



L.A. Care
Medi-Cal



∴∴∴ **ការណែនាំសម្រាប់សមាជិកថ្មីរបស់ Medi-Cal**
∴∴∴ **ឆ្នាំ 2024**

តារាងមាតិកា

សារពី L.A. Care.....	1
ស្វែងយល់អំពីគម្រោង Medi-Cal Plan របស់អ្នក.....	2
បន្តភ្ជាប់ទំនាក់ទំនង.....	7
ការបន្តសុពលភាព Medi-Cal ជាថ្មី.....	8
បន្តទទួលការរ៉ាប់រង.....	9
ជំនួយក្នុងការបន្ត CRC ជាថ្មី.....	10
ការថែទាំភ្នែក.....	11
ផ្នែកសំខាន់នៃអត្ថប្រយោជន៍.....	12
ដឹងពីជម្រើសថែទាំរបស់អ្នក.....	14
មធ្យោបាយផ្សេងទៀតដើម្បីទទួលបានការថែទាំ.....	15
របៀបចូលទៅប្រើប្រាស់ឯកសារសមាជិក.....	16
សេចក្តីជូនដំណឹងអំពីការមិនរើសអើង.....	17
ជំនួយផ្នែកភាសា.....	20





ជូនចំពោះសមាជិក

សូមស្វាគមន៍មកកាន់ L.A. Care Health Plan (L.A. Care)។ សុខភាពរបស់អ្នកពិតជាសំខាន់សម្រាប់យើង ហើយយើងនៅទីនេះដើម្បីជួយអ្នកទទួលបានការថែទាំសុខភាពដែលអ្នកត្រូវការ។ នេះគឺជាកញ្ចប់ស្វាគមន៍សមាជិកថ្មីរបស់អ្នក។ វារួមបញ្ចូលព័ត៌មានដ៏មានតម្លៃអំពីអត្ថប្រយោជន៍គម្រោងរបស់អ្នក ឯកសារសមាជិក និងធនធានមានប្រយោជន៍ជាច្រើន។

L.A. Care មិនមែននៅទីនេះសម្រាប់តែពេលដែលអ្នកឈឺប៉ុណ្ណោះទេ។ យើងចង់ជួយអ្នកឱ្យទទួលបាន និងបន្តមានសុខភាពល្អ។ L.A. Care នៅទីនេះសម្រាប់អ្នកជានិច្ច។ យើងនឹង ជួយអ្នកឱ្យសម្រេចបាននូវគោលដៅសុខភាពរបស់អ្នកដោយ៖

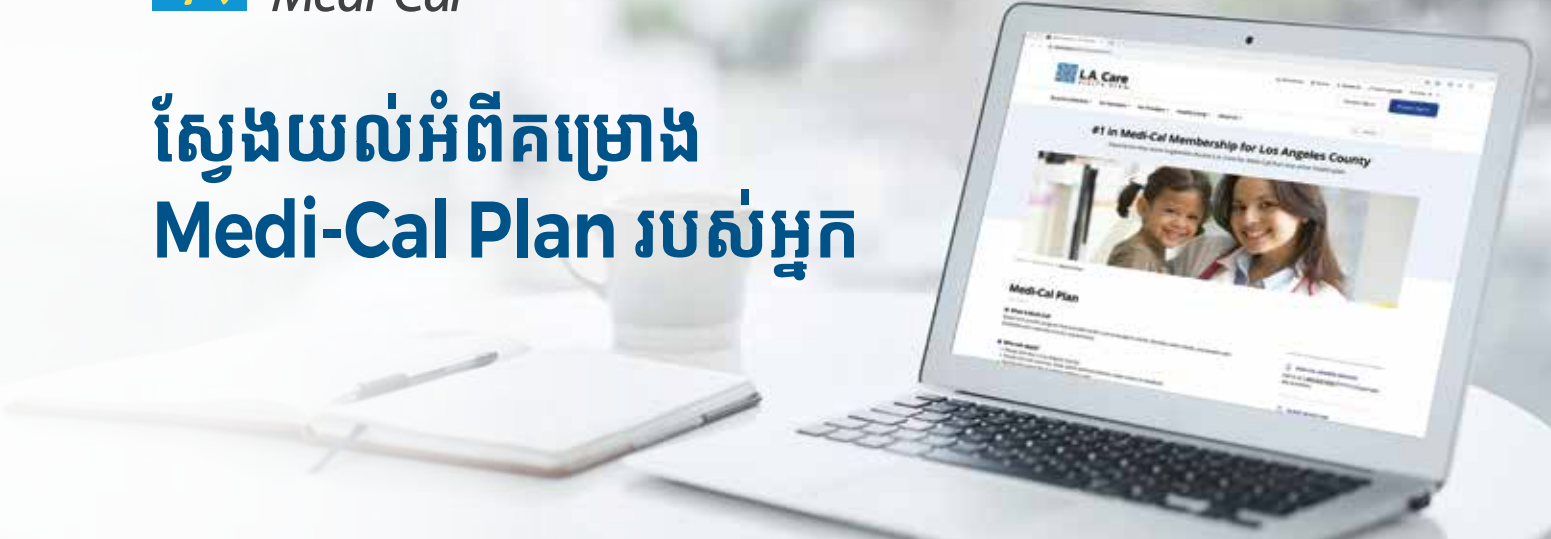
- ❖ ផ្តល់ជូនអ្នកនូវគន្លឹះសុខភាព និងចែករំលែកព័ត៌មានអំពីកម្មវិធីដើម្បីជួយអ្នកក្នុងការគ្រប់គ្រងសុខភាពរបស់អ្នក
- ❖ ធ្វើបច្ចុប្បន្នភាពជាមួយអ្នកអំពីការផ្លាស់ប្តូរចំពោះអត្ថប្រយោជន៍របស់អ្នក
- ❖ សាកសួរព័ត៌មានអំពីសុខភាពរបស់អ្នក ដើម្បីជួយអ្នកឱ្យមានសុខភាពល្អ

ប្រសិនបើអ្នកមានសំណួរ មានតម្រូវការ ថែទាំសុខភាពពិសេស ឬអ្នកត្រូវការជំនួយក្នុងការរៀបចំសេវាកម្ម យើងនឹងជួយអ្នក។ សូមទូរស័ព្ទទៅផ្នែកសេវាសមាជិករបស់ L.A. Care តាមរយៈលេខ **1.888.839.9909 (TTY 711)** 24 ម៉ោងក្នុងមួយថ្ងៃ 7 ថ្ងៃក្នុងមួយសប្តាហ៍ រួមទាំងថ្ងៃឈប់សម្រាក។ ការហៅទូរស័ព្ទទាំងនេះគឺឥតគិតថ្លៃ។ សូមទូរស័ព្ទមកយើង ប្រសិនបើអ្នកត្រូវការព័ត៌មាននៅក្នុងកញ្ចប់នេះជាភាសា ឬទម្រង់ផ្សេងទៀត (អក្សរពុម្ពធំៗ ឬសំឡេង)។

ជាថ្មីម្តងទៀត សូមស្វាគមន៍មកកាន់ L.A. Care!

ដោយក្តីគោរពរាប់អានដ៏ស្មោះស្ម័គ្រ
L.A. Care Health Plan

ស្វែងយល់អំពីគម្រោង Medi-Cal Plan របស់អ្នក



ចាប់ផ្តើមក្នុងនាមជា សមាជិក L.A. Care

ក្នុងនាមជាសមាជិកថ្មី ទាំងនេះគឺជាគន្លឹះ
មានប្រយោជន៍មួយចំនួន៖

គន្លឹះទី 1៖ ពិនិត្យមើលសៀវភៅណែនាំ សមាជិករបស់អ្នក

(“អ្វីដែលអ្នកត្រូវដឹងអំពីអត្ថប្រយោជន៍របស់អ្នក”)
សៀវភៅណែនាំសមាជិករបស់អ្នកមានព័ត៌មានសំខាន់ៗអំពី
L.A. Care៖

- ❖ សិទ្ធិ និងទំនួលខុសត្រូវរបស់អ្នក
- ❖ លេខទូរស័ព្ទសំខាន់ៗ
- ❖ អត្ថប្រយោជន៍ និងសេវាដែលរ៉ាប់រង
- ❖ របៀបផ្លាស់ប្តូរអ្នកផ្តល់ការថែទាំជាបឋម
(Primary Care Provider, PCP) របស់អ្នក

វាក៏នឹងប្រាប់អ្នកផងដែរពីរបៀបចូលប្រើ៖

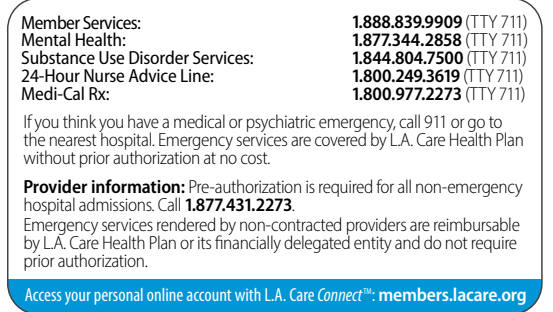
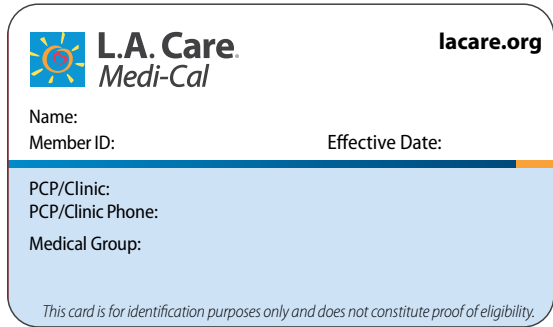
- ❖ ការថែទាំសុខភាពបង្ការ បន្ទាន់ និងសង្គ្រោះបន្ទាន់

- ❖ អ្នកឯកទេសសុខភាពស្ត្រីសម្រាប់ការថែទាំជាប្រចាំ និង
ការថែទាំបង្ការ
- ❖ ជំនួយផ្នែកភាសា និងអ្នកបកប្រែ
- ❖ អត្ថប្រយោជន៍ឱសថស្ថាន និងរបៀបដែលអ្នកអាច
ទទួលបានថ្នាំដែលអ្នកត្រូវការ
- ❖ សេវាកម្មយានជំនិះមិនទាត់ទងនឹងវេជ្ជសាស្ត្រ
និងសេវាកម្មយានជំនិះពេទ្យមិនអាសន្ន
- ❖ កម្មវិធីគ្រប់គ្រងការថែទាំ និងចាត់ចែងជំងឺ
- ❖ ខ្សែទូរស័ព្ទឱវាទពេទ្យ 24 – ម៉ោង

សៀវភៅណែនាំសមាជិកមាននៅក្នុង កញ្ចប់នេះ។
អ្នកក៏អាចស្វែងរក សៀវភៅណែនាំសមាជិកជាភាសា
របស់អ្នកនៅ [https://www.lacare.org/members/
documents/medi-cal](https://www.lacare.org/members/documents/medi-cal) ឬអ្នកអាចស្នើសុំ ច្បាប់ចម្លងនៃ
សៀវភៅណែនាំសមាជិក ជាភាសាណាមួយដែលមាន ដោយ
ទូរស័ព្ទទៅផ្នែកសេវាសមាជិករបស់ L.A. Care តាមរយៈលេខ
1.888.839.9909 (TTY 711)។

គន្លឹះទី 2៖ ពិនិត្យប័ណ្ណសម្គាល់សមាជិករបស់អ្នក

ប័ណ្ណសម្គាល់សមាជិករបស់អ្នកត្រូវបានផ្ញើទៅអ្នកដោយឡែក ពីគ្នា។ ប័ណ្ណសម្គាល់របស់អ្នករួមបញ្ចូល ព័ត៌មានដូចខាងក្រោម៖



