L.A. Care®
Medi-Cal

MEDI-CAL-Ի ՆՈՐ ԱՆԴԱՄԻ ԿՈՂՄՆՈՐՈՇՈՒՄ

LA5047 AM 09/24

Բարի գալուստ **L.A. Care Health Plan**

Բարի՛ գալուստ L.A. Care Health Plan (L.A. Care): Ձեր առողջությունը մեզ համար կարևոր է, և մենք պատրաստ ենք օգնելու ձեզ ստանալ այն առողջական խնամքը, որն անհրաժեշտ է ձեզ:

1200 W. 7th Street Los Angeles, CA 90017

Ինչի մասին ենք խոսելու այսօր

Առողջական խնամք 101

- Ձեր Medi-Cal Անդամի տեղեկագիրքը
- Անդամների առցանց նյութեր
- Ձեր՝ Անդամի ճանաչողական քարտերը
- Առողջության սկզբնական ժամադրությունը
- Ձեր առաջնային խնամքի բժիշկը և սովորական խնամքը
- Ուղեգրման գործընթացը և Նախօրոք լիազորումը
- Ինչպես ստանալ ձեզ անհրաժեշտ խնամքը
- Ինչպես փոխել ձեր Առաջնային խնամքի բժշկին
- Ինչ անել, եթե հաշիվ եք ստանում
- Ինչ անել, եթե տեղափոխվում եք
- Դեղատուն 101
- Իմացեք ձեր խնամքի տարբերակների մասին
- Medi-Cal-ի թարմացման գործընթացը

Ինչի մասին ենք խոսելու այսօր
շարունակություն

Ձեզ առաջարկվող ավելի շատ ծառայություններ

- Համայնքային աղբյուրների կենտրոններ
- CalFresh
- Որակի բարելավում
- Վարքագծային առողջություն
- Առողջապահական կրթություն
- L.A. Care Connect անդամի հարթակ
- My *Health In Motion*™
- Խնամքի կառավարում
- Կառավարվող երկարաժամկետ աջակցության ծառայություններ
- Փոխադրում
- Ատամնաբուժական ծառայություններ
- Տեսողության ծառայություններ
- Կապի մեջ մնալը

Առողջական խնամք 101

L.A. Care Health Plan-ում կողմնորոշվելը

Ձեր Անդամի տեղեկագիրքը

- Անպայման ուսումնասիրեք ձեր Medi-Cal Անդամի տեղեկագիրքը: Այս կարևոր տեղեկություններ է պարունակում L.A. Care-ի մասին՝
  - Ձեր իրավունքներն ու պարտականությունները
  - Կարևոր հեռախոսահամարներ
  - Ապահովագրված նպաստներ և ծառայություններ
  - Ինչպես փոխել ձեր առաջնային խնամքի մատակարարին (Primary Care Provider, PCP)

- Այն ձեզ կտեղեկացնի նաև, թե ինչպես հասանելիություն ստանալ հետևյալին՝
  - Կանխարգելիչ, հրատապ և շտապ առողջական խնամք
  - Կանանց առողջության մասնագետներ կանոնավոր և կանխարգելիչ խնամքի համար
  - Լեզվական օգնություն և բանավոր թարգմանիչներ
  - Դեղատան նպաստներ և ինչպես կարող եք ձեռք բերել ձեզ անհրաժեշտ դեղը
  - Ոչ-բժշկական և ոչ-արտակարգ իրավիճակի բժշկական փոխադրման ծառայություններ
  - Խնամքի կառավարման և հիվանդության կառավարման ծրագրեր
  - 24-ժամյա Բուժքույրերի խորհրդատվական հեռախոսագիծ՝

Առողջական խնամք 101

L.A. Care Health Plan-ում կողմնորոշվելը

- Medi-Cal Անդամի տեղեկագիրքը փոստով ուղարկվել է ձեզ որպես ձեր Նոր անդամի փաթեթի մի մաս: Դուք կարող եք նաև գտնել Medi-Cal Անդամի տեղեկագիրքը ձեր լեզվով՝ lacare.org/members/documents/medi-cal հասցեով կամ կարող եք ձեր Անդամի տեղեկագրքի տպագիր պատճենը պատվիրել ցանկացած մատչելի լեզվով՝ զանգահարելով L.A. Care-ի Անդամների ծառայություններ **1.888.839.9909** (TTY **711**) հեռախոսահամարով:

Առողջական խնամք 101

L.A. Care Health Plan-ում կողմնորոշվելը

Անդամների առցանց նյութեր

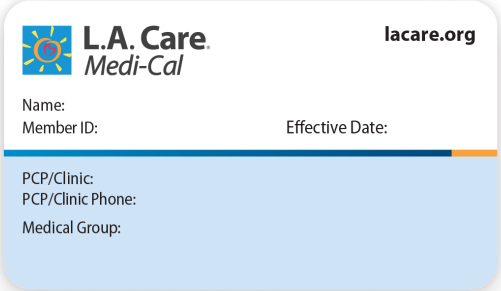
- Այցելեք մեր Անդամի նյութերի էջը lacare.org/members/documents/medi-cal հասցեով: Այստեղ կարող եք գտնել կարևոր տեղեկություններ և ռեսուրսներ, որոնք կօգնեն ձեզ ստանալ ձեզ անհրաժեշտ խնամքը:

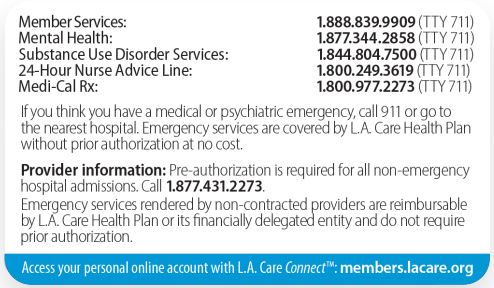
  Դուք կարող եք գտնել հետևյալ նյութերը և ռեսուրսները՝

  - Medi-Cal Անդամի տեղեկագիրք
  - Medi-Cal Նոր անդամի ուղեցույց
  - Medi-Cal Տարեկան ուղեցույց անդամներ համար
  - Medi-Cal Երեխաների և դեռահասների համար
  - Մատակարարների հասցեագիրք
  - Հղումներ դեպի կարևոր ռեսուրսներ, ինչպիսիք են Medi-Cal ID քարտը, Medi-Cal Rx-ը, Համայնքային աջակցությունը և Medi-Cal Անդամների նորացման էջը

Առողջական խնամք 101

L.A. Care Health Plan-ում կողմնորոշվելը





Ձեր՝ Անդամի ճանաչողական քարտերը

- Ձեր L.A. Care անդամի ճանաչողական (identification, ID) քարտը ձեզ ուղարկվում է առանձին նամակով: Ձեր ID քարտը ներառում է հետևյալ տեղեկությունները՝
  - Ձեր առողջապահական ծրագրի անվանումը՝ L.A. Care
  - Ձեր անդամի ID համարը
  - Ձեր PCP-ն և PCP-ի հեռախոսահամարը
  - Ձեր բժշկական խումբը (եթե այն ունեք)
  - L.A. Care-ի Անդամների ծառայությունների հեռախոսահամարը և այլ կարևոր տեղեկություններ և հեռախոսահամարներ

Առողջական խնամք 101

L.A. Care Health Plan-ում կողմնորոշվելը

- **Ձեր Medi-Cal-ի նպաստների ճանաչողական քարտում (Benefits Identification Card, BIC) նշված են՝**
  - Ձեր ճանաչողական համարը
  - Ձեր անունը
  - Ձեր սեռը
  - Ձեր ծննդյան ամսաթիվը
  - Տրամադրման ամսաթիվը

- **Ե՞րբ եմ ցույց տալիս իմ L.A. Care ճանաչողական քարտը և իմ Նպաստների ճանաչողական քարտը (BIC):**
  - Երբ գնում եք բժշկի, հրատապ խնամքի կամ հիվանդանոց
  - Երբ Ձեզ շտապ օգնություն է հարկավոր
  - Երբ դեղատոմսով դեղ եք ստանում

