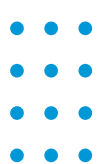




L.A. Care.
Medi-Cal



Ежегодный справочник для участников Medi-Cal
2024

Содержание

Обращение L.A. Care.....	1
Узнайте больше о своем плане Medi-Cal.....	2
Продление регистрации в программе Medi-Cal.....	6
Оставайтесь под защитой.....	8
Помощь в продлении срока действия CRC.....	9
Основные льготы.....	10
Офтальмологическое обслуживание.....	12
Доступные варианты лечения.....	13
COVID-19, грипп и респираторносинцициальный вирус (RSV), профилактика и лечение.....	14
Как получить доступ к материалам для участников.....	16
Уведомление о недопущении дискриминации.....	17
Языковая поддержка.....	20





L.A. Care
Medi-Cal

Уважаемый(-ая) участник(-ца) плана L.A. Care!

План L.A. Care Health Plan (**L.A. Care**) предоставляет этот ежегодно обновляемый пакет информации о ресурсах и льготах Medi-Cal, чтобы помочь вам заботиться о своем здоровье.

Предлагаемый документ содержит обзор льгот и услуг Medi-Cal, призванный помочь получить доступ к необходимой помощи. Услуги бесплатны или доступны по низким ценам.

Напоминаем, что началось продление регистрации в программе Medi-Cal. Все участники программы Medi-Cal должны один раз в год проверять свой статус регистрации в программе Medi-Cal.

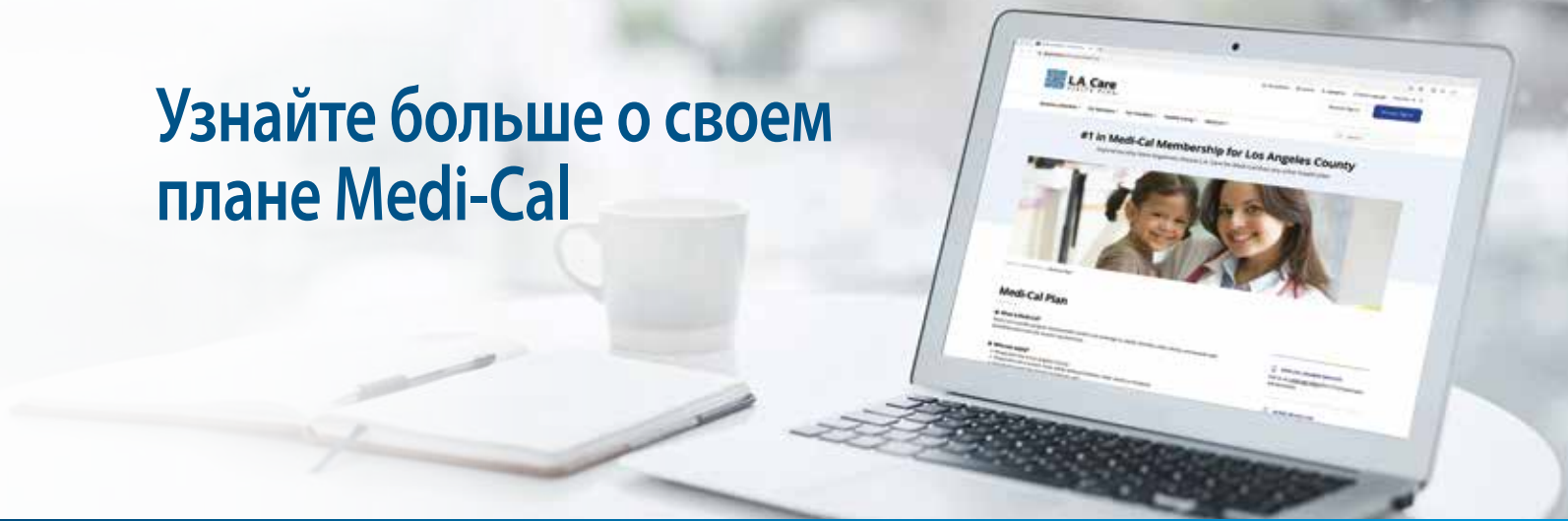
У каждого участника своя дата продления.

Если вы получили пакет документов для продления регистрации в программе Medi-Cal из Департамента социального обеспечения округа Лос-Анджелес (Los Angeles County Department of Public Social Services, DPSS), важно завершить процесс продления к сроку, указанному в форме. В противном случае вы можете потерять ваше страховое покрытие по программе Medi-Cal. Вы можете представить информацию в DPSS онлайн на сайте **benefitscal.com**, по телефону **1.866.613.3777**, по почте или лично.

Для получения дополнительной информации о льготах и услугах L.A. Care и Medi-Cal посетите наш веб-сайт по адресу **lacare.org** или звоните в отдел поддержки участников по телефону **1-888.839.9909 (телетайп TTY 711)**, который работает круглосуточно и ежедневно, включая праздничные дни.

С уважением,
L.A. Care Health Plan

Узнайте больше о своем плане Medi-Cal



Управляемое обслуживание Medi-Cal

Что такое Medi-Cal?

- ❖ Программа Medi-Cal (Калифорнийская программа Medicaid) — это общественная программа медицинского страхования, которая обеспечивает страховое покрытие медицинского обслуживания для лиц с низким доходом и семей, которые соответствуют определенным требованиям.
- ❖ Medi-Cal предлагает бесплатное и недорогое медицинское страховое покрытие для людей, живущих в Калифорнии, которые соответствуют определенным требованиям.

Что такое план L.A. Care Medi-Cal Plan?

- ❖ L.A. Care Medi-Cal обеспечивает страховое покрытие медицинского обслуживания взрослых людей, семей, пожилых людей и инвалидов, которые соответствуют требованиям к доходам.
- ❖ Люди, участвующие в системе управляемого обслуживания, должны посещать врачей, которые работают с их планом медицинского страхования, и их медицинскую группу (при наличии таковой).