- ❖ ឈ្មោះគម្រោងសុខភាពរបស់អ្នក៖ L.A. Care
- ❖ លេខសម្គាល់សមាជិករបស់អ្នក
- ❖ អ្នកផ្តល់ការថែទាំបឋមរបស់អ្នក (Primary Care Provider, PCP) និងលេខសំគាល់របស់គាត់
- ❖ ក្រុមពេទ្យរបស់អ្នក (ប្រសិនបើអ្នកមាន)
- ❖ លេខទូរស័ព្ទផ្នែកសេវាសមាជិករបស់ L.A. Care និងព័ត៌មានសំខាន់ៗ ព្រមទាំងលេខទូរស័ព្ទផ្សេងទៀត

សូមរក្សាប័ណ្ណសម្គាល់សមាជិករបស់អ្នកនៅជាមួយអ្នក គ្រប់ពេលវេលា។ ចងចាំជានិច្ចក្នុងការបង្ហាញប័ណ្ណសម្គាល់សមាជិករបស់អ្នក នៅពេលណាដែលអ្នកទទួលបានសេវាថែទាំសុខភាព។ ប្រសិនបើអ្នកមិនទទួលបានប័ណ្ណសម្គាល់សមាជិករបស់អ្នក ឬមានសំណួរ សូមទូរស័ព្ទទៅផ្នែកសេវាសមាជិកតាមរយៈលេខ **1.888.839.9909 (TTY 711)** 24 ម៉ោង ក្នុងមួយថ្ងៃ 7 ថ្ងៃក្នុងមួយសប្តាហ៍ រួមទាំងថ្ងៃឈប់សម្រាក។

គន្លឹះទី 3៖ ធ្វើការណាត់ជួបជាមួយអ្នកផ្តល់ការថែទាំជាបឋម (PCP) របស់អ្នកឱ្យបានឆាប់តាមដែលអាចធ្វើទៅបាន

អ្នកផ្តល់ការថែទាំជាបឋមរបស់អ្នក (Primary Care Provider, PCP) គឺជា វេជ្ជបណ្ឌិតចម្បងរបស់អ្នក និងជាមនុស្សដំបូងដែលអ្នក ទៅជួបពេលណាអ្នកមានបញ្ហាសុខភាព។ ពួកគេធ្វើឱ្យប្រាកដថាអ្នកទទួលបានការថែទាំសមស្រប នៅ កន្លែងសមស្រប ក្នុងពេលវេលាសមស្រប។

ការទៅជួបជាមួយ PCP របស់អ្នកជាប្រចាំ ពិតជាសំខាន់ ដើម្បីជួយអ្នកឱ្យមានសុខភាពល្អ។ ទោះបីជាអ្នកមិនឈឺក៏ដោយ ក៏យើងស្នើសុំឱ្យសមាជិកថ្មីទាំងអស់ទៅជួប PCP របស់ពួកគេ ក្នុងរយៈពេល 1 ទៅ 3 ខែដំបូងនៃការចូលរួមជាមួយ L.A. Care។ ការជួបពិនិត្យលើកដំបូង ឬការណាត់ជួបពិនិត្យសុខភាពលើកដំបូង (Initial Health Appointment, IHA) ជាមួយ PCP របស់អ្នកពិតជាសំខាន់ខ្លាំងណាស់ ព្រោះ PCP នឹង៖

- ❖ ស្គាល់អ្នក ហើយពិភាក្សាអំពី សុខភាពរបស់អ្នក
- ❖ ស្វែងយល់ពីប្រវត្តិវេជ្ជសាស្ត្ររបស់អ្នក
- ❖ ផ្តល់ជូននូវការពិនិត្យរាងកាយដល់អ្នក
- ❖ ផ្តល់ជូនអ្នកនូវព័ត៌មានសុខភាព និងសេវាកម្មដែលអ្នកអាចត្រូវការ
- ❖ ជួយអ្នកឱ្យយល់ពីតម្រូវការសុខភាពរបស់អ្នក
- ❖ បង្រៀនអ្នកពីវិធីធ្វើឱ្យសុខភាពរបស់អ្នកប្រសើរឡើង ឬជួយឱ្យអ្នកមានសុខភាពល្អ

សូមចងចាំថា អ្នកមានសិទ្ធិផ្លាស់ប្តូរ PCP របស់អ្នកនៅពេលណាក៏បាន។ អ្នកត្រូវតែជ្រើសរើស PCP មួយដែលនៅក្នុងបណ្តាញអ្នកផ្តល់សេវា L.A. Care និងកំពុងតែទទួលយកអ្នកជំងឺថ្មី។

ប្រសិនបើអ្នកជ្រើសរើស PCP ថ្មី នោះគាត់នឹងក្លាយជា PCP របស់អ្នកនៅថ្ងៃដំបូងនៃ ខែបន្ទាប់ បន្ទាប់ពីអ្នកធ្វើការផ្លាស់ប្តូរ។ ប្រសិនបើអ្នកចង់ផ្លាស់ប្តូរ PCP របស់អ្នក អ្នកអាចទូរស័ព្ទទៅកាន់លេខ **1.888.839.9909 (TTY 711)** បង្កើតគណនី L.A. Care Connect ឬអ្នកអាចប្រើឧបករណ៍តាមអនឡាញ “ស្វែងរកវេជ្ជបណ្ឌិត ឬមន្ទីរពេទ្យ” របស់យើងតាមរយៈ **lacare.org**។

នៅពេលប្រើឧបករណ៍អនឡាញ សូមអនុវត្តតាមជំហានទាំងនេះ៖

- 1) ជ្រើសរើស Medi-Cal
- 2) ជ្រើសរើសជម្រើសខាងក្រោម៖ “ទីតាំង ព័ត៌មានលម្អិតរបស់អ្នកផ្តល់សេវា និង/ឬតម្រូវការលើការរ៉ាប់រង និងតម្រូវការលើការថែទាំ”
- 3) អ្នកអាចស្វែងរកអ្នកផ្តល់សេវាជាមួយឧបករណ៍ស្វែងរកជាច្រើនរួមមាន ប៉ុន្តែមិនកំណត់ចំពោះ៖
 - ទីតាំង
 - មន្ទីរថែទាំដែលផ្តល់ភាពងាយស្រួល
 - ព័ត៌មានលម្អិតអំពីអ្នកផ្តល់សេវា – ភេទ
 - ឈ្មោះរបស់អ្នកផ្តល់សេវា
 - ភាសាដែលអ្នកផ្តល់សេវានិយាយ
 - បណ្តាញ
 - ឯកទេស
- 4) ជ្រើសរើស “ស្វែងរកអ្នកផ្តល់សេវា (Find a provider)”

គន្លឹះទី 4៖ តើអ្នកមានភ្ជាប់នឹងអ្វីនឹងផ្តល់ដៃដោយ?
បើអ្នកប្រើ សូមចុះឈ្មោះក្នុង L.A. Care Connect (គណនីសមាជិកតាមអនឡាញរបស់អ្នក)

ដើម្បីធ្វើឱ្យបទពិសោធន៍របស់អ្នកកាន់តែងាយស្រួល អ្នកអាចបង្កើតគណនីសមាជិក L.A. Care Connect តាមអនឡាញសម្រាប់ព័ត៌មាន និងសេវាកម្មទាំងឡាយ។ L.A. Care Connect គឺជាផ្តល់សមាជិកអនឡាញរបស់អ្នក។

ដើម្បីចាប់ផ្តើម សូមបង្កើតគណនីអនឡាញដោយអនុវត្តតាមជំហានទាំងនេះ៖

- 1) ចូលទៅកាន់ <https://members.lacare.org>
- 2) ចុចលើពាក្យ “បង្កើតគណនី (Create an Account)” នៅក្រោម ប៊ូតុង “បញ្ជូន (Submit)”
 - អ្នកនឹងត្រូវការលេខសម្គាល់សមាជិករបស់អ្នក និងអាសយដ្ឋានអ៊ីមែលដែលមានសុពលភាពដើម្បីបង្កើតគណនី (លេខសម្គាល់សមាជិករបស់អ្នកមាននៅលើប័ណ្ណសម្គាល់សមាជិករបស់អ្នក)

ជាមួយនឹងគណនី L.A. Care Connect របស់អ្នក អ្នកអាច៖

- មើល ឬបោះពុម្ពអត្តសញ្ញាណប័ណ្ណរបស់អ្នក ដើម្បីប្រើនៅក្នុងការិយាល័យរបស់គ្រូពេទ្យ ឬឱសថស្ថានរបស់អ្នក
- មើលព័ត៌មានអំពីការថែទាំសុខភាពរបស់អ្នក រួមទាំងសិទ្ធិទទួលបាន

- ជជែកផ្ទាល់ជាមួយគិលានុបដ្ឋាក នៅពេលណាមួយដែលងាយស្រួលសម្រាប់អ្នក
- ភ្ជាប់ទៅកាន់ My Health In Motion™ សម្រាប់កម្មវិធីដែលស្របតាមតម្រូវការសុខភាពរបស់អ្នក
- សេវាកម្ម 24/7 ច្រើនបន្ថែមទៀត៖ ស្វែងរកវេជ្ជបណ្ឌិតស្នើសុំការផ្លាស់ប្តូរវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នក ស្វែងរកបញ្ជីឈ្មោះអ្នកផ្តល់សេវា ឬទាក់ទងមកយើង – គ្រប់យ៉ាងអាចដំណើរការដោយចុចទៅលើប៊ូតុងតែមួយគត់

គន្លឹះទី 5៖ ពិនិត្យមើលធនធានសមាជិកសំខាន់ៗដែលអាចចូលប្រើបានក្នុងទម្រង់ អេឡិចត្រូនិកនៅលើគេហទំព័រ [lacare.org](https://www.lacare.org) ដូចជា៖

- បញ្ជីឈ្មោះអ្នកផ្តល់សេវា៖ <https://www.lacare.org/members/documents/medi-cal>
- រូបមន្តឱសថរបស់ឱសថស្ថាន (តាមរយៈ Medi-Cal Rx)៖ <https://www.lacare.org/members/getting-care/pharmacy-services>
- ទិញប័ណ្ណ/សំបុត្រ Medi-Cal សម្រាប់កុមារ និងក្មេងជំទង់ៗ៖ <https://www.lacare.org/members/getting-care/routine-exams>

គន្លឹះទី 6៖ បំពេញបែបបទការប៉ាន់ប្រមាណហានិភ័យសុខភាពនិងព័ត៌មានសុខភាព

អ្នកអាចទទួលបានការស្ទង់មតិវាយតម្លៃមួយចំនួន ពី L.A. Care។ ការប៉ាន់ប្រមាណហានិភ័យសុខភាព (Health Risk Assessment, HRA) គឺជាការស្ទង់មតិសុខភាពដែលនឹងជួយយើងផ្តល់ជូនអ្នកនូវការថែទាំដែលអ្នកត្រូវការ។ វាពិតជាសំខាន់ដែលអ្នកចំណាយពេលដើម្បីបំពេញការស្ទង់មតិនេះ។ អ្នកអាចទទួលបានការហៅទូរស័ព្ទពីយើងដើម្បីបំពេញ HRA។

ការវាយតម្លៃមួយផ្សេងទៀតដែលអ្នកអាចទទួលបានតាមសំបុត្រគឺ ទម្រង់បែបបទព័ត៌មានសុខភាព (Health Information Form, HIF)។ នេះគឺជាការស្ទង់មតិសុខភាពខ្លីៗចំនួនដប់សំណួរ ដែលយើងស្នើឱ្យសមាជិកទាំងអស់បំពេញ។ យើងក៏នឹងប្រើប្រាស់ព័ត៌មាននេះ ដើម្បីជួយអ្នកទទួលបានការថែទាំដែលអ្នកត្រូវការផងដែរ។ អ្នកអាចទទួលបានការហៅទូរស័ព្ទពីយើងដោយរំលឹកអ្នកឱ្យបំពេញទម្រង់បែបបទនេះ។

Medi-Cal Managed Care

តើ Medi-Cal ជាអ្វី?

