



L.A. Care
Medi-Cal

ការបង្ហាញការងារសមាជិកថ្មីរបស់ MEDI-CAL





សូមស្វាគមន៍មកកាន់គម្រោង **L.A. Care** **Health Plan**

សូមស្វាគមន៍មកកាន់គម្រោង L.A. Care Health Plan (L.A. Care)! សុខភាពរបស់អ្នកគឺសំខាន់
សម្រាប់យើងខ្ញុំ ហើយយើងខ្ញុំនៅទីនេះដើម្បីជួយអ្នកឱ្យទទួលបានការថែទាំសុខភាពដែលអ្នកត្រូវការ។

1200 W. 7th Street Los Angeles, CA 90017

អ្វីដែលយើងខ្ញុំនឹងជជែកនៅថ្ងៃនេះ៖

» ការថែទាំសុខភាព 101

- សៀវភៅណែនាំសមាជិក Medi-Cal របស់អ្នក
- ឯកសារសម្រាប់សមាជិកលើប្រព័ន្ធអនឡាញ
- បណ្ណសម្គាល់សមាជិករបស់អ្នក
- ការណាត់ជួបពិគ្រោះសុខភាពលើកដំបូង
- វេជ្ជបណ្ឌិតថែទាំបឋម និងការថែទាំជាប្រក្រតីរបស់អ្នក
- នីតិវិធីនៃការបញ្ជូនបន្ត និងការអនុញ្ញាតជាមុន
- វិធីទទួលបានការថែទាំដែលអ្នកត្រូវការ
- វិធីផ្លាស់ប្តូរវេជ្ជបណ្ឌិតថែទាំជាបឋមរបស់អ្នក
- តើធ្វើដូចម្តេចប្រសិនបើអ្នកទទួលបានវិក្កយបត្រ
- តើធ្វើដូចម្តេចប្រសិនបើផ្លាស់ប្តូរទីលំនៅ
- ឱសថស្ថាន 101
- ដឹងពីជម្រើសនៃការថែទាំរបស់អ្នក
- នីតិវិធីនៃការបន្តសុពលភាព Medi-Cal





អ្វីដែលយើងនឹងជជែកនៅថ្ងៃនេះ

៖

» សេវាបន្ថែមទៀតដែលផ្តល់ជូនអ្នក

- មជ្ឈមណ្ឌលធនធានសហគមន៍
- CalFresh
- ការកែលម្អគុណភាព
- សុខភាពអាកប្បកិរិយា
- ការអប់រំសុខភាព
- ប្រព័ន្ធផ្តល់សមាជិក L.A. Care Connect
- My Health In Motion™
- ការគ្រប់គ្រងការថែទាំ
- សេវាគាំទ្ររយៈពេលវែងក្រោមការគ្រប់គ្រង
- មធ្យោបាយដឹកជញ្ជូន
- សេវាព្យាបាលផ្ទេរ
- សេវាផ្នែកចក្ខុ
- បន្តរក្សាទំនាក់ទំនង

ការថែទាំសុខភាព 101

ការស្វែងរកគម្រោង L.A. Care Health



សៀវភៅណែនាំសមាជិករបស់អ្នក

- » ត្រូវប្រាកដថាអ្នកបានពិនិត្យមើលសៀវភៅណែនាំសមាជិក Medi-Cal របស់អ្នក វាមានព័ត៌មានសំខាន់ៗអំពី L.A. Care៖
 - សិទ្ធិ និងទំនួលខុសត្រូវរបស់អ្នក
 - លេខទូរសព្ទសំខាន់ៗមួយចំនួន
 - អត្ថប្រយោជន៍ និងសេវាដែលរ៉ាប់រង
 - វិធីផ្តល់ប្តូរអ្នកផ្តល់សេវាថែទាំបឋម (Primary Care Provider, PCP)

- » វានឹងប្រាប់អ្នកអំពីវិធីដើម្បីចូលទៅកាន់៖
 - ការថែទាំសុខភាពបែបបង្ការ បន្ទាន់ និងសង្គ្រោះបន្ទាន់
 - អ្នកឯកទេសសម្រាប់សុខភាពស្ត្រីសម្រាប់ការថែទាំជាប្រចាំ និងបែបបង្ការ
 - ជំនួយផ្នែកភាសា និងអ្នកបកប្រែ
 - អត្ថប្រយោជន៍ឱសថស្ថាន និងវិធីដែលអ្នកអាចទទួលបានឱសថដែលអ្នកត្រូវការ
 - សេវាមធ្យោបាយដឹកជញ្ជូនវេជ្ជសាស្ត្រមិនមែនសង្គ្រោះបន្ទាន់ និងមិនមែនវេជ្ជសាស្ត្រ
 - កម្មវិធីគ្រប់គ្រងការថែទាំ និងការគ្រប់គ្រងជំងឺ
 - ខ្សែទូរសព្ទសុំឱវាទពីគិលានុបដ្ឋាក 24 ម៉ោង

ការថែទាំសុខភាព 101

ការស្វែងរកគម្រោង L.A. Care Health



- » សៀវភៅណែនាំសមាជិក Medi-Cal ត្រូវបានធ្វើជូនឱ្យអ្នកតាមប្រែសំណើប្រមាណជាមួយនឹងកញ្ចប់សមាជិកថ្មីរបស់អ្នក។ អ្នកក៏អាចរកសៀវភៅណែនាំសមាជិក Medi-Cal ជាភាសារបស់អ្នកតាមរយៈ lacare.org/members/documents/medi-cal ឬអ្នកអាចស្នើសុំច្បាប់ចម្លងដែលបានបោះពុម្ពនៃសៀវភៅណែនាំសមាជិករបស់អ្នក ជាភាសានានាដែលមានផ្តល់ជូន ដោយហៅទូរសព្ទទៅសេវាបម្រើសមាជិក L.A. Care តាមរយៈលេខ 1.888.839.9909 (TTY 711)។

ការថែទាំសុខភាព 101

ការស្វែងរកគម្រោង L.A. Care Health



ឯកសារសម្រាប់សមាជិកលើប្រព័ន្ធអនឡាញ

» ចូលទៅទំព័រឯកសារសម្រាប់សមាជិកតាមរយៈ www.lacare.org/members/documents/medi-cal។ នៅទីនេះអ្នកអាចរកឃើញ ព័ត៌មាន និងធនធានសំខាន់ៗ ដែលជួយអ្នកឱ្យទទួលបានការថែទាំដែលអ្នកត្រូវការ។


អ្នកអាចចូលទៅកាន់ឯកសារ និងធនធានទាំងនោះតាម៖

- សៀវភៅណែនាំសមាជិក Medi-Cal
- ការណែនាំសមាជិកថ្មីរបស់ Medi-Cal
- ការណែនាំប្រចាំឆ្នាំរបស់ Medi-Cal សម្រាប់សមាជិក
- Medi-Cal សម្រាប់កុមារ និងក្មេងជំទង់
- បញ្ជីឈ្មោះអ្នកផ្តល់សេវា
- តំណភ្ជាប់ទៅកាន់ធនធានសំខាន់ៗដូចជាបណ្ណសម្គាល់ Medi-Cal, Medi-Cal Rx, ជំនួយសហគមន៍ និងទំព័រការបន្តសុពលភាពសមាជិក Medi-Cal ឡើងវិញ

ការថែទាំសុខភាព 101

ការស្វែងរកគម្រោង L.A. Care Health





L.A. Care
Medi-Cal

lacare.org

Name:

Effective Date:

Member ID:

PCP/Clinic:

PCP/Clinic Phone:

Medical Group:

Member Services:	1.888.839.9909 (TTY 711)
Mental Health:	1.877.344.2858 (TTY 711)
Substance Use Disorder Services:	1.844.804.7500 (TTY 711)
24-Hour Nurse Advice Line:	1.800.249.3619 (TTY 711)
Medi-Cal Rx:	1.800.977.2273 (TTY 711)

If you think you have a medical or psychiatric emergency, call 911 or go to the nearest hospital. Emergency services are covered by L.A. Care Health Plan without prior authorization at no cost.

Provider information: Pre-authorization is required for all non-emergency hospital admissions. Call **1.877.431.2273**.
Emergency services rendered by non-contracted providers are reimbursable by L.A. Care Health Plan or its financially delegated entity and do not require prior authorization.

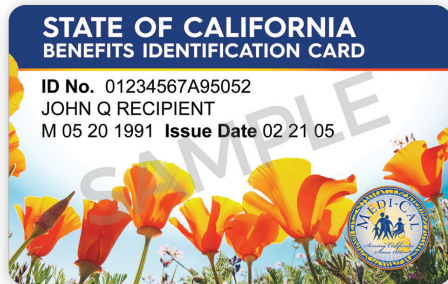
Access your personal online account with L.A. Care Connect™: members.lacare.org

បណ្តុសម្គាល់សមាជិករបស់អ្នក

- » បណ្តុសម្គាល់សមាជិក L.A. Care របស់អ្នកនឹងត្រូវធ្វើតាមប្រៃសណីយ៍ ដាច់ដោយឡែក។ បណ្តុសម្គាល់របស់អ្នកនឹងរួមមានព័ត៌មានដូចខាងក្រោម៖
 - ឈ្មោះរបស់គម្រោងសុខភាពរបស់អ្នក៖ L.A. Care
 - លេខសម្គាល់សមាជិករបស់អ្នក
 - PCP និងលេខទូរសព្ទ PCP របស់អ្នក
 - ក្រុមពេទ្យរបស់អ្នក (បើមាន)
 - លេខទូរសព្ទរបស់សេវាបម្រើសមាជិករបស់ L.A. Care និងព័ត៌មានសំខាន់ ផ្សេងទៀត ព្រមទាំងលេខទូរសព្ទ

ការថែទាំសុខភាព 101

ការស្វែងរកគម្រោង L.A. Care Health



» បណ្ណសម្គាល់អត្ថប្រយោជន៍ (Benefits Identification Card, BIC) Medi-Cal របស់អ្នកបង្ហាញពី៖

- លេខសម្គាល់របស់អ្នក
- ឈ្មោះរបស់អ្នក
- ភេទរបស់អ្នក
- ខែថ្ងៃឆ្នាំកំណើតរបស់អ្នក
- ថ្ងៃចេញបណ្ណ

» តើខ្ញុំបង្ហាញបណ្ណសម្គាល់ L.A. Care របស់ខ្ញុំ និង បណ្ណសម្គាល់អត្ថប្រយោជន៍ (BIC) របស់ខ្ញុំនៅពេលណា?