Что такое управляемое обслуживание Medi-Cal?

- ❖ Управляемое обслуживание Medi-Cal — это организованная система, помогающая участникам получать высококачественную помощь и оставаться здоровыми.
- ❖ Планы управляемого медицинского обслуживания Medi-Cal помогают участникам найти врачей, аптеки и программы медико-санитарного просвещения.
- ❖ Планы управляемого медицинского обслуживания Medi-Cal также предлагают координирование обслуживания, направления к специалистам, круглосуточные телефонные консультации медицинских сестер и помощь отдела поддержки участников, которая доступна круглосуточно и ежедневно (включая праздничные дни).

Кто такой поставщик первичных медицинских услуг (PCP)?

- ❖ PCP — это ваш основной врач или клиника, первый человек или место, куда вы обращаетесь, когда у вас появляется проблема со здоровьем.
- ❖ PCP обеспечит вам возможность получения необходимой помощи в нужном месте и в нужное время.
- ❖ Все новые участники должны впервые посетить своего PCP в течение трех месяцев после регистрации в L.A. Care для первичной оценки состояния здоровья (ИНА).

Как сменить своего РСР?

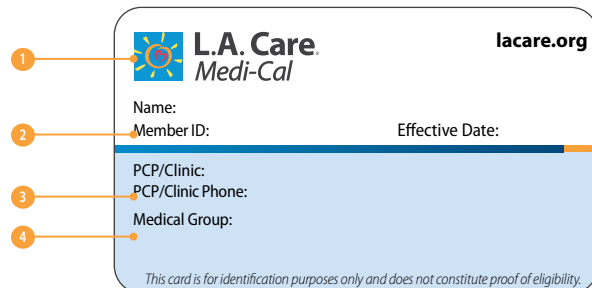
Вы можете сменить своего РСР следующими способами.

- ☘ Позвоните в отдел обслуживания участников L.A. Care по телефону **1.888.839.9909** (телетайп **TTY 711**), который работает круглосуточно и ежедневно, включая праздничные дни.

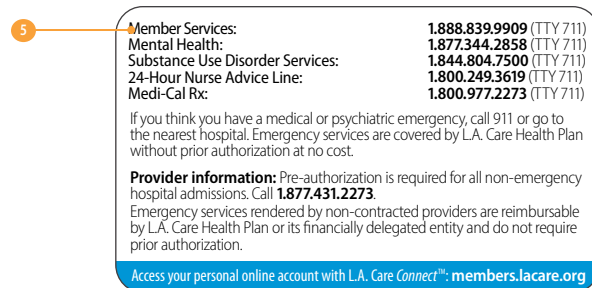
Что указано на Вашей идентификационной карточке участника L.A. Care?

1. Название Вашего плана медицинского страхования: L.A. Care;
2. Ваш идентификационный номер участника;
3. Ваш поставщик первичных медицинских услуг (РСР) и его номер;
4. Ваша медицинская группа (при наличии таковой);
5. Номер телефона отдела обслуживания участников L.A. Care и другая важная информация и номера телефонов.

Передняя сторона



Задняя сторона



Что такое предварительное разрешение?

- ☘ РСР может счесть нужным направить вас к специалисту (или назначить препарат), услуги которого (который) не покрываются Medi-Cal.
- ☘ Специалист — это эксперт в области лечения одной определенной части тела, болезни определенного типа или оказания определенной услуги.
 - Примерами специалистов являются кардиологи и хирурги.
- ☘ Если вам нужна помощь или услуга специалиста, РСР должен запросить одобрение, прежде чем направить вас к специалисту. Такой запрос называется «предварительным разрешением».

Если вы получили счет от своего врача, центра неотложной медицинской помощи, больницы или другой службы, предоставляемой L.A. Care:

- ☘ вы должны сразу позвонить в отдел обслуживания участников L.A. Care по телефону **1.888.839.9909** (телетайп **TTY 711**), который работает круглосуточно и ежедневно, включая праздничные дни;
- ☘ полный спектр льгот и услуг Medi-Cal предлагаются участникам на безвозмездной основе;
- ☘ возможно, оплата вовсе не потребуется;
- ☘ вы имеете право подать жалобу или претензию.

Если вы переезжаете или вам нужно обновить контактную информацию, воспользуйтесь одним из следующих вариантов:

- ☘ позвоните сотруднику по установлению права в Департамент общественного и социального обеспечения (DPSS) округа Лос-Анджелес по телефону **1.866.613.3777** | телетайп **TTY 1.800.660.4026**, который доступен с понедельника по пятницу с 7:30 до 19:30 ч. (кроме праздничных дней);
- ☘ создайте учетную запись или войдите в свою учетную запись BenefitsCal на сайте **benefitscal.com** для обновления вашей информации;
- ☘ позвоните в отдел обслуживания участников L.A. Care по телефону **1.888.839.9909** (телетайп **TTY 711**), который работает круглосуточно и ежедневно, включая праздничные дни.

Общественные ресурсные центры

- ❖ **Общественные ресурсные центры L.A. Care** используются совместно с планом Blue Shield of California Promise Health Plan и предлагают множество бесплатных услуг, связанных со здоровьем и благополучием, подобранных с учетом потребностей участников и местного сообщества.
- ❖ Предлагаемые услуги включают:
 - бесплатные занятия по здоровому образу жизни для взрослых и детей, а также занятия по лечению хронических заболеваний;
 - бесплатное подключение WiFi для телемедицинских услуг;
 - поддержку при регистрации в программе Medi-Cal и ее продлении;
 - социальную помощь;
 - связь с местными общественными ресурсами и рекомендации по их посещению;
 - медицинские осмотры, продовольственная помощь и общественные мероприятия в течение всего года.
- ❖ Все услуги CRC **БЕСПЛАТНЫ** и доступны для вас и любого члена сообщества. Перейдите на сайт **www.communityresourcecenterla.org**, чтобы получить информацию о местоположении/адресах, номерах телефонов, часах работы и календарях мероприятий CRC.
Записаться на прием можно на сайте **www.communityresourcecenterla.org** с помощью инструмента онлайн-записи или позвонив по телефону **1.877.287.6290** (телетайп TTY 711).

