

Bản Tin Sức Khỏe và Gia Đình **Mùa Thu 2015**



Cải Thiện Dịch Vụ cho Các Thành Viên của Molina Healthcare

Chất Lượng Chăm Sóc Quý vị Nhận Được là Điều Quan Trọng đối với Chúng Tôi.

Molina muốn quý vị và gia đình của quý vị được chăm sóc cần thiết. Chúng tôi có một Chương Trình Cải Thiện Chất Lượng (QI) để đánh giá công việc của chúng tôi. Mỗi năm, chúng tôi đề ra các mục tiêu để cải thiện các dịch vụ chăm sóc mà các thành viên nhận được. Chúng tôi quan tâm đến việc các thành viên của mình có được kiểm tra và xét nghiệm cần thiết không. Chúng tôi cũng quan tâm đến việc quý vị có hài lòng với dịch vụ chăm sóc và bác sĩ của mình không. Chúng tôi lắng nghe những ý kiến đóng góp của quý vị và tìm cách cải thiện dịch vụ của mình.

Quý vị có thể tìm thấy thông tin về các mục tiêu, tiến triển và kết quả của Chương Trình QI chúng tôi trên trang web này. Vui lòng truy cập trang web của Molina tại địa chỉ <http://www.molinahealthcare.com>.

Trong Số Đây

Cải thiện dịch vụ cho các thành viên của Molina Healthcare	1-2
Nơi tìm câu trả lời cho các phúc lợi về thuốc.....	3
Ngăn ngừa bệnh cúm.....	3
Bảo Vệ Quyền Riêng Tư Của Quý Vị.....	4-5
Cổng Thông Tin Thành Viên My-Molina.....	6
Gian lận, lãng phí, và lạm dụng chăm sóc sức khỏe.....	6
Chào mừng các thành viên mới!	7

This newsletter and future health education newsletters may be viewed on our website at www.MolinaHealthcare.com.

To get this information in your preferred language and/or accessible format, please call Member Services. The number is on the back of your Member ID card.

Quý vị có thể xem bản tin này và các bản tin giáo dục sức khỏe sau này trên trang web của chúng tôi tại www.MolinaHealthcare.com.

Để nhận thông tin này bằng ngôn ngữ khác và/hoặc định dạng khác, vui lòng gọi đến Dịch vụ Thành viên. Số điện thoại có ở mặt sau của thẻ ID Thành viên của quý vị.

MolinaHealthcare.com

Những điều Chương Trình QI của Molina cung cấp cho quý vị

Chương Trình QI của Molina có các chương trình và thông tin giúp quý vị sống khỏe mạnh. Có nhiều chủ đề bao gồm:

- Cao huyết áp, bệnh suyễn, COPD, bệnh tim, bệnh tiểu đường và các chương trình giảm cân
- Những chọn lựa lành mạnh nếu quý vị đang có em bé
- Giúp bỏ hút

Chương Trình QI của Molina:

1. Tiếp cận đến quý vị. Chúng tôi gửi:
 - Thông tin về sức khỏe trong các bản tin
 - Nhắc nhở tầm soát và xét nghiệm mà quý vị cần
2. Phối hợp để giúp quý vị an toàn và khỏe mạnh. Chúng tôi có:
 - Chương Trình An Toàn dành cho Bệnh Nhân - cho quý vị biết cách giữ an toàn trong khi được chăm sóc sức khỏe
 - Hướng Dẫn Chăm Sóc Phòng Bệnh - cho quý vị biết tần suất thăm khám bác sĩQuý vị sẽ tìm hiểu loại xét nghiệm, kiểm tra, hoặc chủng ngừa nào cần thiết. Quý vị cũng sẽ tìm hiểu xem khi nào cần thực hiện.
3. Hãy nhớ giữ an toàn khi quý vị được chăm sóc. Chúng tôi xem xét:
 - Sự an toàn trong văn phòng của bác sĩ
 - Báo cáo an toàn của các bệnh viện, dưỡng đường chuyên môn và trung tâm phẫu thuật

Quý vị có thể so sánh các bệnh viện và các trung tâm chăm sóc sức khỏe khác bằng cách vào các trang web sau:

Leapfrog Group (<http://www.leapfroggroup.org/>)

The Joint Commission (<http://www.qualitycheck.org/consumer/searchQCR.aspx>)

Để yêu cầu một bản in kết quả chất lượng hoặc Chương Trình QI của chúng tôi, hãy gọi đến Dịch Vụ Thành Viên của Molina Healthcare. Số điện thoại có ở mặt sau thẻ ID của quý vị.