- នៅពេលអ្នកទៅជួបវេជ្ជបណ្ឌិត នៅពេលមានការថែទាំបន្ទាន់ ឬនៅមន្ទីរពេទ្យ
- នៅពេលអ្នកត្រូវការសេវាសង្គ្រោះបន្ទាន់
- នៅពេលអ្នកទៅយកឱសថតាមវេជ្ជបញ្ជា

ការថែទាំសុខភាព 101

ការស្វែងរកគម្រោង L.A. Care Health



ការថែទាំជាប្រក្រតីជាមួយ PCP របស់អ្នក

- » PCP របស់អ្នកគឺជាវេជ្ជបណ្ឌិតគោលរបស់អ្នក និងជាមនុស្សដំបូងដែលត្រូវទៅជួបនៅពេលអ្នកមានបញ្ហាសុខភាព។ ពួកគេធ្វើឱ្យប្រាកដថា អ្នកទទួលបានការថែទាំត្រឹមត្រូវនៅកន្លែងត្រឹមត្រូវនៅពេលត្រឹមត្រូវ។
- » សំខាន់បំផុតគឺអ្នកត្រូវជួបជាមួយ PCP របស់អ្នកជាប្រចាំសម្រាប់ការថែទាំជាប្រក្រតី។
- » ការថែទាំជាប្រក្រតីគឺជាការថែទាំសុខភាពជាប្រចាំ។ វារួមមានការថែទាំបង្ការ ក៏ហៅថាការថែទាំសុខុមាលភាព។ វាជួយអ្នកឱ្យរក្សាបាននូវសុខភាពល្អ និងជួយបង្ការកុំឱ្យអ្នកធ្លាក់ខ្លួនឈឺ។
- » PCP របស់អ្នកនឹង៖
 - ដឹងពីប្រវត្តិសុខភាព និងតម្រូវការរបស់អ្នក ក៏ដូចជារក្សាទុក កំណត់ត្រាសុខភាពរបស់អ្នក
 - ផ្តល់ឱ្យអ្នកនូវការថែទាំជាប្រក្រតីដែលរួមមានការពិនិត្យរាងកាយ ការត្រួតពិនិត្យជាប្រចាំ ការចាក់ថ្នាំបង្ការរោគ ការព្យាបាល វេជ្ជបញ្ជា និងការណែនាំពីគ្រូពេទ្យ
 - បង្រៀនអ្នកអំពីវិធីធ្វើឱ្យសុខភាពអ្នកប្រសើរឡើង ឬជួយអ្នកឱ្យមានសុខភាពល្អ
 - បញ្ជូនបន្ត (បញ្ជូន) អ្នកទៅជួបអ្នកឯកទេស ប្រសិនបើចាំបាច់
 - បង្គាប់ឱ្យថតកាំរស្មីអ៊ិច ឬកិច្ចការពិសោធន៍ ប្រសិនបើអ្នកត្រូវការ
 - រៀបចំការថែទាំនៅមន្ទីរពេទ្យ ប្រសិនបើអ្នកត្រូវការវា

ការថែទាំសុខភាព 101

ការស្វែងរកគម្រោង L.A. Care Health

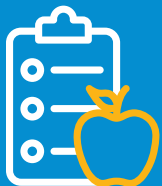


ការណាត់ជួបពិគ្រោះសុខភាពលើកដំបូង

- » រាល់សមាជិកថ្មីទាំងអស់គួរតែជួបពិគ្រោះជាមួយ PCP របស់ពួកគេលើកទីមួយ ក្នុងរយៈពេលបីខែបន្ទាប់ពីការចូលរួមជាមួយគម្រោង L.A. Care សម្រាប់ការណាត់ជួប ពិគ្រោះសុខភាពលើកដំបូង (Initial Health Appointment, IHA)។
- » គោលបំណងនៃ IHA គឺដើម្បីជួយឱ្យ PCP របស់អ្នក ស្គាល់ពីអ្នក និងយល់ដឹងពីប្រវត្តិ ថែទាំសុខភាព និងតម្រូវការរបស់អ្នក។
- » PCP របស់អ្នកអាចនឹងសួរសំណួរមួយចំនួនអំពីប្រវត្តិសុខភាពរបស់អ្នក ឬអាចនឹងសុំឱ្យ អ្នកបំពេញកម្រងសំណួរមួយ។
- » PCP របស់អ្នក ក៏នឹងប្រាប់អ្នកអំពីការប្រឹក្សាការអប់រំសុខភាព និងថ្នាក់សិក្សាដែលអាចនឹង ជួយអ្នកបានផងដែរ។

ការថែទាំសុខភាព 101

ការស្វែងរកគម្រោង L.A. Care Health



នីតិវិធីនៃការបញ្ជូនបន្ត

- » PCP របស់អ្នកនឹងបញ្ជូនអ្នកបន្តទៅជួបនឹងអ្នកឯកទេស ប្រសិនបើអ្នកត្រូវការ។ អ្នកឯកទេសគឺជាវេជ្ជបណ្ឌិតម្នាក់ដែលមានការអប់រំបន្ថែមក្នុងផ្នែកវេជ្ជសាស្ត្រណាមួយ។ PCP របស់អ្នកនឹងធ្វើការជាមួយអ្នក ដើម្បីជ្រើសរើសអ្នកឯកទេសម្នាក់។ ការិយាល័យ PCP របស់អ្នកអាចជួយអ្នករៀបចំពេលវេលាទៅជួបអ្នកឯកទេស។
- » សេវាផ្សេងទៀតដែលអាចនឹងតម្រូវឱ្យមានការបញ្ជូនបន្តរួមមាន នីតិវិធីវេជ្ជសាស្ត្រខ្នាតតូច ដែលធ្វើក្នុងការិយាល័យបាន (in-office procedures) ការថតកាំរស្មីអ៊ិច ការពិសោធន៍ រោគ ការព្យាបាលពិសេស ការថែទាំតាមផ្ទះ និងការអនុញ្ញាតឱ្យចុះឈ្មោះចូលសម្រាក ព្យាបាលនៅទីតាំងវេជ្ជសាស្ត្រណាមួយ។ PCP របស់អ្នកអាចនឹងផ្តល់ទម្រង់បែបបទមួយ ដល់អ្នកដើម្បីយកទៅជួបអ្នកឯកទេស។ អ្នកឯកទេសនឹងបំពេញទម្រង់បែបបទនោះ ហើយ ផ្ញើវាទៅ PCP របស់អ្នកវិញ។ អ្នកឯកទេសនឹងព្យាបាលអ្នកដរាបណាពួកគេគិតថាអ្នក ត្រូវការការព្យាបាល។
- » សូមចងចាំថា មានសេវាមួយចំនួនដែលមិនត្រូវការការបញ្ជូនបន្ត រួមមាន៖
 - ការជួបពិគ្រោះនឹង PCP
 - ការជួបពិគ្រោះអំពីសម្ភព/រោគស្ត្រី (Obstetrics/Gynecology, OB/GYN)
 - ការជួបពិគ្រោះអំពីការថែទាំជាអាសន្ន ឬបន្ទាន់
 - សេវារៀងរាល់សម្រាប់មនុស្សពេញវ័យ ដូចជាការថែទាំនៅពេលមានការរំលោភផ្លូវភេទ
 - សេវារៀបចំផែនការគ្រួសារ
 - ការធ្វើតេស្ត និងប្រឹក្សាអំពីមេរោគអេដស៍ (12 ឆ្នាំឡើងទៅ)
 - សេវាជំងឺកាមរោគ (12 ឆ្នាំឡើងទៅ)
 - ការវាយតម្លៃសុខភាពផ្លូវចិត្តដំបូង
 - ការព្យាបាលសុខភាពផ្លូវចិត្តដែលកំពុងកើតមាន

ការថែទាំសុខភាព 101

ការស្វែងរកគម្រោង L.A. Care Health



ការអនុញ្ញាតជាមុន/ការយល់ព្រមជាមុន

- » សម្រាប់ប្រភេទនៃការថែទាំមួយចំនួន, PCP របស់អ្នក ឬអ្នកឯកទេស នឹងចាំបាច់ត្រូវស្នើសុំការអនុញ្ញាតពី គម្រោង L.A. Care មុននឹងអ្នកទទួលបានការថែទាំ។
- » នេះហៅថា ការស្នើសុំការអនុញ្ញាតជាមុន ការអនុម័តជាមុន ឬការយល់ព្រមជាមុន។
- » វាមានន័យថា L.A. Care ត្រូវតែធ្វើឱ្យប្រាកដថាការថែទាំមានភាពចាំបាច់ខាងផ្នែកវេជ្ជសាស្ត្រ ឬត្រូវការជាចាំបាច់។ សេវាដែលមានភាពចាំបាច់ផ្នែកវេជ្ជសាស្ត្រគឺមានភាពសមស្រប និងចាំបាច់ក្នុងការការពារជីវិតរបស់អ្នក បង្ការកុំឱ្យអ្នកឈឺធ្ងន់ធ្ងរ ឬពិការ ឬបន្ថយការឈឺចាប់ពីជំងឺដែលបានធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យឃើញ ការឈឺធ្ងន់ ឬរូបស។
- » សេវាខាងក្រោមនេះសុទ្ធតែត្រូវការយល់ព្រមជាមុន (ការអនុញ្ញាតជាមុន) ទោះបីជាអ្នកទទួលបានសេវាទាំងនោះពីអ្នកផ្តល់សេវានៅក្នុងបណ្តាញ L.A. Care ក៏ដោយ៖
 - ការសម្រាកនៅពេទ្យ ប្រសិនបើមិនមែនជាការសង្គ្រោះបន្ទាន់ទេនោះ
 - សេវានៅក្រៅតំបន់សេវា L.A. Care ប្រសិនបើមិនមែនជាការសង្គ្រោះបន្ទាន់ ឬជាការបន្ទាន់ទេនោះ
 - ការវះកាត់អ្នកជំងឺមិនសម្រាកពេទ្យ
 - ការព្យាបាលរយៈពេលវែង ឬសេវាថែទាំដោយគិលានុបដ្ឋាកជំនាញ នៅមន្ទីរគិលានុបដ្ឋាក។
 - ការព្យាបាលឯកទេស ការថតត្រូវរូបភាពវេជ្ជសាស្ត្រ ការធ្វើតេស្ត និងនីតិវិធីនានា
 - សេវាមធ្យោបាយធ្វើដំណើរវេជ្ជសាស្ត្រនៅពេលដែលមិនមែនជាការសង្គ្រោះបន្ទាន់។ សេវាវេជ្ជសាស្ត្រសង្គ្រោះបន្ទាន់ មិនតម្រូវឱ្យមានការយល់ព្រមជាមុនទេ។
 - ការវះកាត់ផ្សំសរីរាង្គធំៗ

ការថែទាំសុខភាព 101

ការស្វែងរកគម្រោង L.A. Care Health



- » សេវាដូចខាងក្រោមនេះមិនតម្រូវឱ្យមានការអនុញ្ញាតជាមុនទេ ប្រសិនបើសមាជិកជួបពិគ្រោះជាមួយអ្នកផ្តល់សេវា Medi-Cal នៅក្នុងបណ្តាញ L.A. Care។
 - សេវាថែទាំមុនពេលសម្រាលជាមូលដ្ឋាន
 - សេវាសម្ភពជាប្រចាំ
 - សេវាបង្ការនៃពេទ្យកុមារ
 - សេវាថែទាំបឋម និងបង្ការ
 - ការធ្វើតេស្ត Biomarker សម្រាប់ជំងឺមហារីករាលដាលកម្រិតខ្ពស់ដំណាក់កាលទី 3 ឬទី 4 ឬការធ្វើតេស្តសម្រាប់ការវិវត្តនៃជំងឺមហារីក ឬការកើតលាបមកវិញនៃអ្នកជំងឺដែលមានជំងឺមហារីករាលដាលកម្រិតខ្ពស់ដំណាក់កាលទី 3 ឬ 4
 - សេវាសុខភាពផ្លូវចិត្ត (ដោយអ្នកផ្តល់សេវា L.A. Care ឬ អ្នកផ្តល់សេវាគម្រោងសុខភាពផ្លូវចិត្តនៃខោនធី)

ការថែទាំសុខភាព 101

ការស្វែងរកគម្រោង L.A. Care Health



វិធីធ្វើការងារជាមួយ PCP របស់អ្នក និង ក្រុមពេទ្យ (Medical Group) ដើម្បី ទទួលបានការថែទាំដែលអ្នកត្រូវការ



ការថែទាំសុខភាព 101

ការស្វែងរកគម្រោង L.A. Care Health



អ្នកមានសិទ្ធិផ្លាស់ប្តូរ PCP របស់អ្នក

អ្នកអាចផ្លាស់ប្តូរ PCP របស់អ្នកនៅពេលណាក៏បាន។ អ្នកត្រូវតែជ្រើសរើស PCP ដែលស្ថិតនៅក្នុងបណ្តាញអ្នកផ្តល់សេវារបស់ L.A. Care និងដែលកំពុងទទួលអ្នកជំងឺថ្មី។ ដើម្បីស្វែងរកវេជ្ជបណ្ឌិតដែលនៅក្បែរអ្នក អ្នកអាចប្រើឧបករណ៍ "Find a Doctor or Hospital" (ស្វែងរកវេជ្ជបណ្ឌិត ឬមន្ទីរពេទ្យ) របស់យើងលើ អនឡាញតាមរយៈ lacare.org