Портал L.A. Care Connect

Как участник программы L.A. Care Medi-Cal, вы можете создать учетную запись участника L.A. Care Connect в Интернете для доступа к информации и услугам. Портал L.A. Care Connect — ваш интернет-портал участника.

Как войти в учетную запись L.A. Care Connect?

Чтобы начать, создайте учетную запись в Интернете, выполнив следующие действия:

- 1) перейдите по адресу **<https://members.lacare.org>**;
- 2) нажмите «Создать учетную запись» под кнопкой «Отправить».

Для создания учетной записи вам понадобится ваш идентификационный номер участника и действующий адрес электронной почты (идентификационный номер участника указан на вашей идентификационной карточке участника).

Что можно сделать с помощью L.A. Care Connect?

- ❖ Просмотреть или распечатать вашу идентификационную карточку для использования в кабинете врача или в аптеке.
- ❖ Просмотреть информацию о медицинском обслуживании, включая соответствие требованиям.
- ❖ Общаться в чате с медсестрой/медбратом в удобное для вас время.
- ❖ Подключиться к *My Health in Motion™*, чтобы получить программы, созданные в соответствии с вашими потребностями в медицинском обслуживании.
- ❖ Дополнительные круглосуточные услуги: можно найти врача, отправить запрос на изменение врача, выполнить поиск по каталогу поставщика или связаться с нами — и все это одним нажатием кнопки.

Услуги по медико-санитарному просвещению

L.A. Care предлагает множество программ и ресурсов для медико-санитарного просвещения. В числе прочего, к таким ресурсам относятся:

- служба консультаций с медсестрой **1.800.249.3619** (телетайп TTY 711);
- индивидуальные консультации по телефону с дипломированными диетологами или инструкторами по здоровому образу жизни;
- групповые оздоровительные процедуры в сообществе;
- онлайн-семинары, чаты и видео на нашем портале здоровья и санитарного просвещения *MyHealth in Motion™*;
- самостоятельное управление диабетом и его профилактика;
- лечебное питание для лечения различных заболеваний;
- питание с учетом индивидуального диагноза;
- борьба с гриппом;
- специализированные программы для матерей с маленькими детьми;
- помощь в отказе от употребления табака;
- доступные печатные материалы на предпочитаемом вами языке и в удобном для вас формате.

Все услуги по медико-санитарному просвещению бесплатны для вас. Чтобы получить более подробную информацию, звоните по телефону **1.855.856.6943** (телетайп TTY 711) который доступен с понедельника по пятницу, с 8:00 до 17:00 ч. или посетите веб-сайт lacare.org/healthy-living/health-resources/healthy-living-prevention.

Портал социальных услуг

- Портал социальных услуг L.A. Care помогает участникам связаться с общественными учреждениями для получения помощи в жилищных вопросах, вопросах питания, оплаты счетов и многих других вопросах.
- Посетите страницу communitylink.lacare.org, чтобы найти бесплатные услуги или услуги по сниженной стоимости и пройти опрос для оценки социальных факторов здоровья.

Бесплатные услуги устного перевода

- Вы имеете право на услуги устного переводчика при разговоре с врачом.
- L.A. Care предлагает бесплатные услуги устного перевода, в том числе с американского языка жестов.
- Если вам нужны услуги устного перевода, не потребуется обращаться к родственникам или знакомым (кроме экстренных случаев).
- Чтобы запросить услугу устного перевода, позвоните в отдел обслуживания участников L.A. Care по телефону **1.888.839.9909** (телетайп TTY 711), который работает круглосуточно и ежедневно, включая праздничные дни, не менее чем за 10-15 дней до намеченного визита.

Во время звонка будьте готовы сообщить следующую информацию.

- Ваше полное имя;
 - Ваш номер идентификационной карточки участника плана L.A. Care;
 - Дату и время посещения врача;
 - Имя врача;
 - Адрес и номер телефона врача.
- В случае переноса или отмены вашего приема просим сообщить об этом в отдел обслуживания участников плана L.A. Care в кратчайший срок.

Продление регистрации в программе Medi-Cal

Каждые 12 месяцев Департамент общественного и социального обеспечения (Department of Managed Health Care, DPSS) округа Лос-Анджелес проводит проверку ваших данных, чтобы определить, сохраняете ли Вы право на получение льгот Medi-Cal, и продлить вашу регистрацию в программе Medi-Cal на следующий год. Хотя регистрация части участников может продлеваться автоматически, некоторые получатели льгот Medi-Cal должны обновлять свои льготы по программе Medi-Cal ежегодно и своевременно, чтобы сохранить свое страховое покрытие медицинского обслуживания.

Чтобы узнать больше о ежегодном процессе продления регистрации в программе Medi-Cal, посетите веб-сайт www.lacare.org/Medi-Cal-renewals для доступа к полезной информации и ресурсам.

Ниже представлена важная контактная информация DPSS, используя которую вы можете обратиться за помощью в продлении страхового покрытия.

1. Веб-сайт BenefitsCal: benefitscal.com
BenefitsCal — это веб-сайт для жителей округа Лос-Анджелес, через который они могут подавать заявки и просматривать свои льготы по программам CalWORKs, CalFresh, General Relief и Medi-Cal.
2. Номера телефонов центра обслуживания клиентов (Customer Solution Center, CSC) DPSS:

Бесплатный номер	1.866.613.3777
Местные номера	1.626.569.1399 1.310.258.7400 1.818.701.8200
Режим работы	CSC открыт: <ul style="list-style-type: none">• с понедельника по пятницу с 7:30 до 19:30 ч.;• за исключением праздничных дней.