MolinaHealthcare.com

Nơi tìm câu trả lời cho các phúc lợi về thuốc

Molina muốn quý vị trao đổi với bác sĩ của mình về các loại thuốc cần thiết. Nếu quý vị muốn biết thêm về các phúc lợi thuốc của mình hoặc quy trình nhà thuốc của chúng tôi, hãy gọi đến Dịch Vụ Thành Viên. Quý vị cũng có thể truy cập trang web của chúng tôi tại địa chỉ www.MolinaHealthcare.com. Trên trang web này, quý vị có thể tìm thấy:

- Một danh sách thuốc đồng dạng và thuốc chính hiệu mà chúng tôi bao trả và không bao trả (danh mục thuốc)
- Các giới hạn về thuốc được bao trả
- Những thay đổi và cập nhật danh sách thuốc được lập trong năm
- Quy trình đề nghị sự chấp thuận đặc biệt cho các loại thuốc không có trong danh sách
- Quy trình thay đổi thuốc thành thuốc đồng dạng
- Quy trình sử dụng các loại thuốc khác nhau có cùng tác dụng như thuốc chính hiệu hoặc thuốc đồng dạng
- Các quy tắc thử các loại thuốc nhất định trước khi chúng tôi bao trả cho một loại thuốc khác cho cùng chứng bệnh
- Cách bác sĩ của quý vị có thể đề nghị chúng tôi chấp thuận cho các loại thuốc nhất định
- Cách bác sĩ của quý vị có thể đề nghị một lượng thuốc mà quý vị có thể cần
- Thông tin cần thiết từ bác sĩ của quý vị để được chấp thuận cho một số thuốc của quý vị
- Hướng dẫn Phúc Lợi Nhà Thuốc của quý vị



Ngăn ngừa bệnh cúm

Cách tốt nhất để ngăn ngừa bệnh cúm theo mùa là chích ngừa bệnh cúm mỗi năm. Là thành viên của Molina Healthcare, quý vị có thể được chích ngừa bệnh cúm theo mùa miễn phí. Nhiều nhà thuốc có chích ngừa bệnh cúm cho các thành viên trưởng thành. Quý vị cũng có thể hỏi bác sĩ của mình.



Mùa cúm thường bắt đầu vào tháng 10. Thực hiện thói quen sức khỏe tốt. Giúp ngăn chặn sự lây lan vi trùng và ngăn ngừa các bệnh tật như cúm.

1. Tránh tiếp xúc gần với những người mắc bệnh.
2. Ở nhà khi quý vị bị ốm.
3. Che mũi và miệng khi quý vị ho hoặc hắt hơi.
4. Thường xuyên rửa sạch tay bằng xà phòng và nước.
5. Tránh chạm tay vào mắt, mũi hoặc miệng.
6. Thực hành các thói quen sức khỏe tốt khác. Ngủ nhiều, ăn thức ăn lành mạnh, và kiểm soát căng thẳng.

MolinaHealthcare.com

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 Healthcare sử dụng và chia sẻ thông tin để cung cấp cho quý vị những quyền lợi về sức khỏe.

Thông Tin Y Tế Được Bảo Vệ (PHI)

PHI nghĩa là “thông tin y tế được bảo vệ.” PHI bao gồm tên, số thành viên, chủng tộc, sắc tộc, nhu cầu ngôn ngữ, hoặc những điều khác nhận dạng quý vị. Molina Healthcare muốn cho quý vị biết cách chúng tôi chia sẻ hoặc sử dụng thông tin của quý vị.

Tại sao Molina Healthcare lại sử dụng hoặc chia sẻ PHI của quý vị?

- Để cung cấp cho việc điều trị của quý vị
- Để thanh toán cho việc chăm sóc sức khỏe của quý vị
- Để xem xét chất lượng chăm sóc mà quý vị nhận được
- Để thông báo cho quý vị biết về những sự lựa chọn chăm sóc của quý vị
- Để vận hành chương trình chăm sóc sức khỏe của chúng tôi
- Để sử dụng hoặc chia sẻ PHI cho các mục đích khác theo yêu cầu hoặc được pháp luật cho phép

Trong trường hợp nào Molina Healthcare cần có sự cho phép (phê duyệt) bằng văn bản của bạn để sử dụng hoặc chia sẻ PHI của bạn?