ដើម្បីផ្លាស់ប្តូរ PCP របស់អ្នក៖

- 1 ហៅទូរសព្ទទៅសេវាបម្រើសមាជិក L.A. Care តាមរយៈលេខ 1.888.839.9909 (TTY 711) 24 ម៉ោង ក្នុងមួយថ្ងៃ 7 ថ្ងៃ ក្នុងមួយសប្តាហ៍ រួមទាំងថ្ងៃឈប់សម្រាក។ អ្នកតំណាងផ្នែកសេវាបម្រើសមាជិក L.A. Care អាចជួយអ្នកដើម្បីជ្រើសរើស PCP ដែលបំពេញតាមតម្រូវការរបស់អ្នក
- 2 បង្កើតគណនី L.A. Care Connect (តាមប្រព័ន្ធផ្តល់សមាជិកអនឡាញ)

ការថែទាំសុខភាព 101

ការស្វែងរកគម្រោង L.A. Care Health

ប្រសិនបើអ្នកទទួលបានវិក្កយបត្រពីវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នក មជ្ឈមណ្ឌលថែទាំ
បន្ទាន់ មន្ទីរពេទ្យ ឬសេវាផ្សេងទៀតដែលធានារ៉ាប់រងដោយ L.A. Care:

- » ហៅទូរសព្ទទៅសេវាបម្រើសមាជិក L.A. Care
- » អ្នកមិនបាច់ត្រូវបង់ប្រាក់ឡើយ

អ្នកមានសិទ្ធិដាក់ពាក្យបណ្តឹង ឬរបាយការណ៍បណ្តឹងសាទុក្ខបាន។



ការថែទាំសុខភាព 101

ការស្វែងរកគម្រោង L.A. Care Health



ប្រសិនបើអ្នកផ្លាស់ប្តូរទីលំនៅ អ្នកគួរតែអនុវត្តតាមចំណុចមួយក្នុងចំណោម
ចំណុចខាងក្រោម៖ (លើកលែងតែអ្នកមាន Medi-Cal ដែលទាក់ទងនឹង
ចំណូលរបបសន្តិសុខបន្ថែម [Supplemental Security Income, SSI])

» ហៅទូរសព្ទទៅកាន់បុគ្គលិកផ្នែកសិទ្ធិទទួលបានរបស់ក្រសួងសេវាសង្គមកិច្ចសាធារណៈ
(Department of Public Social Services, DPSS) របស់អ្នកតាមរយៈ:

លេខទូរសព្ទ ឥតគិតថ្លៃ 1.866.613.3777

លេខទូរសព្ទ ក្នុងតំបន់ 1.626.569.1399

1.310.258.7400

1.818.701.8200

ម៉ោងធ្វើការ ថ្ងៃចន្ទ ដល់ ថ្ងៃសុក្រ ចាប់ពីម៉ោង 7:30 ព្រឹក ដល់ ម៉ោង 6:30 ល្ងាច មិនរាប់
បញ្ចូលថ្ងៃឈប់សម្រាក

» ហៅទូរសព្ទទៅផ្នែកសេវាបម្រើសមាជិក L.A. Care តាមរយៈលេខ 1.888.839.9909
(TTY 711) 24 ម៉ោង ក្នុងមួយថ្ងៃ 7 ថ្ងៃ ក្នុងមួយសប្តាហ៍ រួមទាំងថ្ងៃឈប់សម្រាក

សមាជិក Medi-Cal ដែលទាក់ទងនឹង SSI គួរតែ៖

» ហៅទូរសព្ទទៅកាន់ផ្នែករបបសន្តិសុខសង្គមតាមរយៈលេខ 1.800.772.1213
(TTY 1.800.325.0778)

ការថែទាំសុខភាព 101

ការស្វែងរកគម្រោង L.A. Care Health



Medi-Cal Rx

អត្ថប្រយោជន៍ឱសថស្ថាន Medi-Cal ត្រូវបានគ្រប់គ្រងដោយប្រព័ន្ធបង់ថ្លៃជាក់ស្តែងតាមប្រភេទសេវា ហៅថា Medi-Cal Rx

ចូលទៅកាន់គេហទំព័រ Medi-Cal Rx តាមតំណភ្ជាប់ [medi-calrx.dhcs.ca.gov/home](https://www.medi-calrx.dhcs.ca.gov/home) ឬហៅទូរស័ព្ទទៅលេខ 1.800.977.2273 (TTY 1.800.977.2273 ហើយចុចលេខ 7 ឬ 711) ដើម្បី៖

- » ទទួលបានច្បាប់ចម្លងនៃបញ្ជីរាយនាមឱសថតាមកិច្ចសន្យា។
- » ស្វែងរកបញ្ជីរាយនាមឱសថស្ថានដែលធ្វើការជាមួយ Medi-Cal Rx នៅក្នុង បញ្ជីឈ្មោះឱសថស្ថានរបស់ Medi-Cal Rx

ឧទាហរណ៍មួយចំនួនរួមមាន៖

- » CVS, Walgreens, Rite Aid

តើខ្ញុំគួរតែយកអ្វីមកជាមួយ?

- » ប្រើប្រាស់បណ្ណសម្គាល់ខ្លួនគម្រោងរបស់អ្នក
- » វេជ្ជបញ្ជារបស់វេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នក

ការថែទាំសុខភាព 101

ការស្វែងរកគម្រោង L.A. Care Health



ដឹងពីជម្រើសនៃការថែទាំរបស់អ្នក

ខ្សែទូរសព្ទសុំឱវាទពីគិលានុបដ្ឋាក

- » អ្នកអាចហៅទូរសព្ទទៅខ្សែទូរសព្ទសុំឱវាទពីគិលានុបដ្ឋាក ដើម្បីទទួលបានជំនួយលើសំណួរពាក់ព័ន្ធនឹងបញ្ហាសុខភាពណាមួយ ដើម្បីឱ្យអ្នកអាចថែទាំខ្លួន ឬគ្រួសាររបស់អ្នកបាន។
- » គិលានុបដ្ឋាកនឹងជួយអ្នកដោយប្រើភាសារបស់អ្នកដោយឥតគិតថ្លៃ។
- » គិលានុបដ្ឋាកអាចទំនាក់ទំនងបានដើម្បីជួយអ្នកបាន 24 ម៉ោង ក្នុងមួយថ្ងៃ 7 ថ្ងៃ ក្នុងមួយសប្តាហ៍៖ 1.800.249.3619 (TTY 711)

អ្នកក៏អាចស្វែងរកលេខទូរសព្ទឥតគិតថ្លៃនៅខាងក្រោយបណ្ណសម្គាល់របស់អ្នក។

ធនធានខ្សែទូរសព្ទសុំឱវាទពីគិលានុបដ្ឋាក

ដើម្បីស្វែងយល់បន្ថែមអំពីខ្សែទូរសព្ទសុំឱវាទពីគិលានុបដ្ឋាក និងសេវាបន្ថែមដែលមានផ្តល់ជូនតាមរយៈកម្មវិធីនេះ សូមចូលទៅកាន់គេហទំព័ររបស់ L.A. Care៖

lacare.org/members/getting-care/nurse-advice-line

ការថែទាំសុខភាព 101

ការស្វែងរកគម្រោង L.A. Care Health



ខ្សែទូរសព្ទសុំឱវាទពីគិលានុបដ្ឋាក- សេវាបន្ថែម

ការជជែកដោយផ្ទាល់ ជួបជាមួយគិលានុបដ្ឋាកតាមប្រព័ន្ធអ៊ីនធឺណិត

ចូលប្រើបណ្ណា ល័យឯកសារយោងសំឡេងការអប់រំសុខភាព (Health Education Audio Reference Library, HEAR)

អនុញ្ញាតឱ្យអ្នកស្តាប់សារដែលបានកត់ត្រាទុកមុនលើប្រធានបទ សុខភាពជាភាសាអង់គ្លេស និង អេស្ប៉ាញ៖

lacare.org/members/getting-care/nurse-advice-line/audio-reference-library



ការថែទាំសុខភាព 101

ការស្វែងរកគម្រោង L.A. Care Health



អ្វីដែលអ្នកគួរធ្វើក្នុងករណីសង្គ្រោះបន្ទាន់

- » ទៅកាន់បន្ទប់សង្គ្រោះបន្ទាន់ដែលនៅជិតបំផុត
- » ប្រសិនបើអ្នកត្រូវការមធ្យោបាយធ្វើដំណើរសង្គ្រោះបន្ទាន់ សូមហៅទៅលេខ 911

សម្រាប់ការព្យាបាលសង្គ្រោះបន្ទាន់ អ្នកមិនបាច់ត្រូវការការយល់ព្រមជាមុន (ការអនុញ្ញាតជាមុន) ពី L.A. Care នោះឡើយ។

ប្រសិនបើអ្នកមិនច្បាស់ថានេះជាករណីសង្គ្រោះបន្ទាន់ឬទេ

- » ហៅទូរសព្ទទៅ PCP របស់អ្នក
- » អ្នកក៏អាចហៅទូរសព្ទទៅខ្សែទូរសព្ទសុំឱវាទពីគិលានុបដ្ឋាកបាន 24/7 តាមរយៈលេខ 1.800.249.3619 (TTY 711)



ការថែទាំសុខភាព 101

ការស្វែងរកគម្រោង L.A. Care Health



ការថែទាំបន្ទាន់

ការថែទាំបន្ទាន់គឺនៅពេលត្រូវការថែទាំភ្លាមៗ ប៉ុន្តែវាមិនគំរាមកំហែងដល់អាយុជីវិត ឬជា
ការសង្គ្រោះបន្ទាន់នោះទេ

ឧទាហរណ៍រួមមាន៖

- » ការមុតដៃដែលត្រូវការដេរមុខរបួស
- » គ្រុនក្តៅ ឬគ្រុនផ្តាសាយធំ
- » កន្ទួលរមាសលើស្បែក

ស្វែងរកមជ្ឈមណ្ឌលថែទាំបន្ទាន់ដែលភ្ជាប់ជាមួយក្រុមពេទ្យ (Medical Group) របស់
អ្នក (សូមមើលបណ្ណសម្គាល់របស់អ្នកដើម្បីរក Medical Group របស់អ្នក)

- » ហៅទូរសព្ទទៅសេវាបម្រើសមាជិកតាមរយៈលេខ 1.888.839.9909 (TTY 711)
24 ម៉ោង ក្នុងមួយថ្ងៃ 7 ថ្ងៃ ក្នុងមួយសប្តាហ៍ រួមទាំងថ្ងៃឈប់សម្រាក
- » ហៅទូរសព្ទទៅ PCP របស់អ្នក
- » នៅក្នុងបញ្ជីឈ្មោះអ្នកផ្តល់សេវារបស់អ្នក (តាមអនឡាញ ឬឯកសារបោះពុម្ព)

ការថែទាំសុខភាព 101

ការស្វែងរកគម្រោង L.A. Care Health



គ្លីនិកលក់រាយ

- » សមាជិកអាចទទួលបានការថែទាំដែលពួកគេត្រូវការនៅតាមគ្លីនិកលក់រាយដៃគូរបស់ L.A. Care ហៅថា MinuteClinic®
- » MinuteClinic® ផ្តល់ជូនពេទ្យអនុវេជ្ជបណ្ឌិតមានវិញ្ញាបនប័ត្រនៅទីតាំងដែលជ្រើសរើសនៅក្នុងឱសថស្ថាន CVS ដែលអាច៖
 - ធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យ ព្យាបាល និងចេញវេជ្ជបញ្ជាសម្រាប់ស្ថានភាពវេជ្ជសាស្ត្រមិនមែនសង្គ្រោះបន្ទាន់ របស់សមាជិក
 - ផ្តើមផ្តល់នៃការជួបពិគ្រោះរបស់សមាជិកទៅកាន់ PCP ប្រចាំការរបស់ពួកគេតាមការស្នើសុំរបស់ពួកគេ

ឧទាហរណ៍នៃសេវាកម្មទាំងនេះរួមមាន៖

- គ្រុនផ្តាសាយធម្មតា គ្រុនផ្តាសាយធំ គ្រុនក្តៅ
- កន្ទួលរមាស់
- ការរលាករោល (ស្បែក ភ្នែក ត្រចៀក ការរលាកផ្លូវទឹកនោម [UTI])
- ប្រព័ន្ធដង្ហើម (ដង្ហើមតឹង ក្អក)
- បញ្ហាក្រពះ
- រហួសតូចតាច (រលាក គ្រេច)