Если у Вас остались вопросы о продлении Medi-Cal Свяжитесь со своим персональным сотрудником Medi-Cal, позвонив в местный офис DPSS по телефону **1.866.613.3777** | **телетайп ТТУ 1.800.660.4026**, который доступен с понедельника по пятницу, с 7:30 до 18:30 ч. (за исключением праздничных дней).



Важные контактные номера

- ❖ Отдел обслуживания участников L.A. Care:
1.888.839.9909 (телетайп TTY **711**)
- ❖ Круглосуточная справочная служба медсестер
L.A. Care: 1.800.249.3619 (телетайп TTY **711**)
- ❖ Телефонная служба помощи по вопросам
нормативно-правового соответствия
(Compliance Helpline) L.A. Care:
1.800.400.4889
- ❖ Общественные ресурсные центры
L.A. Care/Blue Shield of California:
1.877.287.6290
- ❖ Medi-Cal Rx: **1.800.977.2273**
(телетайп TTY **1.800.977.2273**)
и нажмите 5 или **711**
- ❖ Департамент охраны психического здоровья
округа Лос-Анджелес **1.800.854.7771**
- ❖ Программа дополнительного социального
дохода Управления социального страхования
(Social Security Administration Supplemental
Social Income, SSI): **1.800.772.1213**

Оставайтесь на связи

Вот несколько способов оставаться на связи с L.A. Care.

- ❖ Посетите наш сайт: **lacare.org**
- ❖ Позвоните в отдел обслуживания участников по
телефону **1.888.839.9909** (телетайп TTY **711**), который
работает круглосуточно и ежедневно, включая
праздничные дни.
- ❖ Войдите в систему L.A. Care Connect:
<https://members.lacare.org>

Следите за нами в социальных сетях



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

Позаботьтесь о страховом покрытии для себя и своей семьи

Если у вас есть регистрация в программе Medi-Cal, не забывайте продлевать ее, когда приходит время



Программа Medi-Cal покрывает жизненно важные услуги здравоохранения для вас и вашей семьи, включая визиты к врачу, рецепты, вакцинацию, охрану и восстановление психического здоровья и многое другое.

1 Обновите свои контактные данные

Сообщайте о любых изменениях вашего имени и фамилии, адреса, номера телефона и адреса электронной почты, чтобы округ мог связаться с вами.

2 Проверьте свою почту

Окружные службы отправят вам письмо о вашем праве на участие в программе Medi-Cal. Возможно, вам понадобится заполнить бланк на продление регистрации в программе. Если вы получили бланк на продление регистрации в программе, вы можете подать свою информацию по почте, телефону, лично или на веб-сайте **benefitscal.com**, чтобы не потерять страховое покрытие.

3 Создайте или проверьте свой личный кабинет на веб-сайте BenefitsCal

Вы можете подписаться на получение напоминаний о своем деле. Создайте или зайдите в свой личный кабинет на веб-сайте BenefitsCal, чтобы просмотреть данные напоминания. На веб-сайте **benefitscal.com** вы сможете подать запрос на продление регистрации в программе или подать требуемую документацию.

4 Заполните бланк продления регистрации в программе (если вы его получили)

Если вы получили бланк на продление регистрации в программе, вы можете направить свои данные по почте, телефону, лично или на веб-сайте **benefitscal.com**, чтобы **предотвратить перерывы в покрытии.**



Для получения более подробной информации и обновления контактной информации посетите сайт **benefitscal.com**

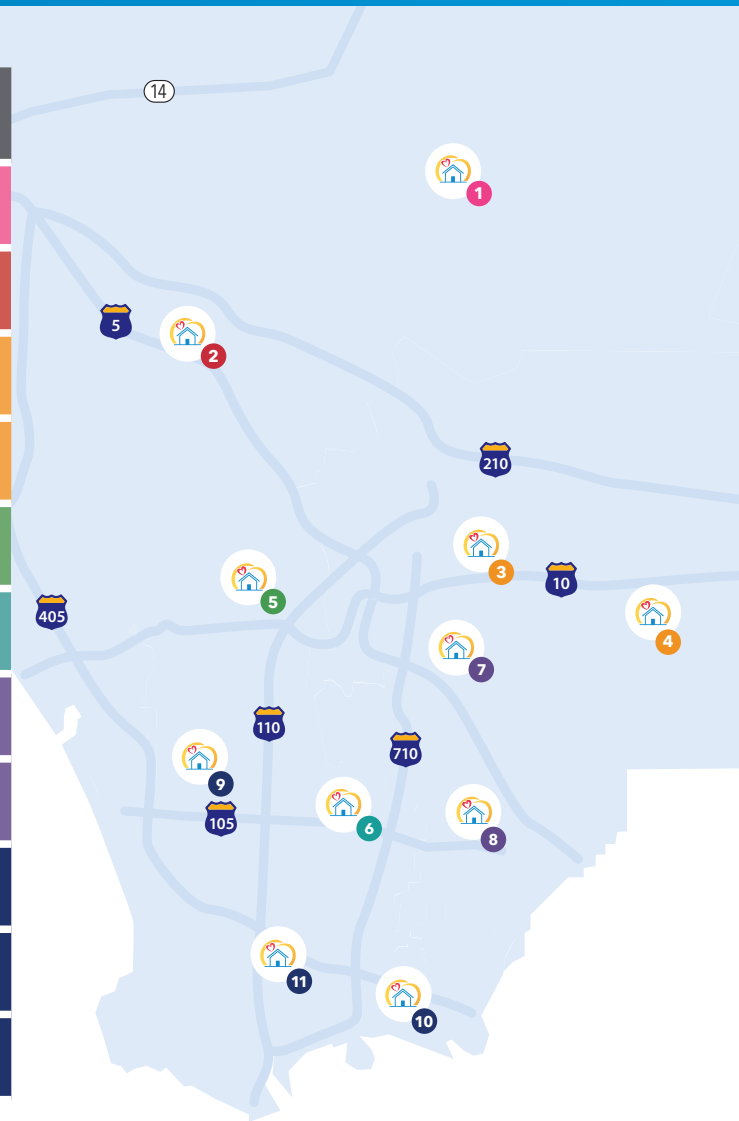
или

Позвоните в Департамент общественного и социального обеспечения (DPSS) округа Лос-Анджелес по телефону **1.866.613.3777** (телетайп ТТУ **1.800.660.4026**), который доступен с понедельника по пятницу с 7:30 до 18:30 ч. (кроме праздничных дней).