Առողջական խնամք 101

L.A. Care Health Plan-ում կողմնորոշվելը

Սովորական խնամք ձեր PCP-ի կողմից

- Ձեր PCP-ն ձեր հիմնական բժիշկն է և առաջին մարդն է, ում մոտ գնում եք, երբ առողջական խնդիր ունեք: Նրանք ապահովում են, որ դուք ստանում եք ճիշտ խնամք, ճիշտ տեղում, ճիշտ ժամանակին:
- Կարևոր է, որ դուք կանոնավոր կերպով սովորական խնամքի համար այցելեք ձեր PCP-ին:
- Սովորական խնամքը կանոնավոր առողջական խնամք է: Այն ընդգրկում է կանխարգելիչ խնամքը, որը կոչվում է նաև բարեկեցություն: Այն օգնում է, որ մնաք առողջ և օգնում է, որ խուսափեք հիվանդանալուց:
- Ձեր PCP-ն կանի հետևյալը՝
  - Կծանոթանա ձեր առողջության պատմությանն ու կարիքներին և կպահի ձեր առողջական արձանագրությունները
  - Կտրամադրի ձեզ ձեր ամենօրյա խնամքը, ներառյալ ֆիզիկական զննումը, կանոնավոր ստուգումները, պատվաստումները, բուժումը, դեղատոմսերը և բժշկական խորհրդատվությունը
  - Կսովորեցի ձեզ առողջությունը բարելավելու ուղիներ կամ կօգնի ձեզ առողջ մնալ
  - Անհրաժեշտության դեպքում ձեզ կուղղորդի (կուղարկի) մասնագետների մոտ
  - Անհրաժեշտության դեպքում կպատվիրի ռենտգեն պատկերումներ կամ լաբորատոր անալիզներ
  - Անհրաժեշտության դեպքում կկազմակերպի հիվանդանոցային խնամք

Առողջական խնամք 101

L.A. Care Health Plan-ում կողմնորոշվելը

Առողջության սկզբնական ժամադրությունը

- Բոլոր նոր անդամները պետք է առաջին անգամ այցելեն իրենց PCP-ին L.A. Care-ին անդամակցելուց հետո երեք ամսվա ընթացքում **առողջության սկզբնական ժամադրության (initial health appointment, IHA) համար**:
- IHA-ի նպատակն է օգնել ձեր PCP-ին ճանաչել ձեզ և իմանալ ձեր առողջության պահպանման պատմության և կարիքների մասին:
- Ձեր PCP-ն կարող է ձեզ մի շարք հարցեր տալ ձեր առողջական պատմության մասին կամ խնդրել, որ լրացնեք մի հարցաթերթիկ:
- Ձեր PCP-ն նաև ձեզ կհայտնի առողջապահական խորհրդատվության և դասընթացների մասին, որոնք կարող են օգնել ձեզ:

Առողջական խնամք 101

L.A. Care Health Plan-ում կողմնորոշվելը

Ուղեգիր ստանալու գործընթաց

- Ձեր PCP-ն հարկ եղած դեպքում, ձեզ ուղեգիր կտա՝ ձեզ *մասնագետի* մոտ ուղարկելու համար: Մասնագետը մի բժիշկ է, ով հավելյալ կրթություն է ստացել բժշկության որևէ ոլորտում: Ձեր PCP-ն ձեզ հետ կաշխատի *մասնագետ* ընտրելու համար: Ձեր PCP-ի գրասենյակը կարող է օգնել ձեզ, որ ժամանակ նշանակեք մասնագետին այցելելու համար:
- Ուղեգիր պահանջող այլ ծառայությունների թվում են՝ գրասենյակում իրականացվող ընթացակարգերը, ռենտգենը, լաբորատոր անալիզները, հատուկ բուժումները, տնային խնամքը և ընտրովի ընդունումները հաստատություն: Ձեր PCP-ն թերևս ձեզ ձևաթուղթ տա մասնագետի մոտ տանելու համար: Մասնագետը կլրացնի ձևաթուղթը և հետ կուղարկի ձեր PCP-ին: Մասնագետը ձեզ կբուժի քանի դեռ կարծում է, որ բուժման կարիք ունեք:
- Խնդրում ենք նկատի ունենալ, որ կան որոշ ծառայություններ, որոնք երբեք ուղեգրի կարիք չունեն, այդ թվում՝
  - Այցեր PCP-ի մոտ
  - Այցեր մանկաբարձ/գինեկոլոգի (Obstetrics/Gynecology, OB/GYN) մոտ
  - Հրատապ խնամքի կամ շտապ օգնություն այցեր
  - Մեծահասակների զգայուն ծառայություններ, ինչպիսիք են սեռական ոտնձգությունների խնամքը
  - Ընտանիքի ծրագրավորման ծառայություններ
  - ՄԻԱՎ-ի ստուգում և խորհրդատվություն (12 տարեկան կամ ավելի բարձր տարիքի)
  - Սեռական ճանապարհով փոխանցվող վարակների ծառայություններ (12 տարեկան կամ ավելի բարձր տարիքի)
  - Հոգեկան առողջության սկզբնական գնահատում
  - Հոգեկան առողջության ընթացիկ բուժում

Առողջական խնամք 101

L.A. Care Health Plan-ում կողմնորոշվելը

Նախավավերացում/Նախօրոք լիազորում

- Խնամքի մի շարք տեսակների համար ձեր PCP-ն կամ մասնագետը պարտավոր է L.A. Care-ից արտոնություն խնդրել՝ նախքան խնամքն ստանալը:
- Սա կոչվում է նախօրոք լիազորում, նախօրոք վավերացում կամ նախավավերացում խնդրել:
- Սա նշանակում է, որ L.A. Care-ը պետք է վստահ լինի, որ խնամքը բժշկականորեն անհրաժեշտ կամ պետքական է: Բժշկական տեսանկյունից անհրաժեշտ ծառայությունները տրամաբանական և անհրաժեշտ են ձեր կյանքը պաշտպանելու համար, կանխում են ձեր լուրջ հիվանդանալը կամ հաշմանդամ դառնալը, կամ մեղմացնում են սաստիկ ցավը՝ ախտորոշված ախտից, հիվանդությունից կամ վնասվածքից:
- Հետևյալ ծառայությունները միշտ նախավավերացում (նախօրոք լիազորում) են պահանջում, նույնիսկ եթե դրանք ձեռք բերեք L.A. Care-ի ներցանցային մատակարարից՝
  - Հիվանդանոցային բուժում, եթե արտակարգ իրավիճակ չէ
  - Ծառայություններ L.A. Care-ի սպասարկման տարածքից դուրս, եթե արտակարգ իրավիճակ կամ հրատապ չեն
  - Ամբուլատոր վիրահատություն
  - Երկարատև թերապիա կամ հմուտ բուժքույրական ծառայություններ բուժքույրական խնամքի հաստատությունում
  - Մասնագիտացված բուժումներ, պատկերում, թեստավորում և ընթացակարգեր
  - Բժշկական փոխադրման ծառայություններ, երբ դա արտակարգ իրավիճակ չէ: Շտապ օգնության մեքենայի ծառայությունները նախավավերացում չեն պահանջում
  - Կարևոր օրգանի փոխպատվաստում