ការថែទាំសុខភាព 101

ការស្វែងរកគម្រោង L.A. Care Health



គ្លីនិកលក់រាយ (គ)

» វិធីចូលទៅកាន់ Minute Clinic

- ប្រើបញ្ជីឈ្មោះអ្នកផ្តល់សេវាអនឡាញរបស់ L.A. Care ដើម្បីស្វែងរក Minute Clinic ដែលនៅជិតអ្នក។
- មើលពេលវេលារង់ចាំ និងរៀបចំគម្រោងការចូលពិគ្រោះរបស់អ្នកនៅលើគេហទំព័រ Minute Clinic
- ទទួលបានការថែទាំនៅទីតាំងផ្ទាល់នៅឯ Minute Clinic។ អ្នកនឹងតម្រូវឱ្យមាន បណ្ណសម្គាល់សមាជិក និងទម្រង់នៃលេខសម្គាល់

ព័ត៌មានបន្ថែម: lacare.org/minuteclinic

ឬស្កេន



ការថែទាំសុខភាព 101

ការស្វែងរកគម្រោង L.A. Care Health



ការថែទាំតាមប្រព័ន្ធអ៊ីនធឺណិត

ការពិនិត្យសុខភាពពីចម្ងាយ (Telehealth)

- » ការពិនិត្យសុខភាពពីចម្ងាយ (Telehealth) គឺជាមធ្យោបាយនៃការទទួលបានសេវា ដោយមិនចាំបាច់ស្ថិតនៅទីតាំងដូចគ្នាជាមួយអ្នកផ្តល់សេវារបស់អ្នក។ ការពិនិត្យ សុខភាពពីចម្ងាយ (Telehealth) អាចពាក់ព័ន្ធនឹងការសន្ទនាផ្ទាល់ជាមួយអ្នកផ្តល់ សេវារបស់អ្នកតាមទូរសព្ទ វីដេអូ ឬមធ្យោបាយផ្សេងទៀត។
- » សមាជិកអាចប្រើ Teladoc® សម្រាប់ការទទួលបានការថែទាំបន្ថែម
 - Teladoc® ផ្តល់ជូនលទ្ធភាពទទួលបានគ្រូពេទ្យមានអាជ្ញាបណ្ណ 24 ម៉ោងក្នុង មួយថ្ងៃ 7 ថ្ងៃក្នុងមួយសប្តាហ៍
 - សមាជិកអាចពិភាក្សាជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិតតាមទូរសព្ទ ឬវីដេអូ ដើម្បីព្យាបាលបញ្ហា វេជ្ជសាស្ត្រមិនមែនសង្គ្រោះបន្ទាន់
 - សមាជិកអាចប្រើ Teladoc® នៅពេលដែល PCP របស់ពួកគេ នេរ ឬ ប្រសិនបើវាជាជម្រើសដែលងាយស្រួលជាង
 - Teladoc® គឺសម្រាប់ស្ថានភាពសុខភាពដែលត្រូវការទទួលបានការព្យាបា លភ្លាមៗ ប៉ុន្តែមិនគំរាមកំហែងដល់អាយុជីវិត។

ការថែទាំសុខភាព 101

ការស្វែងរកគម្រោង L.A. Care Health



ការពិនិត្យសុខភាពពីចម្ងាយ (Telehealth) (ត)

វេជ្ជបណ្ឌិត Teladoc® អាចចេញវេជ្ជបញ្ជាបាន ប្រសិនបើចាំបាច់ ដែលសមាជិកអាចទៅយកបាននៅតាមឱសថស្ថានក្នុងតំបន់សម្រាប់បញ្ជាដូចជា៖

- » រោគសញ្ញាក្រុនផ្តាសាយធម្មតា និងក្រុនផ្តាសាយធំ
- » កន្ទួលរមាស់
- » ការរលាករោល (ស្បែក ភ្នែក ត្រចៀក ការរលាកផ្លូវទឹកនោម [UTI])
- » ប្រព័ន្ធដង្ហើម (ដង្ហើមតឹង ក្អក)
- » បញ្ហាក្រពះ
- » របួសតូចតាច (រលាក គ្រុច)
- » ស្ថានភាពវេជ្ជសាស្ត្រមិនមែនសង្គ្រោះបន្ទាន់ផ្សេងទៀត

សមាជិកអាចចុះឈ្មោះសម្រាប់សេវាតាមរយៈ៖

- » ការទាញយកកម្មវិធី
 - សមាជិកអាចទាញយកកម្មវិធី Teladoc® ចូលទៅទូរសព្ទចល័តរបស់ពួកគេ។ អនុវត្តតាមការណែនាំដើម្បីបង្កើតគណនីដោយប្រើតំណភ្ជាប់នេះ teladoc.com/mobile
- » ចូលទៅប្រព័ន្ធអនឡាញ
 - បង្កើតគណនីនៅលើគេហទំព័ររបស់ Teladoc ដោយប្រើតំណភ្ជាប់នេះ teladoc.com/lacare

ការថែទាំសុខភាព 101

ការស្វែងរកគម្រោង L.A. Care Health



នីតិវិធីនៃការបន្តសុពលភាព Medi-Cal

- » រៀងរាល់ 12 ខែម្តង ក្រសួងសង្គមកិច្ចសាធារណៈ (Department of Public Social Service, DPSS) នៃខោនធី Los Angeles ធ្វើការត្រួតពិនិត្យព័ត៌មានរបស់អ្នក ដើម្បីកំណត់ថាតើអ្នកនៅតែមានសិទ្ធិទទួលបានអត្ថប្រយោជន៍ Medi-Cal សម្រាប់ឆ្នាំបន្ទាប់ដែរឬទេ។
- » ទោះបីជាសមាជិកខ្លះអាចត្រូវបានបន្តដោយស្វ័យប្រវត្តិក៏ដោយ អ្នកទទួលបាន Medi-Cal មួយចំនួនត្រូវតែបន្តអត្ថប្រយោជន៍ Medi-Cal របស់ពួកគេដោយបញ្ជូនព័ត៌មានដែលបានស្នើសុំឱ្យទាន់ពេលវេលាត្រឡប់ទៅ DPSS ដើម្បីរក្សាការធានារ៉ាប់រងសុខភាពរបស់ពួកគេ។
- » ដើម្បីស្វែងយល់បន្ថែមអំពីនីតិវិធីបន្ត Medi-Cal ប្រចាំឆ្នាំ សូមចូលទៅកាន់គេហទំព័រ www.lacare.org/medi-cal-renewals សម្រាប់ព័ត៌មាន និងធនធានដែលមានប្រយោជន៍។

ការថែទាំសុខភាព 101

ការស្វែងរកគម្រោង L.A. Care Health



នីតិវិធីនៃការបន្តសុពលភាព Medi-Cal ភ

នេះគឺជាព័ត៌មានទំនាក់ទំនង DPSS សំខាន់ៗមួយចំនួន៖

- 1 គេហទំព័រ BenefitsCal៖ benefitscal.com
BenefitsCal គឺជាគេហទំព័រមួយសម្រាប់អ្នករស់នៅក្នុងខោនធី LA ដើម្បីដាក់ពាក្យសុំ និងដើម្បីពិនិត្យមើលអត្ថប្រយោជន៍តាមអនឡាញសម្រាប់ពាក្យសុំកម្មវិធី CalWORKs, CalFresh, General Relief, និង Medi-Cal។
- 2 លេខទូរសព្ទរបស់មជ្ឈមណ្ឌលសេវាអតិថិជន (Customer Service Center, CSC) របស់ DPSS

លេខទូរសព្ទឥតគិតថ្លៃ	លេខទូរសព្ទក្នុងតំបន់	ម៉ោងធ្វើការ
1.866.613.3777	1.626. 569.1399 1.310.258.7400 1.818.701.8200	CSC អាចទំនាក់ទំនងបានដើម្បីជួយដល់អ្នក៖ ថ្ងៃចន្ទ ដល់ ថ្ងៃសុក្រ ម៉ោង 7:30 ព្រឹក ដល់ 6:30 ល្ងាច មិនរាប់បញ្ចូលថ្ងៃឈប់សម្រាក

ប្រសិនបើអ្នកមានសំណួរ ឬត្រូវការជំនួយក្នុងការចូលទៅកាន់ ការធានារ៉ាប់រង Medi-Cal របស់អ្នក សូមទាក់ទង DPSS តាមរយៈលេខ 1.866.613.3777 (TTY/TDD 1.800.660.4026)។ ដូចគ្នានេះផងដែរ អ្នកអាចចូលទៅកាន់គេហទំព័រ benefitcal.com ឬ KeepMediCalCoverage.org សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម។

តើអ្នកដឹងទេ?

សេវាបន្ថែមទៀតដែលផ្តល់ជូនអ្នក



មជ្ឈមណ្ឌលធនធានសហគមន៍

មជ្ឈមណ្ឌលធនធានសហគមន៍ (Community Resource Centers, CRCs) របស់ L.A. Care ត្រូវបានដំណើរការរួមគ្នាជាមួយគម្រោងសុខភាព Blue Shield of California Promise Health Plan ហើយផ្តល់ជូននូវសេវាកម្ម និងធនធានឥតគិតថ្លៃជាច្រើនដែលតម្រូវតាមសមាជិក និងសហគមន៍ទាក់ទងនឹងសុខភាព និងសុខុមាលភាព។

សេវាកម្មផ្តល់ជូនរួមមាន៖

- » ថ្នាក់សុខភាព និងសុខុមាលភាពដោយឥតគិតថ្លៃសម្រាប់មនុស្សពេញវ័យ និងកុមារ និងថ្នាក់រៀនដើម្បីជួយគ្រប់គ្រងស្ថានភាពរោគរាំវៃ
- » WiFi ឥតគិតថ្លៃ សម្រាប់សេវាការពិនិត្យសុខភាពពីចម្ងាយ (Telehealth)
- » ជំនួយការចុះឈ្មោះកម្មវិធី CalFresh
- » ជំនួយការចុះឈ្មោះ និងបន្តសុពលភាព Medi-Cal
- » ជំនួយសេវាសង្គម
- » ការភ្ជាប់ និងការបញ្ជូនទៅកាន់ធនធានសហគមន៍មូលដ្ឋាន
- » ការពិនិត្យសុខភាព ជំនួយអាហារ និងព្រឹត្តិការណ៍សហគមន៍ ពេញមួយឆ្នាំ

សេវា CRC ទាំងអស់គឺឥតគិតថ្លៃ និងបើកចំហសម្រាប់អ្នក និងគ្រប់គ្នានៅក្នុងសហគមន៍។ ចូលទៅគេហទំព័រ www.communityresourcecenterla.com សម្រាប់ទីតាំង/អាសយដ្ឋានលេខទូរសព្ទ ម៉ោងធ្វើការ និងប្រតិទិននៃព្រឹត្តិការណ៍ របស់ CRC។

អ្នកអាចកំណត់ពេលណាត់ជួបដោយចូលទៅកាន់គេហទំព័រ www.communityresourcecenterla.com និងប្រើប្រាស់ឧបករណ៍កំណត់ពេលតាមអ៊ីនធឺណិត ឬដោយហៅទូរសព្ទទៅលេខ 1.877.287.6290 (TTY 711)។

តើអ្នកដឹងទេ?