Получите помощь в заполнении заявления на регистрацию или продление программы Medi-Cal

Все ресурсные центры сообщества (Community Resource Centers, CRC), перечисленные ниже, предлагают помощь в регистрации и продлении программы Medi-Cal. Если вам нужна помощь в заполнении заявления на участие в программе Medi-Cal или пакета документов для продления, позвоните в CRC, указанный ниже, чтобы записаться на прием к специалисту по подаче заявления. Ресурсные центры сообщества L.A. Care открыты для участников и широкой общественности.

Местоположение CRC	Адрес и номер телефона
1. Palmdale	2072 E. Palmdale Blvd, Palmdale, CA 93550 1.213.438.5580
2. Panorama City (откроется в январе 2024 г.)	7868 Van Nuys Blvd, Panorama City, CA 91402 1.213.438.5497
3. El Monte	3570 Santa Anita Avenue, El Monte, CA 91731 1.213.428.1495
4. Pomona	696 W. Holt Avenue, Pomona, CA 91768 1.909.620.1661
5. Metro L.A.	1233 S Western Avenue, Los Angeles, CA 90006 1.213.428.1457
6. Lynwood	3200 East Imperial Hwy, Lynwood, CA 90262 1.310.661.3000
7. East L.A.	4801 Whittier Blvd, Los Angeles, CA 90022 1.213.438.5570
8. Norwalk	11721 Rosecrans Avenue, Norwalk, CA 90650 1.562. 651.6060
9. Inglewood	2864 W. Imperial Hwy, Inglewood, CA 90303 1.310.330.3130
10. Long Beach	5599 Atlantic Blvd, Long Beach, CA 90805 1.562.265.3130
11. Wilmington	911 North Avalon Blvd, Wilmington, CA 90744 1.213.428.1490



Для получения дополнительной информации посетите страницу **CommunityResourceCenterLA.org** или позвоните по телефону **1.877.287.6290** (линия ТТУ **711**), который доступен с понедельника по пятницу с 9:00 до 17:00 часов.

Отсканируйте QR-код, чтобы найти ближайший к вам центр.

ОСНОВНЫЕ ЛЬГОТЫ L.A. Care Medi-Cal

План L.A. Care Health Plan предоставляет полный набор медицинских льгот.*

Более подробную информацию о льготах можно найти в справочнике участника Medi-Cal, доступном в Интернете на веб-сайте lacare.org.

Больше льгот. Бесплатно для вас.

* Это лишь краткий обзор.



Основные и связанные с амбулаторной помощью льготы и услуги

- Приемы у врача первичного обслуживания и специалистов;
- Амбулаторные хирургические операции;
- Неотложная медицинская помощь и клиники в местах розничной торговли;
- Лабораторные услуги и рентгеновские снимки;
- Прививки от гриппа и прочие рекомендуемые вакцины;
- Тестирование и вакцинация на COVID-19;
- Помощь для беременных, матерей и новорожденных;
- Роды и послеродовой уход;
- Услуги медсестер и акушерок;
- Услуги доулы;
- Педиатрические услуги (ранний и периодический скрининг, диагностика и лечение);
- Подиатрия;
- Мануальная терапия;
- Лечение заболеваний;
- Услуги диализа/гемодиализа;
- Справочная служба медсестер;
- Телемедицина;
- Семейная терапия;
- Уличная медицина.



Льготы в сфере профилактики болезней и здорового образа жизни

- Программа Health in Motion™ («Здоровье в движении»);
- Программы управления заболеваниями;
- Помощь при отказе от курения;
- Услуги по планированию семьи;
- Услуги медицинских работников сообщества;



Услуги по охране поведенческого здоровья

- Амбулаторные услуги по охране и восстановлению психического здоровья;
- Амбулаторные и стационарные специализированные услуги по охране и восстановлению психического здоровья;
- Амбулаторная помощь при расстройстве, связанном с употреблением психоактивных веществ / Скрининг злоупотреблений алкоголем;
- Добровольная стационарная детоксикация.



Стационарные услуги

- Лечение в стационаре
- Хирургические услуги
- Трансплантация жизненно важных органов и тканей
- Услуги анестезиолога



Услуги экстренной медицинской помощи

- Услуги отделения неотложной помощи
- Услуги бригады скорой помощи



Фармацевтические льготы

- Отпускаемые по рецепту лекарства (через Medi-Cal Rx: [Medi-Calrx.dhcs.ca.gov](https://www.Medi-Calrx.dhcs.ca.gov))



Услуги реабилитации и абилитации

- Физиотерапия
- Трудовая терапия
- Аудиология
- Лечение дефектов речи
- Проверка слуха
- Медицинское оборудование длительного пользования
- Иглоукалывание
- Услуги ухода на дому
- Ортезы/протезы
- Материалы, оборудование и приборы медицинского назначения
- Учреждение квалифицированного сестринского ухода (до 90 дней)
- Легочная реабилитация