- ❖ Medi-Cal (កម្មវិធី Medicaid រដ្ឋ California) គឺជាកម្មវិធីសុខភាពសាធារណៈដែលផ្តល់ការធានារ៉ាប់រងសុខភាពសម្រាប់បុគ្គលដែលមានចំណូលទាប និងក្រុមគ្រួសារដែលបំពេញតម្រូវការសិទ្ធិទទួលបានដែលបានកំណត់
- ❖ Medi-Cal ផ្តល់ការធានារ៉ាប់រងសុខភាពដោយមិនគិតថ្លៃ និងមានតម្លៃទាបដល់អ្នកដែលមានសិទ្ធិទទួលបានកំពុងរស់នៅក្នុងរដ្ឋកាលីហ្វ័រញ៉ា

តើ Medi-Cal Managed Care គឺជាអ្វី?

- ❖ Medi-Cal Managed Care គឺជាប្រព័ន្ធដែលបានរៀបចំដើម្បីជួយឱ្យសមាជិកទទួលបានការថែទាំដែលមានគុណភាពខ្ពស់ និងមានសុខភាពល្អ
- ❖ គម្រោងថែទាំសុខភាព Medi-Cal Managed Care ជួយសមាជិកស្វែងរកវេជ្ជបណ្ឌិត ឱសថស្ថាន និងកម្មវិធីអប់រំសុខភាព
- ❖ គម្រោងថែទាំសុខភាព Medi-Cal Managed Care ក៏ផ្តល់ជូននូវការសម្របសម្រួលការថែទាំ ការបញ្ជូនបន្តទៅកាន់អ្នកឯកទេស សេវាទូរស័ព្ទផ្តល់ជំនួយនូវព័ត៌មាននូវបង្គោល 24 ម៉ោង និងជំនួយសេវាសមាជិកដែលមាន 24 ម៉ោងក្នុងមួយថ្ងៃ 7 ថ្ងៃក្នុងមួយសប្តាហ៍ (រួមទាំងថ្ងៃឈប់សម្រាក)

តើ L.A. Care Medi-Cal ជាអ្វី?

- ❖ L.A. Care Medi-Cal ផ្តល់ការធានារ៉ាប់រងសុខភាពដល់មនុស្សពេញវ័យ ក្រុមគ្រួសារ មនុស្សចាស់ និងជនពិការដែលបំពេញតាមលក្ខខណ្ឌប្រាក់ចំណូល
- ❖ អ្នកដែលស្ថិតក្នុងការគ្រប់គ្រងការថែទាំ ត្រូវតែទៅជួបវេជ្ជបណ្ឌិតដែលធ្វើការជាមួយគម្រោងសុខភាពរបស់ពួកគេ និងក្រុមពេទ្យរបស់ពួកគេ (ប្រសិនបើពួកគេមាន)

មជ្ឈមណ្ឌលធនធានសហគមន៍

មជ្ឈមណ្ឌលធនធានសហគមន៍ (Community Resource Centers, CRCs) របស់ L.A. Care ត្រូវបានដំណើរការរួមគ្នាជាមួយគម្រោង Blue Shield of California Promise Health Plan ហើយផ្តល់ជូននូវសេវាកម្ម និងធនធានជាច្រើនដោយឥតគិតថ្លៃដែលតម្រូវតាមសមាជិក និងសហគមន៍ទាក់ទងនឹងសុខភាពនិងសុខុមាលភាព

សេវាដែលផ្តល់ជូន រួមមាន៖

- ❖ ថ្នាក់សុខភាពនិងសុខុមាលភាពដោយឥតគិតថ្លៃសម្រាប់មនុស្សពេញវ័យនិងកុមារ និងថ្នាក់រៀនដើម្បីជួយគ្រប់គ្រងស្ថានភាពជំងឺរ៉ាំរ៉ៃ
- ❖ WiFi ឥតគិតថ្លៃសម្រាប់សេវាសុខភាពពិចម្ងាយ
- ❖ ជំនួយក្នុងការចុះឈ្មោះ និងបន្តសុពលភាព Medi-Cal
- ❖ ជំនួយសេវាសង្គម
- ❖ ការភ្ជាប់ទំនាក់ទំនង និងការបញ្ជូនបន្តទៅកាន់ធនធានសហគមន៍ក្នុងមូលដ្ឋាន
- ❖ ការពិនិត្យសុខភាព ជំនួយចំណីអាហារ និងព្រឹត្តិការណ៍សហគមន៍ពេញមួយឆ្នាំ

អ្នកអាចស្វែងយល់អំពីអត្ថប្រយោជន៍ Medi-Cal របស់អ្នកដោយចុះឈ្មោះសម្រាប់ការណែនាំសមាជិកថ្មីឱ្យស្គាល់ការងារនៅ CRC ក្នុងមូលដ្ឋានរបស់អ្នក។ បន្ទាប់ពីការណែនាំ អ្នកនឹងអាច៖

- ❖ យល់ពីអត្ថប្រយោជន៍របស់អ្នក
- ❖ ស្នើសុំអត្តសញ្ញាណប័ណ្ណ
- ❖ ជ្រើសរើស ឬផ្លាស់ប្តូរវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នក
- ❖ ដឹងពីរបៀបបំពេញវេជ្ជបញ្ជា
- ❖ យល់ដឹងអំពីការថែទាំសុខភាពបន្ទាន់
- ❖ យល់ដឹងអំពីសិទ្ធិ និងទំនួលខុសត្រូវរបស់អ្នក

អញ្ជើញទៅកាន់វគ្គគម្រោងទិសណែនាំសមាជិកថ្មីឱ្យស្គាល់ការងារនៅមជ្ឈមណ្ឌលធនធានសហគមន៍របស់ L.A. Care និង Blue Shield Promise ហើយទទួលបានប័ណ្ណអំណោយ \$10។

សេវាកម្ម CRC ទាំងអស់គឺឥតគិតថ្លៃ និងបើកដំណើរការសម្រាប់អ្នក និងបុគ្គលគ្រប់រូបនៅក្នុងសហគមន៍។ ចូលទៅកាន់ www.communityresourcecenterla.org សម្រាប់ទីតាំង/អាសយដ្ឋានរបស់ CRC លេខទូរស័ព្ទ ម៉ោងប្រតិបត្តិការ និងប្រតិទិននៃព្រឹត្តិការណ៍។

អ្នកអាចកំណត់ពេលណាត់ជួបដោយចូលទៅកាន់ www.communityresourcecenterla.org និងប្រើប្រាស់ឧបករណ៍កំណត់ពេលពេលជួបតាមអនឡាញ ឬហៅទូរស័ព្ទទៅលេខ **1.877.287.6290 (TTY 711)**។

សេវាអប់រំសុខភាព

L.A. Care ផ្តល់សេវាអប់រំសុខភាព កម្មវិធី និងធនធាន ជាច្រើន។ សេវាទាំងនេះរួមមាន៖

- ❖ ខ្សែទូរស័ព្ទឱវាទគិលានុបដ្ឋាក (1.800.249.3619 TTY 711)
- ❖ ការប្រឹក្សាតាមទូរស័ព្ទជាលក្ខណៈបុគ្គលជាមួយ អ្នកឯកទេសផ្នែករបបអាហារដែលមានការទទួលស្គាល់ ឬ អ្នកអប់រំសុខភាព
- ❖ ការណាត់ជួបពិគ្រោះសុខុមាលភាពជាក្រុមនៅក្នុង សហគមន៍
- ❖ សិក្ខាសាលាអនឡាញ មុខងារជំរុញពិភាក្សា និងវីដេអូ តាមរយៈ My Health in Motion™ ដែលជាប្រព័ន្ធផល ថលសុខភាពនិងសុខុមាលភាពរបស់យើង
- ❖ ស្វ័យគ្រប់គ្រងជំងឺទឹកនោមផ្អែម និងការបង្ការ
- ❖ ការព្យាបាលដោយអាហារូបត្ថម្ភវេជ្ជសាស្ត្រសម្រាប់ ស្ថានភាពជាក់លាក់
- ❖ អាហារសម្រាប់គោលបំណងវេជ្ជសាស្ត្រ
- ❖ ការប្រយុទ្ធប្រឆាំងនឹងជំងឺគ្រុនផ្តាសាយធំ
- ❖ កម្មវិធីពិសេសសម្រាប់មាតានិងទារក
- ❖ ជួយដល់ការផ្តាច់ថ្នាំជក់
- ❖ ឯកសារជាលាយលក្ខណ៍អក្សរដែលងាយស្រួលអានជា ភាសានិងទម្រង់ដែលអ្នកចង់បាន

រាល់សេវាអប់រំសុខភាពទាំងអស់ សុទ្ធតែឥតគិតថ្លៃចំពោះ អ្នក។ ដើម្បីស្វែងយល់បន្ថែម សូមទូរស័ព្ទទៅលេខ **1.855.856.6943 (TTY 711)** ពីថ្ងៃចន្ទដល់ថ្ងៃសុក្រ ចាប់ពី ម៉ោង 8:00 ព្រឹកដល់ម៉ោង 5:00 ល្ងាច ឬចូលទៅកាន់ lacare.org/healthy-living។

តំណភ្ជាប់សហគមន៍

- ❖ តំណភ្ជាប់សហគមន៍ L.A. Care ជួយសមាជិកឱ្យភ្ជាប់ ទំនាក់ទំនងជាមួយភ្នាក់ងារសហគមន៍ សម្រាប់ជំនួយ លំនៅឋាន ចំណីអាហារ វិក្កយបត្រ និងច្រើនទៀត
- ❖ សូមចូលទៅកាន់ communitylink.lacare.org ដើម្បីស្វែងរកសេវាកម្មឥតគិតថ្លៃឬបញ្ចុះតម្លៃ និងធ្វើការ ស្ទង់មតិអំពីកត្តាសង្គមទៅលើសុខភាព

សេវាអ្នកបកប្រែផ្ទាល់មាត់មិនគិតថ្លៃ

- ❖ អ្នកមានសិទ្ធិទទួលបានអ្នកបកប្រែផ្ទាល់មាត់ នៅពេល អ្នកពិភាក្សាជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នក
- ❖ L.A. Care ផ្តល់សេវាអ្នកបកប្រែផ្ទាល់មាត់ឥតគិតថ្លៃ រួម ទាំងភាសាសញ្ញាអាមេរិកផងដែរ
- ❖ អ្នកមិនចាំបាច់ប្រើសមាជិកគ្រួសារ ឬមិត្តភក្តិជា អ្នកបកប្រែផ្ទាល់មាត់ទេ លើកលែងតែក្នុង គ្រាអាសន្ន
- ❖ ដើម្បីស្នើសុំអ្នកបកប្រែផ្ទាល់មាត់ សូមទូរស័ព្ទទៅផ្នែក សេវាសមាជិករបស់ L.A. Care រយៈពេល 24 ម៉ោង ក្នុងមួយថ្ងៃ 7 ថ្ងៃក្នុងមួយសប្តាហ៍ រួមទាំងថ្ងៃឈប់ សម្រាក តាមរយៈលេខ **1.888.839.9909 (TTY 711)** យ៉ាងហោចណាស់ 10 - 15 ថ្ងៃមុនពេលអ្នកមកជួបពិនិត្យ

សូមត្រៀមព័ត៌មានខាងក្រោម នៅពេលអ្នកហៅទូរស័ព្ទមក៖

- ❖ ឈ្មោះរបស់អ្នក
- ❖ លេខសម្គាល់សមាជិក L.A. Care របស់អ្នក
- ❖ កាលបរិច្ឆេទ និងពេលវេលានៃការណាត់ជួបរបស់អ្នក
- ❖ ឈ្មោះវេជ្ជបណ្ឌិត
- ❖ អាសយដ្ឋាន និងលេខទូរស័ព្ទរបស់វេជ្ជបណ្ឌិត

ប្រសិនបើការណាត់ជួបរបស់អ្នកបានផ្លាស់ប្តូរ ឬត្រូវ បានលុបចោល សូមទូរស័ព្ទទៅផ្នែកសេវាសមាជិករបស់ L.A. Care ឱ្យបានឆាប់តាមដែលអាចធ្វើទៅបាន

