Quý vị có Thắc mắc về Sức khỏe của Quý vị?

Hãy gọi Đường Dây Tư Vấn Y Tá 24 giờ của chúng tôi!

Tiếng Anh và các ngôn ngữ khác:  
(888) 275-8750  
Tây Ban Nha: (866) 648-3537

Sức khỏe của quý vị là mối quan tâm hàng đầu của chúng tôi!

Người dùng TTY nên gọi số 711.

[MolinaHealthcare.com](http://MolinaHealthcare.com)



Your Extended Family.



Your Extended Family.

**Non-Discrimination Notification  
Molina Healthcare of California  
Medi-Cal**

Molina Healthcare of California (Molina) complies with all Federal civil rights laws that relate to healthcare services. Molina offers healthcare services to all members without regard to race, color, national origin, age, disability, or sex. Molina does not exclude people or treat them differently because of race, color, national origin, age, disability, or sex. This includes gender identity, pregnancy and sex stereotyping.

To help you talk with us, Molina provides services free of charge:

- Aids and services to people with disabilities
  - Skilled sign language interpreters
  - Written material in other formats (large print, audio, accessible electronic formats, Braille)
- Language services to people who speak another language or have limited English skills
  - Skilled interpreters
  - Written material translated in your language
  - Material that is simply written in plain language

If you need these services, contact Molina Member Services at (888) 665-4621 or TTY, 711.

If you think that Molina failed to provide these services or treated you differently based on your race, color, national origin, age, disability, or sex, you can file a complaint. You can file a complaint in person, by mail, fax, or email. If you need help writing your complaint, we will help you. Call our Civil Rights Coordinator at (866) 606-3889, or TTY, 711. Mail your complaint to:

Civil Rights Coordinator  
200 Oceangate  
Long Beach, CA 90802

You can also email your complaint to [civil.rights@molinahealthcare.com](mailto:civil.rights@molinahealthcare.com). Or, fax your complaint to (310) 507-6186.

You can also file a civil rights complaint with the U.S. Department of Health and Human Services, Office for Civil Rights. Complaint forms are available at <http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>. You can mail it to:

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

You can also send it to a website through the Office for Civil Rights Complaint Portal, available at <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>.

If you need help, call 1-800-368-1019; TTY 800-537-7697.





Your Extended Family.

Non-Discrimination Tag Line– Section 1557  
Molina Healthcare of California, Inc.

Spanish	ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-888- 665-4621 (TTY: 711).
Chinese	注意：如果您使用繁體中文，您可以免費獲得語言援助服務。請致電 1-888-665-4621 (TTY: 711)。
Vietnamese	CHÚ Ý: Nếu bạn nói Tiếng Việt, có các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí dành cho bạn. Gọi số 1-888- 665-4621 (TTY: 711).
Tagalog	PAUNAWA: Kung nagsasalita ka ng Tagalog, maaari kang gumamit ng mga serbisyo ng tulong sa wika nang walang bayad. Tumawag sa 1-888- 665-4621 (TTY: 711).
Korean	주의: 한국어를 사용하시는 경우, 언어 지원 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다. 1-888- 665-4621 (TTY: 711) 번으로 전화해 주십시오.
Armenian	ՈՒՇԱԴՐՈՒԹՅՈՒՆ՝ Եթե խոսում եք հայերեն, սպա ձեզ անվճար կարող են տրամադրվել լեզվական աջակցության ծառայություններ: Ձանգահարեք 1-888- 665-4621 (TTY (հեռատիպ)՝ 711):
Persian (Farsi)	توجه: گهرب زبان فرانسوی گفتگو می کنید دستیار زبان برای شما رایج است. می باشد. دبا - 1-888- 665-4621 (TTY: 711) تماس بگیرید.
Russian	ВНИМАНИЕ: Если вы говорите на русском языке, то вам доступны бесплатные услуги перевода. Звоните 1-888- 665-4621 (телетайп: 711).
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。1-888- 665-4621 (TTY: 711) まで、お電話にてご連絡ください。
Arabic	لیحوظة: إذا التفتت حديثا لغير اللغة فإن خدمات المساعدين لغوية متوفرة لك بالامكان. نحن لبحرق 1-888- 665-4621 (TTY: 711) م متلف الصم وللكم.
Punjabi	ਧਿਆਨ ਦਿਉਤਾ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਮੁਫਤ ਉਪਲਬਧ ,ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪੰਜਾਬੀ ਬੋਲਦੇ ਹੋ : 1-888- 665-4621 (TTY:711) ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।
Cambodian (Mon-Khmer)	ប្រយ័ត្ន៖ បើសិនជាអ្នកនិយាយភាសាខ្មែរ, សេវាជំនួយផ្នែកភាសា ដោយមិនគិតល្អល គឺអាចមានសំរាប់អ្នក។ ចូរ ទូរស័ព្ទ 1-888- 665-4621 (TTY: 711)។
Hmong	LUS CEEV: Yog tias koj hais lus Hmoob, cov kev pab txog lus, muaj kev pab dawb rau koj. Hu rau 1-888- 665-4621 (TTY: 711).
Hindi	ध्यान दें: यदि आप हिंदी बोलते हैं तो आपके लिए मुफ्त में भाषा सहायता सेवाएं उपलब्ध हैं। 1-888- 665-4621 (TTY: 711) पर कॉल करें।
Thai	เรียน: ถ้าคุณพูดภาษาไทยคุณสามารถใช้บริการช่วยเหลือทางภาษาได้ฟรี โทร 1-888- 665-4621 (TTY: 711).