Другие услуги

- Зрение/оптометрия
- Транспортировка
 - Транспортировка по медицинским показаниям, не требующим экстренного вмешательства
 - Машина для перевозки лежащих пациентов
 - Машина для перевозки лиц в инвалидных креслах
 - Машина скорой помощи
 - Немедицинская транспортировка
 - Частный или общественный транспорт для лиц, не имеющих других средств, чтобы попасть на назначенный прием
- Долгосрочное обслуживание и поддержка в рамках программы
 - Учреждения квалифицированного сестринского ухода (более 91 дня);
 - Услуги на дому и по месту проживания
- Стоматологическая помощь (через программу Medi-Cal Dental, ранее известную как Denti-Cal: [dhcs.ca.gov/services](https://www.dhcs.ca.gov/services))
- Поддержка сообщества

**Состав льгот может меняться. Для получения дополнительных сведений позвоните в отдел обслуживания участников L.A. Care по телефону 1.888.839.9909 (телетайп ТТУ 711), круглосуточно и ежедневно, включая праздничные дни, или перейдите на веб-сайт [lacare.org](https://www.lacare.org). Вашему поставщику медицинских услуг может потребоваться получить одобрение некоторых льгот и услуг.*



L.A. Care
Medi-Cal

VSP
Vision Care

Сохраните здоровье глаз

с офтальмологическим обслуживанием VSP Vision Care



Мы сделали здоровье Ваших глаз нашим главным приоритетом. Как участник программы офтальмологического обслуживания Vision Care вы получите доступ к помощи отличных офтальмологов, качественные очки (включая рецептурные линзы и оправы) и доступные средства ухода за глазами, которые позволят вам сохранить ясность зрения и жить здоровой жизнью.

Регулярные осмотры глаз очень важны

С VSP® вы получите превосходную помощь от врачей сети VSP, включая WellVision Exam® — обследование, направленное на выявление признаков нарушения зрения и влияющих на него состояний здоровья, таких как диабет и высокое артериальное давление.

Использовать льготу VSP просто



Ознакомьтесь с условиями покрытия. Ознакомьтесь с персонализированной информацией о покрытии и найдите врача в пределах сети, создав учетную запись на веб-сайте vsp.com, используя свой идентификационный номер в плане L.A. Care Health Plan (он указан на Вашей карте).



Обратитесь к врачу в пределах сети. Войдите в свою учетную запись на веб-сайте vsp.com и найдите участвующего в плане поставщика услуг VSP для Medi-Cal рядом с вами или позвоните в Отдел обслуживания участников VSP по телефону **1.800.877.7195 (телетайп ТТУ 1.800.428.4833)**, который доступен с понедельника по субботу с 6:00 до 17:00 ч. PST (в воскресенье отдел не работает).



Во время приема скажите поставщику, что у вас есть VSP через план L.A. Care Health Plan. Покажите свою карту плана L.A. Care Health Plan на приеме.

Вот и все! Остальное мы сделаем сами. При обращении к участвующему в плане поставщику услуг VSP заполнять формы страховых требований Вам не понадобится.

Остались вопросы? Посетите веб-сайт vsp.com или позвоните в VSP по телефону **1.800.877.7195 (телетайп ТТУ 1.800.428.4833)**, который доступен с понедельника по субботу с 6:00 до 17:00 ч. PST (в воскресенье не работает).

Узнайте о доступных вам вариантах помощи

Типы медицинских услуг	Типы поставщиков	Примеры услуг	Расчетное время ожидания
 <p>Справочная служба медсестер</p>	<p>Лицензированная зарегистрированная медицинская сестра Разговор с медсестрой, круглосуточно, ежедневно</p>	<ul style="list-style-type: none"> Полезные советы по самостоятельному уходу за собой Ответы на вопросы о здоровье Выбор места получения медицинской помощи 	<ul style="list-style-type: none"> Без времени ожидания
 <p>Первичное обслуживание</p>	<p>Поставщик первичных медицинских услуг (PCP) Когда вам требуется помощь, начните со звонка к PCP</p>	<ul style="list-style-type: none"> Профилактика Внезапные или краткосрочные проблемы со здоровьем Долгосрочные состояния или такие заболевания, как диабет 	<ul style="list-style-type: none"> 10 рабочих дней или менее Некоторые назначения — в тот же день
 <p>Виртуальное медицинское обслуживание</p>	<p>Услуги из сферы телемедицины Общение с врачом по телефону или онлайн</p>	<ul style="list-style-type: none"> Простуда/грипп/лихорадка Сыпь Инфекции (кожные/глазные/ушные/ИМП) Заболевания органов дыхания (хрипы/кашель) Заболевания желудочно-кишечного тракта (боль/рвота/диарея) Нетяжелые травмы 	<ul style="list-style-type: none"> От нескольких минут до нескольких часов
 <p>Неотложная медицинская помощь</p>	<p>Клиники в местах розничной торговли Расположение в розничной аптеке, среди сотрудников — практикующая медсестра</p>	<ul style="list-style-type: none"> Простуда/грипп/лихорадка Сыпь Инфекции (кожные/глазные/ушные/ИМП) 	<ul style="list-style-type: none"> От нескольких минут до нескольких часов Назначьте прием и проверьте приблизительное время ожидания онлайн
	<p>Центр неотложной медицинской помощи Получайте медицинскую помощь от врачей в день обращения, даже в нерабочее время и по выходным</p>	<ul style="list-style-type: none"> Заболевания органов дыхания (хрипы/кашель) Заболевания желудочно-кишечного тракта (боль/рвота/диарея) Нетяжелые травмы 	<ul style="list-style-type: none"> От нескольких минут до нескольких часов
 <p>Экстренная медицинская помощь</p>	<p>Отделение неотложной помощи Помощь при угрожающих жизни состояниях. Не обращайтесь в отделение экстренной помощи (ER) для планового медицинского обслуживания или при болезнях невысокой степени тяжести</p>	<ul style="list-style-type: none"> боль в груди; Внезапное изменение зрения Слабость / проблемы с речью 	<ul style="list-style-type: none"> Время ожидания зависит от тяжести состояния

Для получения более подробной информации о стоимости услуг и доступе к ним перейдите на веб-страницу lacare.org/members/getting-care или позвоните по номеру, указанному на обратной стороне идентификационной карточки участника.