បន្តភ្ជាប់ទំនាក់ទំនង

លេខទូរស័ព្ទសំខាន់ៗ

- ❖ សេវាសមាជិក L.A. Care
1.888.839.9909 (TTY 711)
- ❖ ខ្សែទូរស័ព្ទឱវាទគិលានុបដ្ឋាក 24 ម៉ោងរបស់ L.A. Care
លេខ **1.800.249.3619** (TTY 711)
- ❖ ខ្សែជំនួយការប្រតិបត្តិការ L.A. Care **1.800.400.4889**
- ❖ មជ្ឈមណ្ឌលធនធានសហគមន៍ L.A. Care/Blue
Shield រដ្ឋ California – **1.877.287.6290**
- ❖ Medi-Cal Rx តាមរយៈលេខ **1.800.977.2273**
(TTY **1.800.977.2273**) ហើយចុចលេខ 5 ឬ 711
- ❖ ក្រសួងសុខភាព ផ្លូវចិត្ត **ខោនធី Los Angeles លេខ**
1.800.854.7771
- ❖ ប្រាក់ចំណូលសង្គមបន្ថែមនៃរដ្ឋបាលរបបសន្តិសុខ
សង្គម (Social Security Administration
Supplemental Social Income, SSI)
1.800.772.1213

នេះជាវិធីមួយចំនួនក្នុងការបន្តភ្ជាប់ទំនាក់ទំនង ជាមួយ L.A. Care។

- ❖ ចូលទៅកាន់គេហទំព័ររបស់យើង៖ **lacare.org**
- ❖ ទូរស័ព្ទទៅផ្នែកសេវាសមាជិក៖ **1.888.839.9909**
(TTY **711**) បាន 24 ម៉ោងក្នុងមួយថ្ងៃ 7 ថ្ងៃក្នុងមួយ
សប្តាហ៍ រួមទាំងថ្ងៃឈប់សម្រាក
- ❖ ចូលទៅកាន់ L.A. Care Connect៖
https://members.lacare.org

តាមដានយើងនៅលើបណ្តាញព័ត៌មានសង្គម



- ❖ Facebook៖ **facebook.com/LACareHealth**
- ❖ Twitter៖ **twitter.com/LACareHealth**
- ❖ Instagram៖ **instagram.com/lacarehealth**
- ❖ YouTube៖ **youtube.com/user/lacarehealthplan**



ការបន្តសុពលភាព Medi-Cal

រៀងរាល់ 12 ខែម្តង ក្រសួងសង្គមកិច្ចសេវាសាធារណៈ (DPSS) នៃខោនធី Los Angeles នឹងធ្វើការពិនិត្យឡើងវិញ នូវព័ត៌មានរបស់អ្នក ដើម្បីកំណត់ថាតើអ្នកនៅតែមានសិទ្ធិ ទទួលបានអត្ថប្រយោជន៍ Medi-Cal ដែរឬអត់ និងដើម្បីឱ្យ គេបន្តសុពលភាពការចុះឈ្មោះ Medi-Cal របស់អ្នកនៅឆ្នាំ បន្ទាប់។

ទោះបីជាសមាជិកមួយចំនួនអាចត្រូវបានបន្តសុពលភាព ដោយស្វ័យប្រវត្តិក៏ដោយ អ្នកទទួលបាន Medi-Cal មួយចំនួនត្រូវតែបន្តសុពលភាពអត្ថប្រយោជន៍ Medi-Cal របស់ពួកគេជារៀងរាល់ឆ្នាំ ឱ្យបានទាន់ពេលវេលា ដើម្បីរក្សា ការធានារ៉ាប់រងសុខភាពរបស់ពួកគេ។

ដើម្បីស្វែងយល់បន្ថែមអំពី ដំណើរការបន្ត សុពលភាព Medi-Cal ប្រចាំឆ្នាំ សូមចូលទៅកាន់ www.lacare.org/medi-cal-renewals សម្រាប់ ព័ត៌មាននិងធនធានដែលមានប្រយោជន៍។

នេះគឺជាព័ត៌មានទំនាក់ទំនង DPSS សំខាន់ៗមួយចំនួន៖

1. គេហទំព័រ BenefitsCal៖ benefitscal.com

BenefitsCal គឺជាគេហទំព័រសម្រាប់អ្នករស់នៅខោនធី L.A. ដើម្បីដាក់ពាក្យស្នើសុំ និងមើលអត្ថប្រយោជន៍លើ អនឡាញសម្រាប់កម្មវិធី CalWORKs CalFresh ជំនួយ សង្គ្រោះទូទៅ និងពាក្យសុំ Medi-Cal

2. លេខទូរស័ព្ទរបស់មជ្ឈមណ្ឌលសេវាអតិថិជន (CSC) របស់ DPSS

លេខទូរស័ព្ទឥតគិតថ្លៃ	1.866.613.3777
លេខទូរស័ព្ទក្នុងតំបន់	1.626.569.1399 1.310.258.7400 1.818.701.8200
ម៉ោង ធ្វើការ	CSC អាចទំនាក់ទំនងបានដើម្បី ជួយអ្នក៖ <ul style="list-style-type: none"> • ថ្ងៃចន្ទ – ថ្ងៃសុក្រ ពីម៉ោង 7:30 ព្រឹក – 6:30 ល្ងាច។ • មិនរាប់បញ្ចូលថ្ងៃឈប់សម្រាក

ប្រសិនបើអ្នកមានសំណួរ ឬត្រូវការជំនួយ ក្នុងការចូលទៅកាន់ការរ៉ាប់រង Medi-Cal របស់អ្នក សូមទាក់ទង DPSS តាមរយៈលេខ **1.866.613.3777** (TTY) **1.800.660.4026** ចូលទៅ benefitscal.com ឬចូលទៅកាន់ KeepMediCalCoverage.org សម្រាប់ ព័ត៌មានបន្ថែម។

ឱ្យអ្នកនិងគ្រួសារអ្នកបន្តទទួលបានការរ៉ាប់រង

ប្រសិនបើអ្នកមាន Medi-Cal សូមប្រាកដថា អ្នកបន្តសុពលភាពកម្មវិធីនេះនៅពេលដល់កាលវេលា



Medi-Cal រ៉ាប់រងលើសេវាថែទាំសុខភាពសំខាន់ៗសម្រាប់អ្នកនិងគ្រួសាររបស់អ្នក រួមទាំងការទៅជួបពិគ្រោះគ្រូពេទ្យ ឱសថតាមវេជ្ជបញ្ជា ការចាក់វ៉ាក់សាំង ការថែទាំសុខភាពផ្លូវចិត្ត និងច្រើនទៀត។

1 ធ្វើបច្ចុប្បន្នភាពព័ត៌មានទំនាក់ទំនងរបស់អ្នក។

រាយការណ៍អំពីការផ្លាស់ប្តូរណាមួយទៅលើឈ្មោះ អាសយដ្ឋាន លេខទូរស័ព្ទ ឬអាសយដ្ឋានអ៊ីម៉ែលរបស់អ្នក ដូច្នោះខោនធីររបស់អ្នកអាចទាក់ទងទៅអ្នកបាន។

2 ពិនិត្យមើលសំបុត្រប្រៃសណីយ៍របស់អ្នក

ខោនធីនានា នឹងធ្វើលិខិតមួយច្បាប់ទៅអ្នកតាមប្រៃសណីយ៍ អំពីសិទ្ធិទទួលបាន Medi-Calរបស់អ្នក។ អ្នកអាចនឹងត្រូវបំពេញទម្រង់បែបបទបន្តសុពលភាព។ ប្រសិនបើអ្នកត្រូវបានធ្វើឱ្យនូវទម្រង់បែបបទបន្តសុពលភាព សូមដាក់បញ្ជូនព័ត៌មានរបស់អ្នកតាមសំបុត្រប្រៃសណីយ៍ ទូរស័ព្ទ ដោយផ្ទាល់ ឬតាមអនឡាញ **benefitscal.com** ដូច្នោះអ្នកមិនបាត់បង់ការរ៉ាប់រងរបស់អ្នកទេ។

3 បង្កើត ឬពិនិត្យមើលគណនី BenefitsCal អនឡាញរបស់អ្នក។

អ្នកអាចចុះឈ្មោះដើម្បីទទួលបានការជូនដំណឹងជាមុនលើករណីរបស់អ្នក។ បង្កើត ឬចូលទៅក្នុងគណនី BenefitsCal របស់អ្នក ដើម្បីទទួលបានការជូនដំណឹងទាំងនេះ។ អ្នកក៏អាចដាក់បញ្ជូនការស្នើសុំបន្តសុពលភាព ឬព័ត៌មានដែលបានស្នើសុំតាមអនឡាញ តាមរយៈ **benefitscal.com**។

4 បំពេញទម្រង់បែបបទបន្តសុពលភាពរបស់អ្នក (ប្រសិនបើអ្នកទទួលបានទម្រង់បែបបទនេះ)។

ប្រសិនបើអ្នកទទួលបានទម្រង់បែបបទបន្តសុពលភាព សូមដាក់បញ្ជូនព័ត៌មានរបស់អ្នកតាមប្រៃសណីយ៍ តាមទូរស័ព្ទ ដោយផ្ទាល់ ឬតាមអនឡាញតាមរយៈ **benefitscal.com** ដើម្បីជៀសវាងភាពខ្វះចន្លោះនៅក្នុងការរ៉ាប់រងរបស់អ្នក។



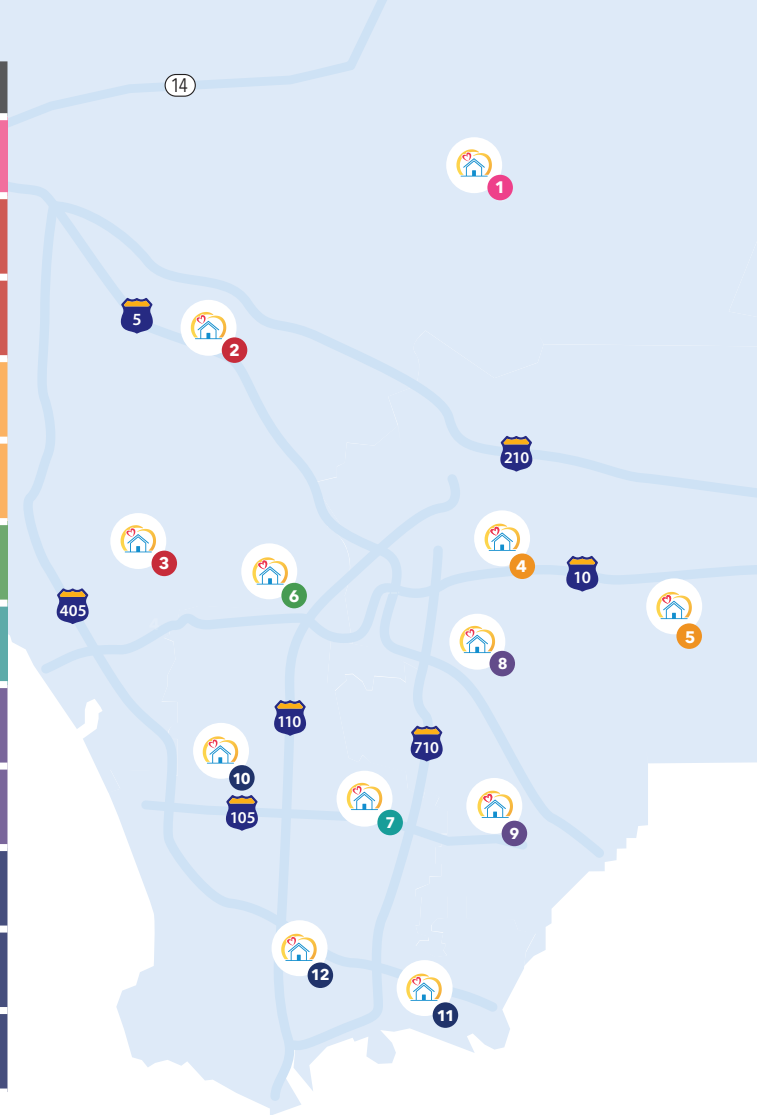
សម្រាប់ព័ត៌មានលម្អិតបន្ថែម និងដើម្បីធ្វើបច្ចុប្បន្នភាពព័ត៌មានទំនាក់ទំនងរបស់អ្នក សូមចូលទៅកាន់ **benefitscal.com**