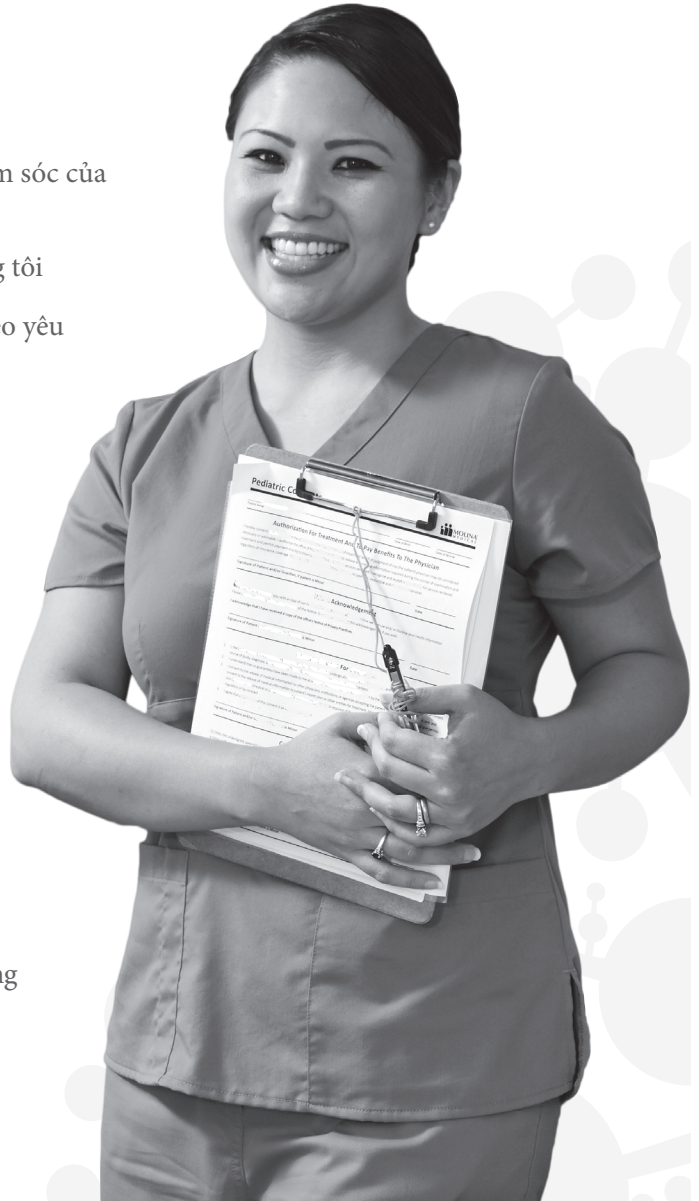
Molina Healthcare cần có sự phê duyệt bằng văn bản của bạn khi sử dụng PHI của bạn vào các mục đích không được liệt kê ở trên.

Quyền riêng tư của quý vị là gì?

- Xem xét PHI của quý vị
- Nhận một bản sao PHI của quý vị
- Chỉnh sửa PHI của quý vị
- Đề nghị chúng tôi không sử dụng hoặc chia sẻ PHI của quý vị theo những cách thức nhất định
- Có danh sách những người hoặc địa điểm nào đó mà chúng tôi cung cấp PHI của quý vị

Molina Healthcare bảo vệ PHI của bạn như thế nào?

PHI của quý vị có thể ở dạng văn bản, lời nói, hoặc trong máy vi



MolinaHealthcare.com

tính. Molina Healthcare sử dụng nhiều cách để bảo vệ PHI của bạn trong các chương trình sức khỏe của chúng tôi. Dưới đây là một số cách Molina Healthcare bảo vệ PHI của quý vị:

Molina Healthcare sử dụng các chính sách và quy định để bảo vệ PHI.

Chỉ nhân viên của Molina Healthcare có nhu cầu cần biết PHI mới có thể sử dụng PHI.

Molina Healthcare đào tạo nhân viên bảo vệ và bảo mật PHI, bao gồm các giao tiếp bằng văn bản và bằng miệng.