Առողջական խնամք 101

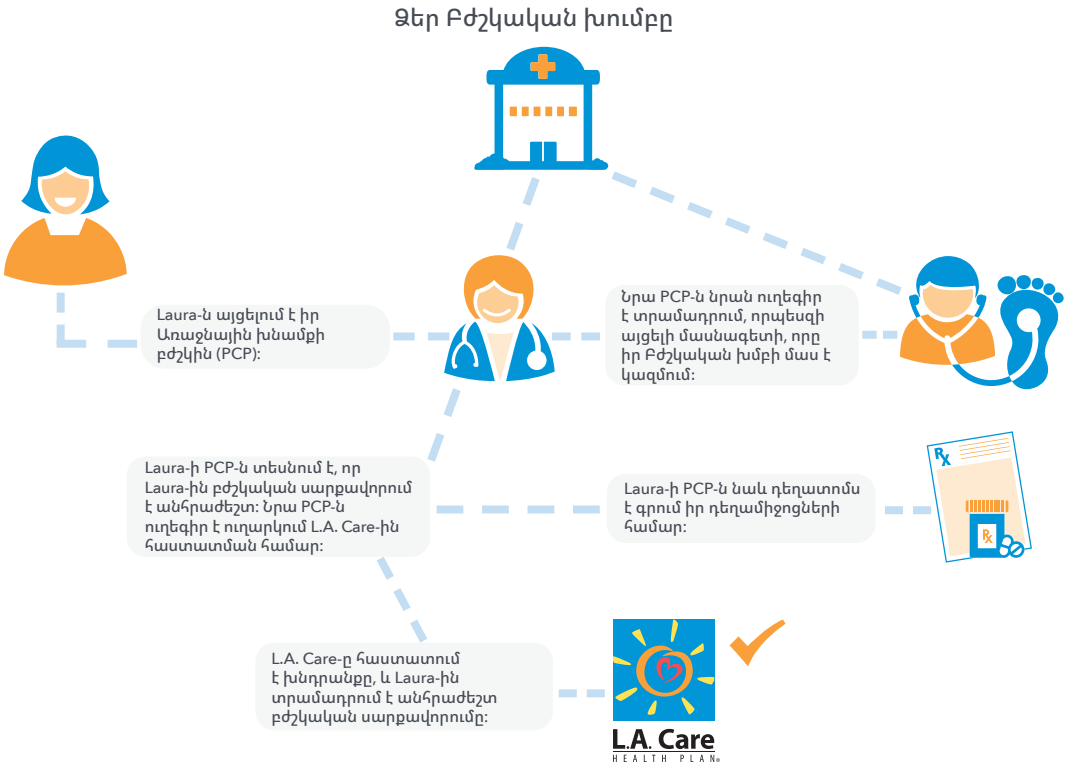
L.A. Care Health Plan-ում կողմնորոշվելը

- Հետևյալ ծառայությունները չեն պահանջում նախօրոք լիազորում, եթե անդամն այցելում է Medi-Cal մատակարարի L.A. Care ցանցում՝
  - Հիմնական նախածննդյան խնամքի ծառայություններ
  - Սովորական մանկաբարձական ծառայություններ
  - Մանկական կանխարգելիչ ծառայություններ
  - Առաջնային և կանխարգելիչ խնամքի ծառայություններ
  - Կենսացուցիչների թեստավորում զարգացած մետաստատիկ 3-րդ կամ 4-րդ փուլի քաղցկեղի համար կամ քաղցկեղի առաջընթացի կամ կրկնության թեստավորում զարգացած մետաստատիկ 3-րդ կամ 4-րդ փուլի քաղցկեղով հիվանդների մոտ
  - Հոգեկան առողջության ծառայություններ (L.A Care մատակարարի կամ վարչաշրջանի հոգեկան առողջության ծրագրի մատակարարի կողմից)

Առողջական խնամք 101

L.A. Care Health Plan-ում կողմնորոշվելը

Ինչպես աշխատել ձեր PCP-ի և Բժշկական խմբի հետ ձեզ անհրաժեշտ խնամքը ստանալու համար



Առողջական խնամք 101

L.A. Care Health Plan-ում կողմնորոշվելը

Դուք իրավունք ունեք փոխել ձեր PCP-ին

Դուք ցանկացած պահի կարող եք փոխել ձեր PCP-ն: Դուք պետք է ընտրեք PCP, որը L.A. Care-ի մատակարարների ցանցում է **և** ընդունում է նոր հիվանդների: Ձեր մոտակայքում բժիշկ գտնելու համար կարող եք օգտագործել մեր «Գտեք բժիշկ կամ հիվանդանոց» (Find a Doctor or Hospital) գործիքն առցանց՝ lacare.org հասցեով

PCP-ին փոխելու համար՝

1. Զանգահարեք L.A. Care-ի Անդամների ծառայություններ **1.888.839.9909** (TTY **711**) հեռախոսահամարով, օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր, ներառյալ տոն օրերը: L.A. Care-ի Անդամների ծառայությունների ներկայացուցիչները կարող են օգնել ձեզ ընտրել PCP, որը համապատասխանում է ձեր կարիքներին

2. Ստեղծեք L.A. Care Connect օգտահաշիվ (ձեր առցանց անդամի հարթակը)

Առողջական խնամք 101

L.A. Care Health Plan-ում կողմնորոշվելը

Եթե դուք հաշիվ եք ստանում ձեր բժշկից, հրատապ խնամքի կենտրոնից, հիվանդանոցից կամ L.A. Care-ի կողմից ապահովագրված այլ ծառայությունից՝

- Զանգահարեք L.A. Care-ի Անդամների ծառայություններ
- Վճարելու կարիք չկա

Դուք իրավունք ունեք ներկայացնելու գանգատի կամ բողոքի զեկույց

Առողջական խնամք 101

L.A. Care Health Plan-ում կողմնորոշվելը

Եթե դուք տեղափոխվում եք, դուք պետք է անեք հետևյալներից մեկը *(բացառությամբ, եթե ունեք* Լրացուցիչ ապահովական եկամուտ *(Supplemental Security Income, SSI)-Linked Medi-Cal)*

- Զանգահարեք ձեր Հանրային սոցիալական ծառայությունների վարչության (Department of Public Social Services, DPSS) իրավասության աշխատողին՝

Անվճար	1.866.613.3777
Տեղական համարներ	1.626.569.1399
	1.310.258.7400
	1.818.701.8200
Աշխատանքային ժամեր՝	երկուշաբթիից ուրբաթ, 7:30 a.m.-ից 6:30 p.m.-ը Բացի տոն օրերից

- Զանգահարեք L.A. Care-ի Անդամների ծառայություններ 1.888.839.9909 (TTY 711) հեռախոսահամարով, օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր, ներառյալ տոն օրերը

SSI-Linked Medi-Cal անդամները պետք է՝

- Զանգահարեն Սոցիալական ապահովություն 1.800.772.1213 (TTY 1.800.325.0778) հեռախոսահամարով

Առողջական խնամք 101

L.A. Care Health Plan-ում կողմնորոշվելը

Medi-Cal Rx

Medi-Cal-ի Դեղատնային նպաստները կառավարվում է վճար ծառայության դիմաց համակարգի միջոցով՝ **Medi-Cal Rx**

Այցելեք Medi-Cal Rx կայքը՝ **medi-calrx.dhcs.ca.gov/home** հասցեով, կամ զանգահարեք **1.800.977.2273** (TTY **1.800.977.2273** հեռախոսահամարով և սեղմեք **7** կամ **711**) հետևյալի համար՝

- Ստանալու Պայմանագրային դեղերի ցանկի պատճենը
- Գտնելու Medi-Cal Rx-ի հետ համագործակցող դեղատների ցանկը Medi-Cal Rx-ի Դեղատների հասցեագրքում

Օրինակներից են՝

- CVS, Walgreens, Rite Aid

Ի՞նչ պետք է բերեմ ինձ հետ:

- Ձեր ծրագրի ճանաչողական քարտը
- Ձեր բժշկի դեղատոմսը

Առողջական խնամք 101

L.A. Care Health Plan-ում կողմնորոշվելը

Իմացեք ձեր խնամքի տարբերակների մասին

Բուժքույրերի խորհրդատվական հեռախոսագիծ

- Դուք կարող եք զանգահարել Բուժքույրերի խորհրդատվական հեռախոսագիծ՝ ստանալու աջակցություն առողջության հետ կապված ցանկացած հարցում, որպեսզի կարողանաք հոգ տանել ձեր կամ ձեր ընտանիքի մասին
- Բուժքույրերն անվճար կօգնեն ձեզ ձեր լեզվով:
- Բուժքույրերը պատրաստ են ձեզ օգնել օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր՝ **1.800.249.3619** (TTY **711**)

Անվճար համարը կարող եք գտնել նաև ձեր ID քարտի հետևի մասում:

Բուժքույրերի խորհրդատվական հեռախոսագծի ռեսուրսներ

Բուժքույրերի խորհրդատվական հեռախոսագծի և այս ծրագրի միջոցով հասանելի լրացուցիչ ծառայությունների մասին ավելին իմանալու համար այցելեք L.A. Care կայքը՝ lacare.org/members/getting-care/nurse-advice-line հասցեով

Առողջական խնամք 101

L.A. Care Health Plan-ում կողմնորոշվելը

Բուժքույրերի խորհրդատվական հեռախոսագիծ – Լրացուցիչ ծառայություններ

Իրական ժամանակում զրույց
Բուժքույրի վիրտուալ հասանելիություն

Հասանելիություն Առողջապահական կրթություն աուդիո հղումների գրադարան (Health Education Audio Reference Library, HEAR)

Թույլ է տալիս լսել առողջության թեմաներով նախապես ձայնագրված հաղորդագրություններն անգլերեն և իսպաներեն՝
lacare.org/members/getting-care/nurse-advice-line/audio-reference-library

Առողջական խնամք 101

L.A. Care Health Plan-ում կողմնորոշվելը

Ինչ պետք է անեմ արտակարգ դեպքերում

- Գնացեք մոտակա շտապ օգնության կայան
- Շտապ օգնության փոխադրման կարիքի դեպքում զանգահարեք **911** համարով

Շտապ օգնության ծառայության համար ձեզ նախավավերացում (նախօրոք լիազորում) անհրաժեշտ չէ

Եթե վստահ չեք, արդյոք դա արտակարգ իրավիճակ է

- Զանգահարեք ձեր PCP-ին
- Կարող եք նաև զանգահարել 24/7 Բուժքույրերի խորհրդատվական հեռախոսագիծ՝ **1.800.249.3619** (TTY **711**)