សេវាបន្ថែមទៀតដែលផ្តល់ជូនអ្នក

ស្វែងយល់អំពី CalFresh

CalFresh គឺជាកម្មវិធីជំនួយអាហាររូបត្ថម្ភបន្ថែមរបស់រដ្ឋកាលីហ្វ័រញ៉ា ដែលផ្តល់អត្ថប្រយោជន៍អាហារប្រចាំខែ ដើម្បីជួយបុគ្គល និងគ្រួសារដែលមានចំណូលទាប ឱ្យទទួលបានអាហារដែលមានសុខភាពល្អ។ ប្រសិនបើមានសិទ្ធិទទួលបាន CalFresh អ្នកអាចទទួលបានអត្ថប្រយោជន៍ប្រចាំខែនៅលើបណ្តាញអត្ថប្រយោជន៍អេឡិចត្រូនិក (Electronic Benefit Transfer, EBT) ដែលអាចត្រូវបានប្រើដើម្បីទិញអាហារនៅហាងលក់គ្រឿងទេស និងទីផ្សារកសិករភាគច្រើន។

សិទ្ធិទទួលបាន CalFresh គឺផ្អែកលើកត្តាជាច្រើនដូចជា ប្រាក់ចំណូលរបស់អ្នក ទំហំគ្រួសារ តម្រូវការការងារ និងស្ថានភាពអន្តោប្រវេសន៍។ កត្តាទាំងនេះក៏កំណត់ចំនួនប្រាក់ដែលអ្នកទទួលបានរៀងរាល់ខែផងដែរ។ ជាទូទៅ ដើម្បីមានសិទ្ធិទទួលបាន CalFresh អ្នកត្រូវតែ៖

- » អ្នករស់នៅរដ្ឋកាលីហ្វ័រញ៉ា និង
- » ពលរដ្ឋអាមេរិក ឬជនអន្តោប្រវេសន៍ដែលមានលក្ខណៈសម្បត្តិគ្រប់គ្រាន់ និង
- » មានប្រាក់ចំណូលគ្រួសារប្រចាំឆ្នាំក្រោមដែនកំណត់ប្រាក់ចំណូលក្នុង តារាងខាងក្រោម៖

ទំហំគ្រួសារ	1	2	3	4	5	6	7	8
ដែនកំណត់ប្រាក់ចំណូលប្រចាំខែសរុប	\$2,510	\$3,408	\$4,304	\$5,200	\$6,098	\$6,994	\$7,890	\$8,788
អត្ថប្រយោជន៍ប្រចាំខែអតិបរមា	\$292	\$536	\$768	\$975	\$1,158	\$1,390	\$1,536	\$1,756

តើអ្នកដឹងទេ?

សេវាបន្ថែមទៀតដែលផ្តល់ជូនអ្នក

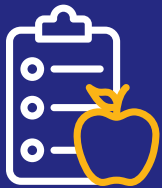
សូមចំណាំថាចំនួនអត្ថប្រយោជន៍ជាក់ស្តែងអាស្រ័យលើកាលៈទេសៈជាក់លាក់របស់គ្រួសារនីមួយៗ។ តារាងត្រូវបានផ្តល់ជូនសម្រាប់ការណែនាំទូទៅ និងគោលបំណងផ្តល់ព័ត៌មានតែប៉ុណ្ណោះ។ បរិមាណដែលបង្ហាញគឺមានប្រសិទ្ធភាពចាប់ពី ថ្ងៃទី 1 តុលា 2024 ដល់ ថ្ងៃទី 30 កញ្ញា 2025។ អ្នកអាចដាក់ពាក្យសុំ CalFresh៖

- » តាមប្រព័ន្ធអនឡាញដោយចូលទៅកាន់៖
 - www.GetCalFresh.org
 - www.benefitscal.com
- » តាមទូរសព្ទ - ហៅទូរសព្ទទៅខ្សែព័ត៌មាន CalFresh តាមរយៈលេខ 1.877.847.3663
- » ទៅដោយផ្ទាល់នៅការិយាល័យ DPSS ក្នុងតំបន់របស់អ្នក។
- » ទៅដោយផ្ទាល់នៅ CRC ក្នុងតំបន់របស់អ្នក។
 - ជំនួយការចុះឈ្មោះ CalFresh ត្រូវបានផ្តល់ជូននៅ CRCs របស់យើង និងផ្តល់ដោយមូលនិធិសុខភាពជាតិ (National Health Foundation, NHF)។ ហៅទូរសព្ទទៅ CRC ក្នុងតំបន់របស់អ្នក ដើម្បីរៀបចំការណាត់ជួបជាមួយអ្នកផ្សព្វផ្សាយសុខភាព NHF តាមរយៈលេខ 1.877.287.6290 (TTY 711)។

ចាប់ផ្តើមដំណើររបស់អ្នកទៅកាន់អាហាររូបត្ថម្ភកាន់តែប្រសើរនៅថ្ងៃនេះ! ដើម្បីស្វែងយល់បន្ថែមអំពី CalFresh សូមចូលទៅកាន់គេហទំព័រ <https://dps.lacounty.gov/en/food/calfresh.html>។

តើអ្នកដឹងទេ?

សេវាបន្ថែមទៀតដែលផ្តល់ជូនអ្នក



ក្រុមកែលម្អគុណភាព

តើយើងធ្វើអ្វីខ្លះ?

- » តាមដានថាតើមនុស្សទៅជួបពិគ្រោះជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់ពួកគេញឹកញាប់ប៉ុណ្ណា សម្រាប់ប្រភេទសេវាមូលដ្ឋានមួយចំនួន ដូចជាសេវាបង្ការជាដើម។
- » នេះជួយយើងឱ្យបង្កើតមធ្យោបាយនានាដូចជា អ្នកធ្វើសំបុត្រ និងការហៅទូរសព្ទ ដើម្បីធានាថាសមាជិករបស់យើងទទួលបានការថែទាំតាមតម្រូវការនៅពេលពួកគេត្រូវការវា។
- » ធ្វើលិខិតក្រើនរំលឹក (សំបុត្រប្រៃសណីយ៍ ការហៅទូរសព្ទ និង/ឬសារជាអក្សរ) សម្រាប់សេវាដែលអ្នកដល់ពេលកំណត់ចាក់ថ្នាំ ធ្វើតេស្ត ឬពិនិត្យសុខភាពជាដើម។ ផ្តល់ធនធាន និងគន្លឹះសម្រាប់វិធីថែទាំ
- » រំលឹកគ្រូពេទ្យថាតើសមាជិកណាដែលត្រូវដល់ថ្ងៃប្រើសេវា ដូចជាការពិនិត្យ ឬការធ្វើតេស្តហើយសុំឱ្យពួកគេតាមដានជាមួយអ្នក។

ការទទួលបានការថែទាំមិនមែនសុទ្ធតែងាយស្រួលជានិច្ចនោះទេ។ វាអាចពិបាកក្នុងការរកមធ្យោបាយធ្វើដំណើរ ឆ្លៀតពេលសម្រាកពីការងារ ហើយត្រូវប្រាកដថាក្មេងៗមានការយកចិត្តទុកដាក់។ នោះហើយជាមូលហេតុដែលពេលខ្លះយើងផ្តល់ប្រាក់លើកទឹកចិត្ត និងអំណោយដល់សមាជិកសម្រាប់ការបំពេញសេវាកម្មមួយចំនួន។

តើអ្នកដឹងទេ?

សេវាបន្ថែមទៀតដែលផ្តល់ជូនអ្នក



គន្លឹះសំខាន់ៗពីក្រុមកែលម្អគុណភាពរបស់យើង។

សូមកុំភ្លេចទៅជួបវេជ្ជបណ្ឌិតរៀងរាល់ឆ្នាំ ទោះបីជាអ្នកមានសុខភាពល្អក៏ដោយ! ការមកជួបពិគ្រោះជាប្រចាំ ជួយឱ្យអ្នកមានសុខភាពល្អ និងអាចជួយសង្គ្រោះជីវិតអ្នកបាន!

- » កុំបោះចោលលិខិតរបស់យើង! អាចនឹងមានអំណោយ ឬការណែនាំអំពីរបៀបទទួលបានរង្វាន់នៅខាងក្នុង។ ពេលខ្លះយើងផ្តល់ជូនបណ្ណអំណោយ/អំណោយដល់សមាជិកសម្រាប់ការបំពេញការធ្វើតេស្ត ឬការពិនិត្យជាក់លាក់មួយចំនួន។
- » អ្នកមិនត្រូវការបញ្ជូនបន្តសម្រាប់ការថតឆ្លុះមើលសុដន់ ឬទៅជួបពិគ្រោះផ្នែកសម្ភព (Obstetrics, OB) / វេជ្ជស្ត្រី (Gynecology, GYN) សម្រាប់ការធ្វើតេស្តរកជម្ងឺមហារីកស្បូន (Pap test) ឬការថែទាំមុនពេលសម្រាលនោះឡើយ។



តើអ្នកដឹងទេ?

សេវាបន្ថែមទៀតដែលផ្តល់ជូនអ្នក



សេវាបុគ្គលិកសុខភាពតាមសហគមន៍

L.A. Care ផ្តល់សេវាបុគ្គលិកសុខភាពតាមសហគមន៍ (Community Health Worker, CHW) ដល់សមាជិកតាមរយៈបណ្តាញអ្នកផ្តល់សេវាដែលបានចុះកិច្ចសន្យារបស់យើង និងទីតាំង CRC ផ្សេងៗ។ សេវា CHW អាចជួយការពារជំងឺ ពិការភាព និងស្ថានភាពសុខភាពផ្សេងទៀត មិនឱ្យកាន់តែធ្ងន់ទៅៗ ដើម្បីពន្យារអាយុជីវិត និងលើកកម្ពស់សុខុមាលភាពផ្លូវកាយ និងផ្លូវចិត្ត។ CHW គឺជាអ្នកជំនាញដែលទទួលបានការបណ្តុះបណ្តាលត្រឹមត្រូវលើការព្យាបាល ឬតាមដានជំងឺដោយប្រយោល (non-clinical) ដែលអាចជួយអ្នកក្នុងការដោះស្រាយស្ថានភាពរោគវិនិច្ឆ័យ តម្រូវការថែទាំសុខភាពបង្ការ និងតម្រូវការសង្គមដែលទាក់ទងនឹងសុខភាព។

សេវាមួយចំនួនរួមមាន៖

- » ការអប់រំសុខភាព
- » ការតម្រង់ផ្លូវឱ្យទទួលបានសេវាសុខភាពសមស្រប
- » ការពិនិត្យ និងវាយតម្លៃ
- » ការគាំទ្រ ឬការគាំពារផ្ទាល់ខ្លួន
- » ទំនាក់ទំនងធនធាន
- » សេវាបង្ការអំពើហិង្សា (ផ្តល់ជូនតែតាមរយៈអ្នកផ្តល់សេវាដែលមានកិច្ចសន្យា L.A. Care ប៉ុណ្ណោះ។)

សេវាកម្ម CHW ទាមទារលិខិតណែនាំជាលាយលក្ខណ៍អក្សរដោយគ្រូពេទ្យ ឬអ្នកប្រកបរបរវិជ្ជាជីវៈដែលមានអាជ្ញាបណ្ណក្នុងផ្នែកការព្យាបាលនេះ។ សូមទាក់ទងពួកគេដើម្បីស្នើសុំឱ្យដាក់បញ្ជូនលិខិតណែនាំ ជំនួសឱ្យអ្នក។ សម្រាប់សំណួរ សូមទាក់ទងផ្នែកសេវាបម្រើសមាជិកតាមរយៈ 1.888.839.9909 ឬអ៊ីមែល CHWBenefit@lacare.org។

តើអ្នកដឹងទេ?

សេវាបន្ថែមទៀតដែលផ្តល់ជូនអ្នក



សុខភាពអាកប្បកិរិយា

- » L.A. Care ផ្តល់សេវាសុខភាពអាកប្បកិរិយាតាមរយៈ: Carelon Behavioral Health បណ្តាញអ្នកផ្តល់សេវាការព្យាបាលសុខភាពអាកប្បកិរិយា (Behavioral Health Treatment Network, BHT) របស់ L.A. Care ក្រសួងសុខភាពផ្លូវចិត្ត (Department of Mental Health, DMH) ខោនធី L.A. និង ក្រសួងសុខភាពសាធារណៈ: (Department of Public Health, DPH) ខោនធី L.A. ។
- » សេវាមួយចំនួនរួមមាន៖
 - ការព្យាបាលលក្ខណៈបុគ្គល
 - ការព្យាបាលជាក្រុម
 - ការព្យាបាលជាលក្ខណៈគ្រួសារ
 - BHT (សម្រាប់សមាជិក Medi-Cal ដែលមានអាយុក្រោម 21 ឆ្នាំ)
 - ការធ្វើតេស្តផ្នែកវិកលចរិត
 - សេវាអ្នកជំងឺមិនសម្រាកពេទ្យ

តើអ្នកដឹងទេ?