Если Вам нужна дополнительная помощь, звоните в отдел обслуживания участников L.A. Care по телефону **1.888.839.9909 (телетайп ТТУ 711)**, который работает круглосуточно и ежедневно, включая праздничные дни.

COVID-19, грипп и респираторно-синцитиальный вирус (RSV) Профилактика и лечение

Защитите себя и всех окружающих с помощью вакцин!

COVID-19, грипп и RSV — очень заразные вирусы. Эти вирусы распространяются от человека к человеку, могут вызывать серьезные заболевания, такие как легочные инфекции или длительный COVID, и приводить к госпитализации и смерти.

Все учреждения общественного здравоохранения и L.A. Care рекомендуют, чтобы все, кто соответствует требованиям для вакцинации против COVID-19, гриппа и RSV, получили вакцину и (или) бустерные дозы.

- ❖ **Соответствие требованиям:** вакцины против COVID-19 и гриппа доступны для всех в возрасте от шести месяцев и старше. Вакцина против RSV в настоящее время доступна для детей младшего возраста и пожилых людей, соответствующих требованиям для вакцинации. Вакцинация — один из лучших способов защитить себя и своих близких.
- ❖ **Доступ:** прививки от COVID-19 и гриппа можно сделать в большинстве аптек и в офисе вашего поставщика первичных медицинских услуг. Также можете зайти на сайт lacare.org/flu, чтобы найти бесплатные прививки от гриппа в сообществе. Вакцина против RSV в первую очередь доступна для новорожденных и детей младшего возраста, поэтому вам необходимо проконсультироваться со своим врачом, чтобы узнать, есть ли в наличии вакцина против RSV и имеете ли вы право на вакцинацию. Для пожилых людей требуется предварительное разрешение на вакцинацию против RSV.
- ❖ **Стоимость:** участники программы L.A. Care Medi-Cal, имеющие право на получение вакцин или лекарств от COVID-19, гриппа и RSV, ничего не должны платить.
- ❖ **Побочные эффекты:** вакцины не могут заразить Вас вирусом. Общие побочные эффекты этих вакцин, отмеченные во время клинических исследований, включают боль в месте инъекции, утомление, головную боль, боль в мышцах и суставах, озноб и легкий жар. Побочные эффекты, как правило, выражены слабо и проходят через день или два, в то время как польза от вакцин остается.



Оставайтесь под защитой!

- При кашле или чихании прикрывайте рот салфеткой или рукавом
- Часто мойте руки с мылом
- Если заболели, оставайтесь дома, не ходите на работу или в школу, пока симптомы не улучшатся
- При необходимости надевайте маску

Лечитесь

Если у вас положительный результат теста на COVID-19 или грипп, вы можете обратиться к своему врачу, чтобы он назначил лекарства для лечения этих инфекций. Эти лекарства могут ограничить продолжительность и тяжесть инфекции и снизить потенциальный риск тяжелого заболевания.

Есть вопросы о COVID-19, гриппе или RSV?

Если у вас есть вопросы об этих вакцинах или вы хотите узнать больше о доступных лекарствах, обратитесь к своему поставщику первичных медицинских услуг или посетите веб-сайт lacare.org/vaccine.

Для получения дополнительной информации о RSV, посетите сайт <http://publichealth.lacounty.gov/acd/diseases/RSV.html>

Сделайте БЕСПЛАТНУЮ прививку от COVID-19 и гриппа уже сегодня!



Обратитесь к своему врачу первичного обслуживания (PCP), чтобы записаться на прием. Либо обратитесь в местную аптеку. Можно прийти без записи! Предъявите идентификационную карту плана L.A. Care и получите вакцину против гриппа совершенно бесплатно. Если вам нужна другая помощь, звоните в Отдел обслуживания участников по телефону **1.888.839.9909** (линия ТТУ: 711).

Как получить доступ к

материалам для участников
плана L.A. Care Medi-Cal



План L.A. Care Health Plan предоставляет вам информацию о льготах по программе Medi-Cal, а также о покрываемых препаратах и врачах, которые работают с планом L.A. Care. Вы можете просмотреть или распечатать важные материалы для участников, например справочник участника программы Medi-Cal, справочник поставщиков услуг, справочник препаратов и аптек (Medi-Cal Rx) и брошюры Medi-Cal для детей и подростков.



Найдите

lacare.org | 24 часа в сутки, 7 дней в неделю

Чтобы просмотреть и распечатать материалы для участников программы Medi-Cal, посетите веб-сайт L.A. Care и воспользуйтесь ссылкой «материалы для участников программы Medi-Cal (Member Materials (Medi-Cal))» <https://www.lacare.org/members/documents/Medi-Cal>.



**Посетите
L.A. Care**

В обычное рабочее время

Посетите один из общественных ресурсных центров L.A. Care/Blue Shield of California, чтобы запросить печатные копии материалов для участников или попросить представителя службы поддержки ответить на ваши вопросы о том, как получить доступ к вашим новым льготам Medi-Cal.



Звоните

1.888.839.9909 (линия ТТУ: 711)

Круглосуточно, без выходных, включая праздничные дни

Персонал отдела обслуживания участников L.A. Care может ответить на любые вопросы о том, как найти справочник участника, справочник поставщиков услуг и справочник препаратов аптеки (Medi-Cal Rx).

Чтобы получить эту информацию на другом языке или в альтернативном формате, например напечатанную крупным шрифтом или шрифтом Брайля, или в форме аудиозаписи, позвоните в отдел обслуживания участников L.A. Care по телефону **1.888.839.9909 (телетайп ТТУ 711)**, который работает круглосуточно и ежедневно, включая праздничные дни.