Առողջական խնամք 101

L.A. Care Health Plan-ում կողմնորոշվելը

Հրատապ խնամք

Հրատապ խնամքի դեպքում խնամք է հարկավոր, որը սակայն կյանքին սպառնացող կամ արտակարգ իրավիճակ չէ

Օրինակներից են՝

- Մատի կտրվածք, երբ կարեր են հարկավոր
- Տենդ կամ գրիպ
- Մաշկի ցան

Գտեք Հրատապ խնամքի կենտրոն՝ կապված ձեր բժշկական խմբի հետ (տես ձեր ID քարտը ձեր բժշկական խմբի համար)

- Զանգահարեք Անդամների ծառայություններ 1.888.839.9909 (TTY 711) 24 ժամ, շաբաթը 7 օր, ներառյալ տոն օրերը
- Զանգահարեք ձեր PCP-ին
- Ձեր մատակարարների հասցեագրքում (առցանց կամ տպագիր)

Առողջական խնամք 101

L.A. Care Health Plan-ում կողմնորոշվելը

Մանրածախ կլինիկա

- Անդամները կարող են անհրաժեշտ խնամք ստանալ L.A. Care-ի գործընկեր մանրածախ կլինիկայում՝ MinuteClinic®
- MinuteClinic® առաջարկում է խորհրդի կողմից վկայագրված առաջնային խնամք տրամադրող վկայագրված բուժքույրեր որոշ վայրերի CVS Pharmacy խանութներում, ովքեր կարող են՝
  - Ախտորոշել, բուժել և դեղատոմս գրել անդամների՝ արտակարգ իրավիճակի չհամարվող բժշկական վիճակի համար
  - Ուղարկել անդամի այցելության արդյունքները իր սովորական PCP-ին՝ ըստ պահանջի

Ծառայությունների օրինակներից են՝

- Մրսածություն, գրիպ, տենդ
- Ցաներ
- Վարակներ (մաշկ, աչք, ականջ, միզուղիների վարակ (Urinary Tract Infection, UTI)
- Շնչառական (սուլոց/հազ)
- Ստամոքսի հետ կապված խնդիրներ
- Մանր վնասվածքներ (այրվածքներ, գերձգումներ)

Առողջական խնամք 101

L.A. Care Health Plan-ում կողմնորոշվելը

Մանրածախ կլինիկա *(շարունակություն)*

- Ինչպես գտնել Minute Clinic
  - Օգտագործեք L.A. Care-ի առցանց մատակարարների հասցեագիրքը՝ ձեր մոտակայքում Minute Clinic գտնելու համար:
  - Տեսեք սպասման ժամերը և պլանավորեք ձեր այցելությունը Minute Clinic կայքով
  - Ստացեք խնամք Minute Clinic-ում: Ձեզ անհրաժեշտ է ձեր Անդամի ID քարտը և անձը հաստատող որևէ փաստաթուղթ

Լրացուցիչ տեղեկությունների համար՝ lacare.org/minuteclinic

Կամ սկանավորեք

Առողջական խնամք 101

L.A. Care Health Plan-ում կողմնորոշվելը

Վիրտուալ խնամք

Հեռաառողջապահություն

- Հեռաառողջապահությունը ծառայություններ ստանալու միջոց է՝ առանց ձեր մատակարարի հետ նույն ֆիզիկական վայրում գտնվելու: Հեռաառողջապահությունը կարող է ներառել ձեր մատակարարի հետ ուղիղ զրույց ունենալը հեռախոսով, տեսակապով կամ այլ միջոցներով:
- Անդամները կարող են օգտվել Teladoc® խնամքին լրացուցիչ հասանելիություն ունենալու համար
  - Teladoc® առաջարկում է հասանելիություն վկայագրված բժիշկներին օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր
  - Անդամները կարող են հեռախոսով կամ տեսակապով խոսել բժշկի հետ՝ շտապ օգնություն չպահանջող առողջական խնդիրները բուժելու համար
  - Անդամները կարող եք օգտվել Teladoc®-ից երբ նրանց PCP-ն հասանելի չէ կամ եթե դա ավելի հարմար տարբերակ է
  - Teladoc® նախատեսված է առողջական վիճակների համար, որոնք պետք է անմիջապես բուժել, սակայն դրանք կյանքին չեն սպառնում

Առողջական խնամք 101

L.A. Care Health Plan-ում կողմնորոշվելը

Հեռաառողջապահություն (շարունակություն)

Teladoc® բժիշկները կարող են, անհրաժեշտության դեպքում, դեղեր նշանակել, որոնք անդամը կարող է գնել իր տեղական դեղատնից, այնպիսի խնդիրների համար, ինչպիսիք են՝

- Մրսածության և գրիպի ախտանիշներ
- Ցաներ
- Վարակներ (մաշկ, աչք, ականջ, UTI)
- Շնչառական (սուլոց/հազ)
- Ստամոքսի հետ կապված խնդիրներ
- Մանր վնասվածքներ (այրվածքներ, գերձգումներ)
- Շտապ օգնություն չպահանջող առողջական այլ վիճակներ

Անդամները կարող են գրանցվել ծառայության համար հետևյալ կերպ՝

- Ներբեռնելով բջջային հավելվածը
  - Անդամները կարող են իրենց բջջային հեռախոսի մեջ ներբեռնել Teladoc® հավելվածը: Հետևեք այս հղման միջոցով հաշիվ ստեղծելու հրահանգներին՝ teladoc.com/mobile
- Առցանց գործողություններ
  - Հաշիվ ստեղծեք Teladoc-ի կայքում՝ օգտագործելով այս հղումը՝ teladoc.com/lacare

Առողջական խնամք 101

L.A. Care Health Plan-ում կողմնորոշվելը

Medi-Cal-ի թարմացման գործընթացը

- Յուրաքանչյուր 12 ամիսը մեկ Լոս Անջելես վարչաշրջանի Հանրային սոցիալական ծառայությունների վարչությունը (DPSS) անցկացնում է ձեր տեղեկատվության վերանայում՝ որոշելու, թե արդյոք դուք դեռ իրավասու եք ստանալու Medi-Cal նպաստներ հաջորդ տարվա համար:

- Թեև որոշ անդամներ կարող են ինքնաբերաբար երկարաձգվել, որոշ Medi-Cal-ի նպաստառուներ պետք է թարմացնեն Medi-Cal-ի իրենց նպաստները՝ ժամանակին հետ ուղարկելով պահանջվող տեղեկատվությունը DPSS-ին՝ իրենց առողջապահական ապահովագրությունը պահպանելու համար:

- Medi-Cal-ի տարեկան թարմացման գործընթացի մասին ավելին իմանալու համար այցելեք www.lacare.org/medi-cal-renewalsկայքը՝ օգտակար տեղեկությունների և ռեսուրսների համար:

Առողջական խնամք 101

L.A. Care Health Plan-ում կողմնորոշվելը

Medi-Cal-ի թարմացման գործընթացը *շարունակություն*

Ահա մի քանի կարևոր DPSS կոնտակտային տվյալներ՝

1. BenefitsCal կայք՝ benefitscal.com

   BenefitsCal կայք է LA վարչաշրջանի բնակիչների համար՝ առցանց դիմելու և տեսնելու CalWORKs, CalFresh, General Relief և Medi-Cal դիմումները

2. DPSS-ի Հաճախորդի սպասարկման կենտրոնի (Customer Service Center, CSC) հեռախոսահամարներ

Անվճար	Տեղական համարներ	Աշխատանքային ժամեր
1-866-613-3777	1.626. 569.1399 1.310.258.7400 1.818.701.8200	CSC-ը կարող է օգնել ձեզ՝ երկուշաբթիից ուրբաթ, 7:30 a.m.-ից 6:30 p.m.-ը Բացի տոն օրերից

Եթե հարցեր կամ օգնության կարիք ունեք ձեր Medi-Cal ապահովագրությանը մուտք գործելու համար, խնդրում ենք կապվել DPSS-ի հետ՝ **1.866.613.3777** (TTY/TDD **1.800.660.4026**) հեռախոսահամարով: Նաև լրացուցիչ տեղեկությունների համար կարող եք այցելել benefitscal.com կամ KeepMediCalCoverage.org կայքերը:

Արդյոք գիտեիք:

Ձեզ առաջարկվող ավելի շատ ծառայություններ

Համայնքային աղբյուրների կենտրոններ

L.A. Care-ի Համայնքային ռեսուրսների կենտրոնները (Community Resource Centers, CRC) գործում են Blue Shield of California Promise Health Plan-ի հետ համատեղ և առաջարկում են բազմաթիվ անվճար ծառայություններ և ռեսուրսներ՝ հարմարեցված անդամներին և համայնքին, որոնք առնչվում են առողջությանն ու բարեկեցությանը:

Առաջարկվող ծառայությունները ներառում են՝

- Առողջության և բարեկեցության անվճար դասընթացներ մեծահասակների և երեխաների համար, ինչպես նաև դասընթացներ՝ օգնելու կառավարել քրոնիկ հիվանդությունները
- Անվճար WiFi հեռաառողջապահական ծառայությունների համար
- CalFresh-ին անդամագրման աջակցություն
- Medi-Cal-ին անդամագրման թարմացման աջակցություն
- Սոցիալական ծառայությունների աջակցություն
- Կապ և ուղեգրեր տեղական համայնքի ռեսուրսներին
- Առողջության զննումներ, սննդի օգնություն և համայնքային միջոցառումներ ամբողջ տարվա ընթացքում

CRC-ի բոլոր ծառայություններն ԱՆՎՃԱՐ են և բաց են ձեր և համայնքի բոլոր մարդկանց համար: Այցելեք **communityresourcecenterla.com** կայքը CRC-ի գտնվելու վայրի/հասցեների, հեռախոսահամարների, աշխատանքային ժամերի և իրադարձությունների օրացույցների համար:

Դուք կարող եք ժամադրություն նշանակել՝ այցելելով **communityresourcecenterla.com** կայքը և օգտագործելով առցանց ժամադրությունների նշանակման գործիքը կամ զանգահարելով **1.877.287.6290** (TTY **711**):

Արդյոք գիտեիք:

Ձեզ առաջարկվող ավելի շատ ծառայություններ

Իմացեք CalFresh-ի մասին

CalFresh-ը Կալիֆորնիայի հավելյալ սնուցման աջակցության ծրագիրն է, որը տրամադրում է ամենամսյա պարենային նպաստներ՝ օգնելու ցածր եկամուտ ունեցող անհատներին և ընտանիքներին օգտվել առողջ սնունդից: Եթե իրավասու եք CalFresh-ի համար, դուք կարող եք ամսական նպաստներ ստանալ Նպաստների էլեկտրոնային փոխանցման (Electronic Benefit Transfer, EBT) քարտով, որը կարող է օգտագործվել մթերային խանութներից և ֆերմերների մեծ մասի շուկաներից սնունդ գնելու համար:

CalFresh-ի իրավասությունը հիմնված է մի քանի գործոնների վրա, ինչպիսիք են ձեր եկամուտը, ընտանիքի չափը, աշխատանքի պահանջները և ներգաղթի կարգավիճակը: Այս գործոնները նաև որոշում են այն գումարի չափը, որը դուք ստանում եք ամեն ամիս: Ընդհանուր առմամբ, CalFresh-ի համար իրավասու լինելու համար դուք պետք է լինեք՝

- Կալիֆորնիայի բնակիչ ***և***
- ԱՄՆ քաղաքացի կամ որակավորված ներգաղթյալ ***և***
- Ունենալ ընտանիքի տարեկան եկամուտ ստորև բերված աղյուսակի եկամտի սահմանաչափից ցածր.

Տան անդամների քանակը	1	2	3	4	5	6	7	8
Համախառն ամսական եկամտի սահմանաչափ	$2,510	$3,408	$4,304	$5,200	$6,098	$6,994	$7,890	$8,788
Առավելագույն ամսական նպաստ	$292	$536	$768	$975	$1,158	$1,390	$1,536	$1,756

Արդյոք գիտեիք:

Ձեզ առաջարկվող ավելի շատ ծառայություններ

Խնդրում ենք նկատի ունենալ, որ իրական նպաստների չափերը կախված են յուրաքանչյուր տնային տնտեսության հատուկ հանգամանքներից: Աղյուսակը տրամադրվում է միայն ընդհանուր ուղեցույցի և տեղեկատվական նպատակների համար: Ցուցադրված գումարներն ուժի մեջ են 10/1/24 - 9/30/25:

Դուք կարող եք դիմել CalFresh-ի համար՝

- Առցանց՝
  - www.GetCalFresh.org
  - www.benefitscal.com
- Հեռախոսով՝ զանգահարեք CalFresh տեղեկատվական գիծ՝ **1.877.847.3663** հեռախոսահամարով
- Անձամբ ձեր տեղական DPSS գրասենյակում
- Անձամբ ձեր տեղական CRC-ում
  - CalFresh-ի գրանցման աջակցությունն առաջարկվում է մեր CRC-ներում և տրամադրվում է Առողջապահության ազգային հիմնադրամի (National Health Foundation, NHF) կողմից: Զանգահարեք ձեր տեղական CRC-ին՝ NHF Health Promoter-ի հետ հանդիպում նշանակելու համար **1.877.287.6290** (TTY **711**):

Սկսեք ձեր ճանապարհորդությունը դեպի ավելի լավ սնուցում այսօր: CalFresh-ի մասին լրացուցիչ տեղեկություններ ստանալու համար այցելեք https://dpss.lacounty.gov/en/food/calfresh.html կայքը:

Արդյոք գիտեիք:

Ձեզ առաջարկվող ավելի շատ ծառայություններ

Որակի բարելավման թիմ

Ի՞նչ ենք մենք անում:

- Հետևում, թե որքան հաճախ են մարդիկ դիմում իրենց բժշկին հիմնական ծառայությունների որոշակի տեսակների համար, ինչպիսիք են՝ Կանխարգելիչ ծառայությունները
- Սա օգնում է մեզ մշակել ուղիներ, ինչպիսիք են՝ թռուցիկները և հեռախոսազանգերը, որպեսզի մեր անդամները ստանան իրենց անհրաժեշտ խնամքը, երբ դրա կարիքն ունեն
- Ուղարկում հիշեցումներ (փոստ, հեռախոսազանգեր և/կամ տեքստային հաղորդագրություններ) այն ծառայությունների համար, որոնք դուք պետք է ստանաք, օրինակ՝ սրսկումներ, թեստեր կամ զննումներ: Տրամադրում է միջոցներ և խորհուրդներ, թե ինչպես ստանալ խնամք
- Հիշեցնում է բժիշկներին, թե որ անդամները պետք է սպասարկվեն, օրինակ՝ զննումներ կամ թեստեր, և խնդրում նրանց կապվել ձեզ հետ

Խնամք ստանալը միշտ չէ, որ հեշտ է: Կարող է դժվար լինել փոխադրում ունենալ, աշխատանքից արձակուրդ վերցնել և համոզվել, որ երեխաները խնամք ունեն: Ահա թե ինչու մենք երբեմն խրախուսանքներ և նվերներ ենք առաջարկում անդամներին որոշակի ծառայություններ ստանալու համար:

Արդյոք գիտեիք:

Ձեզ առաջարկվող ավելի շատ ծառայություններ

Կարևոր խորհուրդներ մեր Որակի բարելավման թիմից

Խնդրում ենք ամեն տարի անպայման այցելել ձեր բժշկին, նույնիսկ եթե առողջ եք: Կանոնավոր այցելությունները ձեզ առողջ են պահում և կարող են փրկել ձեր կյանքը:

- Դեն մի՛ նետեք մեր նամակները: Ներսում կարող է լինել նվեր կամ հրահանգներ, թե ինչպես կարելի է պարգևներ վաստակել: Երբեմն մենք անդամներին առաջարկում ենք նվեր քարտեր/նվերներ՝ որոշակի թեստեր կամ զննումներ անցնելու համար:
- Ձեզ հարկավոր չէ ուղեգիր՝ մամոգրաֆիայի կամ մանկաբարձ/գինեկոլոգի մոտ ՊԱՊ թեստի կամ նախածննդյան խնամքի համար:

Արդյոք գիտեիք:

Ձեզ առաջարկվող ավելի շատ ծառայություններ

Համայնքային առողջապահական աշխատողի ծառայություններ

L.A. Care-ն առաջարկում է Համայնքային առողջապահական աշխատողի (Community Health Worker, CHW) ծառայություններ անդամներին մեր պայմանագրային Մատակարարների ցանցի և CRC-ի տարբեր վայրերի միջոցով: CHW ծառայությունները կարող են օգնել կանխել հիվանդության, հաշմանդամության և առողջական այլ վիճակների վատթարացումը՝ կյանքը երկարացնելու և ֆիզիկական և մտավոր բարեկեցությունը խթանելու համար: CHW-ը վերապատրաստված ոչ կլինիկական մասնագետ է, ով կարող է օգնել ձեզ լուծելու քրոնիկական վիճակները, կանխարգելիչ առողջապահական կարիքները և առողջության հետ կապված սոցիալական կարիքները:

Որոշ ծառայությունները ներառում են՝

- Առողջապահական կրթություն
- Առողջության ուղղորդում
- Ձննում և գնահատում
- Անհատական աջակցություն կամ շահերի պաշտպանություն
- Կապ ռեսուրսների հետ
- Բռնության կանխարգելման ծառայություններ (Առաջարկվում է միայն L.A. Care-ի պայմանագրային մատակարարների միջոցով:)

CHW ծառայությունները պահանջում են բժշկի կամ այլ լիցենզավորված մասնագետի գրավոր առաջարկություն: Խնդրում ենք կապվել նրանց հետ՝ ձեր անունից առաջարկություն ներկայացնելու խնդրանքով: Հարցերի դեպքում զանգահարեք Անդամների ծառայություններ **1.888.839.9909** կամ գրեք էլ հասցեին՝ CHWBenefit@lacare.org:

Արդյոք գիտեիք:

Ձեզ առաջարկվող ավելի շատ ծառայություններ

Վարքագծային առողջություն

- L.A. Care-ն առաջարկում է վարքագծային առողջության ծառայություններ Carelon Behavioral Health-ի, L.A. Care-ի Վարքագծային առողջության բուժում (Behavioral Health Treatment, BHT) մատակարարների ցանցի, L.A. վարչաշրջանի Հոգեկան առողջության վարչության (Department of Mental Health, DMH) և L.A. վարչաշրջանի Հանրային առողջության վարչության (Department of Public Health, DPH) միջոցով:
- Որոշ ծառայությունները ներառում են՝
  - Անհատական թերապիա
  - Խմբային թերապիա
  - Ընտանեկան թերապիա
  - BHT (21 տարեկանից ցածր տարիքի Medi-Cal անդամների համար)
  - Հոգեբուժական թեստավորում
  - Ամբուլատոր ծառայություններ

Արդյոք գիտեիք:

Ձեզ առաջարկվող ավելի շատ ծառայություններ

- L.A. Care-ի BHT-ի համար՝ 21 տարեկանից ցածր տարիքի Medi-Cal անդամների համար
  - 1.888.347.2264 կամ էլ հասցե՝ ASDBenefit@lacare.org
- Մեղմից չափավոր (ոչ մասնագիտացված) հոգեկան առողջության ծառայությունների համար
  - Carelon Behavioral Health՝ **1.877.344.2858** (TTY **1.800.735.2929**): Ինչ-որ մեկը հասանելի է, որը կօգնի ձեզ միանալ ծառայություններին օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր, ներառյալ տոն օրերը
- Միջինից ծանր (մասնագիտացված) հոգեկան առողջության ծառայությունների համար
  - L.A. վարչաշրջանի Հոգեկան առողջության վարչություն (DMH)՝ **1.800.854.7771** (TTY **711**) հասանելի է օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր
- Նյութերի օգտագործման բուժման ծառայությունների համար
  - L.A. վարչաշրջանի Հանրային առողջության վարչություն (DPH)՝ **1.844.804.7500** (TTY **711**) հասանելի է օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր

Արդյոք գիտեիք:

Ձեզ առաջարկվող ավելի շատ ծառայություններ

Առողջապահական կրթություն

L.A. Care-ն առաջարկում է բարեկեցության և հիվանդությունների կանխարգելման անվճար ծառայություններ, ծրագրեր և ռեսուրսներ:

- Առողջապահական կրթության ծառայություններ
  - Հեռախոսով անհատական խորհրդատվություն սննդակարգի գրանցված մասնագետների/առողջապահական կրթության մասնագետների հետ
  - Խմբային հանդիպումներ համայնքում
  - Առցանց աշխատաժողովներ, զրուցարանի գործառույթ և տեսանյութեր մեր առողջության և բարեկեցության պորտալի միջոցով
  - Շաքարախտի ինքնակառավարման կրթություն (Diabetes Self-Management Education, DSME)
  - Meals As Medicine (Meals As Medicine, MAM)
  - Բժշկական սնուցման թերապիա (Medical Nutrition Therapy, MNT)

Արդյոք գիտեիք:

Ձեզ առաջարկվող ավելի շատ ծառայություններ

- Առողջապահական կրթության ծրագրեր
  - Առողջ հղիություն, առողջ մայրիկ և Դուլայի ծառայություններ
  - Smoke Free Ծխելու դադարեցում
  - Շաքարախտի կանխարգելման ծրագիր
  - Պայքարեք գրիպի և COVID-ի դեմ
  - Վիճակի աջակցման ծրագրեր ասթմայի, Թոքերի քրոնիկ օբստրուկտիվ հիվանդության (Chronic obstructive pulmonary disease, COPD), շաքարախտի, շաքարախտ + երիկամի հիվանդության, բարձր ռիսկային հղիության համար

- Առողջապահական կրթության նյութեր և ռեսուրսներ
  - Հեշտ ընթերցվող նյութեր տարբեր թեմաներով և լեզուներով
  - Բուժքույրերի խորհրդատվական հեռախոսագիծ – բուժքրոջ խորհրդատվություն օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր
  - Այցելեք https://www.lacare.org/healthy-living կայքը անդամի առողջապահական կրթության նյութերի համար
  - Հարցեր ունեք Առողջապահական կրթության վերաբերյալ: Զանգահարեք մեզ 1.855.856.6943 երկուշաբթիից ուրբաթ, 8 a.m.-ից 5 p.m.-ը

Արդյոք գիտեիք:

Ձեզ առաջարկվող ավելի շատ ծառայություններ

L.A. Care Connect անդամի հարթակ

Ձեր փորձառությունը հեշտացնելու համար դուք կարող եք ստեղծել առցանց L.A. Care Connect անդամի հաշիվ՝ տեղեկատվության և ծառայությունների համար: L.A. Care Connect-ը ձեր առցանց անդամի հարթակն է:

1. Ստեղծեք առցանց հաշիվ՝ այցելելով https://members.lacare.org կայքը կամ սեղմենլով անդամի նշանի վրա lacare.org հիմնական էջի վերին աջ անկյունում:

2. Հաշիվ ստեղծելու համար ձեզ անհրաժեշտ կլինի ձեր անդամի ID համարը և վավեր էլ. փոստի հասցեն (ձեր անդամի ID համարը նշված է ձեր անդամի ID քարտում): Գրանցման քայլ առ քայլ ուղեցույցին ծանոթանալու համար այցելեք https://members.lacare.org կայքը:

Ձեր L.A. Care Connect հաշվի միջոցով դուք կարող եք՝

- Տպել կամ տեսնել ձեր անդամի ID քարտը, որը կարող եք օգտագործել ձեր բժշկի գրասենյակում կամ դեղատանը
- Դիտել ձեր առողջապահական տեղեկատվությունը, ներառյալ իրավասությունը
- Խնդրել փոխել ձեր PCP-ին
- Առցանց զրուցել բուժքրոջ հետ ձեզ հարմար ժամանակ
- Լրացուցիչ 24/7 ծառայություններ. գտեք բժիշկ, փնտրեք Մատակարարների հասցեագիրքը կամ կապվեք մեզ հետ՝ բոլորը կոճակի հպումով
- Միանալ *My Health in Motion*™-ին՝ ձեր առողջական կարիքների համար մշակված ծրագրերի համար:

Արդյոք գիտեիք:

Ձեզ առաջարկվող ավելի շատ ծառայություններ

L.A. Care-ը 2025թ-ին գործարկում է անդամների բարելավված հարթակ՝ ձեր առողջական խնամքի կառավարումը հեշտացնելու համար: Հետևեք նոր գործառույթների թարմացումներին, որոնք նախատեսված են ձեզ արագ և հարմարավետ մուտք ապահովելու համար, ինչպիսիք են՝

- Ձեր առաջնային խնամքի բժշկին, կլինիկան կամ բժշկական խումբը փոխելը
- Ձեր ծրագրի նպաստներն օգտագործելը
- Ձեր Առողջության վտանգի գնահատման ձևը լրացնելը, դիտելը և թարմացնելը
- L.A. Care-ի լիազորությունների համար թույլտվության կարգավիճակները դիտելը գրեթե իրական ժամանակում
- Ձեր ժողովրդագրական տեղեկատվությունը դիտելը և թարմացնելը և տեղեկատվության նոր դաշտեր ավելացնելը

Արդյոք գիտեիք:

Ձեզ առաջարկվող ավելի շատ ծառայություններ

My *Health In Motion*™

Կառավարեք ձեր առողջությունը և վայելեք լավ ինքնազգացողությունը նոր My *Health In Motion*™ (MyHIM) բարեկեցության առցանց հարթակի միջոցով:

