



**QI Department**

200 Oceangate, Suite 100  
Long Beach, CA 90802



## 有關您健康的 問題？

*請撥打我們的 24 小時護士  
諮詢專線！*

英語和其他語言：(888) 275-8750

西班牙語：(866) 648-3537

TTY 使用者應撥打 711。

您的健康是我們的頭等大事！

**MolinaHealthcare.com**



Your Extended Family.

# 哮喘認知

「Molina 輕鬆呼吸」計劃®

## 健康管理計劃

Molina Healthcare 為有慢性心臟疾病的會員提供健康管理計劃。您已加入了 Molina 輕鬆呼吸® 計劃。本計劃是針對患有哮喘的會員。

這些計劃提供學習材料、建議和護理小秘訣。護士照護管理員會聯絡您。護士將與您和您的提供商合作，幫助您保持健康。是否加入計劃是您的選擇。如果您不想加入計劃，請告知我們。撥打免費電話 (866) 891-2320 聯絡我們，TTY：711。

## 管理您的哮喘



哮喘是一種會影響您的肺呼吸道的慢性疾病。當您哮喘發作時，您的呼吸道會腫脹。這會讓您難以呼吸。

大多數哮喘患者都應服用**控制藥物**。它有助於預防哮喘症狀。您需要每天服用。**搶救藥物**可用於緩解突發哮喘症狀。與您的提供方討論您服用的任何藥物，以及控制藥物能夠如何幫助您。

## 續藥

與提供方討論，以瞭解您有哪些續藥的選擇。藥物對幫助您管理哮喘來說相當重要。

## 健康教育

身為 Molina 會員，您可以使用我們網站上的健康教育資源。

造訪：<http://tinyurl.com/MolinaHealthEd>

電子報也發佈在我們的網站 ([www.MolinaHealthcare.com](http://www.MolinaHealthcare.com)) 上。  
電子報在「Member Resources（會員資源）」下。

如要索取您偏好的語言和/或可存取版本的資訊，請致電會員服務部。號碼位於會員身分識別卡的背面。

MolinaHealthcare.com