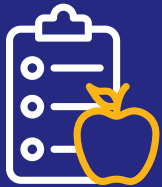
សេវាបន្ថែមទៀតដែលផ្តល់ជូនអ្នក



- » សម្រាប់ BHT របស់ L.A. Care សម្រាប់សមាជិក Medi-Cal ដែលមានអាយុក្រោម 21 ឆ្នាំ
 - 1.888.347.2264 ឬអ៊ីមែល៖ ASDBenefit@lacare.org
- » សម្រាប់សេវាសុខភាពផ្លូវចិត្តកម្រិតស្រាលទៅមធ្យម (មិនមែនឯកទេស)
 - Carelon Behavioral Health៖ 1.877.344.2858 (TTY 1.800.735.2929)។ មានបុគ្គលិកត្រៀមចាំជួយអ្នកក្នុងការភ្ជាប់ទៅសេវាកម្ម 24 ម៉ោង ក្នុងមួយថ្ងៃ 7 ថ្ងៃ ក្នុងមួយសប្តាហ៍ រួមទាំងថ្ងៃឈប់សម្រាក។
- » សម្រាប់សេវាសុខភាពផ្លូវចិត្តកម្រិតមធ្យមទៅធ្ងន់ធ្ងរ (ឯកទេស)
 - ក្រសួងសុខភាពផ្លូវចិត្ត (Department of Mental Health, DMH) ខោនធី L.A.៖ 1.800.854.7771 (TTY 711) អាចចូលប្រើបាន 24 ម៉ោង ក្នុងមួយថ្ងៃ 7 ថ្ងៃ ក្នុងមួយសប្តាហ៍
- » សម្រាប់សេវាព្យាបាលការប្រើប្រាស់សារធាតុញៀន
 - ក្រសួងសុខភាពសាធារណៈ (Department of Public Health, DPH) ខោនធី L.A.៖ 1.844.804.7500 (TTY 711) អាចចូលប្រើបាន 24 ម៉ោង ក្នុងមួយថ្ងៃ 7 ថ្ងៃ ក្នុងមួយសប្តាហ៍

តើអ្នកដឹងទេ?

សេវាបន្ថែមទៀតដែលផ្តល់ជូនអ្នក



ការអប់រំសុខភាព

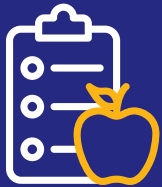
L.A. Care ផ្តល់ជូនសេវាសុខភាព និងសេវាបង្ការជំងឺ កម្មវិធី និងធនធាននានាដោយឥតគិតថ្លៃ។

» សេវាការអប់រំសុខភាព

- ការប្រឹក្សាតាមទូរសព្ទជាលក្ខណៈបុគ្គលជាមួយ អ្នកជំនាញខាងចំណីអាហារ/អ្នកអប់រំសុខភាពដែលបានចុះបញ្ជី
- ការណាត់ជួបពិគ្រោះជាក្រុមនៅក្នុងសហគមន៍
- សិក្ខាសាលាតាមអនឡាញ មុខងារជជែក និងរូបភាពវីដេអូតាមរយៈប្រព័ន្ធរតចលសុខភាព និងសុខុមាលភាពរបស់យើង
- សេវាអប់រំអំពីការគ្រប់គ្រងជំងឺទឹកនោមផ្អែមដោយខ្លួនឯង (Diabetes Self-Management Education, DSME)
- អាហារជាថ្នាំពេទ្យ (Meals As Medicine, MAM)
- ការព្យាបាលដោយអាហារូបត្ថម្ភវេជ្ជសាស្ត្រ (Medical Nutrition Therapy, MNT)

តើអ្នកដឹងទេ?

សេវាបន្ថែមទៀតដែលផ្តល់ជូនអ្នក



» កម្មវិធីការអប់រំសុខភាព

- សេវាការមានផ្ទៃពោះដែលមានសុខភាពល្អ ម្តាយមានសុខភាពល្អ និងសេវាផ្តល់ការគាំទ្រផ្នែកអារម្មណ៍ និងរាងកាយអ្នកមានផ្ទៃពោះ (Doula Services)
- ការបញ្ឈប់ការជក់បារីដោយឥតគិតថ្លៃ
- កម្មវិធីបង្ការជំងឺទឹកនោមផ្អែម
- ប្រយុទ្ធប្រឆាំងនឹងជំងឺផ្តាសាយ និងកូវីដ
- កម្មវិធីជំនួយស្ថានភាពជំងឺសម្រាប់ជំងឺហឺត ជំងឺស្ទះផ្លូវដង្ហើមរ៉ាំរ៉ៃ (Chronic Obstructive Pulmonary Disease, COPD) ជំងឺទឹកនោមផ្អែម ជំងឺទឹកនោមផ្អែម+ជំងឺតម្រងនោម ការមានផ្ទៃពោះដែលមានហានិភ័យខ្ពស់

» ធនធាន និងឯកសារការអប់រំសុខភាព

- ឯកសារងាយស្រួលអានក្នុងប្រធានបទ និងភាសាផ្សេងៗគ្នា
- ខ្សែទូរសព្ទសុំឱវាទពីគិលានុបដ្ឋាក - ឱវាទពីគិលានុបដ្ឋាក 24 ម៉ោង ក្នុងមួយថ្ងៃ 7 ថ្ងៃ ក្នុងមួយសប្តាហ៍
- ចូលទៅកាន់គេហទំព័រ [lacare.org/healthy-living](https://www.lacare.org/healthy-living) សម្រាប់ឯកសារ ការអប់រំសុខភាពសមាជិក
- មានសំណួរអំពីការអប់រំសុខភាពឬ? ហៅទូរសព្ទមកយើងតាមរយៈលេខ 1.855.856.6943 ថ្ងៃចន្ទ ដល់ ថ្ងៃសុក្រ ម៉ោង 8 ព្រឹក ដល់ 5 ល្ងាច។

តើអ្នកដឹងទេ?

សេវាបន្ថែមទៀតដែលផ្តល់ជូនអ្នក



ប្រព័ន្ធផ្តល់សេវាសមាជិក L.A. Care Connect

ដើម្បីធ្វើឱ្យបទពិសោធន៍របស់អ្នកកាន់តែងាយស្រួល អ្នកអាចបង្កើតគណនីសមាជិក L.A. Care Connect តាមអ៊ីនធឺណិតសម្រាប់ព័ត៌មាន និងសេវាកម្ម។ L.A. Care Connect គឺជាផ្តល់សេវាសមាជិកអនឡាញរបស់អ្នក។

- 1 បង្កើតគណនីអនឡាញដោយចូលទៅកាន់ <https://members.lacare.org> ឬដោយចុចលើប៊ូតុង Member Sign In (សមាជិកចូលប្រព័ន្ធ) នៅជ្រុងស្តាំខាងលើនៃទំព័រ [lacare.org](https://members.lacare.org)។
- 2 អ្នកនឹងត្រូវការលេខសម្គាល់សមាជិករបស់អ្នក និងអាសយដ្ឋានអ៊ីមែលដែលមានសុពលភាពដើម្បីបង្កើតគណនីមួយ (លេខសម្គាល់សមាជិករបស់អ្នកគឺនៅលើប័ណ្ណសមាជិករបស់អ្នក)។ ដើម្បីចូលទៅកាន់វិធីចុះឈ្មោះជាជំហានៗ សូមចូលទៅកាន់គេហទំព័រ <https://members.lacare.org>។

ជាមួយនឹងគណនី L.A. Care Connect របស់អ្នក អ្នកអាច៖

- បោះពុម្ព ឬមើលលេខប័ណ្ណសម្គាល់សមាជិករបស់អ្នក ដើម្បីប្រើនៅការិយាល័យវេជ្ជបណ្ឌិត ឬឱសថស្ថានរបស់អ្នក។
- មើលព័ត៌មានអំពីការថែទាំសុខភាពរបស់អ្នក រួមទាំងសិទ្ធិទទួលបាន
- ស្នើសុំការផ្លាស់ប្តូរ PCP របស់អ្នក
- ជជែកដោយផ្ទាល់ជាមួយគិលានុបដ្ឋាកនៅពេលណាមួយដែលងាយស្រួលសម្រាប់អ្នក
- សេវាកម្ម 24/7 ច្រើនទៀត៖ ស្វែងរកវេជ្ជបណ្ឌិត ស្វែងរកបញ្ជីឈ្មោះអ្នកផ្តល់សេវា ឬទាក់ទងមកយើងខ្ញុំ - ទាំងអស់នេះគឺគ្រាន់តែចុចប៊ូតុងមួយ
- ភ្ជាប់ទៅ My Health in Motion™ សម្រាប់កម្មវិធីដែលបង្កើតឡើង តម្រូវតាមសុខភាពរបស់អ្នក។

តើអ្នកដឹងទេ?

សេវាបន្ថែមទៀតដែលផ្តល់ជូនអ្នក



L.A. Care កំពុងបើកដំណើរការផលសមាជិកដែលកែលម្អរួច នៅឆ្នាំ 2025 ដើម្បីធ្វើឱ្យការគ្រប់គ្រងការថែទាំសុខភាពរបស់អ្នកមានភាពងាយស្រួលជាងពេលណាៗទាំងអស់។ សូមរង់ចាំការធ្វើបច្ចុប្បន្នភាពលើមុខងារថ្មីៗដែលត្រូវបានរចនាឡើងដើម្បីផ្តល់ជូនការចូលប្រើបានរហ័ស និងងាយស្រួលដល់អ្នក ដូចជា៖

- ការផ្លាស់ប្តូរវេជ្ជបណ្ឌិត គ្លីនិក ឬក្រុមពេទ្យបឋមរបស់អ្នក
- ចូលទៅប្រើអត្ថប្រយោជន៍គម្រោងរបស់អ្នក
- បំពេញ មើល និងធ្វើបច្ចុប្បន្នភាពលើទម្រង់បែបបទវាយតម្លៃហានិភ័យសុខភាពរបស់អ្នក
- មើលស្ថានភាពការអនុញ្ញាតក្នុងពេលស្ទើរតែជាក់ស្តែងសម្រាប់ ការអនុញ្ញាត L.A. Care
- ការមើល និងធ្វើបច្ចុប្បន្នភាពព័ត៌មានប្រជាសាស្ត្ររបស់អ្នក និងបន្ថែមផ្នែកថ្មីៗនៃព័ត៌មាន

តើអ្នកដឹងទេ?

សេវាបន្ថែមទៀតដែលផ្តល់ជូនអ្នក



My Health In Motion™

គ្រប់គ្រងលើសុខភាពរបស់អ្នក និងមានបទពិសោធន៍ល្អបំផុតជាមួយនឹងផលសុខុមាលភាពអនឡាញ My Health In Motion™ (MyHIM) ថ្មីទាំងអស់!

- » ស្វែងយល់ពីលក្ខណៈពិសេសខាងក្រោមនៅលើគេហទំព័រ MyHIM ថ្មីស្រឡាង៖
 - ថ្មី និងងាយស្រួល៖ ទទួលបានបទពិសោធន៍រូបរាងថ្មី ជាមួយនឹងមុខងារជីវិតរាយ និងសាមញ្ញ
 - ការវាយតម្លៃ សុខុមាលភាព៖ ធ្វើតេស្តសុខភាពរហ័ស និងទទួលបានរបាយការណ៍ ផ្ទាល់ខ្លួនរបស់អ្នក
 - សិក្ខា សាលាអន្តរកម្ម៖ ចូលទៅក្នុងសិក្ខាសាលាសុខភាពតាមអ៊ីនធឺណិតដែលរស់រវើក
 - ការតភ្ជាប់ឧបករណ៍៖ ភ្ជាប់កម្មវិធីតាមដានសុខភាពដូចជា Fitbit សម្រាប់បទពិសោធន៍គ្មានការរអាក់រអួល
 - ការបណ្តុះបណ្តាល សុខភាពបែបជំនាញ៖ ទទួលបានជំនួយពីកម្មវិធីបណ្តុះបណ្តាលសុខភាពរបស់យើង
 - ព័ត៌មាននៅចុងម្រាមដៃរបស់អ្នក ក៏ដូចជាការបណ្តាលយល់ដឹងពេញទៅដោយព័ត៌មានសុខភាព
 - និងច្រើនទៀត! នៅមានច្រើនទៀតកំពុងរង់ចាំអ្នក!