- Բացահայտեք հետևյալ հատկանիշները բոլորովին նոր MyHIM կայքում.
  - **Թարմ և հեշտ**: վայելեք նոր տեսքը՝ զվարճալի և պարզ հատկանիշներով
  - **Բարեկեցության գնահատում**: անցեք առողջության արագ թեստ և ստացեք ձեր սեփական զեկույցը
  - **Ինտերակտիվ աշխատաժողովներ**: ակտիվորեն մասնակցեք առողջության առցանց աշխատաժողովներին
  - **Սարքի միացում**: միացրեք Fitbit-ի նման առողջության հետագծման ծրագիրը՝ անթերի փորձառության համար
  - **Մասնագիտացած առողջապահության մարզիչ**: ստացեք օգնություն մեր առողջապահության մարզման ծրագրից
  - **Հասանելի տեղեկություններ**: ուսումնասիրեք գրադարան, որը լի է առողջական տեղեկություններով
  - **Եվ ավելին:** Շատ ավելին է սպասում ձեզ:

Արդյոք գիտեիք:

Ձեզ առաջարկվող ավելի շատ ծառայություններ

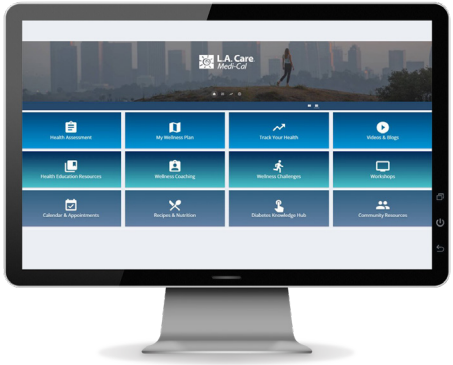
Մուտք գործեք MyHIM ցանկացած ժամանակ, ցանկացած վայրում՝ համակարգչից, հեռախոսից, L.A. Care-ի Համայնքային աղբյուրների կենտրոնից և նույնիսկ Հանրային գրադարանից:

Սկսելու համար:

1. Այցելեք lacare.org կայքը և սեղմեք «Անդամի մուտք» (Member Sign-In) կամ օգտվեք ստորև բերված QR կոդից:

2. Սեղմեք «My Health In Motion™» կոճակը և ստեղծեք ձեր պրոֆիլը Եթե օգնության կարիք ունեք, մեր առողջապահական մարզիչները հասանելի են **1.855.856.6943**, երկուշաբթիից ուրբաթ, 8 a.m.-ից 5 p.m.-ը

Սկանավորեք սկսելու համար



Արդյոք գիտեիք:

Ձեզ առաջարկվող ավելի շատ ծառայություններ

Խնամքի կառավարում

L.A. Care-ն առաջարկում է Խնամքի կառավարման ծառայություններ՝ որպես ձեր նպաստների մաս

- Ձեր PCP-ն կարող է ձեզ ուղեգրել L.A. Care-ի Խնամքի կառավարման բաժին
- Կարող եք զանգահարել բաժին **1.844.200.0104** (TTY **711**) հեռախոսահամարով, երկուշաբթիից ուրբաթ, 8 a.m.-ից մինչև 5 p.m.-ը
- Խնամքի կառավարիչը կորոշի ձեզ հարմար խնամքի կառավարչին:
- Խնամքի կառավարման ձեր թիմը կարող է՝
  - Օգնել ձեզ ստանալ ճիշտ խնամքը, ճիշտ վայրում, ճիշտ ժամանակին
  - Օգնել հասկանալ և ուղղորդել ձեզ Առողջական խնամքի համակարգով
  - Զրուցել ձեզ հետ ձեր բուժման ծրագրերի և դեղերի մասին
  - Օգնել ձեզ կազմակերպել փոխադրում ձեր ժամադրությունների համար
  - Բացատրել ձեր առողջապահական ծրագրի նպաստներն ու ռեսուրսները ձեր համայնքում

L.A. Care-ի նպատակն է օգնել ձեզ կառավարել ձեր խնամքը:

Արդյոք գիտեիք:

Ձեզ առաջարկվող ավելի շատ ծառայություններ

Կառավարվող երկարաժամկետ աջակցության ծառայություններ (MLTSS)

Ստորև մենք ստեղծել ենք ստուգաթերթ, որը կօգնի ձեզ հասկանալ, թե արդյոք դուք որակավորվում եք (Managed Long Term Support Services, MLTSS) -ի համար: Եթե պատասխանել եք «Այո» այս հարցերից մեկին կամ ավելին, ապա հնարավոր է, որ MLTSS-ը կարող է օգնել ձեզ:

- Զանգահարեք մեզ **1.855.427.1223** (TTY **711**) հեռախոսահամարով՝ իմանալու, թե ինչպես ստանալ այս նպաստները:
  - Ձեզ ավելի շատ օգնություն հարկավոր է տանն՝ անձնական խնամքի, մաքրության և առևտրի հետ կապված, քանզի ձեր առողջական վիճակը փոխվել է: Ձեզ հարկավոր է, որպեսզի մեկ այլ անձ ձեզ խնամի, երբ ձեր խնամողը չի կարողանում գալ:
  - Ձեզ օգնություն հարկավոր է առողջական խնամքի այցելություններին, խանութներ կամ եկեղեցի գնալու և այնտեղից վերադառնալու համար:
  - Դուք ընկել եք երկու կամ ավելի անգամ վերջին երեք ամսում:
  - Դուք այցելել եք շտապ օգնության սենյակ երկու կամ ավելի անգամ վերջին տարում:
  - Դուք ապրում եք միայնակ՝ առանց ընտանիքի աջակցության, կամ երբևիցե միայնակ զգացել եք տանը:
  - Այս նպաստները ստանալու համար ձեզ հարկավոր չէ բնակվել բուժքույրական հաստատությունում կամ որևէ այլ ինստիտուցիոնալ հաստատությունում: Այս ծառայությունները կարող են մատուցվել ձեր տանը:

Այս նպաստները ստանալու համար ձեզ հարկավոր չէ բնակվել բուժքույրական հաստատությունում կամ որևէ այլ ինստիտուցիոնալ հաստատությունում: Այս ծառայությունները կարող են մատուցվել ձեր տանը:

Արդյոք գիտեիք:

Ձեզ առաջարկվող ավելի շատ ծառայություններ

Շտապ օգնության փոխադրում

L.A. Care-ն ապահովագրում է շտապօգնության մեքենայի ծառայությունները արտակարգ իրավիճակներում, որպեսզի օգնեն ձեզ մոտակա խնամքի վայր հասնել արտակարգ իրավիճակներում:

- Սա նշանակում է, որ ձեր վիճակն այնքան լուրջ է, որ խնամքի վայր հասնելու այլ միջոցները կարող են վտանգի ենթարկել ձեր առողջությունը կամ կյանքը:
- Ոչ մի ծառայություն չի ապահովագրվում ԱՄՆ-ից դուրս, բացի արտակարգ իրավիճակի ծառայություններից, որոնք պահանջում են հիվանդանոցում ձեր գտնվելը Կանադայում կամ Մեքսիկայում:
- Եթե դուք շտապ օգնության ծառայություններ եք ստանում Կանադայում և Մեքսիկայում և չեք հոսպիտալացվել խնամքի այդ դրվագի ընթացքում, ձեր շտապ օգնության ծառայությունները ՉԵՆ ապահովագրվելու L.A. Care-ի կողմից:

Արդյոք գիտեիք:

Ձեզ առաջարկվող ավելի շատ ծառայություններ

Ոչ-բժշկական փոխադրումներ (Non-Medical Transportation, NMT)

Ձեր նպաստները ներառում են ուղևորությունները ձեր ժամադրություններին, երբ ժամադրությունը նախատեսված է Medi-Cal-ի ապահովագրված ծառայության համար, և դուք չունեք տրանսպորտից օգտվելու հնարավորություն:

- Դուք կարող եք անվճար ուղևորություն ստանալ ձեզ համար, երբ փորձել եք տրանսպորտ ձեռք բերելու բոլոր այլ ուղիները և.
  - Medi-Cal-ի ապահովագրած ծառայության համար ժամադրության եք գնում և այնտեղից վերադառնում
  - Վերցնում եք դեղատոմսային դեղեր և բժշկական պաշարներ
- Դուք կարող եք օգտվել մարդատար մեքենայից, տաքսիից, ավտոբուսից կամ ուրիշ հանրային/մասնավոր միջոցներից՝ ձեր բժշկական ժամադրություններին գնալու նպատակով Medi-Cal-ի կողմից ապահովագրված ծառայությունների համար:
- L.A. Care-ը կապահովագրի ձեր կարիքները բավարարող ամենացածր ոչ-բժշկական փոխադրումը: Երբեմն L.A. Care-ը կարող է փոխհատուցել ձեր կողմից կազմակերպված մասնավոր մեքենայով երթևեկության համար: Սա պետք է հաստատվի L.A. Care-ի կողմից նախքան փոխադրող ստանալը, և դուք պետք է ասեք մեզ, թե ինչու չեք կարող այլ կերպ երթևեկել, օրինակ՝ ավտոբուսով կամ ապահովագրված տրանսպորտով, որը կազմակերպվել է L.A. Care-ի միջոցով:
- Դուք չեք կարող ինքնուրույն վարել մեքենան և փոխհատուցում ստանալ:
- Լրացուցիչ տեղեկությունների համար զանգահարեք L.A. Care-ի Անդամների ծառայություններ **1.888.839.9909** (TTY **711**) հեռախոսահամարով, օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր, ներառյալ տոն օրերը:

Արդյոք գիտեիք:

Ձեզ առաջարկվող ավելի շատ ծառայություններ

Ոչ-արտակարգ իրավիճակի բժշկական փոխադրում (NEMT)

Դուք իրավունք ունեք ստանալու ոչ-արտակարգ իրավիճակի բժշկական փոխադրում (non-emergency medical transportation, NEMT), եթե դուք ունեք բժշկական կարիքներ, որոնք թույլ չեն տալիս ձեզ մեքենա, ավտոբուս կամ տաքսի օգտագործել ձեր ժամադրություններին գնալիս

- NEMT-ը կարող է տրամադրվել Medi-Cal-ի ապահովագրված ծառայությունների և դեղատան ժամադրությունների համար
- Դուք կարող եք խնդրել NEMT՝ խոսելով ձեր բժշկի, ատամնաբույժի, ոտնաբույժի կամ հոգեկան առողջության կամ թմրամիջոցների օգտագործման խանգարումների մատակարարի հետ: Ձեր մատակարարը կորոշի փոխադրման ճիշտ տեսակը՝ ձեր կարիքները բավարարելու համար: Եթե նրանք գտնեն, որ ձեզ բժշկական փոխադրման կարիք ունեք, նրանք կնշանակեն այն՝ լրացնելով Բժշկի հավաստագրման ձևաթուղթը (Physician Certification Form, PCS) և այն ներկայացնելով L.A. Care-ին: Հաստատվելուց հետո հաստատումն ուժի մեջ է **12 ամիս**՝ կախված բժշկական կարիքից:
- L.A. Care-ը թույլատրում է ամենից էժան բժշկական փոխադրումը ձեր բժշկական կարիքների համար, երբ ձեզ փոխադրություն է հարկավոր ձեր ժամադրության համար:

Արդյոք գիտեիք:

Ձեզ առաջարկվող ավելի շատ ծառայություններ

Ոչ-արտակարգ իրավիճակի բժշկական փոխադրում *շարունակություն*

- NEMT-ի ձևերն են՝
  - Անվասայլակի միկրոավտոբուս
  - Ֆուրգոն/սայլակ
  - Հիմնական կյանքի աջակցություն (Basic Life Support, BLS)
  - Ընդլայնված կյանքի աջակցություն (Advance Life Support, ALS)
  - Հատուկ խնամքի փոխադրում (Specialty Care Transport, SCT)
  - Օդային փոխադրում
- NEMT-ից պետք է օգտվել, երբ՝
  - Այն անհրաժեշտ է ֆիզիկապես կամ բժշկականորեն, ինչպես դա որոշվում է բժշկի կամ ուրիշ մատակարարի գրավոր լիազորումով. կամ դուք ֆիզիկապես կամ բժշկականորեն չեք կարող օգտվել ավտոբուսից, տաքսիից, մարդատար մեքենայից կամ միկրոավտոբուսից՝ ձեր ժամադրության գնալու համար:
  - Ձեզ անհրաժեշտ է վարորդի օգնությունը դեպի ձեր տուն, մեքենա կամ բուժման վայր գնալու և վերադառնալու համար ֆիզիկական կամ հոգեկան հաշմանդամության պատճառով:
- NEMT-ը խնդրելու համար, որը ձեր բժիշկը նշանակել է ոչ շտապ (սովորական) ժամադրությունների համար, խնդրում ենք զանգահարել L.A. Care-ի Անդամների ծառայություններ **1.888.839.9909** (TTY 711) **նախատեսված ժամադրությունից** (երկուշաբթիից ուրբաթ) **առնվազն երկու աշխատանքային օր առաջ**: Հրատապ ժամադրությունների համար խնդրում ենք զանգահարել հնարավորինս շուտ:

Արդյոք գիտեիք:

Ձեզ առաջարկվող ավելի շատ ծառայություններ

Ատամնաբուժական ծառայություններ

- Medi-Cal Dental Կառավարվող խնամքի ծրագրի միջոցով ապահովագրված ատամնաբուժական ծառայությունները ներառում են՝
  - Ախտորոշիչ և կանխարգելիչ ատամնաբուժական հիգիենա (օրինակ՝ քննություններ, ռենտգեն պատկերումներ և ատամների մաքրում)
  - Արտակարգ իրավիճակի ծառայություններ ցավի կառավարման համար
  - Ատամների հեռացում
  - Լցոններ
  - Ատամնարմատի խողովակի բուժումներ (առաջամասի/հետին)
  - Ատամնապսակներ (նախօրոք պատրաստված/լաբորատորային)
  - Ատամնաքարի և լնդատակի մաքրում
  - Ամբողջական և մասնակի ատամնաշարեր
  - Տեղային ֆտոր
  - Որակավորվող երեխաների համար ձևախախտված ատամների ուղղում

Ավելին իմացեք՝ այցելելով **dental.dhcs.ca.gov** կամ **smilecalifornia.org** կայքերը կամ զանգահարելով **1.800.322.6384** (TTY **1.800.735.2922** կամ **711**)

Արդյոք գիտեիք:

Ձեզ առաջարկվող ավելի շատ ծառայություններ

Տեսողության ծառայություններ

Առողջ պահեք ձեր աչքերը VSP Vision Care-ի միջոցով: Որպես Vision Care-ի անդամ՝ դուք կստանաք ակնաբուժական հոյակապ բժիշկների խնամք, որակյալ ակնոցներ, ներառյալ դեղատոմսով նախատեսված ոսպնյակներ և շրջանակներ, ինչպես նաև մատչելի գներով աչքի խնամք, որպեսզի կարողանաք հստակ տեսնել և ապրել առողջ կյանքով:

Ապահովագրությունը ներառում է՝

- Աչքի սովորական հետազոտություն 24 ամիսը մեկ անգամ
- Ակնոցներ (շրջանակներ և ոսպնյակներ) 24 ամիսը մեկ անգամ՝ վավեր դեղատոմսով
- Փոխարինող ակնոցներ 24 ամսվա ընթացքում դեղատոմսում փոփոխությունների, կորցրած, գողացված կամ կոտրված լինելու դեպքում (և դա ձեր մեղքը չէր, և դրանք հնարավոր չէ շտկել)
- Բժշկական տեսանկյունից անհրաժեշտ կոնտակտային ոսպնյակներ

Տեսողության մատակարար գտնելը

- Այցելեք առցանց հասցեագիրք՝ vsp.com կայքում, մատակարար գտնելու համար:
- Ձեր տեսողության նպաստների վերաբերող հարցերով այցելեք www.vsp.com կայքը կամ զանգահարեք 1.800.877.7195 (TTY 1.800.428.4833), երկուշաբթիից ուրբաթ, 6:00 a.m.-ից 5:00 p.m.-ը՝ խաղաղօվկիանոսյան ժամանակով (փակ է կիրակի օրերին):

Մնացեք կապի մեջ

Մենք այստեղ ենք ձեզ համար:

Ինչպես կապի մեջ մնալ L.A. Care-ի հետ՝

- Այցելեք մեր կայքը՝ **lacare.org**
- Զանգահարեք Անդամների ծառայություններ՝ **1.888.839.9909** (TTY **711**) օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր, ներառյալ տոն օրերը
- Մուտք գործեք L.A. Care Connect՝ **https://members.lacare.org**

Հետևեք մեզ սոցիալական ցանցերում

- facebook.com/LACareHealth
- x.com/LACareHealth
- Instagram.com/lacarehealth
- youtube.com/user/lacarehealthplan

Շնորհակալություն

L.A. Care Health Plan

1200 W. 7th Street

Los Angeles, CA 90017

Եղեք ակտիվ, առողջ և իրազեկ