Nhân viên của Molina Healthcare phải đồng ý bằng văn bản tuân thủ các quy định và chính sách bảo vệ và bảo mật PHI.

Molina Healthcare bảo mật PHI trong các máy tính của chúng tôi. PHI trong các máy vi tính của chúng tôi được bảo mật bằng bức tường lửa và mật khẩu.

Nhiệm vụ của Molina Healthcare là gì?

Molina Healthcare phải:

Bảo mật PHI của quý vị

Gửi thông báo đến quý vị trong trường hợp có bất kỳ vi phạm nào đối với PHI không được bảo mật của quý vị

Không sử dụng hoặc tiết lộ thông tin về di truyền của quý vị nhằm mục đích bảo hiểm

Không sử dụng dữ liệu chủng tộc, sắc tộc hoặc ngôn ngữ của quý vị để bảo hiểm hoặc từ chối bảo hiểm và quyền lợi

Thực hiện theo các điều khoản trong Thông Báo này

Quý vị có thể làm gì nếu quý vị cho rằng quyền riêng tư của mình không được bảo vệ?

Gọi điện hoặc viết thư khiếu nại đến Molina Healthcare.

Nộp đơn khiếu nại lên Bộ Y Tế và Dịch Vụ Nhân Sinh Hoa Kỳ.

Phần trên chỉ là tóm lược. 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 nguyên văn của Thông Báo Chung Về Nguyên Tắc Bảo Vệ Quyền Riêng Tư trên trang web của chúng tôi tại địa chỉ www.MolinaHealthcare.com. Quý vị cũng có thể yêu cầu một bản Thông Báo Chung Về Nguyên Tắc Bảo Vệ Quyền Riêng Tư bằng cách gọi đến Phòng Dịch Vụ Thành Viên của chúng tôi.

MolinaHealthcare.com

Cổng Thông Tin Thành Viên My-Molina

Cổng thông tin thành viên My-Molina cho phép thành viên quản lý sức khỏe của chính mình. Họ cũng có thể truy cập vào các dữ liệu nhà thuốc và yêu cầu bảo hiểm. Vào ngày 1 tháng 7 năm 2015, Molina đã bổ sung các lựa chọn mới vào cổng thành viên này.

Những lựa chọn mới nào?

- Xem bản xem xét sức khỏe hàng năm với chương trình tùy chỉnh.
- Truy cập các công cụ tự chăm sóc và thư viện y khoa.
- Theo dõi yêu cầu bảo hiểm trực tuyến.
- Truy cập thông tin nhà thuốc:
 - Tìm hiểu người thanh toán cho các loại thuốc khác nhau
 - Tìm kiếm dữ liệu nhà thuốc
 - Bắt đầu quy trình xử lý trường hợp ngoại lệ
 - Tìm hiểu về các tương tác thuốc, tác dụng phụ, hoặc rủi ro
 - Tìm hiểu về các loại thuốc thay thế thuốc đồng dạng
 - Nhận nhắc nhở mua thêm thuốc bằng điện tử và tìm hiểu về kê toa điện tử
- Chọn hoặc thay đổi nhà cung cấp
- Yêu cầu thẻ ID.
- Tìm hiểu khi nào và cách thức có giấy giới thiệu và ủy quyền.
- Sử dụng Trình Ước Tính Chi Phí Thủ Thuật để ước tính chi phí dịch vụ hoặc chăm sóc.
- Gửi e-mail câu hỏi đến Dịch Vụ Thành Viên.
- Truy cập trực tuyến hồ sơ y tế.
- Truy cập giấy giới thiệu điện tử.
- Sử dụng e-mail bảo đảm để được tư vấn sức khỏe từ Đường Dây Tư Vấn Điều Dưỡng.



Gian lận, lãng phí, và lạm dụng chăm sóc sức khỏe

Chi phí chăm sóc sức khỏe tăng lên mỗi năm. Việc gian lận, lãng phí và lạm dụng chăm sóc sức khỏe phải chịu trách nhiệm về một số chi phí này. Khoảng 3-10% chi phí chăm sóc sức khỏe của quốc gia là do gian lận, lãng phí và lạm dụng. Điều này có thể từ \$81 lên \$270 tỷ. Chi phí chăm sóc sức khỏe cao khiến cho việc tài trợ các chương trình như Medi-Cal trở nên khó khăn.