ឬ
ក្រសួងសង្គមកិច្ចសាធារណៈ (DPSS) ខោនធី Los Angeles តាមរយៈលេខ **1.866.613.3777 (TTY 1.800.660.4026)**
ថ្ងៃចន្ទដល់សុក្រ ចាប់ពីម៉ោង 7:30 ព្រឹកដល់ 6:30 ល្ងាច (មិនរាប់បញ្ចូលថ្ងៃឈប់សម្រាក)។

ទទួលបានជំនួយក្នុងការបំពេញការចុះឈ្មោះ Medi-Cal របស់អ្នក ឬពាក្យសុំបន្តសុពលភាព

គ្រប់មជ្ឈមណ្ឌលធនធានសហគមន៍ទាំងអស់ (Community Resource Centers, CRC) ដែលបានរាយឈ្មោះខាងក្រោម នឹងផ្តល់ជំនួយក្នុង ការចុះឈ្មោះ Medi-Cal និងការបន្តសុពលភាព។ ប្រសិនបើអ្នកត្រូវការជំនួយក្នុងការបំពេញពាក្យសុំ Medi-Cal របស់អ្នក ឬការបន្តកញ្ចប់ជាថ្មី សូមទូរស័ព្ទទៅកាន់ CRC ដែលបានរាយឈ្មោះខាងក្រោម ដើម្បីណាត់ជួបទៅតាមពេលវេលា ជាមួយអ្នកជំនួយការកម្មវិធី។ L.A. Care CRC បើកដំណើរការជូនដល់សមាជិករបស់យើងនិងសាធារណជនទាំងអស់។

ទីតាំង CRC	អាសយដ្ឋាន និងលេខទូរស័ព្ទ
1. Palmdale	2072 E. Palmdale Blvd, Palmdale, CA 93550 1.213.438.5580
2. Panorama City <small>(នឹងបើកដំណើរការនៅខែមករា ឆ្នាំ 2024)</small>	7868 Van Nuys Blvd, Panorama, CA 91402 1.213.438.5497
3. West L.A. <small>(នឹងបើកដំណើរការនៅខែមករា ឆ្នាំ 2024)</small>	11173 W. Pico Blvd. Los Angeles, CA 90064 1.310.231.3854
4. El Monte	3570 Santa Anita Avenue, El Monte, CA 91731 1.213.428.1495
5. Pomona	696 W. Holt Avenue, Pomona, CA 91768 1.909.620.1661
6. Metro L.A.	1233 S Western Avenue, Los Angeles, CA 90006 1.213.428.1457
7. Lynwood	3200 East Imperial Hwy, Lynwood, CA 90262 1.310.661.3000
8. East L.A.	4801 Whittier Blvd, Los Angeles, CA 90022 1.213.438.5570
9. Norwalk	11721 Rosecrans Avenue, Norwalk, CA 90650 1.562. 651.6060
10. Inglewood	2864 W. Imperial Hwy, Inglewood, CA 90303 1.310.330.3130
11. Long Beach	5599 Atlantic Blvd, Long Beach, CA 90805 1.562.265.3130
12. Wilmington	911 North Avalon Blvd, Wilmington, CA 90744 1.213.428.1490



សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម សូមចូលទៅកាន់ [CommunityResourceCenterLA.org](https://www.CommunityResourceCenterLA.org) ឬ ទូរស័ព្ទទៅលេខ **1.877.287.6290 (TTY 711)** ថ្ងៃចន្ទ ដល់ ថ្ងៃសុក្រ ម៉ោង 9 ព្រឹក ដល់ ម៉ោង 5 ល្ងាច ស្ថេរកូដ QR ដើម្បី ស្វែងរកមជ្ឈមណ្ឌលដែលនៅជិតលោកអ្នក។



L.A. Care
Medi-Cal

VSP
Vision Care

ថែរក្សា ភ្នែករបស់អ្នកឱ្យ មានសុខភាពល្អ

ជាមួយនឹងការថែទាំចក្ខុវិញ្ញាណរបស់គម្រោង VSP



យើងធ្វើឱ្យសុខភាពភ្នែករបស់អ្នកជាអាទិភាពចម្បងរបស់យើង។ ក្នុងនាមជាសមាជិករបស់ Vision Care អ្នកនឹងទទួលបានការថែទាំពីវេជ្ជបណ្ឌិតភ្នែកដ៏ពូកែ វ៉ែនតាដែលមានគុណភាពរួមទាំងកញ្ចក់វ៉ែនតានិងដងវ៉ែនតាមវេជ្ជបញ្ជា និងការថែទាំភ្នែកដែលមានតម្លៃសមរម្យ ដូច្នេះអ្នកអាចមើលឃើញយ៉ាងច្បាស់ និងរស់នៅក្នុងជីវិតដែលមានសុខភាពល្អ។

ការពិនិត្យភ្នែកឱ្យបានទៀងទាត់គឺជាការសំខាន់

ជាមួយនឹង VSP® អ្នកនឹងទទួលបានការថែទាំដ៏អស្ចារ្យពីវេជ្ជបណ្ឌិតបណ្ឌាញ VSP រួមទាំង WellVision Exam® — ការធ្វើតេស្តដែលបង្កើតឡើងដើម្បីស្វែងរកសញ្ញានៃការមើលឃើញ និងស្ថានភាពសុខភាពដូចជាជំងឺទឹកនោមផ្អែម និងជំងឺលើសឈាម។

ការប្រើប្រាស់អត្ថប្រយោជន៍ VSP គឺងាយស្រួល



មើលការធានារ៉ាប់រងរបស់អ្នក។ ពិនិត្យមើលព័ត៌មានលម្អិតអំពីការធានារ៉ាប់រងផ្ទាល់ខ្លួនរបស់អ្នក និងស្វែងរក វេជ្ជបណ្ឌិតក្នុងបណ្តាញដោយបង្កើតគណនីនៅ vsp.com ដោយប្រើលេខសម្គាល់គម្រោង L.A. Care Health Plan របស់អ្នក (ដែលមាននៅលើប័ណ្ណរបស់អ្នក)។



ជួបជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិតក្នុងបណ្តាញ។ ចូលគណនីរបស់អ្នកនៅលើ vsp.com ដើម្បីស្វែងរកអ្នកផ្តល់សេវា VSP ដែលចូលរួមសម្រាប់ Medi-Cal នៅជិតអ្នក ឬទូរស័ព្ទទៅផ្នែកបម្រើសេវាសមាជិក VSP តាមរយៈលេខ **1.800.877.7195 (TTY 1.800.428.4833)** ពីថ្ងៃចន្ទដល់ថ្ងៃសៅរ៍ ម៉ោង 6:00 ព្រឹក ដល់ម៉ោង 5:00 ល្ងាច PST (បិទនៅថ្ងៃអាទិត្យ)។



នៅពេលការណាត់ជួបរបស់អ្នក សូមប្រាប់ពួកគេថាអ្នកមាន VSP តាមរយៈគម្រោង L.A. Care Health Plan។ បង្ហាញប័ណ្ណគម្រោង L.A. Care Health Plan របស់អ្នកនៅពេលការណាត់ជួបរបស់អ្នក។

អស់ហើយ! យើងនឹងដោះស្រាយអ្វីដែលនៅសល់—មិនមានទម្រង់បែបបទទាមទារដើម្បីបំពេញនៅពេលដែលអ្នកឃើញអ្នកផ្តល់សេវា VSP ដែលចូលរួម។

មានសំណួរដែរឬទេ? សូមចូលទៅកាន់ vsp.com ឬទូរស័ព្ទទៅ VSP តាមរយៈលេខ **1.800.877.7195 (TTY 1.800.428.4833)** ពីថ្ងៃចន្ទដល់ថ្ងៃសៅរ៍ ម៉ោង 6:00 ព្រឹក ដល់ម៉ោង 5:00 ល្ងាច PST (បិទនៅថ្ងៃអាទិត្យ)។

ផ្នែកសំខាន់នៃអត្ថប្រយោជន៍ L.A. Care Medi-Cal

គម្រោង L.A. Care Health Plan ផ្តល់ជូននូវអត្ថប្រយោជន៍សុខភាពយ៉ាងទូលំទូលាយ។

*នេះគ្រាន់តែជាការសង្ខេបប៉ុណ្ណោះ។

ព័ត៌មានលម្អិតបន្ថែមអំពីអត្ថប្រយោជន៍របស់អ្នកអាចរកបាននៅក្នុងសៀវភៅណែនាំសមាជិក Medi-Cal ដែលមាននៅលើអនឡាញនៅ lacare.org ។

អត្ថប្រយោជន៍បន្ថែម។ ដោយឥតគិតថ្លៃសម្រាប់អ្នក។

 **អត្ថប្រយោជន៍និងសេវាកម្មសម្រាប់ជំងឺស្រាលនិងទូទៅ**

- ❖ ការជួបពិនិត្យជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិតថែទាំជាបឋម និងអ្នកឯកទេស
- ❖ ការវះកាត់អ្នកជំងឺមិនស្នាក់ព្យាបាល
- ❖ គ្លីនិកថែទាំបន្ទាន់ និងលក់វាយ
- ❖ សេវាកម្មមន្ទីរពិសោធន៍ និងការស៊ីអ៊ិច
- ❖ ការចាក់វ៉ាក់សាំងគ្រុនឆ្លុសាយ និងវ៉ាក់សាំងផ្សេងៗទៀត ដែលបានណែនាំ
- ❖ ការធ្វើតេស្ត និងការចាក់វ៉ាក់សាំង COVID-19
- ❖ ការថែទាំមាតា និងទារកទើបនឹងកើត
- ❖ ការសម្រាល និងការថែទាំក្រោយពេលសម្រាល
- ❖ សេវាគិលានុបដ្ឋាក និងឆ្មប
- ❖ សេវាជំនួយថែទាំពេលមានផ្ទៃពោះ
- ❖ សេវាសម្រាប់កុមារ (ការពិនិត្យ ការវិនិច្ឆ័យ និងការព្យាបាលបានទាន់ពេលវេលានិងជាប្រចាំ (EPSDT))។
- ❖ វិទ្យាខាងប្រអប់ជើង
- ❖ ការចាប់សរសៃ
- ❖ ការព្យាបាលដោយវិធីព្យាបាល
- ❖ ការលាងឈាម/ការបំបែកលោហិត
- ❖ ខ្សែឱវាទគិលានុបដ្ឋាក
- ❖ ការផ្តល់ព័ត៌មានសុខភាពដោយប្រព័ន្ធអេឡិចត្រូនិក
- ❖ ការព្យាបាលលក្ខណៈគ្រួសារ
- ❖ ការផ្តល់ឱសថព្យាបាលតាមដងផ្លូវ

 **អត្ថប្រយោជន៍ផ្នែកបង្ការនិងសុខុមាលភាព**

- ❖ កម្មវិធី Health in Motion™
- ❖ កម្មវិធីចាត់ចែងជំងឺ
- ❖ សេវាកម្មបញ្ឈប់ការជក់បារី
- ❖ សេវារៀបចំគម្រោងគ្រួសារ
- ❖ បុគ្គលិកសុខាភិបាលតាមសហគមន៍