តើអ្នកដឹងទេ?

សេវាបន្ថែមទៀតដែលផ្តល់ជូនអ្នក



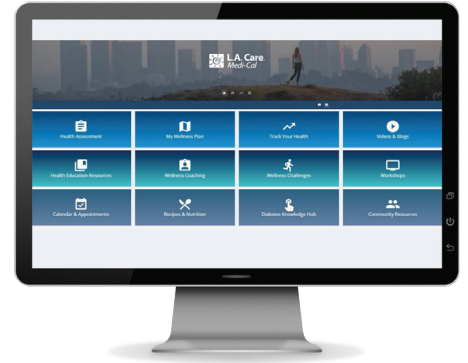
ចូលប្រើ MyHIM គ្រប់ពេលវេលា គ្រប់ទីកន្លែង តាមរយៈ កុំព្យូទ័រ ទូរសព្ទ មជ្ឈមណ្ឌលធនធានសហគមន៍របស់ L.A. Care និងសូម្បីតែបណ្តាញយសាធារណៈ!

» ដើម្បីចាប់ផ្តើម៖

- 1 ចូលទៅកាន់ lacare.org ហើយចុចលើ "Member Sign-In" ឬប្រើ QR code ខាងក្រោម!
- 2 ចុចលើផ្ទាំង "My Health In Motion™" ហើយបង្កើតកម្រងព័ត៌មានរបស់អ្នក (profile) ប្រសិនបើអ្នកត្រូវការជំនួយ អ្នកបង្វិកសុខភាពរបស់យើងអាចរកបាន តាមរយៈ 1.855.856.6943 ថ្ងៃចន្ទ ដល់ ថ្ងៃសុក្រ ម៉ោង 8 ព្រឹក ដល់ ម៉ោង 5 ល្ងាច។

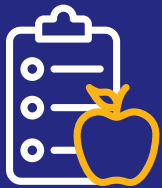


ស្កេនដើម្បីចាប់ផ្តើម៖



តើអ្នកដឹងទេ?

សេវាបន្ថែមទៀតដែលផ្តល់ជូនអ្នក



ការគ្រប់គ្រងការថែទាំ

L.A. Care ផ្តល់ជូនសេវាគ្រប់គ្រងការថែទាំសម្រាប់ជាផ្នែកមួយនៃអត្ថប្រយោជន៍របស់អ្នក

- » PCP របស់អ្នកអាចបញ្ជូនអ្នកបន្តទៅកាន់ផ្នែកគ្រប់គ្រងការថែទាំរបស់ L.A. Care
- » អ្នកអាចនឹងទាក់ទងផ្នែកនោះបានដោយទូរសព្ទទៅលេខ 1.844.200.0104 (TTY 711) ថ្ងៃចន្ទ ដល់ ថ្ងៃសុក្រ ពីម៉ោង 8 ព្រឹក ដល់ ម៉ោង 5 ល្ងាច។
- » អ្នកគ្រប់គ្រងការថែទាំ នឹងចាត់តាំងអ្នកគ្រប់គ្រងការថែទាំ ដែលសមស្របសម្រាប់អ្នក។
- » ក្រុមអ្នកគ្រប់គ្រងការថែទាំរបស់អ្នកអាច៖
 - ជួយអ្នកក្នុងការទទួលបានការថែទាំដែលត្រឹមត្រូវ នៅទីកន្លែងដែលសមស្រប
 - ជួយអ្នកឱ្យយល់ និងណែនាំអ្នកអំពីប្រព័ន្ធថែទាំសុខភាព
 - ពិភាក្សាជាមួយអ្នកអំពីគម្រោងព្យាបាល និងការប្រើប្រាស់ឱសថ
 - ជួយអ្នកឱ្យបង្កើតមធ្យោបាយធ្វើដំណើរសម្រាប់ការណាត់ជួបពិគ្រោះ
 - ពន្យល់អំពីអត្ថប្រយោជន៍គម្រោងសុខភាពរបស់អ្នក និងធនធាននៅក្នុងសហគមន៍របស់អ្នក

គោលដៅរបស់ L.A. Care គឺជួយអ្នកឱ្យទទួលខុសត្រូវលើការថែទាំរបស់ខ្លួន។

តើអ្នកដឹងទេ?

សេវាបន្ថែមទៀតដែលផ្តល់ជូនអ្នក



សេវាគាំទ្ររយៈពេលវែងក្រោមការគ្រប់គ្រង (MLTSS)

យើងបានបង្កើតតារាងត្រួតពិនិត្យខាងក្រោមដើម្បីជួយអ្នកឱ្យយល់ថាតើអ្នកមានលក្ខណៈសម្បត្តិគ្រប់គ្រាន់នឹងទទួលបាន (Managed Long Term Support Services, MLTSS) ដែរឬទេ។ បើអ្នកឆ្លើយ “បាទ/ចាស” ទៅនឹងសំណួរមួយឬច្រើនក្នុងចំណោមសំណួរទាំងនេះ MLTSS ប្រហែលជាអាចជួយអ្នកបាន។

- » ហៅទូរសព្ទមកយើងតាមរយៈលេខ 1.855.427.1223 (TTY 711) ដើម្បីស្វែងយល់បន្ថែមអំពីរបៀបទទួលបានអត្ថប្រយោជន៍ទាំងនេះ។
 - តើអ្នកត្រូវការជំនួយបន្ថែមសម្រាប់ការថែទាំផ្ទាល់ខ្លួន ការសម្អាត និងការទិញទំនិញដោយសារតែការផ្លាស់ប្តូរស្ថានភាពសុខភាពរបស់អ្នកដែរឬទេ? តើអ្នកត្រូវការមនុស្សម្នាក់ទៀតដើម្បីថែទាំអ្នកនៅពេលអ្នកថែទាំរបស់អ្នកមិនអាចមកបានមែនទេ?
 - តើអ្នកត្រូវការជំនួយចំពោះការធ្វើដំណើរទៅនិងត្រលប់មកពីការជួបពិនិត្យថែទាំសុខភាពហាងលក់គ្រឿងទេស ឬព្រះវិហារដែរឬទេ?
 - តើអ្នកធ្លាប់បានដួលពីរដងឡើងទៅក្នុងរយៈពេលបីខែកន្លងមកដែរឬទេ?
 - តើអ្នកធ្លាប់បានទៅបន្ទប់សង្គ្រោះបន្ទាន់ពីរដងឡើងទៅក្នុងមួយឆ្នាំកន្លងមកដែរឬទេ?
 - តើអ្នករស់នៅម្នាក់ឯងដោយមិនមានជំនួយពីគ្រួសារ ឬធ្លាប់មានអារម្មណ៍ថាឯកោពេលនៅផ្ទះដែរឬទេ?
 - អ្នកមិនចាំបាច់ស្នាក់នៅក្នុងមន្ទីរគិលានុបដ្ឋាកម្ម ឬមន្ទីរស្ថាប័នមួយចំនួនផ្សេងទៀតដើម្បីទទួលបានអត្ថប្រយោជន៍នោះទេ។ សេវាទាំងនេះអាចទទួលបាននៅក្នុងផ្ទះរបស់អ្នក។

អ្នកមិនចាំបាច់ស្នាក់នៅក្នុងមន្ទីរគិលានុបដ្ឋាកម្ម ឬមន្ទីរស្ថាប័នមួយចំនួនផ្សេងទៀតដើម្បីទទួលបានអត្ថប្រយោជន៍នោះទេ។ សេវាទាំងនេះអាចទទួលបាននៅក្នុងផ្ទះរបស់អ្នក។

តើអ្នកដឹងទេ?

សេវាបន្ថែមទៀតដែលផ្តល់ជូនអ្នក



យានជំនិះសង្គ្រោះបន្ទាន់

L.A. Care ធានារ៉ាប់រងលើសេវាកម្មរថយន្តសង្គ្រោះបន្ទាន់ក្នុងស្ថានភាពអាសន្ន ដើម្បីជួយអ្នកទៅដល់កន្លែងថែទាំដែលនៅជិតបំផុតក្នុងស្ថានភាពអាសន្ន។

- » នេះមានសេចក្តីថា ស្ថានភាពរបស់អ្នកគឺធ្ងន់ធ្ងរល្មមដែលមធ្យោបាយផ្សេងទៀតនៃការធ្វើដំណើរទៅកន្លែងថែទាំ អាចនឹងមានហានិភ័យដល់សុខភាព ឬអាយុជីវិតរបស់អ្នក។
- » មិនមានសេវាធានារ៉ាប់រងនៅក្រៅសហរដ្ឋអាមេរិកឡើយ លើកលែងតែសម្រាប់សេវាសង្គ្រោះបន្ទាន់ដែលតម្រូវឱ្យអ្នកសម្រាកនៅមន្ទីរពេទ្យនៅក្នុងប្រទេសកាណាដា ឬម៉ិចស៊ិកូ។
- » ប្រសិនបើអ្នកទទួលបានសេវារថយន្តសង្គ្រោះបន្ទាន់នៅក្នុងប្រទេសកាណាដា និងម៉ិចស៊ិកូ ហើយអ្នកមិនបានសម្រាកពេទ្យនៅអំឡុងដំណាក់កាលថែទាំជំងឺទេ សេវារថយន្តសង្គ្រោះរបស់អ្នកនឹងមិនត្រូវបានរ៉ាប់រងដោយ L.A. Care ឡើយ។



តើអ្នកដឹងទេ?

សេវាបន្ថែមទៀតដែលផ្តល់ជូនអ្នក



មធ្យោបាយធ្វើដំណើរមិនមែនវេជ្ជសាស្ត្រ (Non-Medical Transportation, NMT)

អត្ថប្រយោជន៍របស់អ្នករួមមានការទទួលបានមធ្យោបាយធ្វើដំណើរទៅកាន់ការណាត់ជួបពិគ្រោះ របស់អ្នក នៅពេលដែលការណាត់ជួបពិគ្រោះនោះគឺសម្រាប់សេវាដែលរ៉ាប់រងដោយ Medi-Cal ហើយអ្នកមិនមានលទ្ធភាពទទួលបានមធ្យោបាយធ្វើដំណើរណាមួយ។

- » អ្នកអាចទទួលបានមធ្យោបាយធ្វើដំណើរដោយឥតគិតថ្លៃនៅពេលដែលអ្នកបានព្យាយាមប្រើគ្រប់វិធីផ្សេងទៀតទាំងអស់ដើម្បីទទួលបានមធ្យោបាយធ្វើដំណើរ តែគ្មានមធ្យោបាយធ្វើដំណើរណាមួយ ហើយអ្នកកំពុង៖
 - o ធ្វើដំណើរទៅ និងមកពីការណាត់ជួបសម្រាប់សេវា Medi-Cal ដែលរ៉ាប់រង
 - o ទៅយកវេជ្ជបញ្ជាឱសថ និងសម្ភារៈពេទ្យ
- » L.A. Care អនុញ្ញាតឱ្យអ្នកប្រើរថយន្តធម្មតា រថយន្តតាក់ស៊ី រថយន្តក្រុង ឬមធ្យោបាយសាធារណៈ/ឯកជនផ្សេងទៀតក្នុងការធ្វើដំណើរទៅកាន់ការណាត់ជួបពិគ្រោះវេជ្ជសាស្ត្ររបស់អ្នកសម្រាប់សេវាដែល Medi-Cal រ៉ាប់រង។
- » L.A. Care នឹងរ៉ាប់រងលើមធ្យោបាយធ្វើដំណើរមិនមែនវេជ្ជសាស្ត្រដែលមានតម្លៃទាបបំផុតហើយបំពេញតាមតម្រូវការរបស់អ្នក។ ជួនកាល L.A. Care អាចផ្តល់សំណងមកវិញសម្រាប់ការធ្វើដំណើរតាមយានជំនិះឯកជនដែលអ្នករៀបចំ។ នេះត្រូវតែមានការយល់ព្រមដោយ L.A. Care មុនពេលអ្នកជិះ ហើយអ្នកត្រូវតែប្រាប់យើងពីមូលហេតុដែលអ្នកមិនអាចជិះតាមមធ្យោបាយផ្សេងទៀត ដូចជាតាមឡានក្រុង ឬយានជំនិះដែលមានការធានារ៉ាប់រងដែលរៀបចំតាមរយៈ L.A. Care
- » អ្នកមិនអាចបើកបរដោយខ្លួនឯង ហើយទទួលបានសំណងឡើយ។
- » សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម សូមទូរសព្ទទៅផ្នែកសេវាបម្រើសមាជិក L.A. Care លេខ 1.888.839.9909 (TTY 711) 24 ម៉ោង ក្នុងមួយថ្ងៃ 7 ថ្ងៃ ក្នុងមួយសប្តាហ៍ រួមទាំងថ្ងៃឈប់សម្រាក

តើអ្នកដឹងទេ?