Gian lận, lãng phí và lạm dụng cũng có thể ảnh hưởng đến chất lượng chăm sóc. Molina Healthcare lo lắng về điều đó. Molina muốn đảm bảo rằng mọi thành viên đều được chăm sóc có chất lượng tốt.

Quý vị cho rằng mình không nhận được các dịch vụ do Molina thanh toán? Quý vị cho rằng mình có thể là nạn nhân của việc gian lận, lãng phí và lạm dụng? Quý vị biết có người đang gian lận chăm sóc sức khỏe? Quý vị có thể giúp Molina bằng cách cho chúng tôi biết về mối quan ngại của quý vị.

Quý vị có thể báo cáo gian lận, lãng phí và lạm dụng lên AlertLine (Đường Dây Thông Báo) của Molina. Quý vị có thể gọi AlertLine 24 giờ một ngày, bảy ngày trong tuần. Hãy gọi đến AlertLine theo số điện thoại miễn phí (866) 606-3889. Quý vị cũng có thể báo cáo mối quan ngại của mình lên trang web AlertLine. Quý vị có thể tìm thấy trang web này tại địa chỉ <https://MolinaHealthcare.AlertLine.com>.

Với sự trợ giúp của quý vị, Molina có thể ngăn chặn tình trạng gian lận, lãng phí và lạm dụng chăm sóc sức khỏe!

MolinaHealthcare.com



Chào mừng các thành viên mới!

Các thành viên mới phải thăm khám với bác sĩ chăm sóc chính (PCP) của mình để được Đánh Giá Sức Khỏe Ban Đầu (IHA) trong vòng 120 ngày kể từ ngày trở thành thành viên. Trẻ em cũng phải được đánh giá IHA trong vòng 120 ngày kể từ ngày trở thành thành viên. Đối với những trẻ dưới 2 tuổi, nên thực hiện hoàn tất IHA trong vòng 120 ngày, hoặc theo Viện Hàn Lâm Nhi Khoa Hoa Kỳ (AAP) đề nghị nếu thời gian nào ngắn hơn. Vui lòng tham khảo với bác sĩ của con quý vị. Cuộc gặp gỡ đầu tiên này với PCP mới của quý vị sẽ giúp quý vị hiểu được PCP của mình khi quý vị khỏe mạnh. PCP sẽ đánh giá xem xét tình trạng sức khỏe và nhu cầu y tế của quý vị.

Hãy đến PCP của quý vị để được khám theo dõi mỗi năm, để xét nghiệm và nhận kết quả xét nghiệm, chủng ngừa, và tất nhiên là khi quý vị ốm. Nếu quý vị hoặc con của quý vị cần chăm sóc đặc biệt, PCP của quý vị sẽ giúp quý vị điều đó. PCP của quý vị sẽ giúp quý vị và con của quý vị khỏe mạnh.

Luôn luôn đến đúng giờ để được đánh giá IHA và trong các cuộc hẹn khác. Nếu quý vị sẽ đến trễ hoặc không thể giữ hẹn, hãy gọi đến văn phòng của bác sĩ.

Nếu quý vị có câu hỏi thắc mắc về việc thăm khám với PCP của quý vị để được IHA, hãy gọi Dịch Vụ Thành Viên Molina Healthcare theo số điện thoại miễn phí 1 (888) 665-4621.

Quý vị gặp khó khăn khi trao đổi với bác sĩ của mình bằng tiếng Anh? Quý vị có quyền được có thông dịch viên. Miễn phí cho bạn. Hãy cho nhân viên văn phòng biết nếu quý vị thích trao đổi bằng ngôn ngữ riêng của quý vị (bao gồm cả 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 để thực hiện Dịch Vụ Chuyển Tiếp California), thứ Hai đến thứ Sáu từ 7 giờ sáng – 7 giờ tối

MolinaHealthcare.com



Phòng QI
200 Oceangate, Suite 100
Long Beach, CA 90802



Các câu hỏi về Sức khỏe của Quý vị?

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

Anh ngữ: (888) 275-8750
Tây Ban Nha: (866) 648-3537

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

Đối với người điếc và lãng tai, vui lòng gọi đến TTY (tiếng Anh và tiếng Tây Ban Nha): 711

MolinaHealthcare.com