 **សេវាសុខភាពអាកប្បកិរិយា**

- ❖ សេវាសុខភាពផ្លូវចិត្តអ្នកជំងឺមិនសម្រាកព្យាបាល
- ❖ សេវាសុខភាពផ្លូវចិត្តឯកទេសសម្រាប់អ្នកជំងឺមិនស្នាក់ព្យាបាល និងអ្នកជំងឺស្នាក់ព្យាបាល
- ❖ សេវាព្យាបាលបញ្ហាប្រើប្រាស់សារធាតុញៀនសម្រាប់អ្នកជំងឺមិនស្នាក់ព្យាបាល /ការពិនិត្យការប្រើប្រាស់សារធាតុស្រវឹងមិនត្រឹមត្រូវ
 - ការបន្ស្រាបជាតិពុលអ្នកជំងឺសម្រាកព្យាបាលដោយស្ម័គ្រចិត្ត



សេវាកម្មមន្ទីរពេទ្យ

- ⊗ សេវាអនុវត្តជំងឺសុភ័យកំពុងរាលដាល
- ⊗ សេវាកម្មមន្ទីរពេទ្យ
- ⊗ ការវះកាត់បំបាត់សរីរាង្គកន្លង និងជាលិកាសំខាន់ៗ
- ⊗ សេវាអនុវត្តឯកទស្សនាសុខាភិបាល



សេវាអាសន្ន

- ⊗ សេវាបន្តទប់ស្កាត់ជំងឺបន្តិចបន្តួច
- ⊗ សេវាថែទាំសុខភាពសង្គមបន្តិចបន្តួច



អត្ថប្រយោជន៍ពីឱសថស្ថាន

- ⊗ ឱសថមានវេជ្ជបញ្ជាជា (តាមរយៈ: Medi-Cal Rx៖ Medi-calrx.dhcs.ca.gov)



សេវាស្តារនីតិសម្បទា និងបង្កើតនីតិសម្បទា

- ⊗ ការព្យាបាលដោយចលនា
- ⊗ ការព្យាបាលស្តារកាយសម្បទា
- ⊗ ប្រព័ន្ធការស្តាប់
- ⊗ វិធីព្យាបាលសំដី
- ⊗ ការពិនិត្យគ្រឿង
- ⊗ គ្រឿងបរិក្ខារពេទ្យប្រើជាប់បានយូរ
- ⊗ ការចាក់មូលវិទ្យាសាស្ត្រ
- ⊗ សេវាសុខភាពតាមផ្ទះ
- ⊗ ទម្រង់/ឧបករណ៍សិប្បនិម្មិត
- ⊗ បរិក្ខារពេទ្យ គ្រឿងបរិក្ខារ និងឧបករណ៍ប្រើប្រាស់
- ⊗ មន្ទីរគិលានុបដ្ឋាកម្មមានជំនាញ (រហូតដល់ 90 ថ្ងៃ)
- ⊗ ការស្តារមុខងារស្នូតឡើងវិញ



សេវាកម្មផ្សេងទៀត

- ⊗ ការមើលឃើញ/ការធ្វើតេស្តភ្នែក
- ⊗ មធ្យោបាយធ្វើដំណើរ
 - មធ្យោបាយធ្វើដំណើរផ្នែកវេជ្ជសាស្ត្រសម្រាប់ករណីមិនអាសន្ន
 - រថយន្តវ៉ែនសម្រាប់អ្នកជំងឺមិនស្ថិតក្នុងភាពអាសន្ន
 - រថយន្តវ៉ែនសម្រាប់អ្នកជំងឺប្រើរទេះរុញ
 - រថយន្តសង្គ្រោះ
 - សេវាកម្មផ្តល់មធ្យោបាយធ្វើដំណើរមិនមែនវេជ្ជសាស្ត្រ
 - យានជំនិះឯកជន ឬសាធារណៈសម្រាប់អ្នកដែលមិនមានវិធីផ្សេង ដើម្បីទៅដល់ការណាត់ជួបរបស់ពួកគេ
- ⊗ សេវា និងការគាំទ្រយូរអង្វែង
 - មណ្ឌលថែទាំសុខភាពជំនាញ (91+ ថ្ងៃ)
 - សេវាកម្មតាមផ្ទះ និងសហគមន៍
- ⊗ ការថែទាំធ្មេញ (តាមរយៈ: Medi-Cal Dental ត្រូវបានគេស្គាល់ជាផ្លូវការថាជា Denti-Cal៖ dhcs.ca.gov/services)
- ⊗ ការគាំទ្រសហគមន៍

**អត្ថប្រយោជន៍អាចផ្លាស់ប្តូរបាន។ សូមទូរស័ព្ទទៅសេវាសមាជិក L.A. Care តាមរយៈលេខ 1.888.839.9909 (TTY 711) 24 ម៉ោងក្នុងមួយថ្ងៃ 7 ថ្ងៃក្នុងមួយសប្តាហ៍ រួមទាំងថ្ងៃឈប់សម្រាក សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម ឬចូលទៅកាន់ lacare.org ។ អ្នកផ្តល់សេវាថែទាំសុខភាពរបស់អ្នក ប្រហែលជាត្រូវការទទួល ការអនុញ្ញាតសម្រាប់អត្ថប្រយោជន៍ និងសេវាកម្មមួយចំនួន។*

ដឹងពីជម្រើសថែទាំរបស់អ្នក

ប្រភេទនៃការថែទាំ	ប្រភេទអ្នកផ្តល់សេវា	ឧទាហរណ៍នៃសេវាកម្ម	ពេលវេលារង់ចាំដែលបានប៉ាន់ស្មាន
 ខ្សែឱវាទគិលានុបដ្ឋាក	RN ដែលមានអាជ្ញាបណ្ណ និយាយជាមួយគិលានុបដ្ឋាក 24/7	<ul style="list-style-type: none"> • ជំនួយស្តីពីការថែទាំសុខភាពផ្ទាល់ខ្លួន • ចម្លើយចំពោះសំណួរសុខភាព • ការជ្រើសរើសកន្លែងដែលត្រូវទទួលបានការថែទាំ 	<ul style="list-style-type: none"> • មិនមានពេលរង់ចាំទេ
 ការថែទាំជាបឋម	អ្នកផ្តល់សេវាថែទាំបឋម (PCP) ទូរស័ព្ទទៅ PCP របស់អ្នកជាមុននៅពេលដែលអ្នកត្រូវការការថែទាំ	<ul style="list-style-type: none"> • ការថែទាំបង្ការ • បញ្ហាសុខភាព ភ្លាមៗ ឬរយៈពេលខ្លី • លក្ខខណ្ឌរយៈពេលវែង ឬជំងឺដូចជាជំងឺទឹកនោមផ្អែម 	<ul style="list-style-type: none"> • 10 ថ្ងៃនៃថ្ងៃធ្វើការ ឬតិចជាងនេះ • ការណាត់ជួបនៅថ្ងៃតែមួយ
 ការថែទាំតាមប្រព័ន្ធអ៊ីនធឺណិត	សេវាសុខភាពពីចម្ងាយ ពិភាក្សាជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិតតាមទូរសព្ទ ឬតាមអនឡាញ	<ul style="list-style-type: none"> • ជំងឺផ្តាសាយ/គ្រុនផ្តាសាយធំ/គ្រុនក្តៅ • កន្ទួល • ការឆ្លងមេរោគ (ស្បែក/ភ្នែក/ត្រចៀក/UTI) • ផ្លូវដង្ហើម (តឹងដង្ហើមព្យសុខខ្លីៗ/ក្អក) • ក្រពះ (ឈឺ/ក្អក/រាគ) • រលូសស្រាល 	<ul style="list-style-type: none"> • ពីនាទីទៅម៉ោង
 ការថែទាំជាបន្ទាន់	គ្លីនិករង មានទីតាំងនៅក្នុងឱសថស្ថានលក់បន្ត និងបម្រើដោយគ្រូពេទ្យជាគិលានុបដ្ឋាក	<ul style="list-style-type: none"> • ជំងឺផ្តាសាយ/គ្រុនផ្តាសាយធំ/គ្រុនក្តៅ • កន្ទួល • ការឆ្លងមេរោគ (ស្បែក/ភ្នែក/ត្រចៀក/UTI) • ផ្លូវដង្ហើម (តឹងដង្ហើមព្យសុខខ្លីៗ/ក្អក) 	<ul style="list-style-type: none"> • ពីនាទីទៅម៉ោង • កំណត់ពេលទៅជួបពិគ្រោះ និងពិនិត្យមើលពេលវេលារង់ចាំប៉ាន់ស្មានសម្រាប់អតិថិជនដែលមិនបានណាត់ជួបជាមុនតាមអនឡាញ
	មជ្ឈមណ្ឌលថែទាំបន្ទាន់ ទទួលបានការថែទាំនៅថ្ងៃដែលពិវេជ្ជបណ្ឌិត សូម្បីតែបន្ទាប់ពីម៉ោងធ្វើការ និងចុងសប្តាហ៍	<ul style="list-style-type: none"> • ក្រពះ (ឈឺ/ក្អក/រាគ) • រលូសស្រាល 	<ul style="list-style-type: none"> • ពីនាទីទៅម៉ោង
 ការថែទាំជាអាសន្ន	បន្ទប់សង្គ្រោះបន្ទាន់ ថែទាំចំពោះលក្ខខណ្ឌដែលគំរាមកំហែងអាយុជីវិត។ សូមកុំប្រើ ER សម្រាប់ការថែទាំប្រក្រតី ឬជំងឺស្រាល	<ul style="list-style-type: none"> • ឈឺទ្រូង • ការផ្លាស់ប្តូរការមើលឃើញភ្លាមៗ • ភាពចុះខ្សោយ/បញ្ហាក្នុងការនិយាយ 	<ul style="list-style-type: none"> • ការរង់ចាំអាស្រ័យលើជំងឺ/ការឈឺចាប់របស់អ្នកប៉ុណ្ណា

សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែមអំពីតម្លៃ និងរបៀបចូលប្រើសេវាកម្មទាំងនេះ សូមចូលមើលគេហទំព័រ៖ lacare.org/members/getting-care ឬទូរស័ព្ទទៅលេខដែលនៅខាងក្រោយប័ណ្ណសម្គាល់សមាជិករបស់អ្នក។

ប្រសិនបើអ្នកត្រូវការជំនួយបន្ថែម សូមទាក់ទងមកកាន់ផ្នែកសេវាសមាជិក L.A. Care តាមរយៈលេខ **1.888.839.9909 (TTY 711)** 24 ម៉ោងក្នុងមួយថ្ងៃ 7 ថ្ងៃក្នុងមួយសប្តាហ៍ រួមទាំងថ្ងៃឈប់សម្រាក។

មធ្យោបាយផ្សេងទៀត ដើម្បីទទួលបានការថែទាំ



មានភាពងាយស្រួលក្នុងការថែទាំជាមួយដៃគូរបស់យើងនៅលើ Teladoc និង Minute Clinic។



របៀបចូលទៅកាន់ Teladoc

1. បង្កើតគណនីរបស់អ្នកនៅលើ **Teladoc.com**។ អ្នកនឹងត្រូវការលេខសម្គាល់សមាជិករបស់អ្នក។
2. ស្នើសុំការជួបពិគ្រោះតាមរយៈមជ្ឈមណ្ឌលហៅទូរស័ព្ទរបស់ Teladoc គេហទំព័រសមាជិក ឬកម្មវិធីទូរស័ព្ទបានគ្រប់ពេល។
3. ទទួលបានការថែទាំដែលត្រូវការភ្លាមៗ!



សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម សូមចូលទៅកាន់៖ lacare.org/teladoc
ឬស្កេនកូដ QR៖ lacare.org/teladoc



របៀបចូលទៅកាន់ minute clinic

1. ប្រើសៀវភៅបញ្ជីឈ្មោះអ្នកផ្តល់សេវារបស់ L.A. Care ដែលមាននៅអនឡាញ ដើម្បីស្វែងរក Minute Clinic ដែលនៅជិតអ្នក។
2. មើលពេលវេលារង់ចាំ និងគ្រោងការជួបពិនិត្យរបស់អ្នកនៅលើគេហទំព័រ Minute Clinic។
3. ទទួលបានការថែទាំនៅនឹងកន្លែងនៅ Minute Clinic។ អ្នកនឹងត្រូវការប័ណ្ណសម្គាល់សមាជិក និងទម្រង់បែបបទសម្គាល់ខ្លួនរបស់អ្នក



សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម សូមចូលទៅកាន់៖ lacare.org/minuteclinic
ឬស្កេនកូដ QR៖ lacare.org/minuteclinic

មានសំណួរដែរឬទេ? ទូរស័ព្ទទៅ L.A. Care តាមលេខ **1.888.839.9909 (TTY 711)**



របៀបចូលប្រើ

ឯកសារសមាជិក Medi-Cal
របស់ L.A. Care

គម្រោង L.A. Care Health Plan ផ្តល់ឱ្យអ្នកនូវព័ត៌មានអំពីអត្ថប្រយោជន៍ Medi-Cal របស់អ្នក ឱសថដែលត្រូវបានធានារ៉ាប់រង និងវេជ្ជបណ្ឌិតដែលធ្វើការជាមួយ L.A. Care ។ ងាយស្រួលមើល ឬបោះពុម្ពសៀវភៅណែនាំសមាជិក Medi-Cal បញ្ជីឈ្មោះអ្នកផ្តល់សេវា និងបញ្ជីឈ្មោះឱសថតាមឱសថស្ថាន (Medi-Cal Rx) និងកូនសៀវភៅផ្សព្វផ្សាយ Medi-Cal សម្រាប់កុមារនិងជំទង់។



lacare.org | 24 ម៉ោងក្នុងមួយថ្ងៃ 7 ថ្ងៃក្នុងមួយសប្តាហ៍
ដើម្បីមើល និងបោះពុម្ពឯកសារសមាជិក Medi-Cal អ្នកអាចចូលមើល គេហទំព័ររបស់ L.A. Care ហើយចុចលើតំណភ្ជាប់ឯកសារសមាជិក (Medi-Cal)៖
<https://www.lacare.org/members/documents/medi-cal>។



ក្នុងអំឡុងម៉ោងធ្វើការធម្មតា
ចូលទៅកាន់មជ្ឈមណ្ឌលណាមួយក្នុងចំណោមមជ្ឈមណ្ឌលធនធានសហគមន៍របស់ L.A. Care/ Blue Shield Promise of California ដើម្បីទទួលបានជំនួយក្នុងការទទួលបានសំណៅចម្លងនៃឯកសារសមាជិក ឬដើម្បីឱ្យអ្នកតំណាងផ្នែកសេវាអតិថិជនឆ្លើយសំណួររបស់អ្នកអំពីរបៀបចូលប្រើអត្ថប្រយោជន៍ Medi-Cal ថ្មីរបស់អ្នក។



1.888.839.9909 (TTY 711)
បាន 24 ម៉ោងក្នុងមួយថ្ងៃ 7 ថ្ងៃក្នុងមួយសប្តាហ៍ រួមទាំងថ្ងៃឈប់សម្រាកផងដែរ
បុគ្គលិកផ្នែកសេវាសមាជិក L.A. Care អាចជួយអ្នកជាមួយនឹងសំណួរណាមួយដែលអ្នកមានអំពីរបៀបចូលប្រើសៀវភៅណែនាំសមាជិក បញ្ជីឈ្មោះអ្នកផ្តល់សេវា និងបញ្ជីឈ្មោះឱសថតាមឱសថស្ថាន (Medi-Cal Rx)។

ដើម្បីទទួលបានព័ត៌មាននេះជាភាសាផ្សេង ឬជាទម្រង់ជំនួស ដូចជាអក្សរពុម្ពធំ សំឡេង ឬអក្សរសម្រាប់ជនពិការភ្នែក សូមទូរស័ព្ទទៅផ្នែកសេវាសមាជិក **1.888.839.9909 (TTY 711)** បាន 24 ម៉ោងក្នុងមួយថ្ងៃ 7 ថ្ងៃក្នុងមួយសប្តាហ៍ រួមទាំងថ្ងៃឈប់សម្រាកផងដែរ។

សេចក្តីជូនដំណឹង អំពីការមិនរើសអើង



ការរើសអើងគឺប្រឆាំងនឹងច្បាប់។ L.A. Care Health Plan អនុវត្តតាមច្បាប់សិទ្ធិពលរដ្ឋរបស់រដ្ឋ និងសហព័ន្ធ។ L.A. Care Health Plan មិនរើសអើងដោយខុសច្បាប់ មិនបដិសេធមនុស្សណាម្នាក់ ឬប្រព្រឹត្តិចំពោះពួកគេខុសគ្នាដោយមូលហេតុភេទ ជាតិសាសន៍ ពណ៌សម្បុរ សាសនា ពូជពង្ស សញ្ជាតិដើម អត្តសញ្ញាណក្រុមជាតិពន្ធអាយុ ពិការភាព ផ្លូវចិត្ត ពិការភាពផ្លូវកាយ ស្ថានភាពសុខភាព ព័ត៌មានហ្វេស៊ីប៊ីលីតេ ស្ថានភាពអាពាហ៍ពិពាហ៍ យែនឌ័រ អត្តសញ្ញាណយែនឌ័រ ឬទំនោរផ្លូវភេទឡើយ។

L.A. Care Health Plan ផ្តល់ជូន៖

- ជំនួយនិងសេវាគិតគិតថ្លៃដល់អ្នកដែលមានពិការភាព ដើម្បីជួយពួកគេប្រាស្រ័យទាក់ទងឱ្យបានប្រសើរជាងមុនដូចជា៖
 - ✓ អ្នកបកប្រែភាសាសញ្ញាដែលមានលក្ខណៈសម្បត្តិ
 - ✓ ព័ត៌មានជាលាយលក្ខណ៍អក្សរក្នុងទម្រង់ផ្សេងទៀត (អក្សរធំៗ សំឡេង ទម្រង់អេឡិចត្រូនិកដែលអាចចូលប្រើប្រាស់បាន ទម្រង់ផ្សេងៗ)
- សេវាភាសាគិតគិតថ្លៃដល់មនុស្សដែលភាសាចម្បងរបស់ពួកគេមិនមែនភាសាអង់គ្លេស ដូចជា៖
 - ✓ អ្នកបកប្រែមានលក្ខណៈសម្បត្តិគ្រប់គ្រាន់
 - ✓ ព័ត៌មានសរសេរជាភាសាផ្សេងទៀត

ប្រសិនបើអ្នកត្រូវការសេវាកម្មទាំងនេះ សូមទាក់ទងទៅកាន់ LA Care Health Plan បាន 24 ម៉ោងក្នុងមួយថ្ងៃ 7 ថ្ងៃក្នុងមួយសប្តាហ៍ រួមទាំងថ្ងៃឈប់សម្រាកផងដែរ ដោយទូរស័ព្ទទៅលេខ **1.888.839.9909**។ ប្រសិនបើអ្នកមិនអាចស្តាប់ឮ ឬនិយាយមិនបានល្អ សូមទូរស័ព្ទទៅកាន់លេខ **TTY 711**។ តាមការស្នើសុំ ឯកសារនេះអាចមានផ្តល់ជូនជាទម្រង់អក្សរសម្រាប់ជនពិការភ្នែក អក្សរពុម្ពធំ ខ្សែអាត់សំឡេង ឬទម្រង់អេឡិចត្រូនិក។ ដើម្បីទទួលបានច្បាប់ចម្លងមួយក្នុងចំណោមទម្រង់ផ្សេងៗទាំងនេះ សូមទូរស័ព្ទឬសរសេរជាលាយលក្ខណ៍អក្សរទៅកាន់៖

L.A. Care Health Plan
Member Services Department
 1055 West 7th Street, 10th Floor
 Los Angeles, CA 90017
1.888.839.9909
TTY: 711

របៀបដាក់ពាក្យបណ្តឹងសាទុក្ខសិទ្ធិពលរដ្ឋ

បើសិនអ្នកជឿថា L.A. Care បានខកខានមិនបានផ្តល់សេវាទាំងនេះ ឬបានរើសអើងដោយមិនត្រឹមត្រូវតាមច្បាប់ ដោយប្រការណាមួយ ផ្អែកលើមូលដ្ឋានផ្លូវភេទ ជាតិសាសន៍ ពណ៌សម្បុរ សាសនា ពូជពង្ស ជាតិកំណើត អត្តសញ្ញាណក្រុម ជាតិពន្ធុ អាយុ ពិការភាពផ្លូវចិត្ត ពិការភាពផ្លូវកាយ ស្ថានភាពសុខភាព ព័ត៌មានហ្វែន ស្ថានភាពអាពាហ៍ពិពាហ៍ យែនឌ័រ អត្តសញ្ញាណយែនឌ័រ ឬទំនោរផ្លូវភេទ នោះអ្នកអាចដាក់ពាក្យបណ្តឹងសាទុក្ខទៅកាន់ប្រធានផ្នែកមន្ត្រីអនុវត្តច្បាប់របស់គម្រោង L.A. Care Health Plan បាន។ អ្នកអាចដាក់ពាក្យបណ្តឹងសាទុក្ខតាមទូរស័ព្ទ ជាលាយលក្ខណ៍អក្សរ ដោយផ្ទាល់ ឬតាមប្រព័ន្ធអេឡិចត្រូនិក៖

- **តាមទូរស័ព្ទ៖** ទាក់ទងទៅប្រធានមន្ត្រីផ្នែកអនុវត្តច្បាប់របស់គម្រោង L.A. Care Health Plan បាន 24 ម៉ោងក្នុងមួយថ្ងៃ 7 ថ្ងៃក្នុងមួយសប្តាហ៍ រួមទាំងថ្ងៃឈប់សម្រាកផងដែរ ដោយការហៅទូរស័ព្ទទៅលេខ **1.888.839.9909**។ ឬ ប្រសិនបើអ្នកមិនអាចស្តាប់ឮ ឬនិយាយមិនបានល្អ សូមទូរស័ព្ទទៅកាន់លេខ **TTY 711**។

- **ជាលាយលក្ខណ៍អក្សរ៖** បំពេញទម្រង់បែបបទនៃពាក្យបណ្តឹង ឬសរសេរលិខិត ហើយផ្ញើទៅកាន់៖

L.A. Care Health Plan
ប្រធានមន្ត្រីផ្នែកអនុវត្តច្បាប់
 1055 West 7th Street, 10th Floor
 Los Angeles, CA 90017

អ៊ីមែល៖ civilrightscoordinator@lacare.org

- **ជួបដោយផ្ទាល់៖** ទៅជួបនៅការិយាល័យជួបពិភាក្សារបស់អ្នក ឬគម្រោង L.A. Care Health Plan ហើយនិយាយថាអ្នកចង់ ដាក់ពាក្យបណ្តឹងសាទុក្ខសិទ្ធិពលរដ្ឋ។
- **តាមរយៈអេឡិចត្រូនិក៖** ចូលទៅកាន់គេហទំព័រ L.A. Care Health Plan តាមរយៈ www.lacare.org/members/member-support/file-grievance/grievance-form ឬផ្ញើអ៊ីមែលទៅកាន់ civilrightscoordinator@lacare.org។

ការិយាល័យសិទ្ធិពលរដ្ឋ – ក្រសួងសុខាភិបាលរដ្ឋកាលីហ្វ័រញ៉ា

អ្នកក៏អាចដាក់ពាក្យបណ្តឹងសិទ្ធិពលរដ្ឋទៅកាន់ក្រសួងសុខាភិបាលរដ្ឋកាលីហ្វ័រញ៉ា ការិយាល័យសិទ្ធិពលរដ្ឋតាមទូរស័ព្ទ ជាលាយលក្ខណ៍អក្សរ ឬតាមប្រព័ន្ធអេឡិចត្រូនិក៖

- **តាមទូរស័ព្ទ៖** ទូរស័ព្ទទៅលេខ **1.916.440.7370**។ ប្រសិនបើអ្នកមិនអាចស្តាប់ឮ ឬនិយាយមិនបានល្អ សូមហៅទូរស័ព្ទទៅលេខ 711 (**អ្នកប្រើប្រាស់សេវាទំនាក់ទំនងបន្ត**)។
- **ជាលាយលក្ខណ៍អក្សរ៖** សូមបំពេញទម្រង់បែបបទនៃពាក្យបណ្តឹង ឬផ្ញើលិខិតទៅកាន់៖

Deputy Director, Office of Civil Rights
 Department of Health Care Services
 Office of Civil Rights
 P.O. Box 997413, MS 0009
 Sacramento, CA 95899-7413

ទម្រង់បែបបទពាក្យបណ្តឹង គឺអាចស្វែងរកបាននៅលើ
http://www.dhcs.ca.gov/Pages/Language_Access.aspx.