Уведомление о недопущении дискриминации



Дискриминация запрещена законом. План L.A. Care Health Plan соблюдает федеральное законодательство и законодательство штата о гражданских правах. План L.A. Care Health Plan не допускает противозаконной дискриминации, не отказывает в предоставлении услуг и не относится к людям предвзято на основании их пола, расы, цвета кожи, вероисповедания, происхождения, национальной или этнической принадлежности, возраста, психической либо физической инвалидности, состояния здоровья, генетической информации, семейного положения, гендерной принадлежности, гендерной идентичности или сексуальной ориентации.

L.A. Care Health Plan предоставляет:

- Бесплатную помощь и услуги людям с инвалидностью для обеспечения эффективного общения с другими лицами:
 - ✓ услуги квалифицированных сурдопереводчиков;
 - ✓ письменную информацию в других форматах (крупным шрифтом, в аудиоформате, доступных электронных форматах и других форматах).
- Бесплатные языковые услуги людям, для которых английский не является родным языком, например:
 - ✓ услуги квалифицированных переводчиков;
 - ✓ информацию в письменном виде на других языках.

Если вам необходимо воспользоваться такими услугами, звоните в план L.A. Care Health Plan по телефону **1.888.839.9909**. Звонки принимаются круглосуточно, ежедневно, включая праздничные дни. Если у вас имеются нарушения слуха или речи, звоните на линию **TTY 711**. По запросу этот документ может быть предоставлен Вам напечатанным шрифтом Брайля, крупным шрифтом, на аудиокассете или в электронной форме. Чтобы получить копию в одном из этих альтернативных форматов, позвоните по указанному номеру или напишите по адресу:

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

ML2502 08/21

КАК ПОДАТЬ ПРЕТЕНЗИЮ О НАРУШЕНИИ ГРАЖДАНСКИХ ПРАВ

Если Вы считаете, что план L.A. Care Health Plan не выполняет обязательства по предоставлению данных услуг или в нарушение закона допускает дискриминацию каким-либо другим образом по признаку пола, расы, цвета кожи, вероисповедания, происхождения, национальной или этнической принадлежности, возраста, психической либо физической инвалидности, состояния здоровья, генетической информации, семейного положения, гендерной принадлежности, гендерной идентичности или сексуальной ориентации, Вы можете подать претензию на имя старшего ответственного сотрудника по вопросам нормативно-правового соответствия плана L.A. Care Health Plan. Претензию о нарушении гражданских прав можно подать по телефону, в письменном виде, лично или онлайн.

- **По телефону.** Звоните старшему ответственному сотруднику по вопросам нормативно-правового соответствия плана L.A. Care Health Plan круглосуточно, ежедневно, включая праздничные дни, по номеру **1.888.839.9909**. Если у вас имеются нарушения слуха или речи, позвоните на **линию ТTY 711**.
- **В письменном виде.** Заполните форму для подачи жалобы или напишите письмо и отправьте по указанному адресу:

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

Электронная почта: civilrightscoordinator@lacare.org

- **Лично.** Посетите офис своего врача или офис плана L.A. Care Health Plan и скажите, что хотите подать претензию о нарушении гражданских прав.
- **В электронном виде.** На веб-сайте плана L.A. Care Health Plan www.lacare.org/members/member-support/file-grievance/grievance-form или электронным письмом на адрес civilrightscoordinator@lacare.org.

ДЕПАРТАМЕНТ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ ШТАТА КАЛИФОРНИЯ , УПРАВЛЕНИЕ ПО ГРАЖДАНСКИМ ПРАВАМ

Вы также можете подать жалобу в связи с нарушением гражданских прав в Управление по гражданским правам (Office for Civil Rights) Департамента здравоохранения штата Калифорния (California Department of Health Care Services) по телефону, в письменной или электронной форме.

- **По телефону.** Звоните **1.916.440.7370**. Если вы плохо слышите или не можете говорить, позвоните на линию **711 (через диспетчерскую службу для людей с нарушениями слуха и речи)**.
- **В письменном виде.** Заполните форму жалобы или напишите письмо и отправьте по адресу:

**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**

Формы жалоб доступны на странице
http://www.dhcs.ca.gov/Pages/Language_Access.aspx.

- **В электронном виде.** Направьте письмо на адрес электронной почты: CivilRights@dhcs.ca.gov.

УПРАВЛЕНИЕ ПО ГРАЖДАНСКИМ ПРАВАМ — МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ И СОЦИАЛЬНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ

Если вы считаете, что подверглись дискриминации по признаку расы, цвета кожи, национальной принадлежности, возраста, инвалидности или пола, вы также можете подать жалобу о нарушении гражданских прав в управление по гражданским правам Министерства здравоохранения и социального обеспечения США — по телефону, в письменной или электронной форме.

- **По телефону.** Звоните **1.800.368.1019**. Если у Вас имеются нарушения слуха или речи, позвоните на линию **TTY/TDD 1.800.537.7697**.
- **В письменном виде.** Заполните форму жалобы или напишите письмо и отправьте по адресу:

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

Формы для подачи жалобы можно найти на веб-странице <http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>.

- **В электронном виде.** Посетите веб-страницу Управления по гражданским правам по адресу <http://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>.

Языковая поддержка

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 برايل 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 միջոցներ ու ծառայություններ հաշմանդամություն 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 ជាភាសា របស់អ្នក សូម ទូរស័ព្ទទៅលេខ **1.888.839.9909 (TTY 711)** ។ ជំនួយ និង សេវាកម្ម សម្រាប់ ជនពិការ ដូចជាឯកសារសរសេរជាអក្សរធំ សម្រាប់ជនពិការភ្នែក ឬ ឯកសារសរសេរជាអក្សរព្រមព្រៀង 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 hlou 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)