សេវាបន្ថែមទៀតដែលផ្តល់ជូនអ្នក



មធ្យោបាយធ្វើដំណើរវេជ្ជសាស្ត្រមិនមែនសង្គ្រោះបន្ទាន់ (NEMT)

អ្នកមានសិទ្ធិទទួលបានមធ្យោបាយធ្វើដំណើរវេជ្ជសាស្ត្រមិនមែនសង្គ្រោះបន្ទាន់ (Non-emergency Medical Transportation, NEMT) ប្រសិនបើ អ្នកមានតម្រូវការផ្នែកវេជ្ជសាស្ត្រដែលមិនអនុញ្ញាតឱ្យអ្នកប្រើឡាន ឡានក្រុង ឬតាក់ស៊ី ទៅការណាត់ជួបរបស់អ្នក។

- » NEMT អាចត្រូវបានផ្តល់ជូនបានសម្រាប់សេវាកម្មដែលរ៉ាប់រងដោយ Medi-Cal និងការណាត់ជួបឱសថស្ថាន
- » អ្នកអាចស្នើសុំ NEMT ដោយនិយាយទៅកាន់វេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នក ទន្តពេទ្យ ពេទ្យធ្មេញ ឬសុខភាពផ្លូវចិត្ត ឬអ្នកផ្តល់សេវាបញ្ជាការប្រើប្រាស់សារធាតុញៀន។ អ្នកផ្តល់សេវារបស់អ្នកនឹងសម្រេចទៅលើប្រភេទមធ្យោបាយធ្វើដំណើរដែលសមស្របដើម្បីបំពេញតាមតម្រូវការរបស់អ្នក។ ប្រសិនបើពួកគេយល់ថាអ្នកត្រូវការមធ្យោបាយធ្វើដំណើរវេជ្ជសាស្ត្រ ពួកគេនឹងចេញវេជ្ជបញ្ជាដោយបំពេញទម្រង់បែបបទបញ្ជាក់គ្រូពេទ្យ (Physician Certificate Form, PCS) ហើយបញ្ជូនវាទៅ L.A. Care។ នៅពេលទទួលបានការយល់ព្រមការយល់ព្រមនោះគឺមានសុពលភាពសម្រាប់រយៈពេល 12 ខែ អាស្រ័យលើតម្រូវការវេជ្ជសាស្ត្រ។
- » L.A. Care អនុញ្ញាតឱ្យនូវយានជំនិះពេទ្យដែលមានតម្លៃទាបបំផុតសម្រាប់តម្រូវការវេជ្ជសាស្ត្ររបស់អ្នក នៅពេលដែលអ្នកត្រូវការជិះទៅកន្លែងធ្វើការណាត់ជួបរបស់អ្នក។

តើអ្នកដឹងទេ?

សេវាបន្ថែមទៀតដែលផ្តល់ជូនអ្នក



មធ្យោបាយធ្វើដំណើរវេជ្ជសាស្ត្រមិនមែនសង្គ្រោះបន្ទាន់ ៣

» ប្រភេទនៃ NEMT រួមមាន៖

- រថយន្តវ៉ែនមានរទេះរុញ
- រថយន្តវ៉ែនដែលមានគ្រែ ឬស្នែងសែងអ្នករួស
- ការគាំពារជីវិតមូលដ្ឋាន (Basic Life Support, BLS)
- ការគាំពារជីវិតកម្រិតខ្ពស់ (Advance Life Support, ALS)
- ការគាំពារជីវិតកម្រិតឯកទេស (Specialty Care Transport, SCT)
- ការដឹកជញ្ជូនតាមផ្លូវអាកាស

» NEMT ត្រូវតែបានប្រើនៅពេល៖

- មានភាពចាំបាច់ខាងផ្នែករាងកាយ ឬផ្នែកវេជ្ជសាស្ត្រដូចបានបញ្ជាក់តាមរយៈការអនុញ្ញាតលាយលក្ខណ៍អក្សរដោយវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នក ឬអ្នកផ្តល់សេវាផ្សេងទៀត ព្រោះផ្អែកតាមស្ថានភាពរាងកាយនិងវេជ្ជសាស្ត្រ អ្នកមិនអាចប្រើប្រាស់រថយន្តក្រុង រថយន្តតាក់ស៊ី រថយន្តធម្មតា ឬរថយន្តវ៉ែនទៅការណាត់ជួបរបស់អ្នកបានទេ។
- អ្នកត្រូវការជំនួយពីអ្នកបើកបរ ដើម្បីទៅនិងមកពីលំនៅដ្ឋាន ឬរថយន្តរបស់អ្នក ឬកន្លែងព្យាបាល ដោយសារតែពិការភាពផ្នែកផ្លូវកាយឬផ្លូវចិត្ត។

» ដើម្បីស្នើសុំ NEMT ដែលវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នកបានចេញវេជ្ជបញ្ជាសម្រាប់ការណាត់ជួបដែលមិនបន្ទាន់ (ជាប្រក្រតី) សូមហៅទូរសព្ទទៅសេវាបម្រើសមាជិក L.A. Care តាមរយៈលេខ 1.888.839.9909 (TTY 711) យ៉ាងតិចពីរថ្ងៃ ធ្វើការ (ថ្ងៃចន្ទ ដល់ថ្ងៃសុក្រ) មុនពេលណាត់ជួបរបស់អ្នក។ សម្រាប់ការណាត់ជួបជាបន្ទាន់ សូមហៅទូរសព្ទមកឱ្យបានឆាប់តាមដែលអាចធ្វើបាន។

តើអ្នកដឹងទេ?

សេវាបន្ថែមទៀតដែលផ្តល់ជូនអ្នក



សេវាព្យាបាលធ្មេញ

» សេវាព្យាបាលធ្មេញដែលបានរ៉ាប់រងតាមរយៈកម្មវិធីចាត់ចែងការថែទាំធ្មេញ Medi-Cal Dental រួមមាន៖

- រោគវិនិច្ឆ័យ និងអនាម័យការពារធ្មេញ (ដូចជាការពិនិត្យ ថតកាំរស្មីអ៊ិច និងការលាងសំអាតធ្មេញ)
- សេវាសង្គ្រោះបន្ទាន់សម្រាប់ការគ្រប់គ្រងការឈឺចាប់
- ការដកធ្មេញ
- ប៉ះធ្មេញ
- ការព្យាបាលបួសធ្មេញ (ខាងមុខ/ខាងក្រោយ)
- សម្រោបធ្មេញ (បានធ្វើស្រាប់/មន្ទីរពិសោធន៍)
- កោសសំអាត និងខាត់ជើងធ្មេញ
- ការដាក់ក្រាសធ្មេញជំនួសពេញ និងផ្នែកខ្លះ
- លាបថ្នាំក្តុយអរការពារធ្មេញ
- ការតម្រង់ធ្មេញសម្រាប់កុមារដែលមានលក្ខណៈសម្បត្តិអាចទទួលបាន

ស្វែងយល់បន្ថែមដោយចូលទៅកាន់គេហទំព័រ dental.dhcs.ca.gov ឬ smilecalifornia.org ឬដោយហៅទូរសព្ទទៅលេខ 1.800.322.6384 (TTY 1.800.735.2922 ឬ 711)

តើអ្នកដឹងទេ?

សេវាបន្ថែមទៀតដែលផ្តល់ជូនអ្នក



សេវាផ្នែកចក្ខុ

ថែរក្សាភ្នែកឱ្យមានសុខភាពល្អតាមរយៈ VSP Vision Care! ក្នុងនាមជាសមាជិក Vision Care អ្នកនឹងទទួលបានការថែទាំពីគ្រូពេទ្យភ្នែកដ៏ល្អ វ៉ែនតាដែលមានគុណភាព រួមទាំងកញ្ចក់ និងស៊ុម និងការថែទាំភ្នែកដែលមានតម្លៃសមរម្យ ដូច្នេះអ្នកអាចមើលឃើញយ៉ាងច្បាស់ និងរស់នៅក្នុងជីវិតដែលមានសុខភាពល្អ។

ការធានារ៉ាប់រងរួមមាន៖

- » ការពិនិត្យភ្នែកជាប្រចាំរៀងរាល់ 24 ខែម្តង
- » វ៉ែនតា (ដងនិងកញ្ចក់វ៉ែនតា) រៀងរាល់ 24 ខែម្តង ដោយមាន វេជ្ជបញ្ជាដែលមានសុពលភាព
- » ការជំនួសវ៉ែនតាក្នុងរយៈពេល 24 ខែ សម្រាប់ការផ្លាស់ប្តូរវេជ្ជបញ្ជា បាត់ លួច ឬខូច (ដោយវាមិនមែនជាកំហុសរបស់អ្នកទេ ហើយ វ៉ែនតានេះមិនអាចជួសជុលបានទេ)
- » ឡេនពាក់ភ្នែកដែលចាំបាច់ខាងផ្នែកវេជ្ជសាស្ត្រ

ការស្វែងរកអ្នកផ្តល់សេវាផ្នែកចក្ខុ

- » ចូលទៅកាន់បញ្ជីឈ្មោះតាមអនឡាញតាមរយៈគេហទំព័រ vsp.com ដើម្បីស្វែងរកទីតាំងអ្នកផ្តល់សេវា។
- » សម្រាប់សំណួរទាក់ទងនឹងអត្ថប្រយោជន៍ផ្នែកចក្ខុរបស់អ្នក សូមចូលទៅកាន់គេហទំព័រ www.vsp.com ឬហៅទូរសព្ទទៅលេខ 1.800.877.7195 (TTY 1.800.428.4833) ថ្ងៃចន្ទ ដល់ ថ្ងៃសៅរ៍ ម៉ោង 6 ព្រឹក ដល់ 5 ល្ងាច ម៉ោងស្តង់ដារ ប៉ាស៊ីហ្វិក (Pacific Standard Time, PST) (បិទថ្ងៃអាទិត្យ)។







បន្តរក្សាទំនាក់ទំនង

យើងខ្ញុំនៅទីនេះដើម្បីអ្នក!

វិធីរក្សាទំនាក់ទំនងជាមួយ L.A. Care៖

- » ចូលទៅគេហទំព័រ៖ lacare.org
- » ហៅទូរសព្ទទៅសេវាបម្រើសមាជិក៖ 1.888.839.9909 (TTY 711) 24 ម៉ោង ក្នុងមួយថ្ងៃ 7 ថ្ងៃ ក្នុងមួយសប្តាហ៍ រួមទាំងថ្ងៃឈប់សម្រាក
- » ចូលទៅកាន់ L.A. Care Connect៖ members.lacare.org

តាមដានយើងខ្ញុំនៅលើបណ្តាញសង្គម

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



សូមអរគុណ

L.A. Care Health Plan

1200 W. 7th Street

Los Angeles CA 90017

មានភាពសកម្ម
រក្សាសុខភាពឱ្យល្អ
និងបន្តទទួលបានព័ត៌មាន