- **តាមរយៈប្រព័ន្ធអេឡិចត្រូនិក៖** សូមផ្ញើអ៊ីមែលទៅកាន់ CivilRightsdhcs.ca.gov។

ការិយាល័យសិទ្ធិស៊ីវិល – សហរដ្ឋអាមេរិក ក្រសួងសុខាភិបាល និងសេវាមនុស្សជាតិ (DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES)

ប្រសិនបើអ្នកជឿថា អ្នកត្រូវបានរើសអើងផ្អែកលើមូលដ្ឋានពូជសាសន៍ ពណ៌សម្បុរ ជាតិកំណើត អាយុ ពិការភាព ឬភេទ អ្នកក៏អាចដាក់ពាក្យបណ្តឹងសិទ្ធិមនុស្សជាតិមួយនឹង ក្រសួងសុខាភិបាល និងសេវាមនុស្សជាតិអាមេរិក ការិយាល័យសិទ្ធិពលរដ្ឋតាមរយៈការហៅទូរស័ព្ទ ជាលាយលក្ខណ៍អក្សរ ឬតាមប្រព័ន្ធអេឡិចត្រូនិក៖

- **តាមទូរស័ព្ទ៖** ហៅទូរស័ព្ទទៅលេខ **1.800.368.1019**។ ប្រសិនបើអ្នកមិនអាចនិយាយ ឬស្តាប់បានល្អទេ សូមទូរស័ព្ទទៅលេខ **TTY/TDD 1.800.537.7697**។
- **ជាលាយលក្ខណ៍អក្សរ៖** សូមបំពេញទម្រង់បែបបទនៃពាក្យបណ្តឹង ឬផ្ញើលិខិតទៅកាន់៖

ក្រសួងសេវាសុខភាព និងមនុស្សជាតិអាមេរិក
 200 Independence Avenue, SW
 Room 509F, HHH Building
 Washington, D.C. 20201

ទម្រង់បែបបទពាក្យបណ្តឹង អាចរកបានតាមរយៈ
<http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>។

- **តាមប្រព័ន្ធអេឡិចត្រូនិក៖** សូមចូលទៅកាន់ប្រព័ន្ធផ្តលបណ្តឹងរបស់ការិយាល័យសម្រាប់សិទ្ធិពលរដ្ឋ តាមរយៈ <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>។

ជំនួយផ្នែកភាសា

English

ATTENTION: If you need help in your language call **1.888.839.9909 (TTY 711)**. Aids and services for people with disabilities, like documents in braille and large print, are also available. Call **1.888.839.9909 (TTY 711)**. These services are free of charge.

Spanish

ATENCIÓN: si necesita ayuda en su idioma, llame al **1.888.839.9909 (TTY 711)**. También ofrecemos asistencia y servicios para personas con discapacidades, como documentos en braille y con letras grandes. Llame al **1.888.839.9909 (TTY 711)**. Estos servicios son gratuitos.

Arabic

يُرجى الانتباه: إذا احتجت إلى المساعدة بلغتك، فاتصل بـ **1.888.839.9909 (TTY 711)** تتوفر أيضًا المساعدات والخدمات للأشخاص ذوي الإعاقة، مثل المستندات المكتوبة بطريقة بريـل والخط الكبير. اتصل بـ **1.888.839.9909 (TTY 711)** هذه الخدمات مجانية.

Armenian

ՈՒՇԱԴՐՈՒԹՅՈՒՆ: Եթե Ձեզ օգնություն է հարկավոր Ձեր լեզվով, զանգահարեք **1.888.839.9909 (TTY 711)**: Կան նաև օժանդակ փոփոխներ ու ծառայություններ հանրահարկային ունեցող անձանց համար, օրինակ՝ Բրայլի գրատիպով ու խոշորատառ տպագրված նյութեր: Զանգահարեք **1.888.839.9909 (TTY 711)**: Այդ ծառայություններն անվճար են:

Cambodian

ចំណាំ: បើអ្នក ត្រូវ ការជំនួយ ភាសា របស់អ្នក សូម ទូរស័ព្ទទៅលេខ **1.888.839.9909 (TTY 711)** ។ ជំនួយ និង សេវាកម្ម សម្រាប់ ជនពិការ ដូចជាឯកសារសរសេរជាអក្សរធំ សម្រាប់ជនពិការភ្នែក ឬ ឯកសារសរសេរជាអក្សរព្រមព្រីន ក៏អាចរកបានផងដែរ។ ទូរស័ព្ទមកលេខ **1.888.839.9909 (TTY 711)** ។ សេវាកម្មទាំងនេះមិនគិតថ្លៃឡើយ។

Chinese

请注意：如果您需要以您的母语提供帮助，请致电 **1.888.839.9909 (TTY 711)**。另外还提供针对残疾人士的帮助和服务，例如文盲和需要较大字体阅读，也是方便取用的。请致电 **1.888.839.9909 (TTY 711)**。这些服务都是免费的。

Farsi

توجه: اگر می‌خواهید به زبان خود کمک دریافت کنید، با **1.888.839.9909 (TTY 711)** تماس بگیرید. کمک‌ها و خدمات مخصوص افراد دارای معلولیت، مانند نسخه‌های خط بریل و چاپ با حروف بزرگ، نیز موجود است. با **1.888.839.9909 (TTY 711)** تماس بگیرید. این خدمات رایگان ارائه می‌شوند.

Hindi

ध्यान दें: अगर आपको अपनी भाषा में सहायता की आवश्यकता है तो **1.888.839.9909 (TTY 711)** पर कॉल करें। अशक्तता वाले लोगों के लिए सहायता और सेवाएं, जैसे ब्रेल और बड़े प्रिंट में भी दस्तावेज़ उपलब्ध हैं। **1.888.839.9909 (TTY 711)** पर कॉल करें। ये सेवाएं निः शुल्क हैं।

Hmong

CEEB TOOM: Yog koj xav tau kev pab txhais koj hom lus hu rau **1.888.839.9909 (TTY 711)**. Muaj cov kev pab txhawb thiab kev pab cuam rau cov neeg xiam oob qhab, xws li puav leej muaj ua cov ntawv su thiab luam tawm ua tus ntawv loj. Hu rau **1.888.839.9909 (TTY 711)**. Cov kev pab cuam no yog pab dawb xwb.

Japanese

注意日本語での対応が必要な場合は **1.888.839.9909 (TTY 711)** へお電話ください。点字の資料や文字の拡大表示など、障がいをお持ちの方のためのサービスも用意しています。**1.888.839.9909 (TTY 711)** へお電話ください。これらのサービスは無料で提供しています。

Korean

유의사항: 귀하의 언어로 도움을 받고 싶으시면 **1.888.839.9909 (TTY 711)** 번으로 문의하십시오. 점자나 큰 활자로 된 문서와 같이 장애가 있는 분들을 위한 도움과 서비스도 이용 가능합니다. **1.888.839.9909 (TTY 711)** 번으로 문의하십시오. 이러한 서비스는 무료로 제공됩니다.



Laotian

ປະກາດ: ຖ້າທ່ານຕ້ອງການຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອໃນພາສາຂອງທ່ານໃຫ້ໂທຫາເບີ **1.888.839.9909** (TTY 711). ຍັງມີຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອແລະການບໍລິການສໍາລັບຄົນພິການ ເຊັ່ນເອກະສານທີ່ເປັນ ອັກສອນນູນແລະມິໂຕພິມໃຫຍ່ ໃຫ້ໂທຫາເບີ **1.888.839.9909** (TTY 711). ການບໍລິການເຫຼົ່ານີ້ບໍ່ ຕ້ອງເສຍຄ່າໃຊ້ຈ່າຍໃດໆ.

Mien

LONGC HNYOUV JANGX LONGX OC: Beiv taux meih qiemx longc mienh tengx faan benx meih nyei waac nor douc waac daaih lorx taux **1.888.839.9909** (TTY 711). Liouh lorx jauvlouc tengx aengx caux nzie gong bun taux ninh mbuo wuaaic fangx mienh, beiv taux longc benx nzangc-pokc bun hluo mbiutc aengx caux aamz mborqv benx domh sou se mbenc nzoih bun longc. Douc waac daaih lorx **1.888.839.9909** (TTY 711). Naaiv deix nzie weih gong-bou jauv-louc se benx wang-henh tengx mv zuqc cuotv nyaanh oc.

Panjabi

ਧਿਆਨ ਦਿਓ: ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਕਾਲ ਕਰੋ **1.888.839.9909** (TTY 711). ਅਪਾਰਜ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬ੍ਰੇਲ ਅਤੇ ਮੋਟੀ ਛਪਾਈ ਵਿੱਚ ਦਸਤਾਵੇਜ਼, ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਕਾਲ ਕਰੋ **1.888.839.9909** (TTY 711). ਇਹ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੁਫਤ ਹਨ।

Russian

ВНИМАНИЕ! Если вам нужна помощь на вашем родном языке, звоните по номеру **1.888.839.9909** (TTY 711). Также предоставляются средства и услуги для людей с ограниченными возможностями, например документы крупным шрифтом или шрифтом Брайля. Звоните по номеру **1.888.839.9909** (TTY 711). Такие услуги предоставляются бесплатно.

Tagalog

ATENSIYON: Kung kailangan mo ng tulong sa iyong wika, tumawag sa **1.888.839.9909 (TTY 711)**. Mayroon ding mga tulong at serbisyo para sa mga taong may kapansanan, tulad ng mga dokumento sa braille at malaking print. Tumawag sa **1.888.839.9909 (TTY 711)**. Libre ang mga serbisyong ito.

Thai

โปรดทราบ: หากคุณต้องการความช่วยเหลือเป็นภาษาของคุณ กรุณาโทรศัพท์ไปที่หมายเลข **1.888.839.9909 (TTY 711)** นอกจากนี้ ยังพร้อมให้ความช่วยเหลือและบริการต่าง ๆ สำหรับบุคคลที่มีความพิการ เช่น เอกสารต่าง ๆ ที่เป็นอักษรเบรลล์และเอกสารที่พิมพ์ด้วยตัวอักษรขนาดใหญ่ กรุณาโทรศัพท์ไปที่หมายเลข **1.888.839.9909 (TTY 711)** ไม่มีค่าใช้จ่ายสำหรับบริการเหล่านี้

Ukrainian

УВАГА! Якщо вам потрібна допомога вашою рідною мовою, телефонуйте на номер **1.888.839.9909 (TTY 711)**. Люди з обмеженими можливостями також можуть скористатися допоміжними засобами та послугами, наприклад, отримати документи, надруковані шрифтом Брайля та великим шрифтом. Телефонуйте на номер **1.888.839.9909 (TTY 711)**. Ці послуги безкоштовні.

Vietnamese

CHÚ Ý: Nếu quý vị cần trợ giúp bằng ngôn ngữ của mình, vui lòng gọi số **1.888.839.9909 (TTY 711)**. Chúng tôi cũng hỗ trợ và cung cấp các dịch vụ dành cho người khuyết tật, như tài liệu bằng chữ nổi Braille và chữ khổ lớn (chữ hoa). Vui lòng gọi số **1.888.839.9909 (TTY 711)**. Các dịch vụ này đều miễn phí.



L.A. Care[®]
Medi-Cal



 1.888.839.9909 | TTY 711  [lacare.org](https://www.lacare.org)